I.E.S. Parque Lineal

1º CURSO DEL CICLO FORMATIVO DE GRADO SUPERIOR DE TÉCNICO : **21/ 22**

Departamento:
Educación Física

ÍNDICE

CONTENIDO	PAG.
1. MARCO LEGAL	3
2. INTRODUCCIÓN	3
3. FICHA TÉCNICA DEL MÓDULO	4
4. APORTACIONES DE ESTE MÓDULO AL DESARROLLO DE LAS COMPETENCIA	5
4.1.RELACIÓN CON EL DESARROLLO DE LA COMPETENCIA PROFESIONAL	5
4.2. RELACIÓN CON LAS COMPETENCIAS PROFESIONALES, PERSONALES Y SOCIALES.	5
5. RELACIÓN DE CUALIFICACIONES Y UNIDADES DE COMPETENCIA DEL CATÁLOGO NACIONAL DE CUALIFICACIONES PROFESIONALES CON EL MÓDULO	7
6. ENTORNO PROFESIONAL RELACIONADO CON EL MÓDULO	8
7. CONTENIDOS	8
7.1. ORGANIZACIÓN DE LOS CONTENIDOS DEL MÓDULO	8
7.2. DISTRIBUCIÓN TEMPORAL DE LOS CONTENIDOS	18
8. EVALUACIÓN Y CALIFICACIÓN	20
8.1. RESULTADOS DE APRENDIZAJE	21
8.2. CRITERIOS DE EVALUACIÓN (ANEXO EN EXCEL ADJUNTO)	21
8.3. ESTRATEGIAS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN	21
8.4. CRITERIOS DE CALIFICACIÓN	24
9. EVALUACIÓN DEL ALUMNADO QUE HAYA PERDIDO EL DERECHO A LA EVALUACIÓN CONTINUA	26
10. ACTIVIDADES Y PROCEDIMIENTOS DE RECUPERACIÓN	27
10.1. RECUPERACIÓN DE CONVOCATORIAS PARCIALES, PRIMERA Y SEGUNDA ORDINARIA	27
10.2. RECUPERACIÓN PARA EL ALUMNADO QUE HAYA PROMOCIONADO A SEGUNDO CURSO CON EL MÓDULO NO SUPERADO	28
11. EVALUACIÓN DEL ALUMNADO CON NECESIDADES ESPECÍFICAS DE APOYO EDUCATIVO	29
12. AUTOEVALUACIÓN DEL PROCESO DE ENSEÑANZA	30
13. EVALUACIÓN DE LOS RESULTADOS DE APRENDIZAJE QUE SE PRETENDEN ALCANZAR	35
14. ORIENTACIONES METODOLÓGICAS, DIDÁCTICAS Y ORGANIZATIVAS DEL PROCESO EDUCATIVO	36
14.1. ORIENTACIONES PARA EL DESARROLLO DE ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS	36
14.2. ORIENTACIONES METODOLÓGICAS PARA LA ENSEÑANZA DE LOS CONTENIDOS DEL MÓDULO.	38
15. MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD	42
16. MATERIALES CURRICULARES Y RECURSOS DIDÁCTICOS	45
16.1. MATERIALES CURRICULARES Y RECURSOS BIBLIOGRÁFICOS	45
16.2. RECURSOS MATERIALES	46
16.3. RECURSOS AUDIVISUALES	46
16.4. RECURSOS INFORMÁTICOS	46
16.5. RECURSOS DEL ENTORNO	47
17. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRACURRICULARES	47
18. ANEXO I. Relación de Resultados de aprendizaje, criterios de evaluación, instrumentos de evaluación y unidades de trabajo (Excel y pdf).	50

La normativa básica utilizada para el desarrollo de la programación del presente módulo ha sido:

- La Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación, modificada por la Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la Mejora de la Calidad Educativa.
- La Ley Orgánica 5/2002, de 19 de junio, de las Cualificaciones y de la Formación Profesional.
- El Real Decreto 1147/2011, de 29 de julio, por el que se establece la ordenación general de la formación profesional del sistema educativo.
- LaLey7/2010, de 20 de julio, de Educación de Castilla-La Mancha.
- Catálogo Nacional de Cualificaciones Profesionales.
- Real Decreto 657/2017, de 23 de junio, por el que se establece el título de Técnico Superior en acondicionamiento físico y se fijan los aspectos básicos del currículo.
- *Orden EFP/923/2019, de 4 de septiembre, por la que se establece el currículo del ciclo formativo de grado superior correspondiente al título de Técnico Superior en Acondicionamiento Físico.*
- Decreto 57/2018, de 28 de agosto, por el que se establece el currículo del ciclo formativo de grado superior correspondiente al Título de Técnico Superior en Acondicionamiento Físico en la comunidad autónoma de Castilla-La Mancha.
- Orden de 29/07/2010, de la Consejería de Educación, Ciencia y Cultura, por la que se regula la evaluación, promoción y acreditación académica del alumnado de formación profesional inicial del sistema educativo de la Comunidad Autónoma de Castilla-La Mancha.

Esta Programación, en base a los objetivos y prioridades establecidas en el Proyecto Educativo del Instituto, lo concreta y desarrolla para el módulo de “Fitness en sala de entrenamiento polivalente”, de acuerdo con los elementos indicados en el mismo (Capítulo 4, apartado 1.3).

Con la presente programación pretendemos hacer explícitos, basándonos en la legislación vigente de nuestra Comunidad Autónoma, los objetivos, competencias, contenidos, criterios de evaluación y calificación, metodología, y la atención al alumnado con necesidades educativas de apoyo educativo, entre otros apartados, del módulo profesional “Fitness en sala de entrenamiento polivalente”.

Para la impartición del presente módulo nos encontramos con algunas circunstancias excepcionales que afectarán al desarrollo del mismo, entre las que mencionamos:

- ✓ Título Profesional de reciente implantación tanto a nivel nacional como en la Comunidad Autónoma de Castilla-La Mancha lo que implica que falten materiales, guías, programaciones, unidades de trabajo y recursos didácticos publicados y relacionados con el módulo.
- ✓ No poder contar con la infraestructura, materiales y recursos suficientes para que se produzca un adecuado proceso de enseñanza-aprendizaje.
- ✓ Necesidad de desplazarnos para impartir las sesiones prácticas del módulo profesional.

