



ANEXO XIII  
MODELO DE PROGRAMACIÓN DE MÓDULOS PROFESIONAIS

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
MP1151	Acondicionamento físico na auga	2024/2025	7	209	209

(\*) 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 ESTABECE 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 ESTABECER O CURRÍCULO DE APLICACIÓN A NOSA COMUNIDADE ESTABECIDO 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 aplicarlos 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.

### **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	INTRODUCCIÓN AO ACONDICIONAMIENTO FÍSICO ACUÁTICO E AO FITNESS XENERALIDADES		11	4
2	ACTIVIDADES ACUÁTICAS : A NATAción		66	32
3	ACTIVIDADES ACUÁTICAS: O SALVAMENTO		66	32



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

U.D.	Título	Descrición	Duración (sesións)	Peso (%)
4	ACTIVIDADES ACUATICAS: AS NOVAS TENDENCIAS NO FITNESS ACUATICO		66	32

**4. Por cada unidade didáctica**

**4.1.a) Identificación da unidade didáctica**

N.º	Título da UD	Duración
1	INTRODUCION AO ACONDICIONAMENTO FISICO ACUATICO E AO FITNESS XENERALIDADES	11

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

Resultado de aprendizaxe do currículo	Completo
RA3 - Programa actividades de fitness acuático, tendo en conta as necesidades dos distintos perfís de participantes e os espazos de intervención	NO
RA4 - Deseña sesións de fitness acuático, adaptándoas aos obxectivos de referencia e aos medios dispoñibles	NO

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

Criterios de avaliación
CA3.1 Establecéronse criterios de formulación de obxectivos de mellora ou mantemento da condición física, en función da evolución do programa de fitness acuático e os medios dispoñibles
CA3.2 Establecéronse os niveis de esforzo dos programas, tendo en conta os mecanismos de adaptación fisiolóxica e as variables que se poñen en xogo nas actividades de fitness acuático
CA3.5 Establecéronse as estratexias de instrución e comunicación, e as adaptacións destas, para facilitar a atención aos diferentes perfís de participantes, atendendo aos reforzos no logro e as estratexias de motivación cara á execución
CA3.7 Descríbense os indicadores, os instrumentos e as técnicas que determinan a avaliación da calidade do servizo, tanto no proceso como no resultado
CA4.8 Utilizáronse técnicas específicas de representación gráfica ou escrita para recoller e rexistrar pasos, movementos, exercicios e composicións da sesión de fitness acuático, e aplicáronse os soportes, os recursos e os medios máis adecuados para a súa repre



#### 4.1.e) Contidos

Contidos
<p>Fitness acuático e actividades afíns. Historia do fitness acuático e a súa evolución cara ás tendencias actuais</p> <p>Fitness acuático básico e avanzado. Modalidades en augas profundas e non profundas: aqua-aerobic, aqua-gym, aqua-box, aqua-running, aqua-bike, aqua-step, aqua-stretching e aqua-pilates. Actividades acuáticas de natación: crol, braza e costas. Movements e</p> <p>Elementos técnicos das actividades de fitness acuático. Remadas, batidas, tesoiras e xiros. Marxes de adaptación a distintos perfís de participantes. Técnicas de suspensión e desprazamento. Execución e aliñamento segmentaria. Postura en flotación e en apo</p> <p>Defectos e erros máis comúns nos xestos técnicos. Actividades afíns. Xestos técnicos adaptados de diversas modalidades deportivas. Xestos técnicos da danza. Xestos técnicos da ximnasia.</p> <p>Instalacións e materiais para a práctica de fitness acuático e para o socorrismo acuático. Tipos e características. Funcionalidade. Temperatura ambiente e da auga. Tipo de chan e tipo de vaso. Barreiras arquitectónicas e adaptación das instalacións. Norma</p> <p>0Lexislación básica sobre seguridade e prevención de riscos en instalacións acuáticas. Requisitos de seguridade básicos que deben cumprir os espazos para a realización de actividades de fitness acuático. Medidas de prevención de riscos nas instalacións acu</p> <p>Recursos humanos. Responsabilidades do/da técnico/a e do/da socorrista. Aspectos de seguridade da súa competencia relativos ao estado das instalacións, os equipamentos e o material.</p> <p>Criterios para a optimización do uso das instalacións acuáticas en condicións de máxima seguridade. Organización dos tempos de práctica e dos espazos. Trato e comunicación coas persoas usuarias. Resolución de conflitos.</p> <p>Material auxiliar e aparellos para o fitness acuático. Material e aparellos para a flotación: cintos, manguitos, táboas e churros. Material e aparellos para traballar a resistencia: pas e bandas elásticas. Material e aparellos para a inmersión: aros e arg</p> <p>Eventos, competicións e concursos para a promoción e a difusión das actividades de fitness acuático. Requisitos de realización. Material auxiliar para o desenvolvemento de eventos e actividades de fitness acuático.</p> <p>Organización de recursos en fitness acuático. Interacción e coordinación de oferta de actividades de fitness acuático. Zonas de servizos auxiliares, zonas de traballo secas e vasos.</p> <p>0Fitness acuático e necesidades especiais. Tipos de disfuncionalidade asumibles en actividades de fitness acuático. Adaptación das actividades; contraindicacións. Mobilidade reducida e posibilidades de participación segundo o perfil.</p> <p>Elementos da programación. Técnicas de programación no ámbito do fitness acuático.</p> <p>Interpretación dos informes de valoración e orientación dos programas cara aos distintos perfís de participantes.</p> <p>Planificación e organización de eventos de fitness acuático. Tipos de eventos característicos no fitness acuático. Papel do persoal organizador. Necesidade de publicidade. Tipos de concursos. Xogos, animación no fitness acuático. Documentación requirida n</p> <p>Recursos informáticos aplicados ás actividades físicas e deportivas. Software específico de acondicionamento físico. Programas de mellora da condición física aplicados ao fitness acuático en soportes dixitais. Adaptacións. Ofimática adaptada.</p> <p>Sesión de fitness acuático. Estrutura, características das fases e variantes: quecemento (activación, estrutura e progresión), parte principal (exercicios, estrutura e progresión; coreografías) e volta á calma (relaxación e baixada das constantes a valore</p> <p>0Técnicas de comunicación.</p> <p>Aspectos clave da prevención de lesións.</p> <p>Representación gráfica e escrita. Nomenclatura específica. Técnicas específicas de representación gráfica e escrita para transcribir pasos, movementos de brazos, xiros, orientación, desprazamentos e composicións do fitness acuático e as súas actividades a</p> <p>A música no fitness acuático. Estilos e cadencias adaptadas ao traballo na auga. Variacións en función da profundidade.</p>



Contidos
<p>Metodoloxía de ensinanza de secuencias e composicións coreográficas. Técnicas, métodos e estilos de ensinanza en fitness acuático. Progresións nas series coreografadas.</p> <p>Proceso de instrución ou ensinanza en actividades de fitness acuático. Diversificación de niveis. Análise da tarefa. Sistemas e canles de comunicación. Modelos de interacción coa persoa usuaria. Información inicial ou de referencia. Coñecemento da execuci</p> <p>Estratexias de motivación cara á execución. Reforzo do logro.</p> <p>OSistemática de execución de movementos, pasos e combinacións de fitness acuático. Exercicios de tonificación. Exercicios de estirada e mobilidade articular, calisténicos e con aparellos. Actividades cíclicas ou coordinadas para a mellora cardiovascular no</p> <p>A avaliación da sesión de fitness acuático. Instrumentos avaliativos.</p> <p>Estratexias de motivación cara á execución e cara ao logro da execución.</p>

