



1. Identificación da programación

Centro educativo

Código	Centro	Concello	Ano académico
36013771	Fontecarmoa	Vilagarcía de Arousa	2024/2025

Ciclo formativo

Código da familia profesional	Familia profesional	Código do ciclo formativo	Ciclo formativo	Grao	Réxime
AFD	Actividades físicas e deportivas	CD3AFD000200	Acondicionamento físico	Ciclos formativos de grao superior	Réxime xeral-ordinario

Módulo profesional e unidades formativas de menor duración (*)

Código MP/UF	Nome	Curso	Sesións semanais	Horas anuais	Sesións anuais
MP1149	Actividades básicas de acondicionamento físico con soporte musical	2024/2025	5	160	160

(*) No caso de que o módulo profesional estea organizado en unidades formativas de menor duración

Profesorado responsable

Profesorado asignado ao módulo	MARÍA CONCEPCIÓN PÉREZ ALONSO
Outro profesorado	

Estado: Pendente de supervisión inspector



2. Concreción do currículo en relación coa súa adecuación ás características do ámbito produtivo

PROXECTO DE DECRETO POLO QUE SE ESTABLECE O CURRÍCULO DO CICLO FORMATIVO DE GRAO SUPERIOR CORRESPONDENTE AO TÍTULO DE TSAF. BORRADOR. INICIO TRAMITACIÓN: 29/05/2018. PENDENTE DE APROBACIÓN

O DECRETO PENDENTE DE APROBACIÓN TEN POR OBXECTO ESTABLECER O CURRÍCULO DE APLICACIÓN A NOSA COMUNIDADE ESTABLECIDO POLO REAL DECRETO 651/2017

ACTUALMENTE REXIDO POR:

ORDEN EFP/ 923/2019 DO 4 SETEMBRO pola que se establece o currículo do ciclo formativo de grado superior correspondente ao título de TSAF

REAL DECRETO 651/2017 DO 23 XUÑO polo que se establece o título de TSAF e se fixan aspectos básicos do currículo

REAL DECRETO 1147/2011 DO 29 XULLO onde se establece a ordenación xeral da FP e definindo no seu artigo 9 a estrutura dos títulos de FP e dos cursos de especialización, tomando como referente o catálogo Nacional de Cualificacións Profesionais

RESOLUCIÓN DO 7 DE XULLO 2023 DA DIRECCIÓN XERAL DE FP pola que se dictan instrucións para o desenvolvemento das ensinanza de FP do sistema educativo curso 23/24

RD 500/2024 onde se modifican determinados reais decretos polo que se establecen títulos de FP de grao superior

A competencia xeral do título de técnico superior en Acondicionamento Físico consiste en elaborar, coordinar, desenvolver e avaliar programas de acondicionamento físico para todos os tipos de persoas usuarias e en diferentes espazos de práctica, dinamizando as actividades e orientándoas cara á mellora da calidade de vida e a saúde, garantindo a seguridade e aplicando criterios de calidade, tanto no proceso como nos resultados do servizo.

As persoas que obteñen o título de Técnico Superior en Acondicionamento Físico exercen a súa actividade tanto no ámbito público (xa sexa na Administración xeral do Estado ou nas administracións autonómica ou local) como en entidades de carácter privado, en ximnasios, empresas de servizos deportivos, padroados deportivos ou entidades deportivas municipais, clubs ou asociacións deportivas ou de carácter social, empresas turísticas (hoteis, cámpings e balnearios, etc.), grandes empresas con servizos deportivos para os/as empregados/as, centros xeriátricos ou de carácter social, federacións deportivas ou organismos públicos de deportes (deputacións e direccións xerais de deporte, etc.).

As ocupacións e os postos de traballo máis salientables son os seguintes:

- Adestrador/a de acondicionamento físico nas salas de adestramento polivalente de ximnasios ou polideportivos, e en instalacións acuáticas.
- Adestrador/a de acondicionamento físico para grupos con soporte musical en ximnasios, instalacións acuáticas e polideportivos.
- Adestrador/a persoal.
- Instrutor/a grupos de hidrocinésia e coidado corporal.



- Promotor/a de actividades de acondicionamento físico.
- Animador/a de actividades de acondicionamento físico.
- Coordinador/a de actividades de acondicionamento físico e de hidrocinesia.
- Monitor/a de aeróbic, de step, de ciclo indoor, de fitness acuático e de actividades afíns.
- Instrutor/a das actividades de acondicionamento físico para colectivos especiais.

Tendo en conta que a concreción curricular son todas as decisións que van adaptándose á situación concreta dun centro educativo. Limitaremonos a seguir o deseño curricular base como primeiro nivel, concretaremos o segundo nivel co plan do centro, co seu proxecto curricular e por ultimo adaptaremos a concreción curricular segundo as necesidades . interese e características dos alumnos/as de clase. Tendo isto presente, teremos que reflexar na programación anual unha flexibilidade propia ás necesidades conforme a nosa sociedade cambie polo que este documento tentaremos, a medida que avance o curso, complementalo, revisándolo e mellorándoo ano a ano e mes a mes, reflexionando sobre o que funciona ou non segundo os seguintes obxectivos:

- comprobar que o alumno asimilou e é capaz de integrar, sintetizar e aplicar os coñecementos teórico-prácticos adquiridos perante o proceso formativo
- Desempeñar unha actividade profesional no campo propio do Acondicionamento Físico na no marco propio do Técnico Superior en Acondicionamento Físico

O currículo será un medio mediante o cal se planifica o proceso de ensino-aprendizaxe nun prazo determinado e , dito currículo será aberto, flexible e dinámico.

Ao finalizar o módulo, o alumnado ten que ser capaz de:

- Analizar as características das actividades básicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical.
- Programar actividades básicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical.
- Diseñar coreografías sinxelas.
- Dirixir sesións de actividades básicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical.
- Organizar as actividades dunha sala de aeróbic.
- Aplicar os plans de emerxencia na sala de aeróbic



3. Relación de unidades didácticas que a integran, que contribuirán ao desenvolvemento do módulo profesional, xunto coa secuencia e o tempo asignado para o desenvolvemento de cada unha

U.D.	Título	Descrición	Duración (sesións)	Peso (%)
1	ACTIVIDADES BASICAS PARA O ACONDICIONAMENTO FISICO CON SOPORTE MUSICAL. INTRODUCCION	Conceptos básicos comúns as AFBCSM	40	25
2	TONIFICACION CORPORAL CON MUSICA E AS NOVAS MODALIDADES . HIIT, GAP, CORE, CIRCUITOS,	Práctica e deseño de sesións de tonificación con música	40	25
3	STEP, AEROBIC E OUTRAS MODALIDADES COREOGRAFIADAS	Acercamento e inicio ás sesións de aeróbic, step e a súa práctica e ao seu deseño.	25	15
4	RITMOS LATINOS, ZUMBA E OUTROS.	Coreografías estilo zumba	6	5
5	XIMNASIAS SUAVES	Coreografías de exercicios de ximnasia suaves	28	10
6	Protocolo de seguridade e prevención de riscos	Conceptos básicos sobre seguridade e prevención de riscos nunha sala de aeróbic	5	5
7	Programación de actividades e eventos	Pasos para elaborar programacións de actividades e eventos	16	15

4. Por cada unidade didáctica

4.1.a) Identificación da unidade didáctica

N.º	Título da UD	Duración
1	ACTIVIDADES BASICAS PARA O ACONDICIONAMENTO FISICO CON SOPORTE MUSICAL. INTRODUCCION	40

4.1.b) Resultados de aprendizaxe do currículo que se tratan

Resultado de aprendizaxe do currículo	Completo
RA1 - Analiza as características das actividades básicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical, relacionándoas cos procesos de adaptación que provocan no organismo	NO



