



MATERIA: ABAFSM

NIVEL: 1º CFGSTAF

CURSO: 2020/2021

1.- PRESENTACIÓN DEL MÓDULO

Ciclo Formativo:	Grado Superior Técnico en acondicionamiento físico
Módulo Profesional:	Actividades básicas de acondicionamiento físico con soporte musical.
Grupo:	1º
Horas del Módulo:	Nº horas: 224 anuales (7 horas semanales ; 32 semanas)
Ud. Competencia asociadas	
Normativa que regula el título	<ul style="list-style-type: none"> • Real Decreto 651/2017, de 23 de junio, por el que se establece el título de Técnico Superior en acondicionamiento físico y se fijan los aspectos básicos del currículo. • Orden de 16 de julio de 2018, por la que se desarrolla el currículo correspondiente al título de Técnico Superior en Acondicionamiento Físico.
Profesor	<p>Especialidad: Educación Física</p> <p>Nombre: Manuel Callejas Ruiz</p>

2.- OBJETIVOS GENERALES RELACIONADOS CON EL MÓDULO

Tal y como establece la Orden de 16 de julio de 2018, por la que se desarrolla el currículo correspondiente al título de Técnico Superior en Acondicionamiento Físico, la formación del presente módulo contribuye a alcanzar los siguientes objetivos generales del ciclo:

a) Relacionar de forma coherente los diferentes elementos y factores de un proyecto de acondicionamiento físico, justificando la congruencia entre ellos para elaborar planes de acondicionamiento físico.

b) Proponer actuaciones en el ámbito del acondicionamiento físico vinculadas con la salud y la calidad de vida de la ciudadanía, caracterizando los colectivos destinatarios e incorporando los avances del sector para elaborar planes de acondicionamiento físico.

d) Secuenciar las actuaciones que deben realizarse en la puesta en marcha de un proyecto, organizando los recursos necesarios y su forma de obtención para gestionar la puesta en marcha de los programas y eventos de acondicionamiento físico.

e) Aplicar técnicas e instrumentos de evaluación, relacionándolos con el tipo de datos que se pretende obtener para evaluar la condición física, la competencia motriz y las motivaciones de las personas participantes en los programas de acondicionamiento físico.

g) Establecer los elementos de la programación, los recursos y la metodología específica, relacionándolos con las características de los potenciales colectivos implicados, para programar el acondicionamiento físico con soporte musical.



MATERIA: ABAFSM

NIVEL: 1º CFGSTAF

CURSO: 2020/2021

j) Valorar la participación de los distintos mecanismos implicados en la práctica de actividades físicas, diferenciando los grados de intensidad y de dificultad para diseñar y secuenciar ejercicios de las sesiones o actividades de acondicionamiento físico con soporte musical.

k) Diseñar coreografías con soporte musical, teniendo en cuenta las características de los grupos y de los medios disponibles para diseñar y secuenciar los ejercicios de las sesiones o actividades de acondicionamiento físico con soporte musical.

n) Aplicar la metodología más adecuada, detectando los errores de ejecución y corrigiendo movimientos o posturas erróneas para dirigir y dinamizar la realización de las técnicas programadas y los ejercicios de acondicionamiento físico con soporte musical.

o) Determinar las intervenciones de los miembros de un equipo de trabajo, analizando las funciones de los mismos y los requerimientos de las actividades, para coordinar el trabajo de los técnicos que intervienen en los eventos y los programas de acondicionamiento físico.

p) Aplicar procedimientos de intervención y administración de primeros auxilios en caso de accidente, utilizando los protocolos establecidos para proporcionar la atención básica a las personas participantes que sufren accidentes durante el desarrollo de las actividades.

q) Analizar y utilizar los recursos y oportunidades de aprendizaje relacionados con la evolución científica, tecnológica y organizativa del sector y las tecnologías de la información y la comunicación, para mantener el espíritu de actualización y adaptarse a nuevas situaciones laborales y personales.

t) Desarrollar técnicas de liderazgo, motivación, supervisión y comunicación en contextos de trabajo en grupo, para facilitar la organización y coordinación de equipos de trabajo.

s) Tomar decisiones de forma fundamentada, analizando las variables implicadas, integrando saberes de distinto ámbito y aceptando los riesgos y la posibilidad de equivocación en las mismas, para afrontar y resolver distintas situaciones, problemas o contingencias.

u) Aplicar estrategias y técnicas de comunicación, adaptándose a los contenidos que se van a transmitir, a la finalidad y a las características de los receptores, para asegurar la eficacia en los procesos de comunicación.

w) Identificar y proponer las acciones profesionales necesarias, para dar respuesta a la accesibilidad universal y al «diseño para todas las personas».

3.- COMPETENCIAS PROFESIONALES, PERSONALES Y SOCIALES

En cuanto a las competencias profesionales, personales y sociales el módulo contribuye a alcanzar las siguientes:

a) Elaborar planes de acondicionamiento físico acordes a las características de los grupos de población demandantes, incorporando las últimas tendencias de este campo profesional, así como, en su caso, las propuestas de mejora extraídas del seguimiento de otros proyectos anteriores y aprovechando las convocatorias institucionales.



MATERIA: ABAFSM

NIVEL: 1º CFGSTAF

CURSO: 2020/2021

b) Desarrollar y registrar el plan de evaluación de los planes de acondicionamiento físico, concretando los instrumentos y la secuencia de aplicación, así como el tratamiento y la finalidad de los datos obtenidos, todo ello utilizando las tecnologías de la información y la comunicación.

c) Gestionar la puesta en marcha de los programas y eventos de acondicionamiento físico, organizando los recursos y las acciones necesarias para la promoción, desarrollo y supervisión de los mismos.

f) Programar el acondicionamiento físico con soporte musical, en función de las características de los grupos, de los medios disponibles y de los datos de seguimiento, indicando la metodología de actividades coreografiadas más apropiada.

i) Diseñar y secuenciar los ejercicios de las sesiones o actividades de acondicionamiento físico con soporte musical para todo tipo de participantes, respetando los objetivos y la dinámica de la intensidad en las fases de las sesiones o actividades.

l) Dirigir y dinamizar la realización de las técnicas programadas y los ejercicios de acondicionamiento físico con soporte musical, adaptándolas a la dinámica de la actividad y a la del grupo.

n) Coordinar el trabajo de los técnicos que intervienen en los eventos y programas de acondicionamiento físico, organizándolos en función de las actividades.