#### 4.2.a) Identificación da unidade didáctica

N.º	Título da UD	Duración
2	ACTIVIDADES ACUATICAS : A NATACION	66

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

Resultado de aprendizaxe do currículo	Completo
RA1 - Analiza as características das actividades de fitness acuático, en relación cos procesos de adaptación que provocan no organismo	SI
RA2 - Organiza os recursos implicados nos eventos e nos programas de fitness acuático e no socorrismo acuático, definindo criterios de versatilidade, eficacia e seguridade	NO
RA3 - Programa actividades de fitness acuático, tendo en conta as necesidades dos distintos perfís de participantes e os espazos de intervención	NO
RA4 - Deseña sesións de fitness acuático, adaptándoas aos obxectivos de referencia e aos medios dispoñibles	NO
RA5 - Dirixe as actividades de fitness acuático, adaptando a intervención á dinámica da actividade e do grupo	NO

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

Criterios de avaliación
CA1.1 Descríbonse as características e as condicións de seguridade nas actividades de fitness acuático
CA1.2 Descríbonse a técnica e os puntos clave para a realización das actividades de fitness acuático, e valoráronse os defectos e os erros máis comúns



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

Criterios de avaliación
CA1.3 Destacouse o compoñente preventivo dos aspectos posturais das actividades de fitness acuático en todas as súas modalidades
CA1.4 Analizouse a resposta dos sistemas cardiorrespiratorio, metabólico e músculo-esquelético aos esforzos realizados nas actividades de fitness acuático
CA1.5 Analizouse a resposta dos efectos que o fitness acuático ten sobre a saúde
CA1.6 Descríbóronse os signos e os síntomas de fatiga e sobrecarga máis frecuentes neste tipo de actividades, facendo énfase na intensidade de carga
CA1.7 Analizáronse os riscos e as contraindicacións absolutas e relativas á práctica das diferentes modalidades e tendencias actuais
CA1.8 Relaciónáronse as actividades de fitness acuático coas tipoloxías e os niveis posibles dos perfís máis habituais das persoas participantes
CA1.9 Relaciónáronse as condicións do medio acuático cos detalles técnicos e posturais das actividades de fitness acuático
CA2.4 Analizáronse as condicións de accesibilidade ao espazo acuático tendo en conta as barreiras arquitectónicas e as adaptacións, co fin de que persoas con problemas de mobilidade poidan participar nas actividades de fitness acuático
CA2.5 Establecéronse os procedementos de detección e de corrección de anomalías nos elementos específicos das actividades de fitness acuático na dotación do espazo acuático
CA2.6 Establecéronse os criterios de seguridade e prevención aplicables nas actividades de fitness acuático
CA2.8 Estableceuse o procedemento de avaliación da calidade do funcionamento do espazo acuático
CA3.3 Prevíronse as axudas necesarias para a participación de persoas con discapacidade e de persoas maiores en actividades de fitness acuático, asumindo os distintos tipos de disfuncionalidade
CA3.8 Utilizáronse os equipamentos e os recursos informáticos específicos para a elaboración das actividades de fitness adaptados aos diferentes perfís de participantes
CA4.4 Tivéronse en conta as fases da sesión de fitness acuático, aplicando diferentes dinámicas de carga a cada fase da sesión
CA4.5 Definíronse os obxectivos, o material, as canles de comunicación e a metodoloxía da sesión, de acordo coa programación xeral
CA4.6 Establecéronse progresións e adaptacións das secuencias coreografadas e dos pasos, os movementos e os exercicios en función da dificultade e das características dos distintos perfís de participantes
CA4.7 Prevíronse adaptacións nos materiais e os accesos ás zonas de traballo, para favorecer a participación de persoas con discapacidade e persoas maiores
CA4.9 Establecéronse os parámetros que se deben ter en conta para avaliar o desenvolvemento da sesión



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

Criterios de avaliación
CA5.5 Demostráronse as actividades propostas, utilizando as estratexias de instrución máis adecuadas para o desenvolvemento dos exercicios e aplicando as distintas secuencias e composicións coreográficas, axustándoas a cada perfil de participante en función da
CA5.6 Corrixíronse, nos momentos oportunos, os erros detectados nos movementos ou as posturas, intervindo sobre as súas posibles causas
CA5.7 Aplicáronse estratexias de intervención nas actividades de fitness acuático que favorecen a participación, a motivación e a desinhibición das persoas participantes
CA5.8 Adaptouse o nivel de intensidade e dificultade das actividades ás características das persoas participantes, variando os espazos, o material, a música e a información transmitida
CA5.9 Controlouse o uso dos materiais e dos equipamentos, e resolvéronse as continxencias xurdidas
CA5.10 Aplicáronse os instrumentos de avaliación da sesión

**4.2.e) Contidos**

Contidos
<p>0Variables do movemento que condicionan a intensidade: superficies de pulo, velocidade de execución, posición de traballo, amplitude movemento acuático e plano de execución.</p> <p>Valoración da intensidade do esforzo no medio acuático: relación coa frecuencia cardíaca, test da fala e escala de Borg.</p> <p>Fitness acuático básico e avanzado. Modalidades en augas profundas e non profundas: aqua-aerobic, aqua-gym, aqua-box, aqua-running, aqua-bike, aqua-step, aqua-stretching e aqua-pilates. Actividades acuáticas de natación: crol, braza e costas. Movementos e Elementos técnicos das actividades de fitness acuático. Remadas, batidas, tesoiras e xiros. Marxes de adaptación a distintos perfís de participantes. Técnicas de suspensión e desprazamento. Execución e aliñamento segmentaria. Postura en flotación e en apo</p> <p>Contraindicacións absolutas ou relativas da práctica das actividades de fitness acuático. Signos de fatiga. Efectos patolóxicos de posturas e exercicios determinados.</p> <p>Adaptacións orgánicas ao esforzo no medio acuático. Efectos das distintas modalidades e tendencias do fitness acuático sobre a mellora da condición física e a saúde. Efectos sobre os sistemas cardiovascular, metabólico e músculo-esquelético. Efectos sobre Medio acuático e movemento. Efectos nas actividades de fitness acuático. Flotación. Resistencia ao movemento. Termorregulación.</p> <p>Estabilización e desprazamentos no medio acuático. Respiración asociada.</p> <p>Posicións en suspensión. Escorregadura. Propulsións. Elementos facilitadores e dificultadores. Movementos e momentos de respiración adecuados.</p> <p>Instalacións e materiais para a práctica de fitness acuático e para o socorrismo acuático. Tipos e características. Funcionalidade. Temperatura ambiente e da auga. Tipo de chan e tipo de vaso. Barreiras arquitectónicas e adaptación das instalacións. Norma</p> <p>Material auxiliar e aparellos para o fitness acuático. Material e aparellos para a flotación: cintos, manguitos, táboas e churros. Material e aparellos para traballar a resistencia: pas e bandas elásticas. Material e aparellos para a inmersión: aros e arg</p> <p>Supervisión e mantemento de materiais utilizados en actividades de fitness acuático e en socorrismo acuático. Inventario. Localización e condicións de almacenamento. Anomalías máis frecuentes dos aparellos e do material tipo, e formas de detección e corre</p>