4.1.d) Criterios de avaliación que se aplicarán para a verificación da consecución dos obxectivos por parte do alumnado

Criterios de avaliación
CA1.1 Describiuse a técnica de execución das actividades e modalidades básicas de acondicionamento físico con soporte musical, indicando a dificultade, a intensidade e os erros máis frecuentes
CA1.2 Descríronse as bases dun correcto control postural nas actividades básicas de acondicionamento físico con soporte musical
CA1.3 Analizáronse as adaptacións fisiolóxicas ao traballo realizado e as súas implicacións para a mellora da calidade de vida e da saúde, nas actividades básicas de acondicionamento físico con soporte musical
CA1.4 Analizáronse os mecanismos de adaptación fisiolóxica dos órganos e dos sistemas, relacionándoos coa mellora das capacidades físicas básicas e das coordinativas, a través da práctica de actividades físicas básicas de acondicionamento físico con soporte fun
CA1.5 Descríronse os signos e os síntomas de fatiga e sobrecarga máis frecuentes neste tipo de actividades
CA1.6 Enumeráronse as contraindicacións absolutas e relativas á práctica de diferentes modalidades e estilos de actividades básicas de acondicionamento físico con soporte musical
CA1.7 Relaciónáronse as actividades básicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical coas tipoloxías e os niveis posibles das persoas participantes máis habituais

4.1.e) Contidos

Contidos
<p>0Criterios de selección da indumentaria persoal para a realización das actividades básicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical.</p> <p>Efecto das actividades básicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical sobre a mellora da condición física e a saúde.</p> <p>Evolución dos perfís das persoas participantes.</p> <p>Variables das actividades coreografadas que condicionan a intensidade. Velocidade da música. Velocidade e amplitude do movemento. Grupos musculares implicados. Desprazamentos. Movementos de brazos. Soporte musical.</p> <p>Música nas actividades de acondicionamento físico en grupo con soporte musical. Estrutura da música. Acentos ou beats débiles e fortes. Frases e series musicais. Adaptacións do ritmo natural. Lagoas musicais. Velocidade da música en función do estilo e da</p> <p>Estrutura da sesión de acondicionamento físico con soporte musical. Progresión coreografada na estrutura da sesión: quecemento, núcleo principal e volta á calma.</p> <p>Recursos técnicos para a elaboración de coreografías. Uso e aplicación. Medios audiovisuais. Medios informáticos: hardware e software específicos.</p> <p>Representación gráfica e escrita de coreografías. Recursos técnicos para a representación gráfica de coreografías. Medios audiovisuais e informáticos.</p>



4.2.a) Identificación da unidade didáctica

N.º	Título da UD	Duración
2	TONIFICACION CORPORAL CON MUSICA E AS NOVAS MODALIDADES . HIIT, GAP, CORE, CIRCUITOS¿	40

4.2.b) Resultados de aprendizaxe do currículo que se tratan

Resultado de aprendizaxe do currículo	Completo
RA1 - Analiza as características das actividades básicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical, relacionándoas cos procesos de adaptación que provocan no organismo	NO
RA2 - Programa actividades básicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical, tendo en conta as necesidades das persoas participantes e os espazos de intervención	NO
RA3 - Deseña coreografías sinxelas, adaptándoas aos obxectivos e aos contidos dunha sesión e á música seleccionada	NO
RA4 - Dirixe sesións de actividades básicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical, aplicando metodoloxías específicas para o seu desenvolvemento	NO

4.2.d) Criterios de avaliación que se aplicarán para a verificación da consecución dos obxectivos por parte do alumnado

Criterios de avaliación
CA1.2 Descríbense as bases dun correcto control postural nas actividades básicas de acondicionamento físico con soporte musical
CA2.1 Aplícanse os procedementos e as técnicas de programación e periodización para a mellora da condición física nas actividades básicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical
CA2.2 Establecéronse criterios de formulación de obxectivos de mellora ou mantemento da condición física, conforme a evolución do programa de actividades básicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical, e en función dos medios dispoñibles
CA2.3 Establecéronse series coreografadas por niveis de intensidade e de dificultade, tendo en conta os mecanismos de adaptación fisiolóxica e as variables que se poñen en xogo nas actividades básicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical, en
CA2.4 Determináronse os espazos, os equipamentos, os materiais, o equipamento persoal e os recursos complementarios para garantir e desenvolver a seguridade de eventos e programas de actividades básicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical
CA2.5 Establecéronse as estratexias de instrución e de comunicación, así como as súas adaptacións, para facilitar a atención a diferentes tipos de persoas participantes e a motivación
CA2.6 Descríbense os criterios de seguridade, adecuación e efectividade dun programa de actividades básicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical e os factores que se deben ter en conta para evitar lesións ou sobrecargas durante a execución
CA3.1 Seleccionouse o soporte musical que se adecúa ao estilo e á modalidade, á intensidade e á duración da secuencia ou composición coreográfica e da sesión
CA3.2 Combináronse os pasos básicos e as súas variantes na elaboración das secuencias ou composicións coreográficas básicas, en función da modalidade ou do estilo



**ANEXO XIII
MODELO DE PROGRAMACIÓN DE MÓDULOS PROFESIONAIS**

Criterios de avaliación
CA3.3 Deseñáronse progresións coreografadas cunha coherencia rítmico-secuencial, de forma que o soporte musical acompaña e condiciona a cadencia de execución desde o primeiro movemento do queceamento ata o derradeiro exercicio de volta á calma
CA3.4 Aplicáronse criterios fisiolóxicos, biomecánicos e de motivación na secuencia de pasos, movementos, exercicios e composicións, relacionando os obxectivos de mellora das capacidades físicas co volume, a intensidade e a dificultade de cada fase da sesión
CA3.5 Prevíronse adaptacións para atender os diferentes niveis de competencia motriz dos compoñentes do grupo ao que se dirixe a composición coreográfica
CA3.6 Determinouse a metodoloxía que se emprega na ensinanza das coreografías
CA3.8 Establecéronse os parámetros que se deben ter en conta para avaliar o desenvolvemento da sesión
CA4.1 Analizouse a accesibilidade aos espazos de práctica e a dispoñibilidade dos recursos necesarios para as actividades básicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical en condicións de seguridade
CA4.2 Informouse acerca do desenvolvemento da sesión e os requisitos de vestimenta e complementos
CA4.3 Explicáronse e demostráronse as actividades propostas e o uso dos aparellos e dos materiais, aplicando estratexias de instrución e comunicación específicas nos exercicios e nas secuencias e composicións coreográficas
CA4.4 Adaptouse o nivel de intensidade e dificultade das actividades ás características das persoas participantes
CA4.5 Supervisáronse a indumentaria e os complementos das persoas participantes, para garantir a funcionalidade, o confort e a seguridade
CA4.6 Detectáronse os signos de fatiga e sobrecarga, así como os erros na execución dos pasos, e déronse as indicacións oportunas para a súa corrección
CA4.7 Utilizáronse os códigos xestuais ou verbais para transmitir as indicacións ás persoas compoñentes do grupo, sen interromper o desenvolvemento da sesión de actividades básicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical
CA4.8 Dirixíronse as secuencias coreográficas de xeito activo e dinámico, propiciando a desinhibición e a máxima participación

4.2.e) Contidos

Contidos
Elementos técnicos das actividades básicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical. Pasos básicos e as súas variacións. Enlaces. Movementos de brazos. Aliñamento segmentario, apoios e distribución do peso en situacións estáticas e dinámica
Defectos e erros máis comúns nos xestos técnicos do aeróbic básico, dos exercicios de tonificación e dos ritmos latinos, así como os derivados do contorno da danza e as modalidades afíns. Pautas para os detectar. Efectos patolóxicos das incorreccións de d
Métodos específicos para o desenvolvemento das capacidades condicionais a través de actividades básicas con soporte musical. Aeróbic básico, tonificación, ritmos latinos e xestos técnicos derivados do contorno da danza e modalidades afíns. Series coreogra
Contraindicacións absolutas ou relativas na práctica das actividades básicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical. Impacto articular; biomecánica postural adecuada. Signos de fatiga e sobrecarga. Execucións potencialmente lesivas.