Por otro lado, el presente modulo es fundamental para cubrir las necesidades de la población española y europea según los siguientes datos:

- El eurobarómetro especial 334 (marzo 2010), acerca del deporte y la actividad física en los 27 estados de la Unión Europea, el 61% de las personas que practican deporte o actividad física tienen como principal motivación la de mejorar su salud, seguida de la de estar en forma. Los datos que se publican en ese documento correspondientes a España son también del 61% en el caso de la finalidad de mejorar la salud y del 29% en el caso de estar en mejor forma.
- En el contexto español, según los datos de la última encuesta de hábitos deportivos de la población española, realizada por el Centro de Investigaciones Sociológicas (2010), ha aumentado la práctica recreativa o con fines de salud, estando la gimnasia de mantenimiento en gimnasio y piscina en primer lugar.

Como podemos comprobar, la garantía de contar con profesionales que den satisfacción a estas necesidades es uno de los requerimientos del presente módulo.

Módulo Profesional: **Fitness en sala de entrenamiento polivalente**
Equivalencia en créditos **ECTS: 16**
Código: **1148**
Duración: **217 Horas**
Profesor: **Maria Nieves Azaña Cifuentes**

La competencia general de este título consiste en elaborar, coordinar, desarrollar y evaluar programas de acondicionamiento físico para todo tipo de personas usuarias y en diferentes espacios de práctica, dinamizando las actividades y orientándolas hacia la mejora de la calidad de vida y la salud, garantizando la seguridad y aplicando criterios de calidad, tanto en el proceso como en los resultados del servicio.

De este modo podemos afirmar que el presente módulo ayuda al desarrollo total de la presente competencia concretando el espacio de práctica al acuático.

Las competencias profesionales, personales y sociales de este título son las que se relacionan a continuación. Se han redactado con diferentes colores en base a la mayor o menor aportación de este módulo al desarrollo de la competencia:

- Negro: Gran aportación a su desarrollo.
- Azul: Aporta algo a su desarrollo.
- Rojo: Poca o nula aportación a su desarrollo.

De este modo, la relación entre estas competencias y el módulo profesional “Fitness en sala de entrenamiento polivalente” queda de la siguiente manera:

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

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

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

d) Evaluar la condición física, la competencia motriz y las motivaciones de las personas participantes en los programas de acondicionamiento físico, tratando los datos de modo que sirvan en el planteamiento y retroalimentación de los programas.

e) Programar el acondicionamiento físico en sala de entrenamiento polivalente y en medio acuático, en función de las personas participantes, de los medios disponibles y de los datos de seguimiento, indicando los sistemas de entrenamiento más apropiados.

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

g) Programar las actividades de control postural, bienestar, mantenimiento funcional e hidrocinesia, en función de las características de los grupos, de los medios disponibles y de los datos de seguimiento, indicando la metodología más apropiada.

h) Diseñar y secuenciar los ejercicios de las sesiones o actividades de acondicionamiento físico en sala de entrenamiento polivalente y en el medio acuático para todo tipo de participantes, respetando los objetivos y la dinámica de la intensidad en las fases de las sesiones.

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

j) Diseñar y secuenciar los ejercicios de las sesiones o actividades de control postural, bienestar, mantenimiento funcional e hidrocinesia para todo tipo de participantes, respetando los objetivos y las fases de las sesiones o actividades.

k) Dirigir y dinamizar la realización de las técnicas programadas y los ejercicios de acondicionamiento físico en sala de entrenamiento polivalente y en el medio acuático, adaptándolas a la dinámica de la actividad y a la del grupo.

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

m) Dirigir y dinamizar la realización de las técnicas programadas y los ejercicios de control postural, bienestar y mantenimiento funcional e hidrocinesia, adaptándolas a la dinámica de la actividad y a la del grupo.

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

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

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

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

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

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

intervienen en el ámbito de su trabajo.

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

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

u) Realizar la gestión básica para la creación y funcionamiento de una pequeña empresa y tener iniciativa en su actividad profesional con sentido de la responsabilidad social.

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

El módulo profesional “Fitness en sala de entrenamiento polivalente”, guarda relación con las siguientes cualificaciones y unidades de competencia del Catálogo Nacional de Cualificaciones Profesionales.

Cualificaciones profesionales completas:

a) Acondicionamiento Físico en sala polivalente AFD097 (real Decreto 295/2004, de 20 de febrero por el que se establecen determinadas cualificaciones profesionales, que se incluyen en el Catálogo nacional de cualificaciones profesionales, así como sus correspondientes módulos formativos, que se incorporan al Catálogo modular de formación profesional, y se actualizan determinadas cualificaciones profesionales de las establecidas por el Real Decreto 295/2004, de 20 de febrero y, modificada por el Real Decreto 1521/2007, de 16 de noviembre por el que se complementa el Catálogo Nacional de Cualificaciones Profesionales, mediante el establecimiento de cuatro cualificaciones profesionales de la Familia Profesional Actividades Físicas y Deportivas), que comprende las siguientes unidades de competencia:

UC0273_3 Determinar la condición física, biológica y motivacional del usuario.

UC0274_3 Programar las actividades propias de una Sala de Entrenamiento Polivalente (SEP), atendiendo a criterios de promoción de la salud y el bienestar del usuario.

UC0515_3 Instruir y dirigir actividades de acondicionamiento físico con equipamientos y materiales propios de Salas de Entrenamiento Polivalente (SEP)

UC0516_3 Programar y dirigir actividades de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical.

UC0272_2: Asistir como primer interviniente en caso de accidente o situación de emerge.

6. ENTORNO PROFESIONAL RELACIONADO CON EL MÓDULO.

Una vez obtenido el título de Técnico Superior de Acondicionamiento Físico, el presente módulo capacita para desempeñarlas siguientes ocupaciones y puestos de trabajo:

- **Monitor/a de acondicionamiento físico y fitness con soporte musical.**
- **Entrenador/a de fitness para grupos con soporte musical en instalaciones deportivas privadas y públicas.**
- **Promotor/a de actividades de fitness.**
- **Animador de actividades de fitness.**
- **Coordinador/a de actividades de fitness.**
- **Monitor/a de aerobic y actividades afines.**
- **Instructor/a de las actividades de fitness.**

7. CONTENIDOS.

7.1. ORGANIZACIÓN DE LOS CONTENIDOS DEL MÓDULO

A continuación se detallarán los contenidos que se trabajarán en las diferentes unidades de trabajo establecidas para el módulo de “Fitness en sala de entrenamiento polivalente”.

Antes de profundizar en ello debemos aclarar que desde el Departamento de Educación Física del IES “Parque Lineal” se ha decidido realizar el proceso de enseñanza-aprendizaje del Ciclo

Formativo, sus módulos y los contenidos de cada uno como un todo. De este modo, nos encontramos con contenidos que se trabajarán de la siguiente manera:

1º Contenidos específicos de diferentes unidades de trabajo que se desarrollan en sesiones consecutivas y específicas de esa unidad.