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

Contidos
<p>Indumentaria e accesorios necesarios para unha práctica segura e comfortable das actividades de fitness acuático e do socorrismo acuático. Medidas de autoprotección.</p> <p>Organización de recursos en fitness acuático. Interacción e coordinación de oferta de actividades de fitness acuático. Zonas de servizos auxiliares, zonas de traballo secas e vasos.</p> <p>Recursos de intervención no ámbito do fitness acuático. Orientacións xerais para a adaptación de medios e equipamentos. Adaptación de xogos e actividades recreativas.</p> <p>Avaliación de programas de fitness acuático.</p> <p>Programas de fitness acuático. Mellora da resistencia con e sen aparellos. Mellora da resistencia con e sen soporte musical. Mellora do ton e a forza muscular. Mellora da amplitude de movemento. Programas mixtos. Elaboración e progresión secuencial.</p> <p>Manipulación de variables de intensidade nos programas de fitness acuático.</p> <p>Planificación e organización de eventos de fitness acuático. Tipos de eventos característicos no fitness acuático. Papel do persoal organizador. Necesidade de publicidade. Tipos de concursos. Xogos, animación no fitness acuático. Documentación requirida n</p> <p>Normas básicas de seguridade nas sesións de fitness acuático. Posición das persoas participantes e distancias entre elas en cada exercicio, posibles incidencias nos materiais e nos equipamentos.</p> <p>A avaliación da sesión de fitness acuático. Instrumentos avaliativos.</p> <p>Intervención na confección de grupos por niveis de condición física e outras capacidades perceptivo-motrices. Axuste aos niveis.</p> <p>Técnicas de instrución de fitness acuático. Aplicación en situacións de atención individual e en grupo. Intervencións con axudas manuais e mecánicas, entre outras.</p> <p>Localización de erros posturais e de execución. Consignas que axudan a reinterpretar sensacións.</p>

**4.3.a) Identificación da unidade didáctica**

N.º	Título da UD	Duración
3	ACTIVIDADES ACUATICAS: O SALVAMENTO	66

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

Resultado de aprendizaxe do currículo	Completo
RA1 - Analiza as características das actividades de fitness acuático, en relación cos procesos de adaptación que provocan no organismo	SI
RA2 - Organiza os recursos implicados nos eventos e nos programas de fitness acuático e no socorrismo acuático, definindo criterios de versatilidade, eficacia e seguridade	NO
RA5 - Dirixe as actividades de fitness acuático, adaptando a intervención á dinámica da actividade e do grupo	NO
RA6 - Organiza os recursos implicados no salvamento acuático aplicando técnicas específicas de rescate no medio acuático, en casos simulados de accidente ou situación de emerxencia, seguindo protocolos de prevención, salvamento e rescate	SI



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

Criterios de avaliación
CA1.1 Descríbíronse as características e as condicións de seguridade nas actividades de fitness acuático
CA1.2 Descríbíronse a técnica e os puntos clave para a realización das actividades de fitness acuático, e valoráronse os defectos e os erros máis comúns
CA1.3 Destacouse o compoñente preventivo dos aspectos posturais das actividades de fitness acuático en todas as súas modalidades
CA1.4 Analizouse a resposta dos sistemas cardiorrespiratorio, metabólico e músculo-esquelético aos esforzos realizados nas actividades de fitness acuático
CA1.5 Analizouse a resposta dos efectos que o fitness acuático ten sobre a saúde
CA1.6 Descríbíronse os signos e os síntomas de fatiga e sobrecarga máis frecuentes neste tipo de actividades, facendo énfase na intensidade de carga
CA1.7 Analizáronse os riscos e as contraindicacións absolutas e relativas á práctica das diferentes modalidades e tendencias actuais
CA1.8 Relacionáronse as actividades de fitness acuático coas tipoloxías e os niveis posibles dos perfís máis habituais das persoas participantes
CA1.9 Relacionáronse as condicións do medio acuático cos detalles técnicos e posturais das actividades de fitness acuático
CA2.6 Establecéronse os criterios de seguridade e prevención aplicables nas actividades de fitness acuático
CA2.7 Determináronse as responsabilidades do/da técnico/a e do/da socorrista, e valorouse a súa competencia relativa ao estado das instalacións, dos equipamentos e do material
CA2.8 Estableceuse o procedemento de avaliación da calidade do funcionamento do espazo acuático
CA5.2 Comprobouse o estado dos elementos específicos de seguridade e prevención de riscos relativos á súa área de responsabilidade nas actividades de fitness acuático
CA5.3 Asegurouse a accesibilidade aos espazos de práctica e a dispoñibilidade dos recursos necesarios para as actividades de fitness acuático, en condicións de seguridade
CA6.1 Preparouse o equipamento persoal e os materiais necesarios para previr os riscos durante o desenvolvemento do socorrismo acuático
CA6.2 Deseñáronse ferramentas para o control permanente dos riscos, do estado do material, dos equipamentos e das instalacións
CA6.3 Descríbíronse as normas que hai que cumprir nas instalacións acuáticas para garantir a convivencia e a seguridade das persoas usuarias, aplicando técnicas de comunicación eficaces



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

Criterios de avaliación
CA6.4 Revisáronse a instalación acuática e os medios materiais, así como a súa operatividade, tendo en conta as medidas de prevención de riscos e efectuando as operacións auxiliares de mantemento e reparación que permitan o seu uso segundo a normativa
CA6.5 Vixiouse de xeito sistemático e periódico a área designada, para se anticipar ao accidente ou á situación de emerxencia e manter as condicións de seguridade
CA6.6 Identificáronse os signos que indiquen problemas que supoñan risco real para a persoa usuaria, considerando as condicións da situación
CA6.7 Interveuse de xeito inmediato de acordo co protocolo establecido
CA6.8 Estableceuse a xerarquía das situacións de perigo dunha instalación acuática dada, indicando o protocolo de vixilancia que se utiliza e as modificacións necesarias, para as reducir
CA6.9 Definíronse as condutas potencialmente perigosas das persoas usuarias nunha instalación acuática e as posibles consecuencias para elas ou para o resto de persoas usuarias, e indicáronse as medidas que o/a socorrista debe adoptar para as poder evitar
CA6.10 Definíronse os protocolos e as técnicas para a posta en práctica dos labores de vixilancia, prevención e actuación ante unha modificación das condicións de salubridade do centro acuático e en caso de accidente
CA6.11 Deseñouse o programa de ensaio ou actuación dos protocolos de intervención
CA6.12 Decidíronse a intervención e, de ser o caso, as técnicas que cómpre realizar, valorando a situación da persoa supostamente accidentada, a do resto de persoas usuarias da instalación e as propias condicións
CA6.13 Utilizáronse os materiais adecuados nun suposto formulado durante a realización das técnicas de entrada, aproximación, control, traslado e extracción da persoa accidentada
CA6.14 Realizáronse con seguridade e eficacia as entradas á auga, en función da accesibilidade, a proximidade e as características do contorno
CA6.15 Realizáronse con seguridade e eficacia as técnicas de natación adaptadas que permiten a aproximación á persoa accidentada
CA6.16 Realizáronse con seguridade e eficacia 300 metros de nado libre, coa vestimenta propia do/da socorrista, nun tempo máximo de oito minutos
CA6.17 Mantívose unha flotación dinámica cos brazos levantados fóra da auga, sen desprazarse
CA6.18 Realizáronse con seguridade e eficacia técnicas de control e remolque da vítima, mantendo as súas vías respiratorias fóra da auga
CA6.19 Realizouse con seguridade e eficacia a secuencia de entrada de cabeza, cincuenta metros de nado libre e mergullo a unha profundidade de dous metros como mínimo, para recoller un manequín de competición e remolcalo cunha técnica correcta durante cincuenta
CA6.20 Realizouse con seguridade e eficacia o remolque sen aletas a unha persoa posiblemente accidentada, ao longo de cen metros, con catro técnicas diferentes, nun tempo máximo de catro minutos
CA6.21 Realizouse con seguridade e eficacia o remolque con aletas a unha persoa accidentada, de peso e flotabilidade media, ao longo de cen metros, utilizando unha soa técnica libre, nun tempo máximo de tres minutos e 45 segundos