**ANEXO XIII
MODELO DE PROGRAMACIÓN DE MÓDULOS PROFESIONAIS**

Contidos
Variables das actividades coreografadas que condicionan a intensidade. Velocidade da música. Velocidade e amplitude do movemento. Grupos musculares implicados. Desprazamentos. Movementos de brazos. Soporte musical.
Combinación das variables de dificultade e intensidade. Nivel das coreografías atendendo a criterios de intensidade e de dificultade coordinativa. Adecuación aos perfís.
Optimización dos programas. Medidas complementarias ao programa de adestramento deportivo: axudas ergoxénicas, fisiolóxicas e nutricionais.
Estratexias de instrución de actividades coreografadas.
Adaptación das actividades básicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical ás posibilidades de execución das persoas participantes.
Adecuación das actividades básicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical a colectivos con necesidades especiais.
Estrutura da sesión de acondicionamento físico con soporte musical. Progresión coreografada na estrutura da sesión: quecemento, núcleo principal e volta á calma.
Estratexias metodolóxicas específicas: técnicas de demostración e de comunicación con uso de espello.
Estrutura de progresións coreografadas relacionadas coa tonificación: intervalos e circuitos. Sesións específicas: tren superior, tren inferior, gap e abdome. Últimas tendencias.
Metodoloxía da composición coreográfica: progresión lineal, suma, unión e capas.
Mantemento operativo de instalacións, aparellos e elementos propios das actividades básicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical. Procedementos de verificación de condicións de seguridade e de utilización.
Execución dos elementos técnicos das actividades coreografadas: pasos básicos e variantes do aeróbic, ritmos latinos, xestos técnicos derivados do contorno da danza e modalidades afíns, secuencias de exercicios de tonificación e exercicios de estirada, en
Supervisión do uso de aparellos e materiais.
Proceso e estratexias de instrución nas actividades rítmicas. Diversificación de niveis. Análise da tarefa. Sistemas e canles de comunicación. Modelos de interacción coas persoas participantes. Información inicial ou de referencia. Coñecemento da execución
Integración da demostración dos elementos técnicos, coa observación da execución doutros, a detección de erros e a comunicación de consignas.
Estratexias para adaptar a intensidade da execución da secuencia coreografada.
Sistemas de comunicación específicos na dirección de actividades de acondicionamento físico con soporte musical. Linguaxe xestual. Reforzos verbais. Adaptacións para persoas con discapacidade.
Estratexias de motivación cara á execución.
Metodoloxía específica de aprendizaxe de secuencias e composicións coreográficas. Modelo das progresións para a ensinanza das series coreografadas. Modelo libre. Modelos coreografados. Novas tendencias.
Instalacións, aparellos e elementos propios das actividades de acondicionamento físico en grupo con soporte musical.



4.3.a) Identificación da unidade didáctica

N.º	Título da UD	Duración
3	STEP, AEROBIC E OUTRAS MODALIDADES COREOGRAFIADAS	25

4.3.b) Resultados de aprendizaxe do currículo que se tratan

Resultado de aprendizaxe do currículo	Completo
RA1 - Analiza as características das actividades básicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical, relacionándoas cos procesos de adaptación que provocan no organismo	NO
RA2 - Programa actividades básicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical, tendo en conta as necesidades das persoas participantes e os espazos de intervención	NO
RA3 - Deseña coreografías sinxelas, adaptándoas aos obxectivos e aos contidos dunha sesión e á música seleccionada	SI
RA4 - Dirixe sesións de actividades básicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical, aplicando metodoloxías específicas para o seu desenvolvemento	NO
RA5 - Organiza as actividades dunha sala de aeróbic, establecendo as pautas de organización dos recursos específicos que garantan a versatilidade, a eficacia e a seguridade	NO
RA6 - Aplica os plans de emerxencia na sala de aeróbic, valorando as condicións e os factores de risco	NO

4.3.d) Criterios de avaliación que se aplicarán para a verificación da consecución dos obxectivos por parte do alumnado

Criterios de avaliación
CA1.2 Descríbense as bases dun correcto control postural nas actividades básicas de acondicionamento físico con soporte musical
CA2.1 Aplicáronse os procedementos e as técnicas de programación e periodización para a mellora da condición física nas actividades básicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical
CA2.2 Establecéronse criterios de formulación de obxectivos de mellora ou mantemento da condición física, conforme a evolución do programa de actividades básicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical, e en función dos medios dispoñibles
CA2.3 Establecéronse series coreografadas por niveis de intensidade e de dificultade, tendo en conta os mecanismos de adaptación fisiolóxica e as variables que se poñen en xogo nas actividades básicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical, en
CA2.4 Determináronse os espazos, os equipamentos, os materiais, o equipamento persoal e os recursos complementarios para garantir e desenvolver a seguridade de eventos e programas de actividades básicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical
CA2.5 Establecéronse as estratexias de instrución e de comunicación, así como as súas adaptacións, para facilitar a atención a diferentes tipos de persoas participantes e a motivación
CA2.6 Descríbense os criterios de seguridade, adecuación e efectividade dun programa de actividades básicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical e os factores que se deben ter en conta para evitar lesións ou sobrecargas durante a execución



**ANEXO XIII
MODELO DE PROGRAMACIÓN DE MÓDULOS PROFESIONAIS**

Criterios de avaliación
CA3.1 Seleccionouse o soporte musical que se adecúa ao estilo e á modalidade, á intensidade e á duración da secuencia ou composición coreográfica e da sesión
CA3.2 Combináronse os pasos básicos e as súas variantes na elaboración das secuencias ou composicións coreográficas básicas, en función da modalidade ou do estilo
CA3.3 Deseñáronse progresións coreografadas cunha coherencia rítmico-secuencial, de forma que o soporte musical acompaña e condiciona a cadencia de execución desde o primeiro movemento do queceamento ata o derradeiro exercicio de volta á calma
CA3.4 Aplicáronse criterios fisiolóxicos, biomecánicos e de motivación na secuencia de pasos, movementos, exercicios e composicións, relacionando os obxectivos de mellora das capacidades físicas co volume, a intensidade e a dificultade de cada fase da sesión
CA3.5 Prevíronse adaptacións para atender os diferentes niveis de competencia motriz dos compoñentes do grupo ao que se dirixe a composición coreográfica
CA3.6 Determinouse a metodoloxía que se emprega na ensinanza das coreografías
CA3.7 Utilizáronse técnicas específicas de representación gráfica ou escrita para recoller e rexistrar pasos, movementos, exercicios e composicións
CA3.8 Establecéronse os parámetros que se deben ter en conta para avaliar o desenvolvemento da sesión
CA4.1 Analizouse a accesibilidade aos espazos de práctica e a dispoñibilidade dos recursos necesarios para as actividades básicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical en condicións de seguridade
CA4.2 Informouse acerca do desenvolvemento da sesión e os requisitos de vestimenta e complementos
CA4.3 Explicáronse e demostráronse as actividades propostas e o uso dos aparellos e dos materiais, aplicando estratexias de instrución e comunicación específicas nos exercicios e nas secuencias e composicións coreográficas
CA4.4 Adaptouse o nivel de intensidade e dificultade das actividades ás características das persoas participantes
CA4.5 Supervisáronse a indumentaria e os complementos das persoas participantes, para garantir a funcionalidade, o confort e a seguridade
CA4.6 Detectáronse os signos de fatiga e sobrecarga, así como os erros na execución dos pasos, e déronse as indicacións oportunas para a súa corrección
CA4.7 Utilizáronse os códigos xestuais ou verbais para transmitir as indicacións ás persoas compoñentes do grupo, sen interromper o desenvolvemento da sesión de actividades básicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical
CA4.8 Dirixíronse as secuencias coreográficas de xeito activo e dinámico, propiciando a desinhibición e a máxima participación
CA4.10 Comprobase previamente o estado dos elementos específicos de seguridade e prevención de riscos relativos á súa área de responsabilidade na sala de aeróbic
CA5.1 Supervisouse a dotación da sala de aeróbic, analizando os requisitos dos eventos e das actividades de acondicionamento físico en grupo con soporte musical previstos, á luz das últimas tendencias do sector