2º Contenidos específicos de una unidad de trabajo que se tratan durante todo el curso escolar en periodos cortos de tiempo. Un ejemplo serían los contenidos de la unidad de trabajo "Adaptación del Organismo al Esfuerzo", los contenidos de esta unidad son la base para realizar calentamientos y vuelta a la calma, así como para planificar cualquier entrenamiento o diseñar una sesión.

3º Contenidos específicos de una unidad de trabajo que se desarrolla en los tres trimestres con sesiones específicas y separadas en el tiempo. Un ejemplo serían los contenidos de la unidad didáctica "Coenseñanza" donde el alumnado dirigirá sesiones para sus compañeros.

4º Contenidos propios del módulo que se trabajan durante todas las sesiones y en todas las unidades de trabajo. Un ejemplo serían los contenidos de la unidad de trabajo "Material, Equipamiento e Instalaciones".

5º Contenidos transversales para todos los módulos como la discapacidad y sus adaptaciones.

También debemos comentar que la puesta en práctica de la secuenciación y temporalización de las diferentes unidades de trabajo es difícil de cumplir por los diferentes imprevistos que puedan ir surgiendo a lo largo del curso.

Por lo tanto, las posibles variaciones que sucedan serán tratadas en las reuniones del Departamento y reflejadas tanto en el Libro de Actas como en la Memoria final del curso.

CONTENIDOS DEL MÓDULO "FITNESS EN SALA DE ENTRENAMIENTO POLIVALENTE"

Bloque a) Coordinación de actividades en la sala de entrenamiento polivalente: Instalaciones, máquinas, aparatos y elementos propios de una sala de entrenamiento polivalente:	
CONTENIDOS	**UNIDADES DE TRABAJO**
-Requisitos básicos, legislación y normativa. -Áreas de acondicionamiento. Dotación y distribución de máquinas y aparatos por zonas: Zona cardiovascular: características, distribución y máquinas específicas (motorizadas y manuales). Zonas de peso libre: características, distribución y máquinas y aparatos específicos (barras, discos, halteras, soportes, máquinas de palancas convergentes, basculantes y otras). Zona de estiramientos: características, distribución y máquinas específicas. Zona de entrenamiento funcional: características, distribución y material específico. Accesos, desplazamientos y barreras arquitectónicas dentro de una sala de entrenamiento polivalente.	Fitness y sus modalidades
-Mantenimiento preventivo, operativo y correctivo básico en: peso libre (máquinas de palancas convergentes, máquinas basculantes, barras, discos, mancuernas, soportes y bancos, entre otros), máquinas de resistencia dinámica variable selectorizadas, poleas, máquinas neumáticas, máquinas elípticas, simuladores de subir escaleras, bicicletas estáticas, remos y simuladores de esquiar, entre otras), materiales de entrenamiento (gomas, bandas elásticas, plataforma vibratoria, electroestimuladores, trx o similares) y otros materiales auxiliares y de nuevas tecnologías.	Control de mantenimiento de las instalaciones y material
- Planificación de actividades de fitness: Principios de la planificación de actividades en instalaciones de fitness y componentes de la misma. Técnicas para la planificación de las actividades de fitness en distintos ámbitos: edad escolar, adultos hombres y mujeres, mayores de 50 años, colectivos especiales,	

personas con discapacidad y preparación física específica. -Gestión y coordinación de actividades de la sala de entrenamiento polivalente: Interacción y coordinación de oferta de actividades: perfil de las personas usuarias y adecuación de horarios, coordinación de las distintas áreas/zonas de actividad. Gestión de espacios: zonas deportivas de las áreas de acondicionamiento, espacios de clases colectivas, espacios de fitness acuático, zona limpia: recepción, accesos, oficinas, zona médica: consultas, tratamientos, rayos uva y otros espacios: cafetería. Organización y gestión de los recursos: recursos humanos propios de la sala de entrenamiento polivalente y de las otras áreas de fitness, materiales de las instalaciones de fitness. Confección y control de presupuestos. Gestión de materiales y almacenes. Control del mantenimiento: la agenda de control del trabajo: histórico de acciones realizadas, trabajos pendientes; plan de actuación anual: interpretación de las directrices a seguir durante el año. Subplanes; formación, presupuestos, plan de riesgo. Mantenimiento preventivo y correctivo: periocidad y técnicos responsables. Limpieza y desinfección: periodicidad y técnicos responsables. -Plan de calidad. Aplicación de las norma de calidad. Modelo de excelencia de la instalación. Procedimiento de evaluación.	Planificación y programación de las actividades de fitness Mejora de la condición física
Bloque b) Prescripción del ejercicio en una sala de entrenamiento polivalente:	
CONTENIDOS	**UNIDADES DE TRABAJO**
-Organización y concreción de las sesiones a partir del programa de entrenamiento de referencia. Principios metodológicos fundamentales. -Objetivos de mejora de la condición física relacionados con la edad. -Desarrollo de las capacidades físicas en los programas de	Planificación del entrenamiento

fitness: capacidad aeróbica, fuerza, elasticidad muscular y amplitud de movimientos. Integración de los métodos y factores específicos de mejora. Recursos. -Factores de los programas de mejora de la condición física: intensidad, volumen, densidad, carga de entrenamiento y recursos. Componentes de la carga: carácter del esfuerzo, velocidad de ejecución, pausas de recuperación, longitud de las palancas y grupos musculares implicados, entre otros. -Prescripción del ejercicio de fuerza en una sala de entrenamiento polivalente. Software específico de entrenamiento. Elaboración y adaptación de programas de mejora de la condición física en el ámbito del fitness. Ofimática adaptada. -Conceptos relacionados: sobrecarga progresiva, especificidad, variación, impacto del aumento inicial de fuerza. -Métodos de mejora de la fuerza. Utilización de los recursos de la sala de entrenamiento polivalente. Medidas de adecuación de los medios de entrenamiento a los objetivos y la seguridad de los diferentes perfiles de persona usuarias. Valoración y eliminación de factores de riesgo. -Desarrollo de los grandes grupos musculares, equilibrio entre músculos agonistas y antagonistas, balance postural. -Métodos para la mejora de la flexibilidad y amplitud de movimiento (ADM) utilización de los recursos de la sala de entrenamiento polivalente. -Métodos para la mejora de la capacidad aeróbica. Utilización de los recursos de la sala de entrenamiento polivalente. Programas y niveles en las máquinas de entrenamiento cardiovascular. -Métodos para la mejora de la condición física general. -Ejercicios para la mejora de la capacidad aeróbica, la fuerza y la amplitud de movimiento. Adecuación a los programas de entrenamiento de referencia y a diferentes perfiles de personas usuarias. -Secuencias y rutinas de los ejercicios de resistencia, fuerza y amplitud de movimiento. Combinación de las cargas de	Mejora de la condición física Utilización de nuevas tecnologías