ñ) Proporcionar la atención básica a los participantes que sufren accidentes durante el desarrollo de las actividades, aplicando los primeros auxilios.

o) Adaptarse a las nuevas situaciones laborales, manteniendo actualizados los conocimientos científicos, técnicos y tecnológicos relativos a su entorno profesional, gestionando su formación y los recursos existentes en el aprendizaje a lo largo de la vida y utilizando las tecnologías de la información y la comunicación.

p) Resolver situaciones, problemas o contingencias con iniciativa y autonomía en el ámbito de su competencia, con creatividad, innovación y espíritu de mejora en el trabajo personal y en el de los miembros del equipo.

q) Organizar y coordinar equipos de trabajo con responsabilidad supervisando el desarrollo del mismo, manteniendo relaciones fluidas y asumiendo el liderazgo, así como aportando soluciones a los conflictos grupales que se presenten.

r) Comunicarse con sus iguales, superiores, clientes y personas bajo su responsabilidad, utilizando vías eficaces de comunicación, transmitiendo la información o conocimientos adecuados y respetando la autonomía y competencia de las personas que intervienen en el ámbito de su trabajo.

s) Generar entornos seguros en el desarrollo de su trabajo y el de su equipo, supervisando y aplicando los procedimientos de prevención de riesgos laborales y ambientales, de acuerdo con lo establecido por la normativa y los objetivos de la empresa.



MATERIA: ABAFSM

NIVEL: 1º CFGSTAF

CURSO: 2020/2021

t) Supervisar y aplicar procedimientos de gestión de calidad, de accesibilidad universal y de «diseño para todas las personas», en las actividades profesionales incluidas en los procesos de producción o prestación de servicios.

v) Ejercer sus derechos y cumplir con las obligaciones derivadas de su actividad profesional, de acuerdo con lo establecido en la legislación vigente, participando activamente en la vida económica, social y cultural.

RESULTADOS DE APRENDIZAJE (RELACIONADAS CON EL MÓDULO)//CRITERIOS DE EVALUACIÓN

RESULTADOS DE APRENDIZAJE	CRITERIOS DE EVALUACIÓN
<p>1. Analiza las características de las actividades básicas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical, relacionándolas con los procesos de adaptación que provocan en el organismo.</p>	<p>a) Se ha descrito la técnica de ejecución de las actividades y modalidades básicas de acondicionamiento físico con soporte musical, indicando la dificultad, la intensidad, y los errores más frecuentes.</p> <p>b) Se han relacionado las distintas actividades básicas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical con las posibles tipologías y niveles de las personas usuarias más habituales.</p> <p>c) Se han analizado las adaptaciones fisiológicas al trabajo realizado en las actividades básicas de acondicionamiento físico con soporte musical.</p> <p>d) Se han descrito los signos y síntomas de fatiga y sobrecarga más frecuentes en este tipo de actividades.</p> <p>e) Se ha valorado la importancia del control postural en las actividades básicas de acondicionamiento físico con soporte musical.</p> <p>f) Se han descrito las características y condiciones de seguridad de los diferentes aspectos de las actividades básicas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical.</p> <p>g) Se han enumerado las contraindicaciones absolutas y relativas a la práctica de las diferentes modalidades y estilos de actividades básicas de acondicionamiento físico con soporte musical.</p>
<p>2. Programa actividades básicas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical, teniendo en cuenta las necesidades de las personas usuarias y los espacios de intervención.</p>	<p>a) Se han aplicado los procedimientos y las técnicas de programación y periodización para la mejora de la condición física en las actividades básicas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical.</p> <p>b) Se han establecido criterios de formulación de objetivos de mejora o mantenimiento de la condición física en función de la evolución del programa de actividades básicas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical y de los medios disponibles.</p>



MATERIA: ABAFSM

NIVEL: 1º CFGSTAF

CURSO: 2020/2021

	<p>c) Se han determinado los espacios, los equipamientos, los materiales, el equipo personal y los recursos complementarios para: desarrollar los programas de actividades básicas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical y para poder garantizar la seguridad en la organización y desarrollo de eventos.</p> <p>d) Se han utilizado los equipos y las aplicaciones informáticas específicas para la elaboración de los programas.</p> <p>e) Se han establecido series coreografiadas por niveles de intensidad y de dificultad, teniendo en cuenta los mecanismos de adaptación fisiológica y las variables que se ponen en juego en las actividades básicas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical.</p> <p>f) Se han establecido las estrategias de instrucción y de comunicación, así como las adaptaciones de las mismas para facilitar la atención y la motivación de los diferentes tipos de personas usuarias.</p> <p>g) Se han definido los criterios de seguridad, adecuación y efectividad de un programa de actividades básicas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical y los factores que se deben tener en cuenta para evitar lesiones o sobrecargas durante la ejecución.</p> <p>h) Se han descrito los indicadores, los instrumentos y las técnicas que determinan la evaluación de la calidad del servicio, tanto en el proceso como en el resultado.</p> <p>i) Se han utilizado los equipos y las aplicaciones informáticas específicas para la elaboración de los programas.</p>
<p>3. Diseña coreografías sencillas, adaptándolas a los objetivos y contenidos de una sesión y a la música seleccionada.</p>	<p>a) Se ha seleccionado el soporte musical que se adecúa: al estilo, a la intensidad correspondiente según la parte de la sesión y a la duración de la secuencia o composición coreográfica.</p> <p>b) Se han elegido y ordenado los pasos básicos y sus variantes en la elaboración de las secuencias o composiciones coreográficas básicas, en función de la modalidad, del estilo, o del tipo de cliente y sus características específicas.</p> <p>c) Se han utilizado técnicas específicas de representación gráfica o escrita para recoger y registrar pasos, movimientos, ejercicios y composiciones.</p> <p>d) Se han aplicado criterios fisiológicos, biomecánicos y de motivación en la secuencia de pasos, movimientos, ejercicios y composiciones, relacionando los objetivos de mejora de las capacidades físicas con el volumen, la intensidad y la dificultad de cada fase de la sesión.</p>