Criterios de avaliación
CA5.4 Supervísáronse as condicións de accesibilidade á sala de aeróbic para que poidan participar nas actividades de acondicionamento físico en grupo con soporte musical persoas con mobilidade reducida
CA5.5 Establecéronse os procedementos de detección e de corrección de anomalías dos elementos específicos das actividades de acondicionamento físico en grupo con soporte musical, na dotación da sala de aeróbic
CA6.1 Identificáronse e describíronse os plans de emerxencia dunha instalación deportiva e, en particular, dunha sala de aeróbic
CA6.4 Relaciónáronse a asignación de funcións e as instrucións ao persoal dunha instalación deportiva en xeral e, en especial, unha sala de aeróbic
CA6.5 Dirixíronse situacións simuladas de evacuación dunha sala de aeróbic

4.3.e) Contidos

Contidos
Elementos técnicos das actividades básicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical. Pasos básicos e as súas variacións. Enlaces. Movements de brazos. Aliñamento segmentario, apoios e distribución do peso en situacións estáticas e dinámica
Defectos e erros máis comúns nos xestos técnicos do aeróbic básico, dos exercicios de tonificación e dos ritmos latinos, así como os derivados do contorno da danza e as modalidades afíns. Pautas para os detectar. Efectos patolóxicos das incorreccións de d
As actividades básicas en grupo con soporte musical como sistema de acondicionamento físico. Historia do aeróbic e a súa evolución. Tendencias actuais.
Métodos específicos para o desenvolvemento das capacidades condicionais a través de actividades básicas con soporte musical. Aeróbic básico, tonificación, ritmos latinos e xestos técnicos derivados do contorno da danza e modalidades afíns. Series coreogra
Contraindicacións absolutas ou relativas na práctica das actividades básicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical. Impacto articular; biomecánica postural adecuada. Signos de fatiga e sobrecarga. Execucións potencialmente lesivas.
Variables das actividades coreografadas que condicionan a intensidade. Velocidade da música. Velocidade e amplitude do movemento. Grupos musculares implicados. Desprazamentos. Movements de brazos. Soporte musical.
Combinación das variables de dificultade e intensidade. Nivel das coreografías atendendo a criterios de intensidade e de dificultade coordinativa. Adecuación aos perfís.
Optimización dos programas. Medidas complementarias ao programa de adestramento deportivo: axudas ergoxénicas, fisiolóxicas e nutricionais.
Estratexias de instrución de actividades coreografadas.
Adaptación das actividades básicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical ás posibilidades de execución das persoas participantes.
Adecuación das actividades básicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical a colectivos con necesidades especiais.
Estrutura da sesión de acondicionamento físico con soporte musical. Progresión coreografada na estrutura da sesión: quecemento, núcleo principal e volta á calma.
Estratexias metodolóxicas específicas: técnicas de demostración e de comunicación con uso de espello.
Composición de coreografías, estilos e modalidades. Variacións e combinacións cos pasos básicos: orientación, dirección, desprazamento, cambios de ritmo e xiros. Movements de brazos: estilos e modalidades. Elementos coreográficos: enlaces entre elementos



Contidos
<p>Metodoloxía da composición coreográfica: progresión lineal, suma, unión e capas.</p> <p>Representación gráfica e escrita de coreografías. Recursos técnicos para a representación gráfica de coreografías. Medios audiovisuais e informáticos.</p> <p>Mantemento operativo de instalacións, aparellos e elementos propios das actividades básicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical. Procedementos de verificación de condicións de seguridade e de utilización.</p> <p>Execución dos elementos técnicos das actividades coreografadas: pasos básicos e variantes do aeróbic, ritmos latinos, xestos técnicos derivados do contorno da danza e modalidades afíns, secuencias de exercicios de tonificación e exercicios de estirada, en</p> <p>Supervisión do uso de aparellos e materiais.</p> <p>Proceso e estratexias de instrución nas actividades rítmicas. Diversificación de niveis. Análise da tarefa. Sistemas e canles de comunicación. Modelos de interacción coas persoas participantes. Información inicial ou de referencia. Coñecemento da execución</p> <p>Integración da demostración dos elementos técnicos, coa observación da execución doutros, a detección de erros e a comunicación de consignas.</p> <p>Estratexias para adaptar a intensidade da execución da secuencia coreografada.</p> <p>Sistemas de comunicación específicos na dirección de actividades de acondicionamento físico con soporte musical. Linguaxe xestual. Reforzos verbais. Adaptacións para persoas con discapacidade.</p> <p>Estratexias de motivación cara á execución.</p> <p>Metodoloxía específica de aprendizaxe de secuencias e composicións coreográficas. Modelo das progresións para a ensinanza das series coreografadas. Modelo libre. Modelos coreografados. Novas tendencias.</p> <p>Instalacións, aparellos e elementos propios das actividades de acondicionamento físico en grupo con soporte musical.</p> <p>Plan de emerxencia. Tipos de emerxencia. Obxectivos do plan de emerxencia. Principios da efectividade do plan. Equipamentos e materiais implicados. Procedementos de supervisión. Inventario de medios materiais.</p> <p>Prevención e seguridade: lexislación básica e específica sobre seguridade e prevención na sala de aeróbic.</p> <p>Seguridade de persoas, de bens e de actividades dunha sala de aeróbic.</p> <p>Tipos de riscos presentes na sala de aeróbic: tecnolóxicos, causados polas persoas, laborais, causados polo uso dos servizos deportivos, e causados por uso incorrecto dos medios de adestramento e desinformación.</p> <p>Normativa de aplicación en materia de seguridade en salas de aeróbic.</p> <p>Medidas de prevención de riscos en instalacións deportivas. Medidas específicas de prevención de riscos na sala de aeróbic.</p>

4.4.a) Identificación da unidade didáctica

N.º	Título da UD	Duración
4	RITMOS LATINOS, ZUMBA E OUTROS.	6



4.4.b) Resultados de aprendizaxe do currículo que se tratan

Resultado de aprendizaxe do currículo	Completo
RA1 - Analiza as características das actividades básicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical, relacionándoas cos procesos de adaptación que provocan no organismo	NO
RA2 - Programa actividades básicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical, tendo en conta as necesidades das persoas participantes e os espazos de intervención	NO
RA3 - Deseña coreografías sinxelas, adaptándoas aos obxectivos e aos contidos dunha sesión e á música seleccionada	SI
RA4 - Dirixe sesións de actividades básicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical, aplicando metodoloxías específicas para o seu desenvolvemento	NO