trabajo con los periodos de recuperación de los esfuerzos. -Estrategias de instrucción y de comunicación. -Medidas complementarias en función de las expectativas de diferentes perfiles de personas usuarias de la sala de entrenamiento polivalente. -Evaluación del programa de entrenamiento en sala de entrenamiento polivalente. Actividades y medios de evaluación de programas de entrenamiento en sala de entrenamiento polivalente. Periodicidad de los controles de los niveles de los componentes de la condición física en las personas usuarias. Uso de los datos de condición física en la redefinición de objetivos y en la reorientación de los programas.	
Bloque c) Descripción y demostración de los ejercicios de acondicionamiento físico en sala de entrenamiento polivalente:	
CONTENIDOS	**UNIDADES DE TRABAJO**
-Técnicas de los ejercicios de acondicionamiento físico en sala de entrenamiento polivalente. Agarres y ayudas auxiliares para optimizar la ejecución técnica. Precauciones en la colocación de la carga con respecto a la higiene de la columna vertebral: posiciones de seguridad, elementos y ayudas auxiliares para prevenir daños o lesiones, carga axial. Errores de ejecución. -Otras técnicas de acondicionamiento físico en la sala de entrenamiento polivalente. Precauciones a tener en cuenta y errores de ejecución. -Localización y funciones musculares en las fases del ejercicio; músculos implicados, funciones (agonistas, antagonistas, fijador o sinergista) y tipo de contracción (concéntrica, excéntrica, estática-isométrica). -Adaptaciones en los ejercicios de acondicionamiento físico y en el uso de máquinas y materiales de la sala de entrenamiento polivalente para personas con discapacidad. -Ejecución, ejercicios tipo y variantes. Uso de los materiales y las máquinas y errores y peligros más frecuentes en su utilización. -Colocación de la carga. Realización global de los ejercicios y	Elección de la intensidad según objetivos a conseguir Adaptación del organismo al esfuerzo

analítica de los puntos críticos de la ejecución: Ejercicios de musculación, autocarga, con implementos, máquinas y con peso libre. Ejercicios de estiramiento y movilidad articular, calisténicos, con máquinas y con aparatos. Actividades cíclicas para la mejora cardiovascular con máquinas simples o motorizadas. -Fatiga en las actividades y ejercicios propios de una sala de entrenamiento polivalente: Síntomas y signos de fatiga general y localizada. La sobrecarga muscular por repetición: medidas y acciones de descarga.	
Bloque d) Dirección y dinamización de sesiones de entrenamiento en una sala de entrenamiento polivalente:	
CONTENIDOS	**UNIDADES DE TRABAJO**
-Procedimientos de mantenimiento operativo de las máquinas, los equipos y los materiales de la sala de entrenamiento polivalente. -Componentes del servicio para la captación y la fidelización de las personas usuarias: la imagen personal y el contexto comunicativo. Técnicas específicas para fidelizar a la persona usuaria de una sala de entrenamiento polivalente. -Procedimientos de control del uso de las máquinas y materiales de una sala de entrenamiento polivalente: Estrategias de sensibilización de las personas usuarias frente a factores de riesgo en el uso de las máquinas y de los materiales. Polarización de la atención del técnico hacia los usos potencialmente peligrosos de máquinas y materiales. -Técnicas de intervención para la dinamización de sesiones de acondicionamiento físico en una sala de entrenamiento polivalente: Recursos y métodos para dinamizar la sesión. Estrategias de motivación establecimiento de metas y	Material, equipamiento e instalaciones Coenseñanza Conocimiento de las instalaciones y materiales para evitar lesiones

empatía: refuerzos de la perfección de logros y automotivación, la música en las sesiones de fitness. -Técnicas de comunicación ante distintos perfiles de personas usuarias. Comunicación verbal y no verbal. -Supervisión de la ejecución de los ejercicios de acondicionamiento físico en la sala de entrenamiento polivalente: Control del uso del espacio. Control de los puntos clave de la ejecución de los ejercicios que pueden suponer un peligro para las personas usuarias. Utilización de los refuerzos informativos y de las técnicas para proporcionar el feed back externo. -Demostración como recurso didáctico. Demostración aislada y asociada a la explicación de los ejercicios y a la corrección de la técnica de ejecución.	
Bloque e) Organización y dinamización de eventos en el ámbito del fitness: Planificación de eventos, competiciones y concursos de fitness:	
CONTENIDOS	**UNIDADES DE TRABAJO**
-Eventos en el ámbito del fitness: concursos, competiciones, exhibiciones, celebraciones, actividades y juegos de animación. -Características, objetivos, funciones y momento de aplicación de los distintos tipos de eventos. -Integración del evento en la programación general de la entidad. Análisis del contexto de intervención, adecuación de los distintos tipos de eventos a la edad, expectativas, nivel de condición física y número de participantes de los grupos, entre otros. -Criterios para el diseño de la ficha y del fichero de eventos en el ámbito del fitness. -Acciones promocionales de los eventos de acondicionamiento físico: Objetivos de las acciones promocionales. Impacto de la promoción y valoración económica. Soportes comunes de promoción de eventos. Instrumentos promocionales utilizados en el ámbito del fitness, criterios de	Material, equipamiento e instalaciones Organización de eventos

utilización. Técnicas de ofertas y difusión de eventos. Métodos de control de las acciones promocionales. Métodos de seguimiento y evaluación. -Organización y gestión de recursos: Procedimientos administrativos básicos. Permisos, coordinación con servicios auxiliares. Habilitación de instalaciones y recursos materiales. Espacios y tiempos de las actividades. Previsión y procedimientos de supervisión y control. Circulación de personas y materiales. Previsiones y procedimientos de supervisión y control. -Selección y coordinación de recursos humanos en la organización de eventos en el ámbito del fitness: estrategias y técnicas de selección, estrategias y técnicas de coordinación. -Dinamización de eventos en el ámbito del fitness: Estrategias y actitudes del técnico para animar y motivar en la interacción grupal. Funciones y fases de intervención del dinamizador de eventos en el ámbito del fitness. La presentación de actividades y la conducción de eventos. -Técnicas e instrumentos para la evaluación de proyectos de animación: Metodología, instrumentos y técnicas. Observación y recogida de datos: registros y escalas. Evaluación de la actividad: análisis de datos. -Aplicación de las normas y medidas de seguridad y prevención en el desarrollo de eventos en el ámbito del fitness: control de contingencias, medidas de intervención.	Organización de eventos para poblaciones con necesidades especiales de adapatación