ER-0213/2005

GA-2008/0588

MATERIA: ABAFSM

NIVEL: 1º CFGSTAF

CURSO: 2020/2021

	<p>e) Se han previsto adaptaciones para atender los diferentes niveles de competencia motriz de los componentes del grupo al que se dirige la composición coreográfica.</p> <p>f) Se ha determinado la metodología que se emplea en la enseñanza de las coreografías.</p> <p>g) Se han establecido los parámetros que se deben tener en cuenta para evaluar el desarrollo de la sesión.</p>
<p>4. Dirige sesiones de actividades básicas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical, aplicando metodologías específicas para su desarrollo.</p>	<p>a) Se ha asegurado la accesibilidad a los espacios de práctica y la disponibilidad de los recursos necesarios para las actividades básicas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical en condiciones de seguridad.</p> <p>b) Se ha comprobado el estado de los elementos específicos de seguridad y prevención de riesgos relativos a su área de responsabilidad en la sala de aeróbic.</p> <p>c) Se ha informado acerca del desarrollo de la sesión y los requerimientos de vestimenta y complementos.</p> <p>d) Se ha supervisado la indumentaria y complementos de las personas participantes para garantizar la funcionalidad, el confort y la seguridad.</p> <p>e) Se han explicado y demostrado las actividades propuestas y el uso de los aparatos y materiales, aplicando estrategias de instrucción y comunicación específicas en los ejercicios, en las secuencias y en las composiciones coreográficas.</p> <p>f) Se han utilizado los códigos gestuales o verbales para transmitir las indicaciones a los componentes del grupo, sin interrumpir el desarrollo de la sesión de actividades básicas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical.</p> <p>g) Se ha adaptado el nivel de intensidad y dificultad de las actividades a las características de las personas participantes.</p> <p>h) Se han detectado los signos y síntomas de fatiga y sobrecarga y los errores en la ejecución de los pasos y se han dado las indicaciones oportunas para su corrección.</p> <p>i) Se han aplicado los instrumentos de evaluación de la sesión.</p>
<p>5. Organiza las actividades de una sala de aeróbic, estableciendo las pautas de organización de los recursos específicos que garanticen la versatilidad, la eficacia y la seguridad.</p>	<p>a) Se ha valorado la dotación de la sala de aeróbic, analizando los requerimientos de los eventos y de las actividades de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical, a la luz de las últimas tendencias del sector.</p> <p>b) Se han valorado las condiciones de accesibilidad a la sala de aeróbic para que puedan participar en las actividades de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical personas con movilidad reducida.</p>



MATERIA: ABAFSM

NIVEL: 1º CFGSTAF

CURSO: 2020/2021

	<p>c) Se han establecido los procedimientos de detección y de corrección de anomalías de los elementos específicos de las actividades de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical en la dotación de la sala de aeróbic.</p> <p>d) Se han definido criterios para la organización de horarios de eventos y de actividades de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical y la coordinación con otras áreas y técnicos, garantizando la seguridad y la optimización del uso de los espacios y materiales.</p> <p>e) Se han previsto las gestiones para la organización de eventos, competiciones, concursos y actividades de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical.</p> <p>f) Se ha establecido el procedimiento de evaluación de la calidad del funcionamiento de una sala de aeróbic.</p>
<p>6. Aplica los planes de emergencia en la sala de aeróbic, valorando las condiciones y los factores de riesgo.</p>	<p>a) Se ha relacionado la legislación básica sobre seguridad y salud laboral con el ejercicio profesional en las actividades de acondicionamiento físico con soporte musical.</p> <p>b) Se han identificado y descrito los planes de emergencia de una instalación deportiva y de una sala de aeróbic en particular.</p> <p>c) Se han establecido procedimientos de seguridad y prevención de riesgos relativos a su área de responsabilidad en las actividades de acondicionamiento físico en la sala de aeróbic.</p> <p>d) Se han inventariado los medios materiales necesarios en un plan de emergencia para una sala de aeróbic.</p> <p>e) Se han relacionado la asignación de funciones y las instrucciones al personal de una instalación deportiva en general y una sala de aeróbic en particular.</p> <p>f) Se han dirigido situaciones simuladas de evacuación de una sala de aeróbic.</p>



MATERIA: ABAFSM

NIVEL: 1º CFGSTAF

CURSO: 2020/2021

4.- RELACIÓN DE UNIDADES DE TRABAJO CON BLOQUES TEMÁTICOS Y TEMPORALIZACIÓN

	BLOQUE TEMÁTICO	UNIDAD DE TRABAJO	TÍTULO	TEMPORALIZACIÓN
1ª EVALUACIÓN	1	1	Actividades básicas para el acondicionamiento físico en grupo con soporte musical	Semana 1 y 2 (1 hora teórica)
	2	2	Aerobic: iniciación y diseño de coreografías	Semana 3 a 6 (1 hora teórica)
	3	3	Aerobic: programación	Semana 7 y 8 (1 hora teórica)
	4	4	Aerobic: dirección sesiones	Semana 9 a 11 (1 hora teórica)
	PRÁCTICAS: 73 horas			
2ª EVALUACIÓN	2	5	Step: iniciación y diseño de coreografías	Semana 12 a 16 (1 hora teórica)
	3	6	Step: programación	Semana 17 y 18 (1 hora teórica)
	4	7	Step: dirección sesiones	Semana 19 a 21 (1 hora teórica)
	1	8	La sala de aerobic: organización y seguridad	Semana 22 a 23 (1 hora teórica)
	PRÁCTICAS: 80 horas			
3ª EVALUACIÓN	2	9	Body pump: iniciación y diseño de coreografías	Semana 24 a 27 (1 hora teórica)
	3	10	Body pump: programación	Semana 28 a 29 (1 hora teórica)
	4	11	Body pump: dirección sesiones	Semana 30 a 32 (1 hora teórica)
	PRÁCTICAS: 60 horas			TOTAL HORAS:



ER-0213/2009

GA-2008/0588

MATERIA: ABAFSM

NIVEL: 1º CFGSTAF

CURSO: 2020/2021

5.- DESARROLLO DE UNIDADES DE TRABAJO Y CONTENIDOS Y SU RELACIÓN CON LOS RESULTADOS DE APRENDIZAJE, OBJETIVOS GENERALES DEL CICLO Y COMPETENCIA PROFESIONAL.

	RA	CE
<p>1. Actividades básicas para el acondicionamiento físico en grupo con soporte musical</p> <p><u>Objetivos:</u> a, b, d, e, g, j, k, n, o, p, q, s, t, u, w. <u>Competencias:</u> a, b, c, f, i, l, n, ñ, o, p, q, r, s, t, v.</p> <p style="text-align: center;"><u>Contenidos</u></p> <p>Actividades básicas para el acondicionamiento físico en grupo con soporte musical:</p> <ul style="list-style-type: none"> — Elementos técnicos de las actividades básicas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical. <ul style="list-style-type: none"> - El adecuado uso de la música. Ritmo, partes o estructuras musicales. - Pasos de aeróbic. - Combinaciones-construcción coreográfica, series coreografiadas. - Fuentes coreográficas, ritmos latinos, entorno de la danza y modalidades afines. - Los ejercicios de tonificación. - Biomecánica postural adecuada. — Efecto de las distintas actividades básicas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical sobre la mejora de la condición física y la salud. — Evolución de los perfiles de las personas usuarias. — Variables de las actividades coreografiadas que condicionan la intensidad. — Métodos específicos para el desarrollo de las capacidades condicionales a través de actividades básicas con soporte musical. — Criterios de seguridad para la práctica de las actividades básicas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical. Impacto articular. — Contraindicaciones absolutas o relativas en la práctica de las actividades básicas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical. — Defectos y errores más comunes en los gestos técnicos del aeróbic básico. Pautas para detectarlos. Efectos patológicos de las incorrecciones de determinadas posturas y ejercicios. 	<p>1 Ponderación calificación: 15 %</p>	<p>a, b, c, d, e, f, g.</p>



MATERIA: ABAFSM

NIVEL: 1º CFGSTAF

CURSO: 2020/2021

	RA	CE
<p>2. Aerobic: iniciación y diseño de coreografías</p> <p><u>Objetivos:</u> a, b, d, e, g, j, k, n, o, p, q, s, t, u, w. <u>Competencias:</u> a, b, c, f, i, l, n, ñ, o, p, q, r, s, t, v.</p> <p style="text-align: center;"><u>Contenidos</u></p> <p>Diseño de coreografías:</p> <ul style="list-style-type: none"> — Estructura de la sesión de acondicionamiento físico con soporte musical. — Diseño y composición de coreografías atendiendo al aeróbic básico o a diferentes estilos y modalidades. — Gestos técnicos y movimientos adaptados derivados de: <ul style="list-style-type: none"> - Diversas modalidades deportivas. - El entorno de la danza. - Las gimnasias suaves. — Música en las actividades de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical. — Medios audiovisuales. Medios informáticos. — Representación gráfica y escrita de coreografías. — Estrategias metodológicas específicas, técnicas de demostración y de comunicación con uso de espejo. — Estructura de progresiones coreografiadas relacionadas con la tonificación, intervalos, circuitos. — Sesiones específicas, tren superior, tren inferior, g.a.p. Incorporación de las últimas tendencias. — Diseño de la evaluación de la sesión. 	<p>3</p> <p>Ponderación calificación: 10 %</p>	<p>a, b, c, d, e, f, g.</p>



MATERIA: ABAFSM

NIVEL: 1º CFGSTAF

CURSO: 2020/2021

	RA	CE
<p>3. Aerobic: programación</p> <p><u>Objetivos:</u> a, b, d, e, g, j, k, n, o, p, q, s, t, u, w. <u>Competencias:</u> a, b, c, f, i, l, n, ñ, o, p, q, r, s, t, v.</p> <p style="text-align: center;"><u>Contenidos</u></p> <p>Programación de actividades básicas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical:</p> <ul style="list-style-type: none"> — Elementos de la programación. — Programas específicos de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical: elaboración, progresión secuencial. — Recursos informáticos aplicados a las actividades físicas y deportivas: <ul style="list-style-type: none"> - Software específico de entrenamiento. - Software específico para la elaboración y adaptación de los programas de mejora de la condición física aplicados al acondicionamiento físico en grupo con soporte musical. - Ofimática adaptada. — Combinación de las variables de dificultad e intensidad. — Estrategias de instrucción de actividades coreografiadas. — Adaptación de las actividades básicas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical a las posibilidades de ejecución de las personas usuarias. — Evaluación de programas de acondicionamiento físico con soporte musical. <ul style="list-style-type: none"> - Indicadores, instrumentos, técnicas, secuencias de aplicación. - Procedimiento para la interpretación de resultados. 	<p>2</p> <p>Ponderación calificación: 5 %</p>	<p>a, b, c, d, e, f, g, h, i</p>