4.4.d) Criterios de avaliación que se aplicarán para a verificación da consecución dos obxectivos por parte do alumnado

Criterios de avaliación
CA1.2 Descríbense as bases dun correcto control postural nas actividades básicas de acondicionamento físico con soporte musical
CA2.1 Aplicáronse os procedementos e as técnicas de programación e periodización para a mellora da condición física nas actividades básicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical
CA2.2 Establecéronse criterios de formulación de obxectivos de mellora ou mantemento da condición física, conforme a evolución do programa de actividades básicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical, e en función dos medios dispoñibles
CA2.3 Establecéronse series coreografadas por niveis de intensidade e de dificultade, tendo en conta os mecanismos de adaptación fisiolóxica e as variables que se poñen en xogo nas actividades básicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical, en
CA2.4 Determináronse os espazos, os equipamentos, os materiais, o equipamento persoal e os recursos complementarios para garantir e desenvolver a seguridade de eventos e programas de actividades básicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical
CA2.5 Establecéronse as estratexias de instrución e de comunicación, así como as súas adaptacións, para facilitar a atención a diferentes tipos de persoas participantes e a motivación
CA2.6 Descríbense os criterios de seguridade, adecuación e efectividade dun programa de actividades básicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical e os factores que se deben ter en conta para evitar lesións ou sobrecargas durante a execución
CA3.1 Seleccionouse o soporte musical que se adecúa ao estilo e á modalidade, á intensidade e á duración da secuencia ou composición coreográfica e da sesión
CA3.2 Combináronse os pasos básicos e as súas variantes na elaboración das secuencias ou composicións coreográficas básicas, en función da modalidade ou do estilo
CA3.3 Deseñáronse progresións coreografadas cunha coherencia rítmico-secuencial, de forma que o soporte musical acompaña e condiciona a cadencia de execución desde o primeiro movemento do queceamento ata o derradeiro exercicio de volta á calma
CA3.4 Aplicáronse criterios fisiolóxicos, biomecánicos e de motivación na secuencia de pasos, movementos, exercicios e composicións, relacionando os obxectivos de mellora das capacidades físicas co volume, a intensidade e a dificultade de cada fase da sesión



**ANEXO XIII
MODELO DE PROGRAMACIÓN DE MÓDULOS PROFESIONAIS**

Criterios de avaliación
CA3.5 Prevíronse adaptacións para atender os diferentes niveis de competencia motriz dos compoñentes do grupo ao que se dirixe a composición coreográfica
CA3.6 Determinouse a metodoloxía que se emprega na ensinanza das coreografías
CA3.7 Utilizáronse técnicas específicas de representación gráfica ou escrita para recoller e rexistrar pasos, movementos, exercicios e composicións
CA3.8 Establecéronse os parámetros que se deben ter en conta para avaliar o desenvolvemento da sesión
CA4.1 Analizouse a accesibilidade aos espazos de práctica e a dispoñibilidade dos recursos necesarios para as actividades básicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical en condicións de seguridade
CA4.2 Informouse acerca do desenvolvemento da sesión e os requisitos de vestimenta e complementos
CA4.3 Explicáronse e demostráronse as actividades propostas e o uso dos aparellos e dos materiais, aplicando estratexias de instrución e comunicación específicas nos exercicios e nas secuencias e composicións coreográficas
CA4.4 Adaptouse o nivel de intensidade e dificultade das actividades ás características das persoas participantes
CA4.5 Supervisáronse a indumentaria e os complementos das persoas participantes, para garantir a funcionalidade, o confort e a seguridade
CA4.6 Detectáronse os signos de fatiga e sobrecarga, así como os erros na execución dos pasos, e déronse as indicacións oportunas para a súa corrección
CA4.7 Utilizáronse os códigos xestuais ou verbais para transmitir as indicacións ás persoas compoñentes do grupo, sen interromper o desenvolvemento da sesión de actividades básicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical
CA4.8 Dirixíronse as secuencias coreográficas de xeito activo e dinámico, propiciando a desinhibición e a máxima participación

4.4.e) Contidos

Contidos
Elementos técnicos das actividades básicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical. Pasos básicos e as súas variacións. Enlaces. Movementos de brazos. Aliñamento segmentario, apoios e distribución do peso en situacións estáticas e dinámica
Defectos e erros máis comúns nos xestos técnicos do aeróbic básico, dos exercicios de tonificación e dos ritmos latinos, así como os derivados do contorno da danza e as modalidades afíns. Pautas para os detectar. Efectos patolóxicos das incorreccións de d
Métodos específicos para o desenvolvemento das capacidades condicionais a través de actividades básicas con soporte musical. Aeróbic básico, tonificación, ritmos latinos e xestos técnicos derivados do contorno da danza e modalidades afíns. Series coreogra
Contraindicacións absolutas ou relativas na práctica das actividades básicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical. Impacto articular; biomecánica postural adecuada. Signos de fatiga e sobrecarga. Execucións potencialmente lesivas.
Variables das actividades coreografadas que condicionan a intensidade. Velocidade da música. Velocidade e amplitude do movemento. Grupos musculares implicados. Desprazamentos. Movementos de brazos. Soporte musical.



**ANEXO XIII
MODELO DE PROGRAMACIÓN DE MÓDULOS PROFESIONAIS**

Contidos
<p>Combinación das variables de dificultade e intensidade. Nivel das coreografías atendendo a criterios de intensidade e de dificultade coordinativa. Adecuación aos perfís.</p> <p>Optimización dos programas. Medidas complementarias ao programa de adestramento deportivo: axudas ergoxénicas, fisiolóxicas e nutricionais.</p> <p>Estratexias de instrución de actividades coreografadas.</p> <p>Adaptación das actividades básicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical ás posibilidades de execución das persoas participantes.</p> <p>Adecuación das actividades básicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical a colectivos con necesidades especiais.</p> <p>Estrutura da sesión de acondicionamento físico con soporte musical. Progresión coreografada na estrutura da sesión: quecemento, núcleo principal e volta á calma.</p> <p>Estratexias metodolóxicas específicas: técnicas de demostración e de comunicación con uso de espello.</p> <p>Composición de coreografías, estilos e modalidades. Variacións e combinacións cos pasos básicos: orientación, dirección, desprazamento, cambios de ritmo e xiros. Movementos de brazos: estilos e modalidades. Elementos coreográficos: enlaces entre elementos</p> <p>Metodoloxía da composición coreográfica: progresión lineal, suma, unión e capas.</p> <p>Representación gráfica e escrita de coreografías. Recursos técnicos para a representación gráfica de coreografías. Medios audiovisuais e informáticos.</p> <p>Mantemento operativo de instalacións, aparellos e elementos propios das actividades básicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical. Procedementos de verificación de condicións de seguridade e de utilización.</p> <p>Execución dos elementos técnicos das actividades coreografadas: pasos básicos e variantes do aeróbic, ritmos latinos, xestos técnicos derivados do contorno da danza e modalidades afíns, secuencias de exercicios de tonificación e exercicios de estirada, en</p> <p>Supervisión do uso de aparellos e materiais.</p> <p>Proceso e estratexias de instrución nas actividades rítmicas. Diversificación de niveis. Análise da tarefa. Sistemas e canles de comunicación. Modelos de interacción coas persoas participantes. Información inicial ou de referencia. Coñecemento da execución</p> <p>Integración da demostración dos elementos técnicos, coa observación da execución doutros, a detección de erros e a comunicación de consignas.</p> <p>Estratexias para adaptar a intensidade da execución da secuencia coreografada.</p> <p>Sistemas de comunicación específicos na dirección de actividades de acondicionamento físico con soporte musical. Linguaxe xestual. Reforzos verbais. Adaptacións para persoas con discapacidade.</p> <p>Estratexias de motivación cara á execución.</p> <p>Metodoloxía específica de aprendizaxe de secuencias e composicións coreográficas. Modelo das progresións para a ensinanza das series coreografadas. Modelo libre. Modelos coreografados. Novas tendencias.</p> <p>Instalacións, aparellos e elementos propios das actividades de acondicionamento físico en grupo con soporte musical.</p>