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

Criterios de avaliación
CA6.22 Realizouse con seguridade e eficacia a extracción da auga dunha persoa posiblemente accidentada consciente ou inconsciente e sen afectación medular, consonte os protocolos e aplicando a técnica correctamente, despois de a ter remolcado 100 metros
CA6.23 Realizáronse con seguridade e eficacia técnicas de mergullo e rastrexo con e sen material auxiliar, evitando pórse en perigo a si mesmo/a, recuperando unha vítima que se atopa no fondo e sacándoa á superficie
CA6.24 Realizouse con seguridade e eficacia a extracción dunha persoa accidentada con posible afectación medular, utilizando o material adecuado, organizando un grupo de dous/dúas ou tres socorristas de xeito acorde cos protocolos e aplicando as técnicas correct
CA6.25 Realizouse a análise crítica e a avaliación das técnicas de entrada, aproximación, control, remolque, extracción e traslado da vítima, segundo o estado desta e as características da instalación acuática, ante unha simulación de rescate, e establecéronse p
CA6.26 Aplicáronse técnicas de comunicación coa persoa accidentada, cos equipamentos que interveñen na situación de emerxencia, coas persoas espectadoras e acompañantes da vítima, para proporcionar seguridade durante a asistencia

**4.3.e) Contidos**

Contidos
<p>Valoración da intensidade do esforzo no medio acuático: relación coa frecuencia cardíaca, test da fala e escala de Borg.</p> <p>Adaptacións orgánicas ao esforzo no medio acuático. Efectos das distintas modalidades e tendencias do fitness acuático sobre a mellora da condición física e a saúde. Efectos sobre os sistemas cardiovascular, metabólico e músculo-esquelético. Efectos sobre</p> <p>Instalacións e materiais para a práctica de fitness acuático e para o socorrismo acuático. Tipos e características. Funcionalidade. Temperatura ambiente e da auga. Tipo de chan e tipo de vaso. Barreiras arquitectónicas e adaptación das instalacións. Norma</p> <p>0Lexislación básica sobre seguridade e prevención de riscos en instalacións acuáticas. Requisitos de seguridade básicos que deben cumprir os espazos para a realización de actividades de fitness acuático. Medidas de prevención de riscos nas instalacións acu</p> <p>Criterios básicos de prevención e seguridade aplicables nas actividades de fitness acuático. Riscos asociados ás condutas das persoas na práctica de actividades no medio acuático.</p> <p>Material auxiliar e aparellos para o fitness acuático. Material e aparellos para a flotación: cintos, manguitos, táboas e churros. Material e aparellos para traballar a resistencia: pas e bandas elásticas. Material e aparellos para a inmersión: aros e arg</p> <p>Materiais específicos, adaptados, alternativos e auxiliares para o desenvolvemento do salvamento acuático.</p> <p>Supervisión e mantemento de materiais utilizados en actividades de fitness acuático e en socorrismo acuático. Inventario. Localización e condicións de almacenamento. Anomalías máis frecuentes dos aparellos e do material tipo, e formas de detección e corre</p> <p>Posto de salvamento. Materiais de comunicación, de intervención, de extracción e de evacuación. Mantemento. Parte de incidencias.</p> <p>Indumentaria e accesorios necesarios para unha práctica segura e comfortable das actividades de fitness acuático e do socorrismo acuático. Medidas de autoprotección.</p> <p>Protocolos de seguridade e prevención de riscos nas instalacións acuáticas. Criterios básicos de prevención e seguridade aplicables nas actividades de fitness acuático e salvamento. Riscos asociados ás zonas potencialmente perigosas e ás condutas das pers</p> <p>Organización de recursos en fitness acuático. Interacción e coordinación de oferta de actividades de fitness acuático. Zonas de servizos auxiliares, zonas de traballo secas e vasos.</p> <p>Manipulación de variables de intensidade nos programas de fitness acuático.</p> <p>Normas básicas de seguridade nas sesións de fitness acuático. Posición das persoas participantes e distancias entre elas en cada exercicio, posibles incidencias nos materiais e nos equipamentos.</p>



Contidos
<p>Prevención de riscos na actividade de fitness acuático. Control de material e equipamento por parte do/da técnico/a.</p> <p>Dirección de eventos de promoción de fitness acuático. Control de accesos, cabidas e servizos.</p> <p>A prevención no medio acuático.</p> <p>Organización do socorrismo: percepción do problema, análise da situación, toma de decisións, execución das accións de rescate, primeiros auxilios e avaliación do rescate.</p> <p>Técnicas específicas de rescate acuático, con e sen material. Entrada, aproximación, control, remolque e extracción da persoa accidentada, segundo o estado da vítima e da instalación acuática.</p> <p>Adestramento específico das técnicas de salvamento acuático. Simulación de actuación.</p> <p>Aspectos psicolóxicos e técnicas de comunicación na fase crítica do rescate. Comunicación cos membros do equipo de traballo, coas persoas usuarias e espectadoras, coa accidentada e coas súas familiares ou acompañantes, controlando a situación durante a in</p> <p>Situacións de risco máis frecuentes no medio acuático. Prácticas de risco: condutas inapropiadas, mergullos perigosos, apneas forzadas, actividade con sobreesforzos e xogos descontrolados. Ausencia de protección e vixilancia. Rescates sen coñecemento e re</p> <p>Protocolos de supervisión da instalación acuática. Elementos que hai que revisar. Orde e periodicidade da supervisión. Xerarquización dos riscos.</p> <p>Características da auga e consideracións relativas a roupa e calzado</p> <p>Accidentes máis frecuentes no medio acuático. Contusións. Feridas. Hidrocucións. Golpes de calor. Hipotermias. Lesións por contacto en zonas sensibles.</p> <p>Obxectivos, posibilidades e límites de actuación no socorrismo acuático.</p> <p>Perfil, actitudes, aptitudes e funcións do/da socorrista. Responsabilidade civil e penal. Coordinación con diferentes profesionais. Normativas de referencia. Doenzas profesionais, riscos de actuación e prevención de riscos.</p> <p>Protocolos de actuación e plans de emerxencia. Plans de vixilancia, de comunicación, e plans de traslado e evacuación. Intervención ante diferentes tipos de vítimas.</p> <p>Postos, normas e técnicas de vixilancia.</p>

#### 4.4.a) Identificación da unidade didáctica

N.º	Título da UD	Duración
4	ACTIVIDADES ACUATICAS: AS NOVAS TENDENCIAS NO FITNESS ACUATICO	66

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

Resultado de aprendizaxe do currículo	Completo
RA1 - Analiza as características das actividades de fitness acuático, en relación cos procesos de adaptación que provocan no organismo	SI
RA2 - Organiza os recursos implicados nos eventos e nos programas de fitness acuático e no socorrismo acuático, definindo criterios de versatilidade, eficacia e seguridade	NO



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

Resultado de aprendizaxe do currículo	Completo
RA3 - Programa actividades de fitness acuático, tendo en conta as necesidades dos distintos perfís de participantes e os espazos de intervención	NO
RA4 - Deseña sesións de fitness acuático, adaptándoas aos obxectivos de referencia e aos medios dispoñibles	NO
RA5 - Dirixe as actividades de fitness acuático, adaptando a intervención á dinámica da actividade e do grupo	NO