ER-0213/2005

GA-2008/0588

MATERIA: ABAFSM

NIVEL: 1º CFGSTAF

CURSO: 2020/2021

	RA	CE
<p>4. Aerobic: dirección sesiones</p> <p><u>Objetivos:</u> a, b, d, e, g, j, k, n, o, p, q, s, t, u, w. <u>Competencias:</u> a, b, c, f, i, l, n, ñ, o, p, q, r, s, t, v.</p> <p style="text-align: center;"><u>Contenidos</u></p> <p>Dirección de sesiones:</p> <ul style="list-style-type: none"> — Mantenimiento operativo de instalaciones, aparatos y elementos propios de las actividades básicas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical. — Ejecución de los elementos técnicos de las actividades coreografiadas. <ul style="list-style-type: none"> - Pasos básicos y variantes del aeróbic. - Ritmos latinos. - La danza y modalidades afines. - Secuencias de ejercicios de tonificación. - Ejercicios de estiramiento, entre otros. — Proceso y estrategias de instrucción en las actividades rítmicas. — Integración de la demostración de los elementos técnicos, con la observación de la ejecución de otros, la detección de errores y la comunicación de consignas. — Estrategias para adaptar la intensidad de la ejecución de la secuencia coreografiada. — Metodología específica de aprendizaje de secuencias y composiciones coreográficas: modelo de las progresiones para la enseñanza de las series coreografiadas. <ul style="list-style-type: none"> - Modelo libre. - Modelos coreografiados. - Nuevas tendencias. — Supervisión del uso de aparatos y materiales. — Registros de evaluación de los elementos de la sesión de acondicionamiento físico con soporte musical. 	<p>4</p> <p>Ponderación calificación: 10 %</p>	<p>a, b, c, d, e, f, g, h, i.</p>



MATERIA: ABAFSM

NIVEL: 1º CFGSTAF

CURSO: 2020/2021

	RA	CE
<p>5. Step: iniciación y diseño de coreografías</p> <p><u>Objetivos:</u> a, b, d, e, g, j, k, n, o, p, q, s, t, u, w. <u>Competencias:</u> a, b, c, f, i, l, n, ñ, o, p, q, r, s, t, v.</p> <p style="text-align: center;"><u>Contenidos</u></p> <p>Diseño de coreografías:</p> <ul style="list-style-type: none"> — Estructura de la sesión de acondicionamiento físico con soporte musical. — Diseño y composición de coreografías atendiendo al aeróbic básico o a diferentes estilos y modalidades. — Gestos técnicos y movimientos adaptados derivados de: <ul style="list-style-type: none"> - Diversas modalidades deportivas. - El entorno de la danza. - Las gimnasias suaves. — Música en las actividades de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical. — Medios audiovisuales. Medios informáticos. — Representación gráfica y escrita de coreografías. — Estrategias metodológicas específicas, técnicas de demostración y de comunicación con uso de espejo. — Estructura de progresiones coreografiadas relacionadas con la tonificación, intervalos, circuitos. — Sesiones específicas, tren superior, tren inferior, g.a.p. Incorporación de las últimas tendencias. — Diseño de la evaluación de la sesión. 	<p>3</p> <p>Ponderación calificación: 10 %</p>	<p>a, b, c, d, e, f, g.</p>



MATERIA: ABAFSM

NIVEL: 1º CFGSTAF

CURSO: 2020/2021

	RA	CE
<p>6. Step: programación</p> <p><u>Objetivos:</u> a, b, d, e, g, j, k, n, o, p, q, s, t, u, w. <u>Competencias:</u> a, b, c, f, i, l, n, ñ, o, p, q, r, s, t, v.</p> <p style="text-align: center;"><u>Contenidos</u></p> <p>Programación de actividades básicas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical:</p> <ul style="list-style-type: none"> — Elementos de la programación. — Programas específicos de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical: elaboración, progresión secuencial. — Recursos informáticos aplicados a las actividades físicas y deportivas: <ul style="list-style-type: none"> - Software específico de entrenamiento. - Software específico para la elaboración y adaptación de los programas de mejora de la condición física aplicados al acondicionamiento físico en grupo con soporte musical. - Ofimática adaptada. — Combinación de las variables de dificultad e intensidad. — Estrategias de instrucción de actividades coreografiadas. — Adaptación de las actividades básicas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical a las posibilidades de ejecución de las personas usuarias. — Evaluación de programas de acondicionamiento físico con soporte musical. <ul style="list-style-type: none"> - Indicadores, instrumentos, técnicas, secuencias de aplicación. - Procedimiento para la interpretación de resultados. 	<p>2</p> <p>Ponderación calificación: 5 %</p>	<p>a, b, c, d, e, f, g, h, i</p>



MATERIA: ABAFSM

NIVEL: 1º CFGSTAF

CURSO: 2020/2021

	RA	CE
<p>7. Step: dirección sesiones</p> <p><u>Objetivos:</u> a, b, d, e, g, j, k, n, o, p, q, s, t, u, w. <u>Competencias:</u> a, b, c, f, i, l, n, ñ, o, p, q, r, s, t, v.</p> <p style="text-align: center;"><u>Contenidos</u></p> <p>Dirección de sesiones:</p> <ul style="list-style-type: none"> — Mantenimiento operativo de instalaciones, aparatos y elementos propios de las actividades básicas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical. — Ejecución de los elementos técnicos de las actividades coreografiadas. <ul style="list-style-type: none"> - Pasos básicos y variantes del aeróbic. - Ritmos latinos. - La danza y modalidades afines. - Secuencias de ejercicios de tonificación. - Ejercicios de estiramiento, entre otros. — Proceso y estrategias de instrucción en las actividades rítmicas. — Integración de la demostración de los elementos técnicos, con la observación de la ejecución de otros, la detección de errores y la comunicación de consignas. — Estrategias para adaptar la intensidad de la ejecución de la secuencia coreografiada. — Metodología específica de aprendizaje de secuencias y composiciones coreográficas: modelo de las progresiones para la enseñanza de las series coreografiadas. <ul style="list-style-type: none"> - Modelo libre. - Modelos coreografiados. - Nuevas tendencias. — Supervisión del uso de aparatos y materiales. — Registros de evaluación de los elementos de la sesión de acondicionamiento físico con soporte musical. 	<p>4</p> <p>Ponderación calificación: 10 %</p>	<p>a, b, c, d, e, f, g, h, i.</p>