Bloque f) Seguridad y prevención en la sala de entrenamiento polivalente:	
CONTENIDOS	**UNIDADES DE TRABAJO**
-El plan de emergencia: Objetivos del plan de emergencia. Principios de la efectividad del plan. Plan de evacuación: diseño y puesta en práctica (simulacros). Soportes informativos. Coordinación con otros u otras profesionales y servicios. Recursos humanos implicados en el plan de emergencia, instrucción al personal de la instalación, designación de funciones del plan de emergencia entre los profesionales de la sala. Evacuación del plan de emergencia. -Prevención y seguridad: Legislación básica y específica sobre seguridad y prevención en la sala de entrenamiento polivalente. Seguridad de personas, de bienes y de actividades de una sala de entrenamiento polivalente. Criterios de selección de la indumentaria y calzado personal para la realización de las actividades en una sala de entrenamiento polivalente. Normativa de aplicación en materia de seguridad en sala de entrenamiento polivalente. Medidas de prevención de riesgos, en instalaciones deportivas. Medidas específicas de prevención de riesgos en la sala de entrenamiento polivalente. El plan de mantenimiento preventivo, la periodicidad de las revisiones, el inventario técnico, la dotación de seguridad, el diagnóstico de las situaciones anómalas. -Medidas de protección medioambiental y de seguridad y salud laboral.	Material, equipamiento e instalaciones Empresa de servicios deportivos

7.2. DISTRIBUCIÓN TEMPORAL DE LOS CONTENIDOS

El módulo de “Fitness en sala de entrenamiento polivalente” tiene 217 horas totales, distribuidas de la siguiente manera:

Nº UNIDAD DE TRABAJO	TÍTULO DE LA UNIDAD DE TRABAJO	OBSERVACIONES
12	Evaluación	7 SESIONES
11	Valoración de una buena postura de ejecución	4 SESIONES
1	Material, equipamiento e instalaciones	3 SESIONES
4	Planificación del entrenamiento	4 SESIONES
2	Fitness y nuevas tendencias	14 SESIONES
6	Coenseñanza	5 SESIONES
10	Mi ficha de sesión	7 SESIONES
7	Diseño de sesiones con diferentes intereses y características de los usuarios	23 SESIONES
HORAS TOTALES		67

Nº UNIDAD DE TRABAJO	TÍTULO DE LA UNIDAD DE TRABAJO	OBSERVACIONES
12	Evaluación	3 SESIONES
1	Material, equipamiento e instalaciones	3 SESIONES
5	Programación	7 SESIONES
3	Fitness y otras modalidades	14 SESIONES

6	Coenseñanza	10 SESIONES
10	Mi ficha de sesión	10 SESIONES
7	Diseño de sesiones	23 SESIONES
HORAS TOTALES		70

Nº UNIDAD DE TRABAJO	TÍTULO DE LA UNIDAD DE TRABAJO	OBSERVACIONES
12	Evaluación	3 SESIONES
1	Material, equipamiento e instalaciones	3 SESIONES
9	Empresas de Servicios Deportivos	20 SESIONES
6	Coenseñanza	16 SESIONES
10	Mi ficha de sesión	11 SESIONES
8	Organización de eventos	10 SESIONES
HORAS TOTALES		63

Nº UNIDAD DE TRABAJO	TÍTULO DE LA UNIDAD DE TRABAJO	OBSERVACIONES
1	Plan de trabajo individualizado	17 SESIONES (para los que tienen que examinarse en la segunda ordinaria)
	Programación de sesiones de fitness	17 SESIONES (para los que han aprobado en la convocatoria ordinaria)
HORAS TOTALES		17

7.

La evaluación de la formación profesional inicial del sistema educativo tiene como finalidad valorar el aprendizaje del alumnado dirigido a la adquisición de la competencia general del ciclo formativo, sus competencias profesionales, personales y sociales. Para ello se tendrán en cuenta los resultados de aprendizaje y criterios de evaluación especificados en los Reales Decretos que establecen los títulos y sus correspondientes enseñanzas mínimas y los Decretos por los que se establecen los currículos de cada ciclo formativo en la Comunidad Autónoma de Castilla-La Mancha.

Con el fin de garantizar el derecho del alumnado a que su rendimiento sea evaluado conforme a criterios objetivos, la Dirección de los centros deberá establecer el procedimiento para informar al alumnado, al comienzo del curso académico, sobre los criterios de evaluación que vayan a ser aplicados para evidenciar la adquisición de los aprendizajes establecidos en el currículo. De este modo, el profesor que imparte el módulo de “Fitness en sala de entrenamiento polivalente” informará de los resultados de aprendizaje, los criterios de evaluación, los procedimientos y los instrumentos de evaluación que se utilizarán a lo largo del curso. Esto también se publicará en la página web del centro dentro del Departamento de Educación Física.

La **evaluación** del proceso de aprendizaje del alumnado del módulo formativo “Fitness en sala de entrenamiento polivalente” según el Currículo oficial y las Órdenes de Evaluación vigentes será **continua**, **formativa y diferenciada** de la del resto de los módulos. Además, se realizará a lo largo de todo el proceso formativo del alumno.

La evaluación **continua** implica un seguimiento permanente por parte del profesorado, con la aplicación de diferentes procedimientos de evaluación en el proceso de aprendizaje. Este tipo de evaluación exige al alumnado el seguimiento regular de las actividades programadas para los distintos módulos que integran el ciclo formativo.

Por esto, la **asistencia será obligatoria**. Una asistencia inferior al ochenta por ciento de las horas de duración del módulo profesional supondrá la pérdida del derecho a la evaluación continua. Las faltas de asistencia debidamente justificadas no serán computables.

De este modo, los alumnos que hayan perdido el derecho a la evaluación continua tendrán derecho a la realización de una prueba objetiva. Dicha prueba tendrá como objeto comprobar el grado de adquisición de los resultados de aprendizaje establecidos para el módulo y en base a ella se realizará la calificación del alumno en la primera sesión de evaluación ordinaria.

De todas formas, el alumnado que haya perdido el derecho a la evaluación continua o aun no habiéndolo perdido, por justificarlas faltas adecuadamente, no haya asistido a más del ochenta por ciento de las horas de duración de cada módulo, no podrá realizar aquellas actividades prácticas o pruebas objetivas que, a juicio del equipo docente, impliquen algún tipo de riesgo para sí mismos, para el resto del grupo, o para las instalaciones del centro.