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

Criterios de avaliación
CA1.1 Descríbense as características e as condicións de seguridade nas actividades de fitness acuático
CA1.2 Descríbense a técnica e os puntos clave para a realización das actividades de fitness acuático, e valoráronse os defectos e os erros máis comúns
CA1.3 Destacouse o compoñente preventivo dos aspectos posturais das actividades de fitness acuático en todas as súas modalidades
CA1.4 Analizouse a resposta dos sistemas cardiorrespiratorio, metabólico e músculo-esquelético aos esforzos realizados nas actividades de fitness acuático
CA1.5 Analizouse a resposta dos efectos que o fitness acuático ten sobre a saúde
CA1.6 Descríbense os signos e os síntomas de fatiga e sobrecarga máis frecuentes neste tipo de actividades, facendo énfase na intensidade de carga
CA1.7 Analizáronse os riscos e as contraindicacións absolutas e relativas á práctica das diferentes modalidades e tendencias actuais
CA1.8 Relaciónáronse as actividades de fitness acuático coas tipoloxías e os niveis posibles dos perfís máis habituais das persoas participantes
CA1.9 Relaciónáronse as condicións do medio acuático cos detalles técnicos e posturais das actividades de fitness acuático
CA2.1 Relacionouse a dotación do espazo acuático cos requisitos das actividades e os eventos de fitness acuático, segundo as últimas tendencias do sector
CA2.2 Definíronse criterios para a organización de horarios de eventos e actividades de fitness acuático e a coordinación con outras áreas e cos/coas técnicos/as, garantindo a seguridade e a optimización do uso dos espazos e dos materiais
CA2.3 Prevíronse as xestións para a celebración de eventos, competicións, concursos e actividades de fitness acuático
CA2.4 Analizáronse as condicións de accesibilidade ao espazo acuático tendo en conta as barreiras arquitectónicas e as adaptacións, co fin de que persoas con problemas de mobilidade poidan participar nas actividades de fitness acuático



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

Criterios de avaliación
CA2.5 Establecéronse os procedementos de detección e de corrección de anomalías nos elementos específicos das actividades de fitness acuático na dotación do espazo acuático
CA2.6 Establecéronse os criterios de seguridade e prevención aplicables nas actividades de fitness acuático
CA2.8 Estableceuse o procedemento de avaliación da calidade do funcionamento do espazo acuático
CA3.3 Prevíronse as axudas necesarias para a participación de persoas con discapacidade e de persoas maiores en actividades de fitness acuático, asumindo os distintos tipos de disfuncionalidade
CA3.4 Determináronse os espazos, os equipamentos, os materiais, o equipamento persoal e os recursos complementarios necesarios para o desenvolvemento de eventos e programas de fitness acuático, valorando os obxectivos de cada actividade e garantindo as condicións
CA3.6 Definíronse os criterios de seguridade, adecuación e efectividade dun programa de fitness acuático, así como os factores que se deben ter en conta para evitar lesións ou sobrecargas durante a execución
CA3.8 Utilizáronse os equipamentos e os recursos informáticos específicos para a elaboración das actividades de fitness adaptados aos diferentes perfís de participantes
CA4.1 Seleccionouse o soporte musical que permite adaptar a realización das actividades aos obxectivos da sesión de fitness acuático
CA4.2 Aplicáronse os recursos específicos do fitness acuático para obter variantes a partir dos pasos básicos, tendo en conta os principios hidrodinámicos
CA4.3 Aplicáronse criterios fisiolóxicos e de motivación cara á execución na secuencia de pasos, movementos, exercicios e composicións
CA4.4 Tivéronse en conta as fases da sesión de fitness acuático, aplicando diferentes dinámicas de carga a cada fase da sesión
CA4.5 Definíronse os obxectivos, o material, as canles de comunicación e a metodoloxía da sesión, de acordo coa programación xeral
CA4.6 Establecéronse progresións e adaptacións das secuencias coreografadas e dos pasos, os movementos e os exercicios en función da dificultade e das características dos distintos perfís de participantes
CA4.7 Prevíronse adaptacións nos materiais e os accesos ás zonas de traballo, para favorecer a participación de persoas con discapacidade e persoas maiores
CA4.9 Establecéronse os parámetros que se deben ter en conta para avaliar o desenvolvemento da sesión
CA5.1 Deseñáronse actividades de promoción de eventos de fitness acuático tendo en conta as cabidas, o control de accesos e os servizos complementarios, avaliando todas as posibilidades de actividades, atendendo aos distintos perfís de participantes
CA5.4 Proporcionouse a información adaptada a cada momento do desenvolvemento da actividade de fitness acuático e a cada perfil de participante, utilizando o tipo de linguaxe adecuado en cada caso
CA5.5 Demostráronse as actividades propostas, utilizando as estratexias de instrución máis adecuadas para o desenvolvemento dos exercicios e aplicando as distintas secuencias e composicións coreográficas, axustándoas a cada perfil de participante en función da



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

Criterios de avaliación
CA5.6 Corríronse, nos momentos oportunos, os erros detectados nos movementos ou as posturas, intervindo sobre as súas posibles causas
CA5.7 Aplicáronse estratexias de intervención nas actividades de fitness acuático que favorecen a participación, a motivación e a desinhibición das persoas participantes
CA5.8 Adaptouse o nivel de intensidade e dificultade das actividades ás características das persoas participantes, variando os espazos, o material, a música e a información transmitida
CA5.9 Controlouse o uso dos materiais e dos equipamentos, e resolvéronse as continxencias xurdidas
CA5.10 Aplicáronse os instrumentos de avaliación da sesión

**4.4.e) Contidos**

Contidos
<p>0Variables do movemento que condicionan a intensidade: superficies de pulo, velocidade de execución, posición de traballo, amplitude movemento acuático e plano de execución.</p> <p>Valoración da intensidade do esforzo no medio acuático: relación coa frecuencia cardíaca, test da fala e escala de Borg.</p> <p>Fitness acuático básico e avanzado. Modalidades en augas profundas e non profundas: aqua-aerobic, aqua-gym, aqua-box, aqua-running, aqua-bike, aqua-step, aqua-stretching e aqua-pilates. Actividades acuáticas de natación: crol, braza e costas. Movementos e Elementos técnicos das actividades de fitness acuático. Remadas, batidas, tesoiras e xiros. Marxes de adaptación a distintos perfís de participantes. Técnicas de suspensión e desprazamento. Execución e aliñamento segmentaria. Postura en flotación e en apo</p> <p>Defectos e erros máis comúns nos xestos técnicos. Actividades afíns. Xestos técnicos adaptados de diversas modalidades deportivas. Xestos técnicos da danza. Xestos técnicos da ximnasia.</p> <p>Contraindicacións absolutas ou relativas da práctica das actividades de fitness acuático. Signos de fatiga. Efectos patolóxicos de posturas e exercicios determinados.</p> <p>Adaptacións orgánicas ao esforzo no medio acuático. Efectos das distintas modalidades e tendencias do fitness acuático sobre a mellora da condición física e a saúde. Efectos sobre os sistemas cardiovascular, metabólico e músculo-esquelético. Efectos sobre</p> <p>Instalacións e materiais para a práctica de fitness acuático e para o socorrismo acuático. Tipos e características. Funcionalidade. Temperatura ambiente e da auga. Tipo de chan e tipo de vaso. Barreiras arquitectónicas e adaptación das instalacións. Norma</p> <p>Material auxiliar e aparellos para o fitness acuático. Material e aparellos para a flotación: cintos, manguitos, táboas e churros. Material e aparellos para traballar a resistencia: pas e bandas elásticas. Material e aparellos para a inmersión: aros e arg</p> <p>Supervisión e mantemento de materiais utilizados en actividades de fitness acuático e en socorrismo acuático. Inventario. Localización e condicións de almacenamento. Anomalías máis frecuentes dos aparellos e do material tipo, e formas de detección e corre</p> <p>Indumentaria e accesorios necesarios para unha práctica segura e comfortable das actividades de fitness acuático e do socorrismo acuático. Medidas de autoprotección.</p> <p>Organización de recursos en fitness acuático. Interacción e coordinación de oferta de actividades de fitness acuático. Zonas de servizos auxiliares, zonas de traballo secas e vasos.</p> <p>Recursos de intervención no ámbito do fitness acuático. Orientacións xerais para a adaptación de medios e equipamentos. Adaptación de xogos e actividades recreativas.</p> <p>Avaliación de programas de fitness acuático.</p>