MATERIA: ABAFSM

NIVEL: 1º CFGSTAF

CURSO: 2020/2021

	RA	CE
<p>8. La sala de aerobic: organización y seguridad</p> <p><u>Objetivos:</u> a, b, d, e, g, j, k, n, o, p, q, s, t, u, w. <u>Competencias:</u> a, b, c, f, i, l, n, ñ, o, p, q, r, s, t, v.</p> <p style="text-align: center;"><u>Contenidos</u></p> <p>Organización de actividades de la sala de aeróbic:</p> <ul style="list-style-type: none"> — Instalaciones, aparatos y elementos propios de las actividades de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical. — Adecuación para personas con movilidad reducida. <ul style="list-style-type: none"> - Supervisión y corrección de accesos y desplazamientos, - Eliminación de barreras arquitectónicas. - Dotación de carteles y medios informativos. — Organización y gestión de los recursos. <ul style="list-style-type: none"> - Coordinación y gestión de los equipos, los materiales y los almacenes. - Coordinación con los técnicos de las otras áreas de fitness. — Control y mantenimiento, preventivo y correctivo; periodicidad; técnicos responsables. — Interacción y coordinación de oferta de actividades y eventos. <ul style="list-style-type: none"> - Perfil de las personas usuarias y adecuación de horarios de las actividades. - Los eventos promocionales. Planificación, organización, fases y trámites. — Aplicación de las normas de calidad. Modelo de excelencia de la instalación. — Procedimientos de evaluación. <p>Seguridad y prevención en la sala de aeróbic:</p> <ul style="list-style-type: none"> — Prevención y seguridad. <ul style="list-style-type: none"> - Legislación básica y específica sobre seguridad y prevención en la sala de aeróbic. - Normativa de aplicación en materia de seguridad en salas de aeróbic. - Seguridad de personas, de bienes y de actividades de una sala de aeróbic. - Medidas de prevención de riesgos en instalaciones deportivas. Medidas específicas de prevención de riesgos en la sala de aeróbic. <ul style="list-style-type: none"> - Plan de mantenimiento preventivo, periodicidad de las revisiones, inventario técnico, dotación de seguridad, diagnóstico de las situaciones anómalas. - Medidas de protección medioambiental y de seguridad y salud laboral. — El plan de emergencia. <ul style="list-style-type: none"> - Plan de evacuación, diseño y puesta en práctica (simulacros). Soportes informativos. <ul style="list-style-type: none"> - Coordinación con otros u otras profesionales y servicios. - Evaluación del plan de emergencia. 	<p>5</p> <p>Ponderación calificación: 5 %</p>	a, b, c, d, e, f.
	<p>6</p> <p>Ponderación calificación: 5 %</p>	a, b, c, d, e, f.



MATERIA: ABAFSM

NIVEL: 1º CFGSTAF

CURSO: 2020/2021

	RA	CE
<p>9. Body pump: iniciación y diseño de coreografías</p> <p><u>Objetivos:</u> a, b, d, e, g, j, k, n, o, p, q, s, t, u, w. <u>Competencias:</u> a, b, c, f, i, l, n, ñ, o, p, q, r, s, t, v.</p> <p style="text-align: center;"><u>Contenidos</u></p> <p>Diseño de coreografías:</p> <ul style="list-style-type: none"> — Estructura de la sesión de acondicionamiento físico con soporte musical. — Diseño y composición de coreografías atendiendo al aeróbic básico o a diferentes estilos y modalidades. — Gestos técnicos y movimientos adaptados derivados de: <ul style="list-style-type: none"> - Diversas modalidades deportivas. - El entorno de la danza. - Las gimnasias suaves. — Música en las actividades de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical. — Medios audiovisuales. Medios informáticos. — Representación gráfica y escrita de coreografías. — Estrategias metodológicas específicas, técnicas de demostración y de comunicación con uso de espejo. — Estructura de progresiones coreografiadas relacionadas con la tonificación, intervalos, circuitos. — Sesiones específicas, tren superior, tren inferior, g.a.p. Incorporación de las últimas tendencias. — Diseño de la evaluación de la sesión. 	<p style="text-align: center;">3</p> <p>Ponderación calificación: 10 %</p>	<p>a, b, c, d, e, f, g.</p>



MATERIA: ABAFSM

NIVEL: 1º CFGSTAF

CURSO: 2020/2021

	RA	CE
<p>10. Body pump: programación</p> <p><u>Objetivos:</u> a, b, d, e, g, j, k, n, o, p, q, s, t, u, w. <u>Competencias:</u> a, b, c, f, i, l, n, ñ, o, p, q, r, s, t, v.</p> <p style="text-align: center;"><u>Contenidos</u></p> <p>Programación de actividades básicas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical:</p> <ul style="list-style-type: none"> — Elementos de la programación. — Programas específicos de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical: elaboración, progresión secuencial. — Recursos informáticos aplicados a las actividades físicas y deportivas: <ul style="list-style-type: none"> - Software específico de entrenamiento. - Software específico para la elaboración y adaptación de los programas de mejora de la condición física aplicados al acondicionamiento físico en grupo con soporte musical. - Ofimática adaptada. — Combinación de las variables de dificultad e intensidad. — Estrategias de instrucción de actividades coreografiadas. — Adaptación de las actividades básicas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical a las posibilidades de ejecución de las personas usuarias. — Evaluación de programas de acondicionamiento físico con soporte musical. <ul style="list-style-type: none"> - Indicadores, instrumentos, técnicas, secuencias de aplicación. - Procedimiento para la interpretación de resultados. 	<p>2</p> <p>Ponderación calificación: 5 %</p>	<p>a, b, c, d, e, f, g, h, i</p>