4.5.a) Identificación da unidade didáctica

N.º	Título da UD	Duración
5	XIMNASIAS SUAVES	28

4.5.b) Resultados de aprendizaxe do currículo que se tratan

Resultado de aprendizaxe do currículo	Completo
RA1 - Analiza as características das actividades básicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical, relacionándoas cos procesos de adaptación que provocan no organismo	NO
RA2 - Programa actividades básicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical, tendo en conta as necesidades das persoas participantes e os espazos de intervención	NO
RA3 - Deseña coreografías sinxelas, adaptándoas aos obxectivos e aos contidos dunha sesión e á música seleccionada	NO
RA4 - Dirixe sesións de actividades básicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical, aplicando metodoloxías específicas para o seu desenvolvemento	NO

4.5.d) Criterios de avaliación que se aplicarán para a verificación da consecución dos obxectivos por parte do alumnado

Criterios de avaliación
CA1.2 Descríbense as bases dun correcto control postural nas actividades básicas de acondicionamento físico con soporte musical
CA2.1 Aplícanse os procedementos e as técnicas de programación e periodización para a mellora da condición física nas actividades básicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical
CA2.2 Establecéronse criterios de formulación de obxectivos de mellora ou mantemento da condición física, conforme a evolución do programa de actividades básicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical, e en función dos medios dispoñibles
CA2.3 Establecéronse series coreografadas por niveis de intensidade e de dificultade, tendo en conta os mecanismos de adaptación fisiolóxica e as variables que se poñen en xogo nas actividades básicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical, en
CA2.4 Determináronse os espazos, os equipamentos, os materiais, o equipamento persoal e os recursos complementarios para garantir e desenvolver a seguridade de eventos e programas de actividades básicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical
CA2.5 Establecéronse as estratexias de instrución e de comunicación, así como as súas adaptacións, para facilitar a atención a diferentes tipos de persoas participantes e a motivación
CA2.6 Descríbense os criterios de seguridade, adecuación e efectividade dun programa de actividades básicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical e os factores que se deben ter en conta para evitar lesións ou sobrecargas durante a execución
CA3.1 Seleccionouse o soporte musical que se adecúa ao estilo e á modalidade, á intensidade e á duración da secuencia ou composición coreográfica e da sesión
CA3.2 Combináronse os pasos básicos e as súas variantes na elaboración das secuencias ou composicións coreográficas básicas, en función da modalidade ou do estilo



**ANEXO XIII
MODELO DE PROGRAMACIÓN DE MÓDULOS PROFESIONAIS**

Criterios de avaliación
CA3.3 Deseñáronse progresións coreografadas cunha coherencia rítmico-secuencial, de forma que o soporte musical acompaña e condiciona a cadencia de execución desde o primeiro movemento do queceamento ata o derradeiro exercicio de volta á calma
CA3.4 Aplicáronse criterios fisiolóxicos, biomecánicos e de motivación na secuencia de pasos, movementos, exercicios e composicións, relacionando os obxectivos de mellora das capacidades físicas co volume, a intensidade e a dificultade de cada fase da sesión
CA3.5 Prevíronse adaptacións para atender os diferentes niveis de competencia motriz dos compoñentes do grupo ao que se dirixe a composición coreográfica
CA3.6 Determinouse a metodoloxía que se emprega na ensinanza das coreografías
CA3.8 Establecéronse os parámetros que se deben ter en conta para avaliar o desenvolvemento da sesión
CA4.1 Analizouse a accesibilidade aos espazos de práctica e a dispoñibilidade dos recursos necesarios para as actividades básicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical en condicións de seguridade
CA4.2 Informouse acerca do desenvolvemento da sesión e os requisitos de vestimenta e complementos
CA4.4 Adaptouse o nivel de intensidade e dificultade das actividades ás características das persoas participantes
CA4.5 Supervisáronse a indumentaria e os complementos das persoas participantes, para garantir a funcionalidade, o confort e a seguridade
CA4.7 Utilizáronse os códigos xestuais ou verbais para transmitir as indicacións ás persoas compoñentes do grupo, sen interromper o desenvolvemento da sesión de actividades básicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical

4.5.e) Contidos

Contidos
Elementos técnicos das actividades básicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical. Pasos básicos e as súas variacións. Enlaces. Movementos de brazos. Aliñamento segmentario, apoios e distribución do peso en situacións estáticas e dinámica
Defectos e erros máis comúns nos xestos técnicos do aeróbic básico, dos exercicios de tonificación e dos ritmos latinos, así como os derivados do contorno da danza e as modalidades afíns. Pautas para os detectar. Efectos patolóxicos das incorreccións de d
Métodos específicos para o desenvolvemento das capacidades condicionais a través de actividades básicas con soporte musical. Aeróbic básico, tonificación, ritmos latinos e xestos técnicos derivados do contorno da danza e modalidades afíns. Series coreogra
Contraindicacións absolutas ou relativas na práctica das actividades básicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical. Impacto articular; biomecánica postural adecuada. Signos de fatiga e sobrecarga. Execucións potencialmente lesivas.
Optimización dos programas. Medidas complementarias ao programa de adestramento deportivo: axudas ergoxénicas, fisiolóxicas e nutricionais.
Estratexias de instrución de actividades coreografadas.
Adaptación das actividades básicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical ás posibilidades de execución das persoas participantes.
Adecuación das actividades básicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical a colectivos con necesidades especiais.



Contidos
<p>Estrutura da sesión de acondicionamento físico con soporte musical. Progresión coreografada na estrutura da sesión: quecemento, núcleo principal e volta á calma.</p> <p>Estratexias metodolóxicas específicas: técnicas de demostración e de comunicación con uso de espello.</p> <p>Xestos técnicos adaptados de diversas modalidades deportivas e derivados do contorno da danza. Xestos técnicos e movementos derivados das ximnasia suaves.</p> <p>Mantemento operativo de instalacións, aparellos e elementos propios das actividades básicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical. Procedementos de verificación de condicións de seguridade e de utilización.</p> <p>Execución dos elementos técnicos das actividades coreografadas: pasos básicos e variantes do aeróbic, ritmos latinos, xestos técnicos derivados do contorno da danza e modalidades afíns, secuencias de exercicios de tonificación e exercicios de estirada, en</p> <p>Supervisión do uso de aparellos e materiais.</p> <p>Proceso e estratexias de instrución nas actividades rítmicas. Diversificación de niveis. Análise da tarefa. Sistemas e canles de comunicación. Modelos de interacción coas persoas participantes. Información inicial ou de referencia. Coñecemento da execución</p> <p>Integración da demostración dos elementos técnicos, coa observación da execución doutros, a detección de erros e a comunicación de consignas.</p> <p>Estratexias para adaptar a intensidade da execución da secuencia coreografada.</p> <p>Sistemas de comunicación específicos na dirección de actividades de acondicionamento físico con soporte musical. Linguaxe xestual. Reforzos verbais. Adaptacións para persoas con discapacidade.</p> <p>Estratexias de motivación cara á execución.</p> <p>Instalacións, aparellos e elementos propios das actividades de acondicionamento físico en grupo con soporte musical.</p>

