

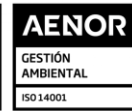


FAMILIA PROFESIONAL:  
ACTIVIDADES FÍSICAS Y  
DEPORTIVAS



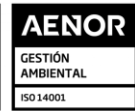
**CICLO FORMATIVO:  
ACONDICIONAMIENTO  
FÍSICO**

**CURSO: 2024/2025**



## INDICE

1. CONTEXTUALIZACIÓN DEL MÓDULO Y RELACIÓN CON EL PLAN DE CENTRO.
2. PRESENTACIÓN DEL MÓDULO.
3. OBJETIVOS GENERALES RELACIONADOS CON EL MÓDULO (*Enumerarlos estableciendo un orden numérico*)
4. COMPETENCIAS PROFESIONALES, PERSONALES Y SOCIALES (*Recoger en cada competencia sus iniciales*)
5. RESULTADOS DE APRENDIZAJE (RELACIONADAS CON EL MÓDULO) //CRITERIOS DE EVALUACIÓN (*Enumerarlos estableciendo un orden numérico*).
6. RELACIÓN DE UNIDADES DE TRABAJO CON BLOQUES TEMÁTICOS Y TEMPORALIZACIÓN
7. **DESARROLLO DE UNIDADES DE TRABAJO, CONTENIDO Y FORMACIÓN EN EMPRESAS.** (*Se Incluyen las Prácticas en los módulos que correspondan*). Y SU RELACIÓN CON LOS RESULTADOS DE APRENDIZAJE, OBJETIVOS GENERALES DEL CICLO Y COMPETENCIA PROFESIONAL..
8. ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS (Incluir los instrumentos de evaluación que se utilizarán).
  - 8.1. *Aportación al Proyecto Lingüístico del centro (PLC)*
  - 8.2. *Estrategias Metodológicas*
9. MATERIALES DIDÁCTICOS.
  - 9.1. OTROS RECURSOS Y MATERIALES:
10. EVALUACIÓN: CRITERIOS DE CALIFICACIÓN, PONDERACIÓN DE RESULTADOS DE APRENDIZAJE, RECUPERACIÓN Y HERRAMIENTAS
  - 10.1. *Criterios de calificación (Especificar rúbricas de evaluación).*
  - 10.2. *Ponderación de los Resultados de Aprendizaje y/o de los Criterios de evaluación*
  - 10.3. *Herramientas*
  - 10.4. *Medidas de Recuperación*
11. INDICADORES DE LOGRO SOBRE LOS PROCESOS DE ENSEÑANZA Y PRÁCTICA DOCENTE.
12. MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD.
13. **EVALUACIÓN DE LA PROGRAMACIÓN.**



## 1. CONTEXTUALIZACIÓN DEL MÓDULO Y RELACIÓN CON EL PLAN DE CENTRO.

El IES Emilio Canalejo Olmeda es un centro educativo en el que se imparten las enseñanzas de Educación Secundaria Obligatoria, Bachillerato y ciclos formativos de diferentes grados (Básico, Medio y Superior), contando con cinco familias profesionales.

El centro se encuentra enclavado en la parte Norte de la localidad de Montilla. Una zona con un fuerte componente económico basado en la agricultura, especialmente la vid y el olivo, lo que da justificación a la existencia de algunos de los ciclos formativos que se imparten en él (tanto de manera directa como indirecta) y que atraen no solo a alumnado de la localidad sino de toda la campiña cordobesa y pueblos de alrededor. La presencia de industria y el desarrollo del sector servicios está cada vez más presente igualmente en la localidad.

Es un centro con trayectoria y largo recorrido que ha ido ampliando enseñanzas desde su año de fundación, en 1968, y que, desde el año 2014, cuenta con unas amplias y modernas instalaciones en la Avenida Del Trabajo que permiten desarrollar, si cabe mejor aún, la práctica docente y el desarrollo de la formación integral del alumnado (biblioteca, laboratorios, talleres, tanto para ciclos formativos como para otras enseñanzas de ESO y Bachillerato, aulas específicas para las materias/módulos que así lo requieren, con materiales y recursos apropiados para el desarrollo de la práctica docente, espacios y zonas de recreo, etc. El centro, gracias a la labor constante, dinámica e innovadora del profesorado y del equipo directivo, así como a la colaboración estrecha con la asociación de padres y madres, empresas e instituciones, está en continuo proceso de cambio y mejora, no solo en lo que instalaciones o mejora de infraestructuras se refiere (espacio expositivo, agenda cultural de la biblioteca, carros de ordenadores portátiles para trabajar en el aula, espacios verdes y relacionados con la ecología, ...) sino especialmente a todo aquello que se relaciona con la práctica docente y la formación de nuestro alumnado (planes y programas que se desarrollan en el centro, metodología innovadora, atención a la diversidad, desarrollo y fortalecimiento del contacto con las empresas e instituciones, públicas o privadas, de la zona, orientación vocacional y profesional del alumnado para afrontar estudios superiores o salidas profesionales, ...).

La variedad de enseñanzas, no obstante, conlleva que el perfil del alumnado y profesorado que integra el centro sea muy diverso. En el centro hay matriculados aproximadamente cada año en torno a 900 estudiantes, de edades, expectativas e intereses distintos, en las distintas enseñanzas que más arriba se indicaba: Educación Secundaria Obligatoria -12 grupos-, Bachilleratos -con las modalidades de Ciencias y Tecnología, Humanidades y Ciencias Sociales y Artes Plásticas, Imagen y Sonido, con 6 grupos-, y 26 grupos en total de Formación Profesional – 4 de Grado Básico, 12 de Grado Medio y 10 de Grado Superior. Las familias profesionales con que cuenta el centro son: Transporte y Mantenimiento de Vehículos, Electricidad y Electrónica, Industrias Alimentarias, Administración y Gestión y Actividades Físicas y Deportivas.

El claustro de profesorado oscila entre los 90 y 100 profesores, teniendo en cuenta aquellos que presentan jornada completa y quienes no. Sus especialidades son muy diversas para poder atender así a las diferentes enseñanzas y la formación del alumnado. Si algo caracteriza al claustro de profesorado



**MATERIA: Fitness en Sala de Entrenamiento Polivalente**

**NIVEL: 1º TSAF**

**CURSO: 2024/2025**

del centro es su constante deseo de mejora en la práctica educativa y en la formación del alumnado. De ahí que en el centro se lleven a cabo distintos Planes y Programas, tal y como está recogido en el Plan de Centro, que vienen a contribuir y desarrollar la formación de nuestro alumnado e inciden en su formación integral desde las diferentes áreas/materias/módulos. Entre ellos, destaca el Programa de trabajo CIMA que se está trabajando desde el año pasado, con diferentes líneas de actuación como son: Promoción de hábitos de vida saludable; Educación ambiental para la sostenibilidad: STEAM; Arte, cultura y creatividad; Innovación social y educación para el desarrollo y Educomunicación. En el centro todas las líneas de trabajo se relacionan para conseguir una serie de proyectos interdisciplinares que redunden en el desarrollo competencial del alumnado. Cada materia participa de una manera u otra desde su perspectiva y mostrando interés por todas las actividades que se proponen.

Además de este Programa, se desarrollan otros como Transformación Digital Educativa, Bibliotecas escolares, Escuela, espacio de Paz, Plan de igualdad de género, Erasmus Plus, Bienestar emocional, diferentes proyectos de Investiga y descubre, , ...

La biblioteca de centro es también un elemento vertebrador que aglutina todas las tendencias del CIMA y otros planes y proyectos como espacio de referencia, siendo un foco de difusión cultural y desarrollo de actividades educativas que afectan no solo al alumnado del centro de las diferentes enseñanzas sino a toda la comunidad educativa y, si cabe, a la localidad, puesto que se han desarrollado actividades intercentros y de colaboración con otras entidades, así como la consecución y reconocimiento de la labor llevada a cabo con premios en distintos concursos en los que se ha participado.