8.1. RESULTADOS DE APRENDIZAJE

La evaluación se realizará tomando como referencia los **objetivos**, expresados en **resultados de aprendizaje**, y los **criterios de evaluación** de cada uno de los módulos profesionales, así como los objetivos generales del ciclo formativo o curso de especialización.

Los resultados de aprendizaje del módulo formativo “Fitness en sala de entrenamiento polivalente” se reflejan en el Anexo I tanto en Excel como en pdf.

8.2. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

La evaluación del alumno se realizará mediante el análisis de los resultados de aprendizaje y a través de los criterios de evaluación que establece la normativa vigente.

Anexo a esta programación se adjunta una tabla de Excel para establecer la relación entre los resultados de aprendizaje, los criterios de evaluación con su ponderación, los instrumentos de evaluación utilizados y las unidades de trabajo en las que se va a evaluar(Anexo I).

8.3. ESTRATEGIASE INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN

Los procedimientos de evaluación deben ser coherentes y atender a criterios de **objetividad** (ausencia de sesgos en las evidencias recogidas), **fiabilidad** (los resultados obtenidos son fiables) y **validez** (se recogen evidencias de lo que se propone medir).

Los resultados de aprendizaje serán siempre el referente de los procedimientos de evaluación por lo que éstos tendrán en cuenta sus especificaciones en los criterios de evaluación.

En nuestra **práctica docente** se emplearán diferentes procedimientos de evaluación con el fin de lograr la integración de todas las competencias profesionales, personales y sociales en un marco de evaluación coherente. Entre ellos podrán utilizarse los siguientes:

- *La observación sistemática del trabajo de los alumnos.*
- *Las pruebas orales y escritas.*
- *El portfolio.*
- *Los protocolos de registro.*
- *Los trabajos de clase.*

También el **alumnado** será partícipe de su propio proceso de evaluación. *Para ello, con el fin de favorecer el aprendizaje desde la reflexión y valoración del alumnado sobre sus propias dificultades y fortalezas, sobre la participación de los compañeros en las actividades de tipo colaborativo y desde la colaboración con el profesorado en la regulación del proceso de enseñanza- aprendizaje, l*os **procedimientos de evaluación** *incorporarán estrategias que permitan la participación del alumnado en la evaluación de sus logros:*

- ***La autoevaluación****. Valoración autónoma, reflexiva y sistemática de su aprendizaje por parte del alumno.* Para esto el alumnado rellenará una planilla de autoevaluación con algunos criterios de evaluación que se hayan tratado ese trimestre.

- ***La evaluación entre iguales****. Valoración reflexiva y autónoma del aprendizaje del alumno realizada por un compañero.* Esta se realizará en la dirección de sesiones a través de una escala de observación que cumplimentarán algunos compañeros del grupo.

  Por otro lado, cada alumno valorará ciertos aprendizajes de un compañero a través de escalas de observación (técnicas de salvamento acuático, ejecución de ejercicios, etc.).

- ***La coevaluación****. Valoración reflexiva y sistemática conjunta del aprendizaje realizado entre el alumno y el profesor.* Esta estará relacionada con la autoevaluación y mediante una entrevista se compararán los datos de la autoevaluación con la realizada por el profesor.

Los anteriores procedimientos requieren la utilización de diversos **instrumentos de evaluación**, con el fin de conocer de forma real y objetiva lo que el alumno ha desarrollado su competencia profesional, personal y social.

Algunos de los instrumentos aplicables al proceso de evaluación del aprendizaje son los siguientes:

1. **TÉCNICAS DE OBSERVACIÓN**. Utilizadas en situaciones espontáneas de aula y permiten evaluar procedimientos y actitudes.

   a) Registro anecdótico.

   b) Listas de control.

   c) Escalas de observación.

   d) Diario de clase

2. **REVISIÓN DE TAREAS**. Fundamentalmente utilizadas para evaluar procedimientos.

   a) Análisis de tareas de clase (instrumento de registro de datos del alumno).

   b) Análisis de producciones (actividades, tareas, trabajos, etc.).

3. **PRUEBAS ESPECÍFICAS**. Apropiadas para evaluar conceptos y procedimientos. Existe una gran variedad de ellas por lo que conviene utilizar las más adecuadas a las capacidades del alumnado. Las pruebas o exámenes (escritas u orales) propuestos tendrán en cuenta en todo caso los criterios de evaluación, que incluyen o a los que hacen referencia, para asignarles un nivel de logro de 1 a 5.

   a) **Pruebas de composición, desarrollo y supuestos prácticos**. Se plantean para que el alumnado seleccione, organice y exprese ideas esenciales de los temas aprendidos y los sepa aplicar con todos sus conocimientos. Permiten evaluar diversas competencias al recoger la capacidad comprensiva y expresiva, el grado de conocimiento de los contenidos, la capacidad reflexiva, etc.

   b) **Pruebas objetivas**. Breves en su enunciado y en las repuesta demandada mediante distintos tipos de cuestiones:

      - De respuesta corta.
      - De texto incompleto.
      - De emparejamiento.
      - De opción múltiple.
      - De verdadero o falso.

4. **ENTREVISTAS**. Proporcionan información personalizada difícilmente obtenible con otros instrumentos. Los cuestionarios deben usarse de forma complementaria a otros instrumentos.

5. **AUTOEVALUACIÓN**. Permite al alumnado reflexionar sobre su propio proceso de aprendizaje.

6. **EVALUACIÓN ENTRE IGUALES**. Se valora el desempeño de un alumno a través de su propio compañero. Permite al alumnado comprender los mecanismos de la evaluación, sus fines y sus dificultades y le hace partícipe del proceso evaluador. Facilita la reflexión personal y el juicio crítico del trabajo de sus compañeros.

Estos instrumentos de evaluación se concretan en la hoja de Excel adjunta para cada unidad de trabajo y criterio de evaluación.

8.4. CRITERIOS DE CALIFICACIÓN

Los criterios de calificación, por tanto, sólo forman parte del proceso de evaluación y, por ende, de enseñanza-aprendizaje en cuanto que sirven para proporcionar una información estandarizada que es relevante para el profesor y para el alumno puesto que informa objetivamente sobre el avance del proceso de aprendizaje, en coherencia con el carácter continuo y formativo del modelo de evaluación establecido en el currículo. Por ello, permiten al profesorado informar de **forma directa** cuáles son las circunstancias que determinan el resultado de la calificación.

Las calificaciones parciales, finales o extraordinarias obtenidas en el módulo profesional de "Fitness en sala de entrenamiento polivalente" se expresarán en valores numéricos de 1 a 10, sin decimales. Se considerarán con evaluación positiva las puntuaciones iguales o superiores a 5 y negativa las restantes.