4.6.a) Identificación da unidade didáctica

N.º	Título da UD	Duración
6	Protocolo de seguridade e prevención de riscos	5

4.6.b) Resultados de aprendizaxe do currículo que se tratan

Resultado de aprendizaxe do currículo	Completo
RA1 - Analiza as características das actividades básicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical, relacionándoas cos procesos de adaptación que provocan no organismo	NO
RA6 - Aplica os plans de emerxencia na sala de aeróbic, valorando as condicións e os factores de risco	SI



4.6.d) Criterios de avaliación que se aplicarán para a verificación da consecución dos obxectivos por parte do alumnado

Criterios de avaliación
CA1.8 Descríbense as características e as condicións de seguridade dos diferentes aspectos das actividades básicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical
CA6.1 Identifícanse e descíbrense os plans de emerxencia dunha instalación deportiva e, en particular, dunha sala de aeróbic
CA6.2 Establecéronse procedementos de seguridade e prevención de riscos relativos á súa área de responsabilidade nas actividades de acondicionamento físico na sala de aeróbic
CA6.3 Inventariáronse os medios materiais necesarios nun plan de emerxencia para unha sala de aeróbic
CA6.4 Relaciónáronse a asignación de funcións e as instrucións ao persoal dunha instalación deportiva en xeral e, en especial, unha sala de aeróbic
CA6.5 Dirixíronse situacións simuladas de evacuación dunha sala de aeróbic
CA6.6 Relacionouse a lexislación básica sobre seguridade e saúde laboral co exercicio profesional nas actividades de acondicionamento físico con soporte musical

4.6.e) Contidos

Contidos
Criterios de seguridade para a práctica das actividades básicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical.
Elementos de seguridade específicos das actividades de acondicionamento físico en grupo con soporte musical. Índice de ocupación do espazo e grao de escorregadura das superficies de apoio.
Mantemento operativo de instalacións, aparellos e elementos propios das actividades básicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical. Procedementos de verificación de condicións de seguridade e de utilización.
Posta a punto da instalación e os medios: requisitos básicos, lexislación e normativa.
Accesos, desprazamentos e barreiras arquitectónicas dentro dunha sala de aeróbic.
Adecuación para persoas con mobilidade reducida: supervisión e corrección de accesos e desprazamentos, eliminación de barreiras arquitectónicas, carteis e medios informativos.
Limpeza e desinfección: periodicidade e persoal técnico responsable.
Aplicación das normas de calidade. Modelo de excelencia da instalación. Procedementos de avaliación.
Plan de emerxencia. Tipos de emerxencia. Obxectivos do plan de emerxencia. Principios da efectividade do plan. Equipamentos e materiais implicados. Procedementos de supervisión. Inventario de medios materiais.



**ANEXO XIII
MODELO DE PROGRAMACIÓN DE MÓDULOS PROFESIONAIS**

Contidos
<p>Plan de mantemento preventivo: periodicidade das revisións; inventario técnico; dotación de seguridade; diagnóstico das situacións anómalas.</p> <p>Medidas de protección ambiental e de seguridade e saúde laboral.</p> <p>Plan de evacuación: deseño e posta en práctica (simulacros). Soportes informativos. Tipos de evacuación en función da tipoloxía das persoas participantes, medidas especiais para persoas con discapacidade en casos de emerxencia e evacuación.</p> <p>Coordinación con diferentes profesionais e servizos.</p> <p>Avaliación do plan de emerxencia.</p> <p>Prevención e seguridade: lexislación básica e específica sobre seguridade e prevención na sala de aeróbic.</p> <p>Tipos de riscos presentes na sala de aeróbic: tecnolóxicos, causados polas persoas, laborais, causados polo uso dos servizos deportivos, e causados por uso incorrecto dos medios de adestramento e desinformación.</p> <p>Normativa de aplicación en materia de seguridade en salas de aeróbic.</p> <p>Medidas de prevención de riscos en instalacións deportivas. Medidas específicas de prevención de riscos na sala de aeróbic.</p>

4.7.a) Identificación da unidade didáctica

N.º	Título da UD	Duración
7	Programación de actividades e eventos	16

4.7.b) Resultados de aprendizaxe do currículo que se tratan

Resultado de aprendizaxe do currículo	Completo
RA2 - Programa actividades básicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical, tendo en conta as necesidades das persoas participantes e os espazos de intervención	NO
RA3 - Deseña coreografías sinxelas, adaptándoas aos obxectivos e aos contidos dunha sesión e á música seleccionada	NO
RA4 - Dirixe sesións de actividades básicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical, aplicando metodoloxías específicas para o seu desenvolvemento	NO
RA5 - Organiza as actividades dunha sala de aeróbic, establecendo as pautas de organización dos recursos específicos que garantan a versatilidade, a eficacia e a seguridade	NO



4.7.d) Criterios de avaliación que se aplicarán para a verificación da consecución dos obxectivos por parte do alumnado

Criterios de avaliación
CA2.7 Descríbense os indicadores, os instrumentos e as técnicas que determinan a avaliación da calidade do servizo, tanto no proceso como no resultado
CA2.8 Utilizáronse os equipamentos e as aplicacións informáticas específicas para a elaboración dos programas
CA3.1 Seleccioneuse o soporte musical que se adecúa ao estilo e á modalidade, á intensidade e á duración da secuencia ou composición coreográfica e da sesión
CA3.3 Deseñáronse progresións coreografadas cunha coherencia rítmico-secuencial, de forma que o soporte musical acompaña e condiciona a cadencia de execución desde o primeiro movemento do quecemento ata o derradeiro exercicio de volta á calma
CA4.3 Explicáronse e demostráronse as actividades propostas e o uso dos aparellos e dos materiais, aplicando estratexias de instrución e comunicación específicas nos exercicios e nas secuencias e composicións coreográficas
CA4.9 Aplicáronse os instrumentos de avaliación da sesión
CA5.2 Definíronse criterios para a organización de horarios de eventos e de actividades de acondicionamento físico en grupo con soporte musical, e a coordinación con outras áreas e outro persoal técnico, garantindo a seguridade e a optimización do uso dos espaz
CA5.3 Prevíronse as xestións para a organización de eventos, competicións, concursos e actividades de acondicionamento físico en grupo con soporte musical
CA5.5 Establecéronse os procedementos de detección e de corrección de anomalías dos elementos específicos das actividades de acondicionamento físico en grupo con soporte musical, na dotación da sala de aeróbic
CA5.6 Estableceuse o procedemento de avaliación da calidade do funcionamento dunha sala de aeróbic

4.7.e) Contidos

Contidos
Elementos da programación. Procedementos e técnicas de programación e periodización no ámbito do acondicionamento físico en grupo con soporte musical. Fitness.
Programas específicos de acondicionamento físico en grupo con soporte musical: elaboración e progresión secuencial. Recursos informáticos aplicados ás actividades físicas e deportivas. Software específico de adestramento. Programas de mellora da condición
Avaliación de programas de acondicionamento físico con soporte musical: indicadores, instrumentos, técnicas, secuencias de aplicación e procedemento para a interpretación de resultados.
0Deseño de instrumentos da avaliación da sesión.
0Rexistros de avaliación dos elementos da sesión de acondicionamento físico con soporte musical.
Estratexias de motivación cara á execución.