El alumnado del centro es un alumnado heterogéneo, como ya se ha dicho antes, con edades e intereses distintos y de nivel socioeconómico y cultural medio. En enseñanzas postobligatorias como Formación Profesional contamos con que gran parte del alumnado procede de los pueblos de alrededor, lo cual da posibilidad al centro y a las diferentes familias profesionales, con establecer redes de colaboración con empresas e instituciones de otras localidades. En otras enseñanzas, como Bachillerato, y en concreto en la modalidad de Artes plásticas, Imagen y Sonido, son también de diferentes localidades vecinas los alumnos que en él están matriculados.

La diversidad de intereses del alumnado, así como la heterogeneidad en cuanto a sus capacidades y destrezas es una realidad, por tanto, en nuestro centro. Desde el departamento de Orientación, tal y como está recogido en el Plan de centro, se dan pautas y se llevan a cabo actuaciones con los equipos educativos de los diferentes cursos y etapas para que el proceso de enseñanza y aprendizaje sea lo más adecuado y personalizado posible teniendo en cuenta las peculiaridades de cada alumno y sus necesidades, llevando a cabo programas de refuerzo, adaptaciones curriculares o programas específicos, entre otros, cuando procede. A ello contribuyen los diferentes miembros que forman dicho departamento como las profesoras de Pedagogía Terapéutica o Audición y Lenguaje y todo el equipo educativo del alumnado, encabezado por su tutor/a. Además, hay que tener en cuenta otras figuras que se han incorporado al centro en los últimos años como el Enfermero escolar o la Educadora social, que vienen a incidir en otros aspectos del ámbito personal y emocional del alumnado, muy importantes e íntimamente vinculados igualmente con su mejor rendimiento académico.



<b>MATERIA: Fitness en Sala de Entrenamiento Polivalente</b>	<b>NIVEL: 1º TSAF</b>	<b>CURSO: 2024/2025</b>
--------------------------------------------------------------	-----------------------	-------------------------

<b>ANÁLISIS DEL ALUMNADO</b>	
<b>Número de alumnos</b>	19 (16 alumnos + 3 alumnas)
<b>Estudios Previos</b>	C.F.G.M. (Guía en el Medio Natural y de Tiempo Libre): 4 C.F.G.S. (Enseñanzas y Animación Socio-deportiva): 1 C.F.G.M. (Peluquería): 2 C.F.G.M. (Farmacia.): 2 C.F.G.M. (Enfermería): 1 BACHILLERATO: 9
<b>Otros aspectos de interés (Alumnado NEAE, repetidores, etc.)</b>	No procede
<b>VINCULACIÓN CON EL PLAN DE CENTRO</b>	
<b>Proyectos y Planes educativos del centro</b>	Dentro de las características de nuestro ciclo los proyectos y planes que intentaremos llevar a cabo son: Plan de Igualdad de Género en Educación, Aula de Emprendimiento y Programa CIMA.

## 2. PRESENTACIÓN DEL MÓDULO.

<b>Ciclo Formativo:</b>	Técnico Superior en Acondicionamiento Físico
<b>Módulo Profesional:</b>	Fitness en Sala de Entrenamiento Polivalente
<b>Grupo:</b>	1º TSAF
<b>Horas del Módulo:</b>	Nº horas: 224 ANUALES (7 HORAS SEMANALES; 32 SEMANAS)
<b>Ud. Competencia asociadas</b>	<p><b>1. CUALIFICACIONES PROFESIONALES COMPLETAS:</b></p> <p><b>Acondicionamiento físico en sala de entrenamiento polivalente AFD097_3</b></p> <p>UC0273_3 Determinar la condición física, biológica y motivacional del usuario.</p> <p>UC0274_3 Programar las actividades propias de una Sala de Entrenamiento Polivalente (SEP)</p> <p>UC0275_3 Instruir y dirigir actividades de acondicionamiento físico con equipamientos y materiales propios de Salas de Entrenamiento Polivalente (SEP).</p> <p>UC0272_2: Asistir como primer interviniente en caso de accidente o situación de emergencia.</p> <p><b>Acondicionamiento Físico en grupo con soporte musical AFD162_3</b></p> <p>UC0273_3 Determinar la condición física, biológica y motivacional del usuario.</p> <p>UC0515_3 Diseñar y ejecutar coreografías con los elementos propios del aeróbic, sus variantes y actividades afines.</p> <p>UC0516_3 Programar y dirigir actividades de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical.</p>



<b>MATERIA: Fitness en Sala de Entrenamiento Polivalente</b>	<b>NIVEL: 1º TSAF</b>	<b>CURSO: 2024/2025</b>
--------------------------------------------------------------	-----------------------	-------------------------

	<p>UC0272_2: Asistir como primer interviniente en caso de accidente o situación de emergencia</p> <p><b>Fitness acuático e hidrocinesia AFD511_3</b></p> <p>UC0273_3 Determinar la condición física, biológica y motivacional del usuario.</p> <p>UC1663_3 Diseñar y ejecutar habilidades y secuencias de fitness acuático.</p> <p>UC1664_3 Programar, dirigir y dinamizar actividades de fitness acuático.</p> <p>UC1665_3 Elaborar y aplicar protocolos de hidrocinesia.</p> <p>UC0272_2: Asistir como primer interviniente en caso de accidente o situación de emergencia</p>
<p><b>Normativa que regula el título</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ley Orgánica 3/2022, de 31 de marzo, de ordenación e integración de la Formación Profesional.</li> <li>• <b>Orden de 29 de septiembre de 2010</b>, por la que se regula la evaluación, certificación, acreditación y titulación académica del alumnado que cursa enseñanzas de formación profesional inicial que forma parte del sistema educativo en la Comunidad Autónoma de Andalucía.</li> <li>• 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.</li> <li>• Orden EFP/923/2019, de 4 de septiembre, por la que se establece el currículo del ciclo formativo de grado superior correspondiente al título de Técnico Superior en Acondicionamiento Físico.</li> <li>• Orden de 16 de julio de 2018, por la que se desarrolla el currículo correspondiente al título de Técnico Superior en Acondicionamiento Físico.</li> <li>• <b>Real Decreto 659/2023</b>, de 18 de julio, por el que se desarrolla la ordenación del Sistema de Formación Profesional.</li> <li>• <b>Real Decreto 658/2024</b>, de 9 de julio, por el que se modifican el Real Decreto 132/2010, de 12 de febrero, por el que se establecen los requisitos mínimos de los centros que impartan las enseñanzas del segundo ciclo de la educación infantil, la educación primaria y la educación secundaria, y el Real Decreto 659/2023, de 18 de julio, por el que se desarrolla la ordenación del Sistema de Formación Profesional.</li> </ul>



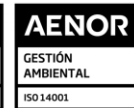
<b>MATERIA: Fitness en Sala de Entrenamiento Polivalente</b>	<b>NIVEL: 1º TSAF</b>	<b>CURSO: 2024/2025</b>
--------------------------------------------------------------	-----------------------	-------------------------

<b>Profesor</b>	<b>Especialidad:</b> Educación Física <b>Nombre:</b> Manuel Callejas Ruiz
-----------------	------------------------------------------------------------------------------

### 3. OBJETIVOS GENERALES RELACIONADOS CON EL MÓDULO

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

1. 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.
2. 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.
3. c) Determinar los instrumentos y la secuencia de aplicación en la evaluación de los planes de acondicionamiento físico, utilizando las tecnologías de la información y la comunicación en el tratamiento de las variables para desarrollar y registrar el plan de evaluación.
4. 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.
5. f) Establecer los elementos de la programación, los recursos y los sistemas de entrenamiento, relacionándolos con las características de las personas potencialmente participantes, para programar el acondicionamiento físico en sala de entrenamiento polivalente y en el medio acuático.
6. i) 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 en sala de entrenamiento polivalente y en el medio acuático.
7. m) 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 en sala de entrenamiento polivalente y en el medio acuático.
8. 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.
9. v) Evaluar situaciones de prevención de riesgos laborales y de protección ambiental, proponiendo y aplicando medidas de prevención, personales y colectivas, de acuerdo con la normativa aplicable en los procesos de trabajo, para garantizar entornos seguros.