Categorización de los criterios de evaluación. Desde el departamento de Educación Física hemos optado por dividir los criterios de evaluación de los diferentes módulos en dos grupos:

- **CRITERIOS DE EVALUACIÓN BÁSICOS:** Son los aprendizajes mínimos que debe demostrar el alumnado para alcanzar un nivel de logro mínimo en cada uno de los resultados de aprendizaje.

- **CRITERIOS DE EVALUACIÓN AVANZADOS:** Los aprendizajes reflejados en estos criterios complementan a los anteriores y posibilitan que el alumnado alcance un desarrollo pleno en las competencias profesionales, personales y sociales del ciclo formativo.

De este modo, la ponderación de los diferentes grupos de estándares quedará de la siguiente manera:

- **CRITERIOS DE EVALUACIÓN BÁSICOS:** 80% (8 puntos de 10).

- **CRITERIOS DE EVALUACIÓN AVANZADOS:** 20% (2 puntos de 10).

Cada trimestre se calculará la calificación curricular, en función del nivel de logro alcanzado en cada uno de los criterios de evaluación, teniendo en cuenta que se utilizan por defecto rúbricas con 5 niveles de logro:

Consecución del nivel de	**NO CONSEGUIDO**	**NO CONSEGUIDO**	**CONSEGUIDO**	**CONSEGUIDO**	**CONSEGUIDO**

logro					
Nivel de logro	NIVEL 1	NIVEL 2	NIVEL 3	NIVEL 4	NIVEL 5
Valor asignado	0	1	2	3	4

La SUFICIENCIA del módulo de “Habilidades Sociales” se consigue siempre y cuando el alumno alcance un nivel mínimo de 3 en cada uno de los criterios de evaluación básicos. Esta **condición es necesaria** para poder considerar que se ha aprobado el módulo de “Fitness en sala de entrenamiento polivalente”.

Por lo tanto, la SUFICIENCIA la tenemos en 3 niveles posibles de consecución del aprendizaje establecido en los criterios de evaluación básicos (3, 4 o 5). De esta forma, si el alumno obtuviese un nivel de logro mínimo para la SUFICIENCIA, es decir de 3, el alumno obtendría una **calificación curricular de 5.**

Por lo tanto, l**a CALIFICACIÓN CURRICULAR TOTAL** será la suma de las calificaciones ponderadas obtenidas en cada bloque.

CALIFICACIÓN TOTAL= nota curricular de BÁSICOS + nota curricular de AVANZADOS

EJEMPLO PRÁCTICO

CRITERIOS DE EVALUACIÓN BÁSICOS: 80% (8 puntos de 10). 28 básicos.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN AVANZADOS: 20% (2 puntos de 10). 19 avanzados.

1º) En el bloque de criterios de evaluación básicos:

Se obtiene un nivel de logro 3 en cada uno de los criterios de evaluación (2 de valor normalizado)

Calificación básicos= ∑niveles de logro normalizados por el alumno / nº de estándares calificados.

Calificación básicos= 56/28= 2.

Ponderación del 80%= 8xcalificación/4= (8x2)/4 = 4

2º) En el bloque de estándares avanzados:

Calificación avanzados= ∑niveles de logro normalizados por el alumno / nº de estándares calificados.

Calificación avanzados= 38/19= 2

Ponderación del 20%= 2xcalificación/4= (2x2)/4 = 1

CALIFICACIÓN TOTAL= calificación BÁSICOS + calificación AVANZADOS

CALIFICACIÓN TOTAL= 4 + 1 = 5

De este modo se pueden dar varias situaciones en las diferentes convocatorias que debemos solucionar de la siguiente manera:

1. En las convocatorias parciales y en la 1ª y 2ª convocatoria ordinaria:

a. Alumnado que **no supera algún criterio de evaluación básico** y su nota media curricular es inferior a 4: No supera el módulo y su nota curricular será la nota media aritmética de todos los criterios de evaluación siempre que sea inferior a 4.

b. Alumnado que **no supera algún criterio de evaluación básico** y su nota media curricular es superior a 4: No supera el módulo y su nota curricular será de 4.

c. Alumnado que **supera todos los criterios de evaluación básicos** pero su nota media curricular es inferior a 5: Se le asignará una calificación curricular de 5 y superará el módulo.

d. Alumnado que **supera todos los criterios de evaluación básicos** y su nota media curricular es de 5 o más: Se le calcula la media aritmética con la nota obtenida en cada criterio de evaluación (básicos y avanzados) y se le mantendrá el resultado obtenido.

2. En la 3ª y 4ª convocatoria ordinaria y en la 1ª y 2ª extraordinaria las pruebas de evaluación solo tendrán en cuenta los criterios de evaluación básicos por lo que la nota curricular será la media aritmética de las notas obtenidas para los diferentes criterios. De este modo con una nota curricular igual a 5 o superior se supera el módulo.

Una **asistencia inferior al ochenta por ciento** de las horas de duración de cada módulo profesional supondrá la pérdida del derecho a la evaluación continua. Las faltas de asistencia debidamente justificadas no serán computables.

El alumnado que haya perdido el derecho a la evaluación continua o aun no habiéndolo perdido, por justificarlas faltas adecuadamente, **no haya asistido a más del ochenta por ciento** de las horas de duración de cada módulo, **no podrá realizar aquellas actividades prácticas o pruebas objetivas** que, a juicio del **equipo docente**, impliquen algún tipo de **riesgo** para sí mismos, para el resto del grupo, o para las instalaciones del centro.

Se le realizarán pruebas en las que pueda demostrar la adquisición de todos los aprendizajes establecidos en los criterios de evaluación.

De este modo se le calculará la nota curricular de la siguiente manera:

Criterios de calificación = 80% criterios de evaluación básicos + 20% criterios de evaluación avanzados.

Esto se aplicará con las siguientes condiciones:

a. **No supera algún criterio de evaluación básico** y su nota media curricular es inferior a 4: No supera el módulo y su nota curricular será la nota media aritmética de todos los criterios de evaluación siempre que sea inferior a 4.

b. **No supera algún criterio de evaluación básico** y su nota media curricular es superior a 4: No supera el módulo y su nota curricular será de 4.

c. **Supera todos los criterios de evaluación básicos** pero su nota media curricular es inferior a 5: Se le asignará una calificación curricular de 5 y superará el módulo.

d. **Supera todos los criterios de evaluación básicos** y su nota media curricular es de 5 o más: Se le calcula la media aritmética con la nota obtenida en cada criterio de evaluación (básicos y avanzados) y se le mantendrá el resultado obtenido.