Contidos
<p>Programas de fitness acuático. Mellora da resistencia con e sen aparellos. Mellora da resistencia con e sen soporte musical. Mellora do ton e a forza muscular. Mellora da amplitude de movemento. Programas mixtos. Elaboración e progresión secuencial.</p> <p>Manipulación de variables de intensidade nos programas de fitness acuático.</p> <p>Medidas complementarias ao programa de fitness acuático: técnicas recuperadoras no medio acuático. Relaxación e descarga articular.</p> <p>Planificación e organización de eventos de fitness acuático. Tipos de eventos característicos no fitness acuático. Papel do persoal organizador. Necesidade de publicidade. Tipos de concursos. Xogos, animación no fitness acuático. Documentación requirida n</p> <p>Normas básicas de seguridade nas sesións de fitness acuático. Posición das persoas participantes e distancias entre elas en cada exercicio, posibles incidencias nos materiais e nos equipamentos.</p> <p>Representación gráfica e escrita. Nomenclatura específica. Técnicas específicas de representación gráfica e escrita para transcribir pasos, movementos de brazos, xiros, orientación, desprazamentos e composicións do fitness acuático e as súas actividades a</p> <p>Dificultade coordinativa e niveis de intensidade dos exercicios e as coreografías no fitness acuático.</p> <p>Composicións coreográficas. Variacións e combinacións cos exercicios. Pasos, enlaces e movementos básicos. Variacións na profundidade: orientación, desprazamentos, cambios de ritmo, xiros e movementos de brazos. Uso de apoios á flotación. Lonxitude de pan</p> <p>A música no fitness acuático. Estilos e cadencias adaptadas ao traballo na auga. Variacións en función da profundidade.</p> <p>Metodoloxía de ensinanza de secuencias e composicións coreográficas. Técnicas, métodos e estilos de ensinanza en fitness acuático. Progresións nas series coreografadas.</p> <p>A avaliación da sesión de fitness acuático. Instrumentos avaliativos.</p> <p>Intervención na confección de grupos por niveis de condición física e outras capacidades perceptivo-motrices. Axuste aos niveis.</p> <p>Reprodución e adaptación de coreografías. Adecuación a diferentes profundidades e situacións de apoio, suspensión ou flotación. Orientación, desprazamentos, cambios de ritmo, intensidade e estilos. Encadeamentos. Utilización de materiais diversos e modifi</p> <p>Técnicas de instrución de fitness acuático. Aplicación en situacións de atención individual e en grupo. Intervencións con axudas manuais e mecánicas, entre outras.</p> <p>Progresións para a ensinanza das series coreografadas. Ensinanza mediante adición, bloques, patrón complementario, pirámide, variación, substitución, etc.</p> <p>Utilización de diferentes códigos comunicativos. Códigos verbais e xestuais. Adaptación do tipo de información, do soporte e da cantidade de información, en función do perfil de persoa participante.</p> <p>Localización de erros posturais e de execución. Consignas que axudan a reinterpretar sensacións.</p>

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

PRIMEIRO TRIMESTRE  
UD1/UD2



CRITERIOS CUALIFICACIÓN:

30% PARTE PRACTICA

60 % PARTE TEORICA

10 % PARTE FICHAS E TRABALLOS AULA VIRTUAL

-A PARTE TEORICA CALIFICARASE A TRAVES DUN EXAMEN ONDE SE AVALIARÁN OS COÑECEMENTOS DA MATERIA ADQUIRIDA POLO ALUMNO. TERA PREGUNTAS CURTAS E TERÁ UN CONTIDO TEÓRICO OU TEÓRICO-PRÁCTICO.

A DATA CONSENSUADA 2024: 3 DECEMBRO

- A PARTE PRACTICA, COMPRENDERA A DESTREZA ALCANZADA POLO ALUMNO A TRAVES DAS DIFERENTES SESIÒNS . REALIZARÁNSE UNHAS PROBAS: 200 METROS EN MENOS DE 4 . 30 MINUTOS E O NADO DE 25 M ESTILO OU OTRAS PROBAS.

AS DATAS CONSENSUADAS SERÁN A PENÚLTIMA SEMANA DE NOVEMBRO OU PRINCIPIOS DE DECEMBRO

TEREMOS EN CONTA PARA O ESPECIFICADO DAS PROBAS FÍSICAS OS CRITERIOS DE AVALIACIÓN ( MINIMOS ESIXIBLES) CA4.6, CA5.5, CA5.6. AVALIARASE CON LISTAS DE COTEXO EVIDENCIANDO TEMPOS E TECNICA NAS PLANILLAS RUBRICA PRESENTADAS NA AV.

NOS CONTIDOS BÁSICOS TEREMOS FUNDAMENTALMENTE EN CONTA O BLOQUE BC1- ACTIVIDADES ACUÁTICAS DE NATACIÓN : CROL, BRAZA , MARIPOSA E COSTAS , O MOVEMENTO ACUÁTICO, DESPAZAMENTOS E RESISTENCIA E A VALORACIÓN DA INTENSIDADE DO ESFORZO NO MEDIO ACUÁTICO COA FC, BORG OU FALA

- AS FICHAS E OS TRABALLOS DA AV: ENTREGARANSE TAMEN FICHAS CON CORRECCIONS DE ESTILOS, SESIÒNS PRACTICAS . VALORARÁNSE EN FUNCIÓN DAS INDICACIÓNS INDICADAS POLA DOCENTE EVALUANDO O CONTIDO, A LIMPEZA, A ORDE, ORIXINALIDADE E A EXPOSICIÒN ORAL DE SER O CASO PRESENTADOS EN DATA E FORMA PROPOSTA NA AV

-ASISTENCIA OBRIGATORIA A TEORICA E A PRACTICA .

-A PROBA DOS 200 METROS E OBRIGATORIA E NON PUNTÚA

-HABERA UNHA PRUEBA PRACTICA INICIAL O PRIMEIRO DIA DE PISCINA. DIA 1 DE OUTUBRO



SEGUNDO TRIMESTRE:

UD2

CRITERIOS CUALIFICACIÓN :

CALIFICARASE EN FUNCION DAS SEGUINTE PORCENTAXES:

60 % PARTE TEORICA

30 % PARTE PRACTICA

10% TRABALLO PRIMEIROS AUXILIOS AV. PRESENTACION ORAL

A PARTE TEORICA: CONSISTIRA NUN EXAME ONDE AVALIARANSE OS COÑECEMENTOS DA MATERIA ADQUIRIDOS POLO ALUMNO TERA PREGUNTAS CURTAS E TERÁ UN CONTIDO TEÓRICO OU TEÓRICO-PRÁCTICO. EN AMBOS CASOS SERÁ PRECISO SUPERAR CADA UN DOS CA MINIMOS ESIXIBLES EVALUADOS CUN 50% DAS UNIDADES OBXECTO DE AVALIACIÓN

A DATA CONSENSUADA: Marzo-Abril ?