<b>MATERIA: Fitness en Sala de Entrenamiento Polivalente</b>	<b>NIVEL: 1º TSAF</b>	<b>CURSO: 2024/2025</b>
--------------------------------------------------------------	-----------------------	-------------------------

#### 4. COMPETENCIAS PROFESIONALES, PERSONALES Y SOCIALES

Según indica la Orden de 16 de julio por la que se desarrolla el currículo correspondiente al Título de Técnico Superior en Acondicionamiento Físico, la formación del módulo contribuye a alcanzar las competencias profesionales, personales y sociales de este título que se relacionan a continuación:

- 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.
- 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.
- e) Programar el acondicionamiento físico en sala de entrenamiento polivalente y en medio acuático, en función de las personas participantes, de los medios disponibles y de los datos de seguimiento, indicando los sistemas de entrenamiento más apropiados.
- h) Diseñar y secuenciar los ejercicios de las sesiones o actividades de acondicionamiento físico en sala de entrenamiento polivalente y en el medio acuático para todo tipo de participantes, respetando los objetivos y la dinámica de la intensidad en las fases de las sesiones.
- k) Dirigir y dinamizar la realización de las técnicas programadas y los ejercicios de acondicionamiento físico en sala de entrenamiento polivalente y en el medio acuático, 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.
- 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.
- 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.

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

RESULTADOS DE APRENDIZAJE (RELACIONADAS CON EL MÓDULO)	CRITERIOS DE EVALUACIÓN <i>(Enumerarlos estableciendo un orden)</i>
1. Organiza las actividades de una sala de entrenamiento polivalente, estableciendo las pautas que garanticen la adecuación de los recursos a las actividades, la seguridad y la optimización de uso del espacio.	1.a) Se ha valorado la dotación de la sala de entrenamiento polivalente, analizando los requerimientos de las actividades y los eventos de acondicionamiento físico a la luz de las últimas tendencias del sector.





	<p>2.b) Se han definido criterios para organizar la oferta de las actividades de acondicionamiento físico y de los eventos en una sala de entrenamiento polivalente.</p> <p>3.c) Se han determinado las gestiones para la organización de eventos, competiciones y concursos en la sala de entrenamiento polivalente.</p> <p>4.d) Se ha diseñado un plan para la coordinación con las diferentes áreas y técnicos implicados en el uso de una sala de entrenamiento polivalente.</p> <p>5.e) Se han valorado las condiciones de accesibilidad a la sala de entrenamiento polivalente para que puedan participar en las actividades de acondicionamiento físico personas con problemas de movilidad.</p> <p>6.f) Se han establecido los procedimientos de detección y de corrección de anomalías de los elementos específicos en la dotación de una sala de entrenamiento polivalente.</p> <p>7.g) Se ha establecido el procedimiento de evaluación de la calidad del funcionamiento de una sala de entrenamiento polivalente.</p>
<p>2. Elabora programas de acondicionamiento físico, teniendo en cuenta los datos de la valoración de la condición física de la persona usuaria y los medios disponibles en la sala de entrenamiento polivalente.</p>	<p>1.a) Se han establecido criterios de formulación de objetivos de mejora o mantenimiento de la condición física, en función de la evolución del programa y los medios disponibles.</p> <p>2.b) Se han seleccionado los ejercicios para el programa de acondicionamiento físico, relacionándolos con los objetivos del mismo.</p> <p>3.c) Se han pautado la frecuencia, el volumen y la intensidad de la carga de trabajo en función de los objetivos formulados en el programa de acondicionamiento físico.</p> <p>4.d) Se han determinado los espacios, los equipamientos, los materiales, el equipo personal y los recursos complementarios para el programa de acondicionamiento físico en la sala</p>



	<p>de entrenamiento polivalente y en condiciones de seguridad.</p> <p>5.e) Se han establecido las medidas complementarias en función del tipo de programa de acondicionamiento físico y de los intereses de la persona usuaria.</p> <p>6.f) Se han establecido las estrategias de instrucción y de comunicación y las adaptaciones de las mismas para facilitar la motivación y la atención a diferentes tipos de personas usuarias.</p> <p>7.g) Se han utilizado los equipos y las aplicaciones informáticas específicas para la elaboración de los programas.</p> <p>8.h) Se ha definido el procedimiento de evaluación del programa de acondicionamiento físico desarrollado en la sala de entrenamiento polivalente.</p>
<p>3. Describe y demuestra la ejecución práctica de los ejercicios y el uso del material más frecuente en las actividades de acondicionamiento físico en una sala de entrenamiento polivalente, remarcando los puntos clave en la prevención de lesiones.</p>	<p>1.a) Se han descrito y demostrado ejercicios de musculación y los aspectos a tener en cuenta durante su práctica.</p> <p>2.b) Se han descrito y demostrado ejercicios de mejora de la capacidad aeróbica y los aspectos a tener en cuenta durante su práctica.</p> <p>3.c) Se han descrito y demostrado ejercicios de amplitud de movimientos y los aspectos a tener en cuenta durante su práctica.</p> <p>4.d) Se han demostrado el uso y manejo de los aparatos y materiales de la sala de entrenamiento polivalente, señalando las precauciones a tener en cuenta en la utilización de los mismos.</p> <p>5.e) Se han realizado las adaptaciones necesarias en los aparatos y las máquinas de una sala de entrenamiento polivalente para que puedan ser utilizadas por usuarios con dificultades en el agarre, en el equilibrio o con movilidad reducida.</p>
<p>4. Dirige actividades de acondicionamiento físico, aplicando metodologías específicas para su</p>	<p>1.a) Se han revisado la funcionalidad y las condiciones de seguridad de los equipamientos</p>



<b>MATERIA: Fitness en Sala de Entrenamiento Polivalente</b>	<b>NIVEL: 1º TSAF</b>	<b>CURSO: 2024/2025</b>
--------------------------------------------------------------	-----------------------	-------------------------

<p>desarrollo en el contexto de una sala de entrenamiento polivalente.</p>	<p>y materiales de la sala de entrenamiento polivalente.</p> <p>2.b) Se ha utilizado el tipo de lenguaje adecuado en función de la actividad y del perfil de las personas usuarias.</p> <p>3.c) Se ha supervisado el cumplimiento de las recomendaciones de uso de las máquinas, los aparatos y los materiales de la sala de entrenamiento polivalente por parte de las personas usuarias y las cargas movilizadas.</p> <p>4.d) Se han corregido los errores de ejecución en los ejercicios propuestos, indicando sus causas y la forma de ejecución correcta.</p> <p>5.e) Se han adaptado los parámetros de las actividades que pudieran suponer una dificultad en la ejecución a las personas con discapacidad.</p> <p>6.f) Se han aplicado estrategias de intervención que favorecen la participación y la desinhibición de los participantes en las actividades de la sala de entrenamiento polivalente.</p> <p>7.g) Se han indicado las medidas complementarias que la persona usuaria puede seguir para optimizar los resultados de su programa de acondicionamiento físico.</p> <p>8.h) Se han valorado el proceso y los resultados que se han ido alcanzando, interpretando los datos de evaluación conforme a las especificaciones previstas en el programa de acondicionamiento físico.</p>
<p>5. Organiza eventos en el ámbito del acondicionamiento físico, determinando los factores implicados en su promoción y en su seguridad.</p>	<p>1.a) Se han elaborado programas de eventos de acondicionamiento físico para diferentes tipologías de instalaciones y diferentes perfiles de personas usuarias.</p> <p>2.b) Se ha valorado el impacto promocional de los diferentes tipos de eventos, tanto para la entidad como para las actividades de acondicionamiento físico y para los patrocinadores.</p> <p>3.c) Se han propuesto el tipo de información y los medios de difusión más adecuados para</p>