ER-0213/2005

GA-2008/0588

MATERIA: ABAFSM

NIVEL: 1º CFGSTAF

CURSO: 2020/2021

	RA	CE
<p>11. Body pump: dirección sesiones</p> <p><u>Objetivos:</u> a, b, d, e, g, j, k, n, o, p, q, s, t, u, w. <u>Competencias:</u> a, b, c, f, i, l, n, ñ, o, p, q, r, s, t, v.</p> <p style="text-align: center;"><u>Contenidos</u></p> <p>Dirección de sesiones:</p> <ul style="list-style-type: none"> — Mantenimiento operativo de instalaciones, aparatos y elementos propios de las actividades básicas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical. — Ejecución de los elementos técnicos de las actividades coreografiadas. <ul style="list-style-type: none"> - Pasos básicos y variantes del aeróbic. - Ritmos latinos. - La danza y modalidades afines. - Secuencias de ejercicios de tonificación. - Ejercicios de estiramiento, entre otros. — Proceso y estrategias de instrucción en las actividades rítmicas. — Integración de la demostración de los elementos técnicos, con la observación de la ejecución de otros, la detección de errores y la comunicación de consignas. — Estrategias para adaptar la intensidad de la ejecución de la secuencia coreografiada. — Metodología específica de aprendizaje de secuencias y composiciones coreográficas: modelo de las progresiones para la enseñanza de las series coreografiadas. <ul style="list-style-type: none"> - Modelo libre. - Modelos coreografiados. - Nuevas tendencias. — Supervisión del uso de aparatos y materiales. — Registros de evaluación de los elementos de la sesión de acondicionamiento físico con soporte musical. 	<p>4</p> <p>Ponderación calificación: 10 %</p>	<p>a, b, c, d, e, f, g, h, i.</p>



MATERIA: ABAFSM

NIVEL: 1º CFGSTAF

CURSO: 2020/2021

6.- ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS (Incluir los instrumentos de evaluación que se utilizarán).

6.1.- Aportación al Proyecto Lingüístico del centro (PLC)

Promoción de lecturas vinculadas al módulo a modo de actividades de clase y/o de evaluación. Por su parte, el desarrollo de los propios contenidos y resultados de aprendizaje del módulo fomentan las buenas prácticas comunicativas.

6.2.- Estrategias Metodológicas

Las estrategias y las líneas de actuación en el proceso de enseñanza-aprendizaje que permiten alcanzar los objetivos del módulo versarán sobre:

- La simulación de condiciones de práctica.
- Las visitas y colaboraciones con diferentes instituciones.
- Intervenciones prácticas en contextos reales.
- La incentivación de la creatividad y del carácter innovador.
- El trabajo cooperativo.
- La autoevaluación y la coevaluación.

Por su parte, las actividades de aprendizaje que permiten alcanzar los objetivos del módulo están relacionadas con:

- Estudio práctico de los ejercicios y elementos coreográficos de las actividades básicas de acondicionamiento físico con soporte musical.
- Elaboración de la programación específica de la sala de aeróbic a partir de la programación general.
- Elaboración de programas de mejora de la condición física, a través de actividades en grupo con soporte musical, adaptados a las posibilidades e intereses de las personas usuarias, a los medios disponibles y a las necesidades detectadas en el análisis inicial.
- Puesta en práctica de las metodologías específicas de los distintos métodos de actividades básicas de acondicionamiento físico con soporte musical.
- Experimentación con el soporte musical y con los materiales propios de las actividades básicas de acondicionamiento físico con soporte musical, así como con el uso de materiales no específicos.
- Organización de competiciones, concursos y eventos lúdico-deportivos con el fin de reforzar la motivación y fidelidad de las personas usuarias.

En cuanto al proceso de evaluación se utilizarán los siguientes instrumentos de evaluación:

- Rúbricas.
- Registro Anecdótico.
- Listas de control.
- Escalas de observación.
- Pruebas teóricas y/o prácticas.



MATERIA: ABAFSM

NIVEL: 1º CFGSTAF

CURSO: 2020/2021

6.3.- Modificaciones de la programación debido a la situación de emergencia sanitaria.

Debido a la delicada situación sanitaria en la que tiene lugar el curso 2020/2021 provocada por el virus Covid-19, en caso de darse las circunstancias que impidan el normal desarrollo de las clases y de la presente programación se tomarán las siguientes medidas generales, sin perjuicio de las decisiones que adopte el Departamento o las instrucciones que se reciban por parte del Centro o de las autoridades competentes:

- Desarrollo de la materia de manera online a través de la plataforma Google Classroom.
- Selección de contenidos básicos a trabajar dentro de cada UD.
- Modificación en la temporalización prevista de los contenidos según el momento del curso en el que y el punto de la programación en la que nos encontremos.

7.- MATERIALES DIDÁCTICOS.

Instalaciones y espacios formativos:

- Aula de teoría.
- Instalaciones deportivas municipales.
- Parque periurbano.
- Biblioteca del Centro.

Materiales didácticos:

- Bibliografía del departamento.
- Bibliografía de la biblioteca del centro.
- Material propio del Departamento de Actividades Físicas y Deportivas.
- Material solicitado al SMD.

8.- CRITERIOS DE CALIFICACIÓN, PONDERACIÓN DE RESULTADOS DE APRENDIZAJE Y RECUPERACIÓN.