A PARTE PRÁCTICA : COMPRENDERÁ A DESTREZA ACADADA POLO ALUMNO AO TRAVERSO DAS SESIONS ;

FARASE PARA A AVALIACIÓN UNHAS PROBAS DE SALVAMENTO CORRESPONDENTES AO CURRÍCULUM ( PROBAS PRÁCTICAS DENDE CA6.16 ATA CA6.24 DA PAXINA 59 E 60 DO CURRÍCULUM)

- Utilizáronse os materiais adecuados nun suposto formulado durante a realización das técnicas de entrada, aproximación, control, traslado e extracción da persoa accidentada.
- Realizáronse con seguridade e eficacia as entradas á auga en función da accesibilidade, a proximidade e as características do contorno.
- Realizáronse con seguridade e eficacia as técnicas de natación adaptadas que permiten a aproximación á persoa accidentada.
- Realizáronse con seguridade e eficacia 300 m de nado libre, coa vestimenta propia de socorrista, nun tempo máximo de oito minutos.
- Mantívose unha flotación dinámica cos brazos levantados fóra da auga, sen desprazarse.
- Realizáronse con seguridade e eficacia técnicas de control e remolque da vítima, mantendo as súas vías respiratorias fóra da auga.
- Realizouse con seguridade e eficacia a secuencia de entrada de cabeza, cincuenta metros de nado libre e mergullo a unha profundidade mínima de dous metros, para recoller un manequín de competición e remolcalo, cunha técnica correcta, durante cincuenta metros, todo iso nun tempo máximo de tres minutos e 30 segundos.
- Realizouse con seguridade e eficacia o remolque sen aletas a unha persoa posiblemente accidentada, ao longo de cen metros, con catro técnicas diferentes e nun tempo máximo de catro minutos.
- Realizouse con seguridade e eficacia o remolque con aletas a unha persoa accidentada de peso e flotabilidade media ao longo de cen metros, utilizando unha soa técnica libre e nun tempo máximo de tres minutos e 45 segundos.
- Realizouse con seguridade e eficacia a extracción da auga dunha persoa posiblemente accidentada consciente ou inconsciente e sen afectación medular, consonte os protocolos e aplicando a técnica



correctamente, logo de a remolcar cen metros.

- Realizáronse con seguridade e eficacia técnicas de mergullo e rastrexo con material auxiliar e sen el, evitando pórse en perigo a si mesmo/a, recuperando unha vítima que se atopa no fondo e sacándoa á superficie
- Realizouse con seguridade e eficacia a extracción dunha persoa accidentada con posible afectación medular utilizando o material adecuado, organizando un grupo de dous/dúas ou tres socorristas, de xeito acorde cos protocolos e aplicando as técnicas correctamente.

NO TERA POSIBILIDADE ALGUNHA DO EXAMEN (TEORICO-PRÁCTICO) AQUEL ALUMNO QUE SUPERA O 10 % DAS FALTAS.

TERCEIRO TRIMESTRE

UD4

MODALIDADES: NOVAS MODALIDADES ACUÁTICAS ( EVA) AQUARUNNING, AQUASPINNING, AQUAIOGA, AQUAGY, AQUACIRCUIT, AQUAPILATES, AQUAJUMP, AQUAZUMBA, AQUAEROBIC...

PORCENTAXES AVALIACION

50% EXAMEN TEORICO

50% PARTE PRACTICA

NA PARTE TEORICA ENTRAN TODAS MODALIDADES OU NOVAS TENDENCIAS ACUÁTICAS NUN EXAMEN TEORICO

A DATA CONSENSUADA: FINAIS MAIO. PRINCIPIOS XUÑO

NA PARTE PRACTICA VALORASE, POR TRIOS OU PARELLAS ,A EXPOSICIÒN TEORICA E PRACTICA DA MODALIDADE ASINADA NUN SORTEO

VALORASE A EXPOSICIÒN DA TECNICA, A FORMA DE IMPARTILA, A SESIÒN, A PROGRESIÒN UTILIZADA, OS RECURSOS TEORICOS E PRACTICOS,A PREPARACION DO TEMA, O CONTROL PRACTICO E TEORICO SEGUNDO O PRESENTADO NA RUBRICA NO AV. TODO, SERA PRESENTADO OS COMPAÑEIROS. DUAS SESIÒNS TEORICAS OU PRACTICAS OU COMBINACIÒN DE ÁMBALAS DÚAS

AS EXPOSICIÒNS COMENZARAN TRALA SEMANA SANTA CO PRIMEIRO GRUPO. O TRABALLO SERA PRESENTADO Ò PROFESOR CON 3 DIAS DE ANTELACIÒN POLO MENOS.

CONTAMOS CON AULA TEORICA E PISCINA

AS NOVAS TENDENCIAS ACUÁTICAS VANSE IMPARTIR TODAS. AS QUE NON ENTREN NO SORTEO DE MODALIDAD, AS IMPARTIRA O PROFESOR CORRESPONDENTE.



OS MÍNIMOS EXIXIBLES SON : CA4.4, CA4.5, CA4.6, CA4.7, CA4.8 Y CA4.9



**6. Procedemento para a recuperación das partes non superadas****6.a) Procedemento para definir as actividades de recuperación**

O alumnado que non superara as avaliacións se realizará unha proba de recuperación con parte teórica, práctica e entrega de traballos prácticos propostos , se procede, baseados nos mínimos exixibles non acadados.

Cando o profesor estime oportuno e sempre que sexa posible en función do tempo dispoñible e non se vexa afectado o desenvolvemento normal desta programación, poderase acordar a realización desta proba de recuperación antes das avaliacións correspondentes

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

"Tal e como figura na resolución do 7 de xullo de 2023, da Dirección Xeral de Formación Profesional, pola que se ditan instrucións para desenvolvemento das ensinanzas de formación profesional do sistema educativo no curso 2032/2024 no seu artigo cuarto e conforme se determina no artigo 25 da Orde do 12 de xullo de 2011, o número de faltas que implica a perda do dereito á avaliación continua nun determinado módulo será



do 10% respecto da súa duración total. Para os efectos de determinación da perda do dereito á avaliación continua, o profesorado valorará as circunstancias persoais e laborais do alumno ou da alumna na xustificación desas faltas, cuxa aceptación será acorde co establecido nas correspondentes normas de organización, funcionamento e convivencia. O alumnado que perdese o dereito á avaliación continua nun determinado módulo terá dereito a unha única proba final extraordinaria previa á avaliación final de módulos correspondente, de acordo co establecido no artigo 25.5 da Orde do 12 de xullo de 2011. Esta proba estará composta polas seguintes partes:

Primeira parte. Teórica: Suporá un 50% da nota.

Segunda parte. Práctica: Suporá un 50% da nota.

Criterios de cualificación. Os mesmos que se se non procedese á perda.

En todo caso, a perda ao dereito a avaliación continua non implicará a perda de dereito de asistencia a clases, de titorización ou de asistencia ás probas parciais"

A proba de avaliación extraordinaria en Xuño, consistirá nunha proba teórica e nunha proba práctica onde se incluírán todos as actividades físicas acuáticas impartidas: NATACION , SALVAMENTO E NOVAS TENDENCIAS FITNESS ACUATICO

#### 50% PARTE PRACTICA

As probas prácticas consistirán nunha proba de NATACION de estilos mais un 200 metros en menos de 4.30 , as probas de salvamento , , unha progresión en ficha dunha modalidade de novas tendencias e algun xesto técnico da mesma modalidade ou outra: AQUARUNNING AQUAZUMBA AQUAGYM AQUASPINNING..