**MATERIA: Fitness en Sala de Entrenamiento Polivalente**

**NIVEL: 1º TSAF**

**CURSO: 2024/2025**

	<p>publicitar el evento y animar a personas usuarias o no a participar o asistir al mismo.</p> <p>4.d) Se han organizado y distribuido los materiales para favorecer el acceso, la ubicación y la participación, tanto del público como de los participantes.</p> <p>5.e) Se ha establecido el procedimiento para la supervisión y el control de los diferentes aspectos del evento de acondicionamiento físico.</p> <p>6.f) Se han previsto las vías de comunicación con los servicios auxiliares y las medidas de seguridad necesarias para prevenir posibles contingencias.</p> <p>7.g) Se han propuesto y aplicado las técnicas de animación más adecuadas para conseguir el éxito del evento en cuanto a participación y satisfacción de las personas participantes.</p>
<p>6. Aplica las medidas de seguridad y los planes de emergencia en la sala de entrenamiento polivalente, valorando las condiciones y los factores de riesgo.</p>	<p>1.a) Se han identificado y descrito los planes de emergencia de una instalación deportiva y de una sala de entrenamiento polivalente en particular.</p> <p>2.b) Se han establecido procedimientos de seguridad y prevención de riesgos relativos a su área de responsabilidad en las actividades de acondicionamiento físico en una sala de entrenamiento polivalente.</p> <p>3.c) Se han inventariado los medios materiales necesarios en un plan de emergencia para una sala de entrenamiento polivalente.</p> <p>4.d) Se han relacionado la asignación de funciones y las instrucciones al personal de una instalación deportiva en general y de la sala de entrenamiento polivalente en particular.</p> <p>5.e) Se han dirigido situaciones simuladas de evacuación de una sala de entrenamiento polivalente.</p> <p>6.f) Se ha relacionado la legislación básica sobre seguridad y salud laboral con el ejercicio profesional en las actividades de</p>



<b>MATERIA: Fitness en Sala de Entrenamiento Polivalente</b>	<b>NIVEL: 1º TSAF</b>	<b>CURSO: 2024/2025</b>
--------------------------------------------------------------	-----------------------	-------------------------

	<p>acondicionamiento físico en sala de entrenamiento polivalente.</p> <p>7.g) Se han descrito las características y condiciones de seguridad de los diferentes aspectos de las actividades de acondicionamiento físico en una sala de entrenamiento polivalente.</p>
--	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

## 6. RELACIÓN DE UNIDADES DE TRABAJO CON BLOQUES TEMÁTICOS Y TEMPORALIZACIÓN

	BLOQUE TEMÁTICO	UNIDAD DE TRABAJO	TÍTULO	TEMPORALIZACIÓN
1ª EVALUACIÓN	I	1	Ejercicios de acondicionamiento físico en SEP: técnica, ejecución y adaptaciones.	67
	I	2	Programas de acondicionamiento físico: planificación y variables del entrenamiento.	18
	Nº DE HORAS DE PRÁCTICAS EN EL INSTITUTO			85
	Nº DE HORAS DE FORMACIÓN DUAL EN EMPRESA			0
2ª EVALUACIÓN	II	3	Organización de actividades en sala polivalente	9
	II	4	El técnico de acondicionamiento físico en sala polivalente: dirección de actividades.	72
	Nº DE HORAS DE PRÁCTICAS EN EL INSTITUTO			81
	Nº DE HORAS DE FORMACIÓN DUAL EN EMPRESA			0
3ª EVALUACIÓN	III	5	Medidas de seguridad y factores de riesgo en la sala de entrenamiento polivalente.	37
	III	6	Eventos en el ámbito del acondicionamiento físico	14
	Nº DE HORAS DE PRÁCTICAS EN EL INSTITUTO			14
	Nº DE HORAS DE FORMACIÓN DUAL EN EMPRESA			37
TOTAL HORAS:				217

## 7. DESARROLLO DE UNIDADES DE TRABAJO, CONTENIDO Y FORMACIÓN EN EMPRESAS. (Se Incluyen las Prácticas en los módulos que correspondan). Y SU RELACIÓN CON LOS RESULTADOS DE APRENDIZAJE, OBJETIVOS GENERALES DEL CICLO Y COMPETENCIA PROFESIONAL.

	RA	CE
<b>1.- Ejercicios de acondicionamiento físico en SEP: técnica, ejecución y adaptaciones.</b> (Objetivos: b, d, f, i, m, v; Competencias: a, b, e, s)	<b>3</b>	<b>a, b, c, d,</b>
	<b>16'67%</b>	<b>e</b>
<b>Contenidos que se abordan en la unidad:</b>		



<b>MATERIA: Fitness en Sala de Entrenamiento Polivalente</b>	<b>NIVEL: 1º TSAF</b>	<b>CURSO: 2024/2025</b>
--------------------------------------------------------------	-----------------------	-------------------------

- Técnica de los ejercicios de acondicionamiento físico en sala de entrenamiento polivalente.
- Posición en/con/sobre las distintas máquinas, aparatos y elementos auxiliares.
- El ritmo de ejecución: la respiración, la fase concéntrica vs. la fase excéntrica.
- Precauciones en la colocación de la carga con respecto a la higiene de la columna vertebral. Posiciones de seguridad, elementos y ayudas auxiliares para prevenir daños o lesiones, carga axial.
- Agarres y ayudas auxiliares para optimizar la ejecución técnica.
- Errores de ejecución. Descripción de errores y peligros más frecuentes en la utilización de las distintas máquinas, aparatos y materiales de entrenamiento en una SEP.
- Localizaciones y funciones musculares en las fases del ejercicio; músculos implicados, funciones y tipos de contracción.
- Origen, inserción y función de los principales músculos.
- Ejecución, ejercicios tipo y variantes. Uso de los materiales y las máquinas y errores y peligros más frecuentes en su utilización.
- Ejercicios de musculación. Autocarga, con implementos, con máquinas y con peso libre.
- Ejercicios de estiramiento y movilidad articular. Calisténicos, con máquinas y con aparatos.
- Rutinas de entrenamiento de HIIT y actividades de tonificación.
- Actividades cíclicas para la mejora cardiovascular con máquinas simples o motorizadas.
- Adaptaciones en los ejercicios de acondicionamiento físico y en el uso de máquinas y materiales de la sala de entrenamiento polivalente para personas con discapacidad.

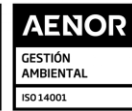
Destrezas a trabajar:

- Ejecución de ejercicios y sus variantes.
- Observación, corrección y adaptación de la técnica de ejercicios.