Contidos

Interacción e coordinación de oferta de eventos e actividades. Perfil das persoas participantes e adecuación de horarios das actividades. Os eventos promocionais na planificación de actividades. Fases e trámites na organización de eventos.

Organización e xestión dos recursos. Coordinación e xestión dos equipamentos, os materiais e os almacéns. Coordinación co persoal técnico das outras áreas de fitness. Coordinación de uso dos espazos comúns en instalacións con varios espazos de práctica: v

Control e mantemento: mantemento preventivo e correctivo; periodicidade e técnicos responsables.

Aplicación das normas de calidade. Modelo de excelencia da instalación. Procedementos de avaliación.

Coordinación con diferentes profesionais e servizos.

5. Mínimos exigibles para alcanzar a avaliación positiva e os criterios de cualificación

AVALIACIÓN TRIMESTRAL;

As UDs 1, 2, 3, 4 ,5 , 6 e 7 serán avaliadas seguindo os seguintes criterios:

> 1ª PARTE: 30%

- Probas teóricas e/ou teórico-prácticas, escritas ou orais.

> 2ª PARTE: 50%:

- Probas prácticas de execución técnica e instrucción.

> 3ª PARTE: 20%

- Tarefas e exercicios teóricos, teórico-prácticos ou prácticos, de deseño, todas na AV

As probas teóricas serán probas de pregunta curta ou test e poderían realizarse varias probas en cada avaliación para favorecer o aprendizaxe do alumnado.



As probas prácticas serán valoradas por listas de cotexo ou rúbricas e serán publicadas na AV. Tamén poden ser grabadas para un análise mais detallado
As tarefas e exercicios prácticos valoraranse segundo o seu contido e tamén pola entrega en tempo e forma

A nota trimestral calcularase ponderando as notas medias aritméticas obtidas nas distintas UD coforme a programación

Recuperación do trimestre:

Terán unha proba de recuperación ao finalizar o trimestre..

MÍNIMOS EXIXIBLES:

- Coñecer as vantaxes e as características xerais das actividades básicas de acondicionamiento físico con soporte musical.
- Deseñar e executar unha sesión de aeróbic, step ou unha modalidade coreografiada ao ritmo dunha musica que ter que ser deseñada nun programa . Audacity
- Deseñar e executar unha sesión de zumba ou un ritmo latino
- Deseñar e executar unha sesión de tonificación
- Deseñar e executar unha sesión de ximnasia suave

6. Procedemento para a recuperación das partes non superadas

6.a) Procedemento para definir as actividades de recuperación

ACTIVIDADES DE RECUPERACIÓN

50% Recuperación das probas teóricas, teórico-prácticas e/ou prácticas: O alumnado realizará outra proba similar ás realizadas durante o curso.

50% Recuperación de tarefas, traballos e exercicios teóricos, teórico-prácticos ou prácticos, de deseño: O alumnado deberá entregar de novo as tarefas e traballos suspensos, corrixidos.



6.b) Procedemento para definir a proba de avaliación extraordinaria para o alumnado con perda de dereito a avaliación continua

AVALIACIÓN EXTRAORDINARIA

* O alumnado que perda o dereito á avaliación continua nun determinado módulo terá dereito a unha proba final extraordinaria que constará de:

> Proba escrita ou oral que consta de:

- Parte A: 50%: Preguntas de desenvolvemento teórico ou teórico-práctico dos contidos traballados ao longo do curso e actividades de descrición e análise de exercicios.
- Parte B: 50% Supostos prácticos de deseño de exercicios, actividades, rutinas, progresións, sesións, avaliacións, programas de actividades, eventos, etc.

> Probas de execución práctica, elixidas entre as traballadas durante o curso:

- Parte C: 50% Execución de exercicios, actividades, rutinas, progresións, sesións, etc.
- Parte D: 50% instrucción de exercicios, actividades, rutinas, progresións, sesións, etc, presentadas na AV

Deste xeito tera a súa nota disposta en dous partes

50% EXAME TEORICO. Aula

50% EXAME PRACTICO . Pavillon (coas rutinas presentadas na AV de instruccion e unha execucion elixida pola profesora)

* Consideracións importantes:

- Para determinar a perda do dereito á avaliación continua, o profesorado valorará as circunstancias persoais e laborais do alumno ou a alumna na xustificación desas faltas, cuxa aceptación será acorde co establecido no correspondente regulamento de réxime interior do centro.

- Cando as faltas de asistencia alcancen o 10% comunicaráselle a perda do dereito á avaliación continua. Perda da avaliación continua:



10% PERDA e Apercibimento: 6%

- O profesorado poderá non permitir a realización de determinadas actividades aos alumnos e ás alumnas que perdesen o dereito á avaliación continua, sempre que poidan implicar algún tipo de risco para si mesmos, o resto do grupo ou as instalacións.

7. Procedemento sobre o seguimento da programación e a avaliación da propia práctica docente

De cara a avaliar o seguimento da programación e da práctica docente no departamento utilizaremos os seguintes recursos:

- Reunións de departamento.
- Rexistro de incidencias mediante procedementos informáticos.
- Análisis dos resultados académicos.
- Memoria do departamento.
- Valoracións persoais dos axentes implicados no proceso educativo.

8. Medidas de atención á diversidade

8.a) Procedemento para a realización da avaliación inicial

Avaliación inicial:

*Antes de empezar as clases, recabamos datos co equipo de Orientación. No caso de atoparnos con alumnado con necesidades especiais, tomaranse as medidas axeitadas.

* A UD 1 servirá para ter unha referencia inicial do nivel de rítmico-coordinativo do alumnado e axustar os contidos do curso.

*No caso de alumnos que presenten lesións ou accidentes (de corto ou longo tempo) que non lles permitan realizar as sesións prácticas, se lles adoptarán as seguintes medidas:

- Adaptación das tarefas/probas as súas condicións.
- Retraso na entrega ou realización das probas ata que estea recuperado.

8.b) Medidas de reforzo educativo para o alumnado que non responda globalmente aos obxectivos programados

Segundo as necesidades do alumnado, tomaranse as medidas de reforzo necesarias:

- Aprendizaxe cooperativo.
- Tutoría entre iguais
- Adaptacións curriculares
- Adaptación de tarefas ou probas
- Modificación das condicións de entrega das tarefas

9. Aspectos transversais**9.a) Programación da educación en valores**

Educación del Consumidor: Analizar as actividades máis demandadas na sociedade.

Educación Ambiental: Importancia das actividades ao aire libre.

Educación moral y cívica: Actitudes positivas e de respecto tanto no papel de usuario como no de instructor.

Educación para la paz: Xestión de conflitos

Educación para la salud: Intrínseco en tódolos contidos do módulo

Educación para la igualdad entre sexos: Coidado co vocabulario e eliminación dos estereotipos nas actividades de acondicionamento físico.

9.b) Actividades complementarias e extraescolares

Masterclass con expertos

Saídas e visitas a centros deportivos

10. Outros apartados**10.1) Post-Covid**

Tendo en conta os posibles escenarios nos que nos podemos mover ao longo do curso (cuarentenas, confinamentos), faremos uso de ferramentas que nos permitan levar a cabo as clases de xeito telemático, para iso as ferramentas que empregaremos en maior medida, serán as oficiais que a Consellería de educación pon á nosa disposición: correo da xunta, webex, aula virtual e si fóra necesario outras como google drive, debido ao tamaño dos vídeos e imaxes que o alumnado tería que enviar.

Todo isto, sempre tendo en conta as instrucións da Consellería.