#### 50% PARTE TEORICA

A proba teórica consistirá nun exame dos coñecementos de todo o ano . Todos os apuntes estaran colgados na aula virtual perante todo o ano

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

Farase conxunta co alumnado con enquisas sobre a labor docente, o grao de consecución dos obxectivos, o grao de satisfacción co módulo Xeralmente, neste tipo de enquisas sempre boto man da orientadora do Departamento de Orientación e da súa orientadora LAURA sendo ela mesma quen propón as enquisas e , en moitos casos, quen as pasa, para nos axudar á mellora da calidade educativo do noso ciclo.

Hai medidas determinadas dende o contorno CALIDADE EDUCATIVA facendose o seguimento da programación na propia aplicación da páxina web da Consellería de Educación, Universidade e Formación Profesional.

Ademais, os elementos a ter en conta para a avaliación da programación son:

- Grao de adecuación dos resultados de aprendizaxe.





- A validez da selección, distribución e secuenciación dos contidos ao longo do curso.
- Idoneidade da metodoloxía e dos materiais didácticos empregados.
- Adecuación dos criterios de avaliación.

## **8. Medidas de atención á diversidade**

### **8.a) Procedemento para a realización da avaliación inicial**

Farase unha avaliación inicial do alumnado cuxos obxectivos serán:

1. Coñecer as características , capacidades e formación previa dos alumnos/as de cara ao Acondicionamento Físico en xeral
2. Orientar e situar ao alumnado en relación aos diferentes módulos e as expectativas
3. Dentro das medidas de atención á diversidade respecto ao curso presente consistirán nun desenvolvemento das titorías individuais telemáticas e a utilización individual da aula virtual

Realizarase a principio de curso e terá como obxectivo final avaliar cal é o estado de coñecementos e habilidades individuais do alumnado e identificar posibles dificultades de aprendizaxe e problemas de comportamento. Para isto tamén se realizarán un test de intelixencias múltiples. O equipo docente, pode adoptar decisións comúns cando así o requira a dinámica do grupo de alumnos.

Nos primeiros días entregarase un cuestionario a cada alumno/a do grupo para avaliar os coñecementos previos de aqueles contidos que son básicos para poder asimilar sen dificultades os contidos do módulo e para diagnosticar o grao de coñecemento dos mesmos. Tamén de forma complementaria, a profesora poderá preguntar ao alumnado sobre determinados aspectos do currículo para determinar o grao de coñecemento dos mesmos. En caso de detectar algunha deficiencia, se lles enviarán actividades de reforzo cuxo contido variará en función das deficiencias atopadas.

Farase en conxunto coa orientadora do centro

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

1. No caso de alumnos/as con necesidades educativas especiais teremos en conta varios aspectos entre os que atopamos unha adaptación das condicións de accesibilidade ao centro, unha adaptación dos recursos de apoio unha flexibilización para cursar dito módulo segundo as distintas circunstancias: enfermidade, lesións...ou incluso segundo a instalación acuática onde teremos que dar as clases ( pechado por algunha razón, escape cloro...)

Podería darse o caso de ter que pedir permiso para impartir as clases nas diferentes praias da zoa

2. No caso de alumnos/as con dificultades de aprendizaxe se levarán a cabo actividades de reforzo individualizadas presenciais e via virtual pola aula. Tentarase, na medida do posible de favorecer unha aprendizaxe baseado na práctica, experiencia, investigación, proxectos... a partir dos propios intereses do alumnado empregando os diferentes recursos TIC



Dende os primeiros momentos teremos en conta as distintas medidas de reforzo que nos presenta a orientadora do centro dado que é ela quen de obter os mellores resultados dos nosos alumnos con necesidades especiais xa que os informes serán entregados a ela polas persoas competentes ( propios alumnos, pais...) Será a orientadora quen dictamine o que nos corresponde facer como profesores.

## **9. Aspectos transversais**

### **9.a) Programación da educación en valores**

Dende o punto de vista docente, teremos que traballar a Educación en Valores partindo das características individuais do alumnado cara axudalos a incorporarse na vida en sociedade e superar os posibles conflitos ou situacións que poidan xorder.

Deberíamos traballalo dende todos os módulos pois deben estar presntes en todo o proceso educativo dos alumnos do Ciclo Formativo De Acondicionamento Fisico.

Como exemplos de traballo específico no noso mundo de Actividades Físicas , faremos fincapé na Educación para a igualdade de oportunidades de ambos os sexos dende todos os momentos do proceso educativo pois partimos dunha ampla maioría de varóns nas nosas clases

Ademais, Debemos aproveitar o traballo da comunidade educativa para fomentar a tolerancia e o respecto, tanto ás persoas como ás súas ideas e á súa forma de vida.

Protocolos de seguridade no traballo, educación medioambiental , a educación para a saúde... entre outros, serán abarcados dende esta perspectiva de valores

Polo tanto os temas transversais preséntanse como un conxunto de contidos que interactúan en todas as ensinanzas; non se trata, pois, dun conxunto de ensinanzas autónomas, senón dunha serie de elementos da aprendizaxe sumamente globalizados que deben ser tratados en todos os módulos do ciclo formativo.

### **9.b) Actividades complementarias e extraescolares**

Prantexada algunha visita a algunha empresa do noso sector de Actividades Físicas Será recollido o proxecto pola Vicedirección do centro para , posteriormente, ser aprobada no Consello SOCIAL

Recolleremos dese xeito nas plantillas da Dirección e de Educalidade ( protocolarizadas )os obxectivos, temporalización, actividade, necesidades especiais ( bus...), necesidade ou non de pernocta....

Entregarase en tempo e hora segundo todas as actividades recollidas do centro



## 10.Outros apartados

### 10.1) PENDENTE E COVIDS AFA

A aula virtual tamén será unha ferramenta de axuda ao alumnado con actividades de reforzo cando fose necesario; de comunicación permanente entre alumnado e a profesora, de resolución de dúbidas a través dos foros; de espertar o espírito crítico e a autonomía do alumnado con tarefas autodidácticas; de afianzamento da aplicación das TICs ao proceso de aprendizaxe e a vida cotiá.

En todo momento o que se priorizará no desenvolvemento do módulo e na aplicación desta metodoloxía será as necesidades do alumnado durante o proceso de aprendizaxe, por esta razón o profesor realizará as modificacións que considere oportunas sempre en beneficio do alumnado.

Se por circunstancias sobrevidas non se aconsellase a ensinanza presencial, (illamento do alumnado, situacións pandémicas. COVID..), O proceso ensino aprendizaxe trasladarase a formación na rede mediante a aula virtual, e-mail e vídeo-conferencias mediante rede, tendo en conta a diversidade doValumnado e a implicación do uso persoal de ordenadores .

Por exemplo, como se fixo en caso de pandemia covid:

SEGUIRASE INSTRUCCIÓNS DA CONSELLERIA SEGUNDO OS PROTOCOLOS DE MEDIDAS PREVENTIVAS: MEDIDAS QUE TEMOS QUE TOMAR E DAR RESPONSA AOS CASOS E PROBLEMÁTICAS XURDIDAS NA XESTIÒN DE CASOS POSITIVOS... CARA OFRECER A MAXIMA SEGURIDADE Á COMUNIDADE EDUCATIVA COMPAXINANDO A SITUACIÒN SANITARIA ACTUAL CO PROCESO DE APRENDIZAXE

SEGUNDO AS REFERENCIAS ANTERIORES PODERÍASE IMPARTIR A DOCENCIA , NO MESMO HORARIO DE SESIÒNS ACTUAIS PERO CAMBIARÍAN OS PESOS NA PROGRAMACIÒN PASANDO A SER :  
50% PARTE PRACTICA. TRABALLOS  
50% EXAME TEÓRICO