	RA	CE
<b>2.- Programas de acondicionamiento físico: planificación y variables del entrenamiento.</b> (Objetivos: b, c, d, f, i, m, v; Competencias: a, b, h, o)	<b>2</b>	<b>a, b, c, d,</b>
	<b>16,67%</b>	<b>e, f, g</b>

**Contenidos que se abordan en la unidad:**

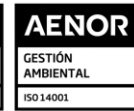
- Organización y concreción de las sesiones a partir del programa de entrenamiento de referencia. Principios metodológicos fundamentales.
- Diferenciar las partes de la sesión.
- Elaborar ejercicios adecuados a cada una de las partes de la sesión.
- Conocer la metodología fundamental para las sesiones de fitness en SEP.
- Objetivos de mejora de la condición física relacionados con la edad.
- Desarrollo de las capacidades físicas en los programas de fitness. Fuerza, resistencia y amplitud de movimiento. Integración de los métodos y factores específicos de mejora. Recursos. Interpretación y selección de los factores de entrenamiento adecuados, intensidad, volumen, densidad, carga de entrenamiento (carácter del esfuerzo, velocidad de ejecución, pausas de recuperación...) a partir del Programa de Entrenamiento de referencia.
- Prescripción del ejercicio de fuerza en una SEP.
- Conceptos relacionados: sobrecarga progresiva, especificidad, variación e impacto del aumento inicial de fuerza.



- Métodos de mejora de la fuerza. Utilización de los recursos de la sala de entrenamiento polivalente además de otros métodos y materiales de entrenamiento típicos de entrenamientos funcionales u otras disciplinas novedosas dentro del mundo fitness.
- Medidas de adecuación de los medios de entrenamiento a los objetivos y a la seguridad de los diferentes perfiles de personas usuarias. Valoración y eliminación de factores de riesgo.
- Desarrollo de los grandes grupos musculares, equilibrio del binomio agonista antagonista y balance postural, utilizando elementos de la SEP.
- Métodos para la mejora de la flexibilidad y amplitud de movimiento (ADM).
- Utilización de los recursos de la sala de entrenamiento polivalente.
- Métodos para la mejora de la capacidad aeróbica. Utilización de los recursos de la sala de entrenamiento polivalente. Programas y niveles en las máquinas de entrenamiento cardiovascular.
- Ejercicios para la mejora de la capacidad aeróbica, la fuerza y la amplitud de movimiento. Adecuación a los programas de entrenamiento de referencia y a diferentes perfiles de personas usuarias.
- Secuencias y rutinas de los ejercicios de resistencia, fuerza y amplitud de movimiento. Combinación de las cargas de trabajo con los periodos de recuperación de los esfuerzos.
- Técnicas de intervención para la dinamización de sesiones de acondicionamiento físico en una sala de entrenamiento polivalente.
- Recursos y métodos para dinamizar la sesión.
- Estrategias de motivación. Refuerzos de la percepción de logros y automotivación.
- Empatía y establecimiento de metas. La música en las sesiones de fitness.
- Técnicas de comunicación ante distintos perfiles de personas usuarias.
- Comunicación verbal y gestual.

Destrezas a trabajar:

- Programaciones de planificaciones de entrenamiento.
- Análisis de planificaciones.



<b>MATERIA: Fitness en Sala de Entrenamiento Polivalente</b>	<b>NIVEL: 1º TSAF</b>	<b>CURSO: 2024/2025</b>
--------------------------------------------------------------	-----------------------	-------------------------

<b>3.- Organización de actividades en sala polivalente. (Objetivos: a, b, f, o; Competencias: a, b, n)</b>	<b>RA</b>	<b>CE</b>
	<b>1</b>	<b>a, b, c, d,</b>
	<b>16,67 %</b>	<b>e, f, g.</b>

**Contenidos que se abordan en la unidad:**

- El fitness en la sociedad actual.
- Características del técnico de fitness.
- La salud, la actividad física y el bienestar (wellness).
- Instalaciones, máquinas, aparatos y elementos propios de una sala de entrenamiento polivalente.
- Legislación y normativa. Normativa urbanística, aplicación de las normas de calidad y modelo de excelencia de la instalación.
- Áreas de acondicionamiento. Tipologías y zonas. Zona cardiovascular, zona de musculación, zona de peso libre, zona para estiramientos y otras zonas. Dotación y distribución de máquinas y aparatos por zonas.
- Accesos, flujos de desplazamientos y barreras arquitectónicas dentro de una sala de entrenamiento polivalente.
- Mantenimiento preventivo, operativo y correctivo básico en peso libre (máquinas de palancas convergentes, máquinas basculantes, barras, discos, mancuernas, soportes, bancos y otros), máquinas de resistencia dinámica variable selectorizadas, poleas, máquinas neumáticas, máquinas magnéticas, máquinas isocinéticas, máquinas isoinerciales, máquinas de entrenamiento cardiovascular (tapices rodantes, elípticas, simuladores de subir escaleras, bicicletas estáticas, remos, simuladores de esquiar entre otros), materiales de entrenamiento (gomas, bandas elásticas, plataformas vibratorias, electroestimuladores, trx o similares), y otros materiales auxiliares y de nuevas tecnologías.
- Técnicas para la planificación de las actividades de fitness en distintos ámbitos, edad escolar, personas adultas (hombres o mujeres), mayores de 50 años, colectivos especiales, personas con discapacidad y preparación física específica.
- Gestión y coordinación de actividades de la SEP.
- Interacción y coordinación de oferta de actividades.
- Perfil de usuarios y adecuación de horarios.
- Coordinación de las distintas áreas/zonas de actividad.
- Integración de la oferta de actividades de Fitness en función de las expectativas y características de los usuarios individual y colectivamente.
- Gestión de espacios.
- Zonas deportivas de la sala de entrenamiento polivalente.
- Espacios de salas colectivas.
- Zona limpia (recepción, accesos y oficina).
- Zona médica y otros espacios.
- Organización y gestión de los recursos.
- Organización de los recursos humanos propios de la SEP.
- Coordinación con los técnicos de las otras áreas de Fitness.
- Gestión de materiales y almacenes.
- Optimización del material en instalaciones de Fitness.
- Confección y control de presupuestos.
- Control del mantenimiento.
- La agenda de control del trabajo, histórico de acciones realizadas, trabajos pendientes.
- Plan de actuación anual, interpretación de las directrices a seguir durante el año.
- Subplanes, formación, presupuestos y plan de riesgo.
- Limpieza y desinfección, periodicidad y técnicos responsables.





<b>MATERIA: Fitness en Sala de Entrenamiento Polivalente</b>	<b>NIVEL: 1º TSAF</b>	<b>CURSO: 2024/2025</b>
--------------------------------------------------------------	-----------------------	-------------------------

Competencias a trabajar:

- Organización de materiales e instalaciones en actividades propias de la sala polivalente.
- Análisis de organización de actividades.

	RA	CE
<b>4.- El técnico de acondicionamiento físico en sala polivalente: dirección de actividades.</b> (Objetivos: a, b, c, e, m, v; Competencias: k, o ,s)	4	a, b, c, d,
	16,67 %	e, f, g, h

**Contenidos que se abordan en la unidad:**

- Supervisión de la ejecución de los ejercicios de acondicionamiento físico en la sala de entrenamiento polivalente.
- Control del uso del espacio.
- Control de los puntos clave de la ejecución de los ejercicios que pueden suponer un peligro para el usuario. Errores más frecuentes.
- Utilización de los refuerzos informativos y de las técnicas para proporcionar el feedback externo.
- Demostración como recurso didáctico. Demostración aislada y asociada a la explicación de los ejercicios y a la corrección de la técnica de ejecución.
- Componentes del servicio para la captación y la fidelización de las personas usuarias. Presentación del profesional, imagen personal y contexto comunicativo.
- Procedimientos de mantenimiento operativo de las máquinas, los equipos y los materiales de la sala de entrenamiento polivalente.
- Componentes del servicio para la captación y la fidelización de las personas usuarias. Presentación del profesional, imagen personal y contexto comunicativo.
- Procedimientos de control del uso de máquinas y materiales de una sala de entrenamiento polivalente.
- Estrategias de sensibilización de las personas usuarias frente a los factores de riesgo en el uso de las máquinas y de los materiales.
- Polarización de la atención del técnico hacia los usos potencialmente peligrosos de máquinas y materiales.