8.1. Criterios de calificación

- La calificación de cada trimestre será la suma de las notas medias ponderadas de los distintos resultados de aprendizaje trabajados en el mismo, calculada sobre 10 puntos.
- La calificación final de la materia quedará determinada por la nota media ponderada de todos los resultados de aprendizaje, calculada sobre 10 puntos.
- Para superar la materia hay que obtener como mínimo un 50% de la máxima puntuación, es decir, una nota de 5 puntos. En caso de no llegar a los 5 puntos se llevará a cabo una recuperación del módulo en la convocatoria ordinaria pertinente.
- La calificación de los diferentes resultados de aprendizaje se obtendrá a través de las rúbricas correspondientes, las cuales tendrán el siguiente formato:



MATERIA: ABAFSM

NIVEL: 1º CFGSTAF

CURSO: 2020/2021

	5	4	3	2	1	0
Resultado aprendizaje	Se cumplen todos los indicadores del resultado de aprendizaje a evaluar según las tareas propuestas	No se cumple uno de los indicadores del resultado de aprendizaje a evaluar según las tareas propuestas	No se cumplen dos de los indicadores del resultado de aprendizaje a evaluar según las tareas propuestas	No se cumplen 3 de los indicadores del resultado de aprendizaje a evaluar según las tareas propuestas	No se desarrollan o no se trabajan algunos de los indicadores del resultado de aprendizaje	No se desarrolla o no se trabaja ninguno de los indicadores del resultado de aprendizaje

El número de columnas con su correspondiente puntuación vendrá determinado por el número de indicadores que se evaluará según cada resultado de aprendizaje en función de lo trabajado en cada Unidad Didáctica

- El/La alumno/a que tenga el 20% de faltas de asistencia (justificadas o no justificadas) en el módulo perderá el derecho a la evaluación continua. En este caso tendrá derecho a realizar una(s) prueba(s) por el contenido de toda la materia que se diseña específicamente para el alumnado que está en esta situación. Antes de darse esta situación el alumnado deberá ser avisado en dos ocasiones, cuando haya alcanzado el 33% (7 faltas) y el 66% (14 faltas) del total posible (20%) de ausencias en el módulo.

8.2.- Ponderación de los Resultados de Aprendizaje y/o de los Criterios de evaluación

Resultado Aprendizaje	Criterios de Evaluación	Ponderación sobre la nota final	Unidades de trabajo	Evaluación
1	a, b, c, d, e, f, g.	15 %	1	1ª
2	a, b, c, d, e, f, g.	5 %	3	1ª
2	a, b, c, d, e, f, g.	5 %	6	2ª
2	a, b, c, d, e, f, g.	5 %	10	3ª
3	a, b, c, d, e, f, g.	10 %	2	1ª
3	a, b, c, d, e, f, g.	10 %	5	2ª
3	a, b, c, d, e, f, g.	10 %	9	3ª
4	a, b, c, d, e, f, g, h, i.	10 %	4	1ª
4	a, b, c, d, e, f, g, h, i.	10 %	7	2ª
4	a, b, c, d, e, f, g, h, i.	10 %	11	1ª
5	a, b, c, d, e, f.	5%	8	2ª
6	a, b, c, d, e, f.	5 %	8	2ª

8.3- Medidas de Recuperación

Además de las convocatorias ordinarias oficiales para la recuperación del módulo antes mencionadas, cualquier alumno/a tendrá la opción de subir nota o recuperar a final de cada trimestre. Para ello se plantearán pruebas y/o trabajos en función de los contenidos asociados a los resultados de aprendizaje en los que quieran mejorar sus calificaciones.



MATERIA: ABAFSM

NIVEL: 1º CFGSTAF

CURSO: 2020/2021

9.- INDICADORES DE LOGRO SOBRE LOS PROCESOS DE ENSEÑANZA Y PRÁCTICA DOCENTE.

Indicadores enseñanza:

Se miden mediante los siguientes parámetros, una vez por trimestre y, en función de su resultado, se adoptan las medidas correctivas adecuadas:

- **Programación impartida:** este indicador mide en porcentaje el número de unidades impartidas en el trimestre con respecto al número que se había previsto impartir en el mismo. Tiene que ser superior al 85%.
- **Horas impartidas:** este indicador mide en porcentaje el número de horas impartidas en el trimestre con respecto al número de horas que se habían previsto durante el mismo. Tiene que ser superior al 90%.
- **Asistencia del alumnado:** este indicador también se expresa en porcentaje. Se calcula el número de faltas totales del grupo (justificadas o no) del alumnado que asiste regularmente a clase, y se divide entre el número de horas totales que se han impartido en el trimestre. La cantidad que se obtiene se detrae del 100%. Tiene que ser superior al 90%.
- **Alumnado aprobado:** también se expresa en porcentaje. Es la división entre el número de alumnos aprobados en el grupo en cada trimestre, entre el número total de alumnos que componen el grupo y asisten regularmente a clase. Tiene que ser superior al 70 %.

Indicadores de la práctica docente:

Otro aspecto a evaluar es la propia práctica docente. Como ejemplos de estos indicadores están los siguientes.

- **Uso de las TIC en el aula:** este indicador mide el número de veces que se hace uso de las TICs en el aula, tanto por parte del alumnado, como por el profesorado. Se acuerda en el departamento hacer uso de las TIC, siendo habitual el uso de las mismas, especialmente en el caso del presente curso en el que cabe la posibilidad de adoptar un sistema de trabajo a distancia debido a la situación de emergencia sanitaria.
- **Actividades motivadoras:** este indicador mide el número de veces que se realizan actividades *distintas* a las habituales de enseñanza-aprendizaje, (tales como dinámicas de grupo, debates, trabajos de investigación, etc), que hacen que el desarrollo del módulo se haga distinto y motivador para el alumnado. Se acuerda en el departamento realizar actividades motivadoras, siendo habitual el uso de las mismas.

10- MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD:

.- DETECCIÓN, ACTUACIONES Y EVALUACIÓN

Se detectará al alumnado con necesidades educativas a través de la información recibida en la evaluación inicial por el tutor, además de las necesidades y particularidades que se detecten a lo largo del curso durante el desarrollo del módulo.

Se adaptará el proceso de enseñanza-aprendizaje a cada alumno/a según sus circunstancias particulares, tanto la metodología, actividades de clase, materiales didácticos empleados o proceso de evaluación.



MATERIA: ABAFSM

NIVEL: 1º CFGSTAF

CURSO: 2020/2021

11.- EVALUACIÓN DE LA PROGRAMACIÓN

En el Centro hay establecidos unos controles que permiten al profesorado evaluar la propia programación y hacer cambios en la misma cuando se detectan carencias, desajustes o necesidades. Así, los indicadores de logro descritos en el apartado 9 de la presente programación resultan mecanismos útiles para una evaluación de la misma.