Destrezas a trabajar:

- Dirección de entrenamientos personalizados.
- Revisión y adaptación de programaciones según el progreso de los entrenados.

	RA	CE
<b>5.- Medidas de seguridad y factores de riesgo en la sala de entrenamiento polivalente.</b> (Objetivos: v; Competencias: s)	6	a, b, c, d,
	16'67 %	e, f, g

**Contenidos que se abordan en la unidad:**

- El plan de emergencia.
- Objetivos del plan de emergencia.
- Principios de la efectividad del plan.
- Tipos de emergencia.



<b>MATERIA: Fitness en Sala de Entrenamiento Polivalente</b>	<b>NIVEL: 1º TSAF</b>	<b>CURSO: 2024/2025</b>
--------------------------------------------------------------	-----------------------	-------------------------

- Inventario de medios materiales.
- Relación de recursos humanos implicados en el plan de emergencia. Instrucción al personal de la instalación. Designación de funciones.
- Coordinación con otros u otras profesionales y servicios.
- Plan de evacuación.
- Tipos de evacuación en función de la tipología del usuario.
- Diseño y puesta en práctica (simulacros).
- Soportes informativos.
- Evaluación del plan de emergencia.
- Prevención y seguridad.
- Legislación básica y específica sobre seguridad y prevención en la sala de entrenamiento polivalente.
- Seguridad de personas, de bienes y de actividades de una sala de entrenamiento polivalente.
- Tipos de riesgo presente en la instalación.
- Otros factores: desinformación.
- Medidas de prevención de riesgos en instalaciones deportivas. Medidas específicas de prevención de riesgos en la sala de entrenamiento polivalente.

Destrezas a trabajar:

- Las que se desarrollen en la empresa (RA dualizado)

	RA	CE
<b>6.- Eventos en el ámbito del acondicionamiento físico</b>	<b>5</b>	<b>a, b, c, d,</b>
(Objetivos: b, d, i, o, v; Competencias: c, o, s)	<b>16,67%</b>	<b>e, f, g</b>

**Contenidos que se abordan en la unidad:**

- Concepto, características y momento de aplicación de los distintos eventos en el ámbito del fitness.
- Eventos en el ámbito del fitness: concursos, competiciones exhibiciones, celebraciones, actividades y juegos de animación.
- Planificación de eventos, competiciones y concursos en fitness.
- Estructura anual de la Planificación de eventos.
- Tipos de Planificaciones de eventos en el ámbito del Fitness.
- Planes alternativos.
- Integración del evento en la programación general de la entidad. Adecuación de los distintos tipos de eventos a la edad, expectativas, nivel de condición física y número de participantes de los grupos, entre otros.
- Criterios para el diseño de la ficha y del fichero de eventos en el ámbito del Fitness.
- Acciones promocionales de los eventos de acondicionamiento físico.
- Objetivos de las acciones promocionales. Impacto de la promoción y valoración económica.
- Soportes comunes de promoción de eventos. Instrumentos promocionales utilizados en el ámbito del fitness criterios de utilización. Técnicas, de ofertas y difusión de eventos.
- Métodos de control de las acciones promocionales. Métodos de seguimiento y evaluación.
- Organización y gestión de los recursos.
- Procedimientos administrativos básicos. Permisos y coordinación con servicios auxiliares.
- Espacios y tiempos de las actividades. Previsión y procedimientos de supervisión y control.



<b>MATERIA: Fitness en Sala de Entrenamiento Polivalente</b>	<b>NIVEL: 1º TSAF</b>	<b>CURSO: 2024/2025</b>
--------------------------------------------------------------	-----------------------	-------------------------

<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Circulación de personas y materiales. Previsiones y procedimientos de supervisión y control.</li> <li>➤ Selección y coordinación de recursos humanos en la organización de eventos en el ámbito del fitness.</li> <li>➤ Estrategias y técnicas de selección.</li> <li>➤ Estrategias y técnicas de coordinación.</li> <li>➤ Dinamización de eventos en el ámbito del fitness.</li> <li>➤ Los roles en las actividades recreativas: tipos y dinámica.</li> <li>➤ Estrategias y actitudes del técnico para animar y motivar en la interacción grupal.</li> <li>➤ Funciones y fases de intervención del dinamizador de eventos en el ámbito del fitness.</li> <li>➤ La presentación de actividades y la conducción de eventos.</li> <li>➤ Técnicas e instrumentos para la evaluación de proyectos de animación:</li> <li>➤ Metodología, instrumentos y técnicas.</li> <li>➤ Observación y recogida de datos: registros y escalas.</li> <li>➤ Evaluación de la actividad: análisis de datos.</li> <li>➤ Aplicación de las normas y medidas de seguridad y prevención en el desarrollo de eventos en el ámbito del fitness.</li> <li>➤ Control de contingencias.</li> <li>➤ Medidas de intervención.</li> </ul> <p><u>Destrezas a trabajar:</u> - Diseño, coordinación y organización de eventos.</p>
----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

### RELACIÓN DE RA Y CE CON FORMACIÓN EN EL CENTRO Y EN EMPRESA

Formación Inicial en el Centro Educativo (L-M-X-J-V)	Centro Educativo en alternancia (indicar días)	Empresa en alternancia (indicar días)
RA 1 (a, b, c, d, e, f, g)		RA 6 (a, b, c, d, e, f, g)
RA 2 (a, b, c, d, e, f, g)		
RA 3 (a, b, c, d, e)		
RA 4 (a, b, c, d, e, f, g, h)		
RA 5 (a, b, c, d, e, f, g)		

### ACTIVIDAD DEL MÓDULO A REALIZAR EN LA EMPRESA

ACTIVIDAD Nº	DESGLOSE DE LA TAREA	RA	CE
Aplicación de medidas de seguridad en la sala de entrenamiento polivalente	Identifica y describe los planes de emergencia de una instalación deportiva y de una sala de entrenamiento polivalente en particular.	6	a
	Establece procedimientos de seguridad y prevención de riesgos relativos a su área de responsabilidad en las actividades de acondicionamiento físico	6	b
	Hace inventariado de los medios materiales necesarios en un plan de emergencia para una sala de entrenamiento polivalente.	6	c



<b>MATERIA: Fitness en Sala de Entrenamiento Polivalente</b>	<b>NIVEL: 1º TSAF</b>	<b>CURSO: 2024/2025</b>
--------------------------------------------------------------	-----------------------	-------------------------

	Relaciona la asignación de funciones y las instrucciones al personal de la sala de entrenamiento polivalente.	6	d
	Dirige situaciones simuladas de evacuación de una sala de entrenamiento polivalente.	6	e
	Relaciona la legislación básica sobre seguridad y salud laboral con el ejercicio profesional en las actividades de acondicionamiento físico en sala de entrenamiento polivalente.	6	f
	Describe las características y condiciones de seguridad de los diferentes aspectos de las actividades de acondicionamiento físico en una sala de entrenamiento polivalente.	6	g

## 8. ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS (Incluir los instrumentos de evaluación que se utilizarán).

### 8.1. 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.

Un aspecto importante que como docentes debemos tener en cuenta es promover la lectura de textos vinculados a la asignatura. Pueden ser de diferente índole o naturaleza. También, es importante el desarrollo de actividades que fomenten buenas prácticas comunicativas que contribuyan al desarrollo del pensamiento crítico en nuestro alumnado. Todas estas actividades se encuentran enmarcadas en el Proyecto lingüístico de centro (PLC) y se difundirán a través del periódico del mismo.

### 8.2. 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.

Las actividades de aprendizaje que permiten alcanzar los objetivos del módulo están relacionadas con:

- Estudio práctico y adaptación de los ejercicios y las actividades de acondicionamiento físico desarrollados con los medios propios de la sala de entrenamiento polivalente, de modo que sean congruentes con las posibles prescripciones médicas o posibles discapacidades.



<b>MATERIA: Fitness en Sala de Entrenamiento Polivalente</b>	<b>NIVEL: 1º TSAF</b>	<b>CURSO: 2024/2025</b>
--------------------------------------------------------------	-----------------------	-------------------------

- Elaboración de la programación específica de la sala de entrenamiento polivalente a partir de la programación general.

- Elaboración de programas de mejora de la condición física, adaptados a las posibilidades e intereses de las personas usuarias, a los medios disponibles en la sala de entrenamiento polivalente y a las necesidades detectadas en el análisis inicial, estableciendo la dosis de entrenamiento adecuada respecto a los objetivos planteados y a los parámetros recomendados en cuanto a: frecuencia, volumen, intensidad, densidad, metodología y selección de los ejercicios.

- Puesta en práctica de las metodologías específicas adecuadas para la consecución de los objetivos y para la solución de contingencias.

- Experimentación con los materiales propios de la sala de entrenamiento polivalente, 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 los usuarios.

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.

## 9. MATERIALES DIDÁCTICOS.

Apuntes elaborados por el profesor y los alumnos a modo de presentación a partir de un guion establecido por el profesor del módulo y que antes serán corregidas (Bibliografía de consulta). Para la exposición se utilizará proyector y fotocopias. Así como la pizarra.

Los alumnos podrán acceder a dichos apuntes a través de la plataforma educativa "Classroom", donde el profesor colgará dichos materiales, así como las distintas tareas que se vayan anunciando en clase. El alumno deberá de entregar dichas tareas del mismo modo, es decir en dicha plataforma, de esta manera existirá una comunicación directa entre profesor y alumno además de retroalimentación.

### 9.1. OTROS RECURSOS Y MATERIALES:

#### Instalaciones y espacios formativos:

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

#### Materiales didácticos:

- Bibliografía del departamento.



<b>MATERIA: Fitness en Sala de Entrenamiento Polivalente</b>	<b>NIVEL: 1º TSAF</b>	<b>CURSO: 2024/2025</b>
--------------------------------------------------------------	-----------------------	-------------------------

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

## 10. EVALUACIÓN: CRITERIOS DE CALIFICACIÓN, PONDERACIÓN DE RESULTADOS DE APRENDIZAJE, HERRAMIENTAS Y RECUPERACIÓN

### 10.1. Criterios de calificación

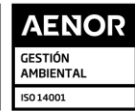
La Orden de 29 de septiembre de 2010, por la que se regula la evaluación, certificación, acreditación y titulación académica del alumnado que cursa enseñanzas de formación profesional inicial que forman parte del sistema educativo en la Comunidad Autónoma de Andalucía, así como lo establecido en el Real Decreto 659/2023, de 18 de julio, por el que se desarrolla la ordenación del Sistema de Formación Profesional, han servido de base para establecer los criterios de calificación y evaluación del módulo.

En su Artículo 2, de las Orden de 29 de septiembre nombra las bases de la evaluación del alumnado:

- Evaluación continua.
- Enseñanza presencial.
- Evaluación por medio de los resultados de aprendizaje y los criterios de evaluación que dicta la Orden que regula el Ciclo.

Teniendo en cuenta que el CFGS ACONDICIONAMIENTO FÍSICO pertenece a la oferta formativa de Grado D, y según lo establecido en **Artículo 18. Aspectos comunes sobre evaluación y calificación**, del Real Decreto 659/2023:

- Como se indica en el punto 8 de este artículo “La calificación de los módulos profesionales y, en su caso, del proyecto **estará en función de la consecución de los resultados de aprendizaje**”. **Por tanto, para superar el módulo deben superarse todos los RA con una calificación igual o superior a 5.**
- La calificación integrará la valoración del centro y de la empresa, y será responsabilidad final **del equipo docente y el centro de formación.**
- El tutor laboral valorará como «**superado**» o «**no superado**» cada resultado de aprendizaje y realizará una valoración **cualitativa** de la estancia del alumno o alumna. El profesor o profesora responsable de cada módulo profesional ajustará su evaluación, y posterior calificación, en **función del informe de la formación en empresa, la información aportada por el profesor responsable del seguimiento del alumno, y las actividades de seguimiento que el alumnado rellena y entrega semanalmente.**
- La calificación de los módulos profesionales se expresará en valores numéricos de 1 a 10, sin decimales. El redondeo se efectuará a la cifra entera inmediatamente superior. Cuando la cifra decimal sea igual o superior a 0.5 siempre que la nota del módulo sea superior a 5, excepto cuando la nota alcanzada no llegue a 5.



<b>MATERIA: Fitness en Sala de Entrenamiento Polivalente</b>	<b>NIVEL: 1º TSAF</b>	<b>CURSO: 2024/2025</b>
--------------------------------------------------------------	-----------------------	-------------------------

- Para superar el módulo, debe obtener una evaluación positiva de cada resultado de aprendizaje. **Se consideran positivas las puntuaciones iguales o superiores a cinco puntos** la calificación será un número entero sin decimales tanto en las evaluaciones informativas como en la evaluación final. y siempre y cuando la calificación global sea igual o superior a 5.
- La nota final se obtendrá una vez evaluados todos los RESULTADOS DE APRENDIZAJE del módulo, y se calcula multiplicando la nota obtenida en cada Resultado de aprendizaje por la ponderación establecida en esta programación.
- Se evaluará la adquisición de los contenidos asociados a los resultados de aprendizaje a través del desarrollo de las **distintas unidades trabajo, prácticas y realización de estancia en empresa** atendiendo a los criterios de evaluación con su peso correspondiente.
- La calificación informativa trimestral corresponderá a la ponderación de los criterios de evaluación y RA impartidos y evaluadas hasta el momento de la evaluación.
- La valoración y/o nota de cada RA es resultado de:
  - Valorar de forma individual los conceptos teóricos alcanzados por el alumno/a, usando para ello pruebas de evaluación, actividades y/o trabajos.
  - Valorar los procesos mediante supuestos prácticos resueltos por el alumnado.
  - Observación del alumno con el fin de valorar el grado cumplimiento de la normativa establecida en el plan de centro.
  - Comprobar la destreza, conocimiento de procedimientos y desarrollo de los mismos mediante pruebas prácticas.
  - Realización de la estancia en la empresa

**Nota total del módulo vendrá determinada por la ponderación de los distintos RA que el profesor del módulo ha establecido en esta programación y queda reflejado en el cuadro del siguiente apartado.**

- La calificación de cada trimestre será la suma de las calificaciones ponderadas de los distintos resultados de aprendizaje trabajados, 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.
- Igualmente, para superar el módulo será imprescindible superar todos los RA.



<b>MATERIA: Fitness en Sala de Entrenamiento Polivalente</b>	<b>NIVEL: 1º TSAF</b>	<b>CURSO: 2024/2025</b>
--------------------------------------------------------------	-----------------------	-------------------------

- La calificación de los diferentes resultados de aprendizaje se obtendrá a través de las rúbricas correspondientes, las cuales tendrán el siguiente formato:

	<b>5</b>	<b>4</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>0</b>
<b>Resultado aprendizaje</b>	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.

### 10.2. Ponderación de los Resultados de Aprendizaje y/o de los Criterios de evaluación

Resultado Aprendizaje	Criterios de Evaluación	<u>Ponderación sobre la nota final</u>	Unidades de trabajo	Evaluación
1	Todos	<b>16,67 %</b>	3	1ª
2	Todos	<b>16,67 %</b>	2	1ª
3	Todos	<b>16,67 %</b>	1	2ª
4	Todos	<b>16,67 %</b>	4	2ª
5	Todos	<b>16,67 %</b>	6	3ª
6	Todos	<b>16,67 %</b>	5	3ª

### 10.3. Instrumentos

Los instrumentos utilizados para evaluar el módulo serán:

- Actividad en la empresa
- La observación directa y sistemática
- Pruebas escritas.
- Pruebas prácticas.
- Exposiciones orales
- Revisión, corrección de Actividades, tareas, supuestos prácticos
- Trabajos realizados por el alumnado.





**MATERIA: Fitness en Sala de Entrenamiento Polivalente**

**NIVEL: 1º TSAF**

**CURSO: 2024/2025**

Para evaluar estos instrumentos utilizaremos.

- Registros de las observaciones anotadas en el cuaderno del profesor.
- Resultados de las pruebas escritas y prácticas.
- Rúbricas para la calificación.
- Informe del tutor laboral de la formación en la empresa
- Valoración cualitativa del tutor laboral
- Listas de cotejo

RA	Ponderación	Evaluación		
		Técnicas	Instrumentos	Contextos
1	16,67 %	Observación Medición Autoevaluación Coevaluación	Registros Rúbricas Hojas de cotejo Portfolio	Trabajo Cooper. Expos. Orales Proyectos Infografías Prueba Escrita Fichas prácticas
2	16,67 %	Observación Medición Autoevaluación Coevaluación	Registros Rúbricas Hojas de cotejo Portfolio	Trabajo Cooper. Expos. Orales Proyectos Infografías Prueba Escrita Fichas prácticas
3	16,67 %	Observación Medición Autoevaluación Coevaluación	Registros Rúbricas Hojas de cotejo Portfolio	Trabajo Cooper. Expos. Orales Proyectos Infografías Prueba Escrita Fichas prácticas
4	16,67 %	Observación Medición Autoevaluación Coevaluación	Registros Rúbricas Hojas de cotejo Portfolio	Trabajo Cooper. Expos. Orales Proyectos Infografías Prueba Escrita Fichas prácticas
5	16,67 %	Observación Medición Autoevaluación Coevaluación	Registros Rúbricas Hojas de cotejo Portfolio	Trabajo Cooper. Expos. Orales Proyectos Infografías Prueba Escrita
6	16,67 %	Observación Medición Autoevaluación	Registros Rúbricas Hojas de cotejo	Trabajo Cooper. Expos. Orales Proyectos



<b>MATERIA: Fitness en Sala de Entrenamiento Polivalente</b>	<b>NIVEL: 1º TSAF</b>	<b>CURSO: 2024/2025</b>
--------------------------------------------------------------	-----------------------	-------------------------

		Coevaluación	Portfolio	Infografías Prueba Escrita Fichas prácticas
--	--	--------------	-----------	---------------------------------------------------

#### 10.4. Medidas de Recuperación

Los diferentes RAs no superados podrán recuperarse en la convocatoria ordinaria oficial del mes de junio. También, cualquier alumno/a tendrá la opción de subir nota en dicha convocatoria. 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.

### 11. 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 temas impartidos en el trimestre, entre el número de temas 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, entre el 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. Es un buen indicador para alcanzar una de las líneas de actuación en el proceso de enseñanza aprendizaje (*la utilización de aplicaciones informáticas y nuevas tecnologías en el aula*). *Se utiliza la aplicación classroom para trabajar los temas, subir las actividades y realizar las correcciones. Utilizamos presentaciones en el aula en powerd point, genially y canva, utilización de ordenador para redactar las prácticas, hojas de cálculo realizadas por el alumnado.....*



- **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, gamificación, uso de otros espacios, etc), que hacen que el desarrollo del módulo se haga distinto y motivador para el alumnado. SE utiliza gamificación para repasar las unidades mediante kahoot, visual thinking,.....

## 12. MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD:

### 12.1. DETECCIÓN.

Detección del alumnado con indicios de NEAE en el marco de las evaluaciones iniciales. Esta evaluación inicial será el punto de referencia del Equipo Docente para la toma de decisiones relativas al desarrollo del currículo y adecuación a las características y conocimientos del alumnado, de forma que como consecuencia de la misma se adoptarán las medidas pertinentes de apoyo, refuerzo y recuperación o de adaptación, sirviendo como punto de partida para la adaptación de las programaciones a las necesidades educativas del alumnado en sus diferentes niveles de concreción curricular.

Detección en las evaluaciones trimestrales. Las evaluaciones trimestrales tienen un carácter formativo y orientativo del proceso educativo del alumnado. En esta línea, al analizar sus progresos y resultados académicos en los distintos ámbitos, áreas y materias con respecto a los objetivos y competencias, también se pueden apreciar indicios que pueden llevar a la decisión de tomar medidas para atender al alumnado NEAE.

### 12.2. ACTUACIONES.

La mejor estrategia para la integración del alumnado con necesidades educativas de apoyo o con determinados problemas de aprendizaje, es implicarlos en las mismas tareas que al resto del grupo, con distintos métodos de apoyo y exigencias. El tratamiento debe ofrecer la posibilidad de retomar un contenido no asimilado en un momento posterior de trabajo, con lo cual evitamos ejercicios repetitivos que suelen incidir negativamente en el nivel de motivación.

Las actividades prácticas son todas susceptibles de trabajarse desde distintos niveles, ofreciendo en cada ocasión una posibilidad de desarrollo en función del nivel de partida.

La formación de grupos para la realización de las actividades prácticas es una estrategia que fomentará las relaciones sociales entre el alumnado y la formación o asentamiento de una mayor cultura social y cívica.

Teniendo en cuenta el tipo de adaptaciones curriculares que se pueden llevar a cabo en los Ciclos Formativos y el perfil de alumnado con necesidades de apoyo educativo que lo cursa. Se pueden diferenciar dos tipos de tratamiento:



<b>MATERIA: Fitness en Sala de Entrenamiento Polivalente</b>	<b>NIVEL: 1º TSAF</b>	<b>CURSO: 2024/2025</b>
--------------------------------------------------------------	-----------------------	-------------------------

- **Alumnado con altas capacidades intelectuales**

Las actividades de ampliación propuestas por el profesorado permiten una mayor profundización, tanto a nivel de saber cómo de saber hacer, para que este tipo de alumnado pueda ampliar e indagar en cada unidad didáctica, ofreciendo una posibilidad de desarrollo.

- **Alumnado que presenta necesidades educativas de apoyo especiales**

Este tipo de alumnado se abordará mediante la integración, implicándolos en las mismas tareas que al resto del grupo. Para ello se utilizará la misma programación, y se tomarán las siguientes medidas curriculares no significativas:

- Que el tutor hable con los alumnos para ver la situación actual de necesidades.
- Colocar a los alumnos con dificultades específicas de atención lo más cerca posible de la pizarra y del profesor.
- Consultar al alumno de formas continua, para detectar el grado de adquisición de contenidos.
- Agrupación de este alumnado con otros alumnos más capaces que le puedan facilitar estas tareas.
- Hacer una supervisión más directa de las tareas dentro de las posibilidades con las que se cuentan en los Ciclos Formativos.
- Dar más tiempo en los exámenes y explicarle más detenidamente las preguntas.
- Dar más tiempo a la hora de la ejecución de las prácticas.
- Intensificar la comunicación con la familia.

En el caso de que se presente un alumno/a con necesidades de apoyo educativo específica se tomarán las medidas oportunas consensuadas con el departamento de orientación. Siempre teniendo en cuenta que el alumno/a tiene que alcanzar unos Resultados de Aprendizaje establecidos, y que son necesarios para desarrollar su trabajo una vez finalizada su formación.

### **13. 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.