La recuperación del Módulo debe entenderse como una forma de adaptar el proceso de enseñanza al desarrollo de aprendizaje tras una valoración negativa de los logros del mismo realizada en varios momentos del proceso educativo con la periodicidad prescrita por el Currículo oficial.

Se utilizarán procedimientos e instrumentos de evaluación ajustados a las circunstancias particulares e individuales del aprendizaje, siendo el programa de refuerzo educativo la herramienta fundamental para ello.

10.1. RECUPERACIÓN DE CONVOCATORIAS PARCIALES, PRIMERA Y SEGUNDA ORDINARIA

En este apartado, nos centraremos en los procedimientos de recuperación establecidos en los planes de trabajo individualizados para la recuperación del Módulo de “Fitness en sala de entrenamiento polivalente”, para aquellos alumnos que no hayan obtenido calificación positiva en las diferentes evaluaciones tratadas en este apartado.

<u>Para alumnos/as convocatorias no superadas:</u>

Aquellos alumnos que no hayan obtenido una calificación positiva en alguna de las convocatorias de este apartado, podrán recuperar la misma siempre y cuando realicen las diferentes actividades de recuperación y alcancen un nivel de logro 3 (valor 2) en cada criterio de evaluación básico que no superó:

LAS ACTIVIDADES DE RECUPERACIÓN irán encaminadas a recuperar los **criterios de evaluación básicos** no superados en convocatorias anteriores, manteniéndose la nota obtenida en el resto de criterios de evaluación. De este modo las actividades de recuperación serán las siguientes:

- Seguir un plan de trabajo físico, deportivo o psicomotriz, que le posibilite alcanzar los criterios de evaluación básicos no superados.
- Realizar actividades y trabajos sobre los contenidos tratados en la evaluación anterior.

Asimismo, LOS PROCEDIMIENTOS E INSTRUMENTOS DE RECUPERACIÓN serán:

- Superar los distintos test físicos, psicomotrices o de habilidades específicas realizados en la evaluación anterior. Para ello se utilizarán escalas de verificación y/o de observación.
- Entregar un trabajo o los trabajos solicitados debiendo obtener una calificación positiva en los criterios de evaluación básicos que se traten en él.
- Aprobar los supuestos prácticos y/o el examen teórico sobre los contenidos de los criterios de evaluación básicos no alcanzados.

Al alumnado que tenga que presentarse a alguna de las siguientes convocatorias:

• Tercera ordinaria.

• Cuarta ordinaria.

• Primera Extraordinaria.

• Segunda Extraordinaria.

Se le realizarán pruebas en las que pueda demostrar la adquisición de todos los aprendizajes establecidos en los criterios de evaluación.

Para preparar estas pruebas deberán realizar las diferentes actividades de recuperación:

-Seguir un plan de trabajo físico, deportivo o psicomotriz, que le posibilite alcanzar los diferentes criterios de evaluación.

-Realizar actividades y trabajos sobre los contenidos relacionados con los diferentes criterios de evaluación.

Asimismo, LOS PROCEDIMIENTOS E INSTRUMENTOS DE RECUPERACIÓN serán:

-Entregar un trabajo o los trabajos solicitados.

-Aprobar los supuestos prácticos y/o el examen teórico sobre los contenidos relacionados con diferentes criterios de evaluación.

De este modo se le calculará la nota curricular de la siguiente manera:

Criterios de calificación = 80% criterios de evaluación básicos + 20% criterios de evaluación avanzados.

Esto se aplicará con las siguientes condiciones:

a. **No supera algún criterio de evaluación básico** y su nota media curricular es inferior a 4: No supera el módulo y su nota curricular será la nota media aritmética de todos los criterios de evaluación siempre que sea inferior a 4.

b. **No supera algún criterio de evaluación básico** y su nota media curricular es superior a 4: No supera el módulo y su nota curricular será de 4.

c. **Supera todos los criterios de evaluación básicos** pero su nota media curricular es inferior a 5: Se le asignará una calificación curricular de 5 y superará el módulo.

d. **Supera todos los criterios de evaluación básicos** y su nota media curricular es de 5 o más: Se le calcula la media aritmética con la nota obtenida en cada criterio de evaluación (básico y avanzado) y se le mantendrá el resultado obtenido.

Se realizarán las adaptaciones necesarias en los medios y procedimientos de evaluación para el alumnado con necesidades específicas de apoyo educativo, con el fin de garantizar su accesibilidad a las pruebas y que sea evaluado con los medios apropiados a sus posibilidades y características. En todo caso, en el proceso de evaluación se comprobará que el alumnado ha conseguido los criterios de evaluación básicos establecidos para el Módulo Formativo de “Fitness en sala de entrenamiento polivalente”.

Para evaluar la propia práctica docente se establecerán unos indicadores de logro y se realizará un análisis y reflexión sobre los resultados académicos obtenidos por el alumnado matriculado en el presente módulo.

De este modo, se realizará una autoevaluación trimestral del profesorado y una coevaluación anual entre los docentes del Departamento.

La autoevaluación tratará los siguientes indicadores de logro:

a) Análisis y reflexión de los resultados en este módulo.
b) Adecuación de los materiales y recursos didácticos.
c) Distribución de espacios y tiempos.
d) Métodos didácticos y pedagógicos utilizados.
e) Adecuación de los estándares de aprendizaje evaluables.
f) Estrategias e instrumentos de evaluación empleados.

Todos los trimestres se realizarán el **análisis y la reflexión de los resultados escolares** en el módulo de formación profesional de “Habilidades Sociales”. Esto se entregará a Jefatura de Estudios.

Por otro lado, para realizar la **autoevaluación docente** se establecen los siguientes niveles de logro:

1= Nada, 2 = Poco, 3=Bastante, 4= Mucho

Para realizar esta autoevaluación se cumplimentará la siguiente planilla:

CUESTIONES	Valoración		
A.- Programación	1ª ev	2ª ev	final
Doy a conocer a principio de curso una síntesis de la programación.			
Desarrollo la programación siguiendo una planificación.			
Los contenidos programados me han permitido desarrollar las competencias profesionales, personales y sociales.			
B.- Metodología, materiales, recursos, espacios y tiempos			
Utilizo nuevos recursos tecnológicos y audiovisuales.			
Uso artículos y/o materiales de elaboración propia.			

Utilizo formas de presentación diversas: orales, escritas, visuales,…			
Utilizo el refuerzo positivo como método motivador.			
La metodología que utilizo fomenta los aprendizajes cooperativos.			
Utilizo recursos variados y suficientes para atender la diversidad del alumnado.			
La distribución de las tareas en el tiempo de clase es la más adecuada.			
Rentabilizamos el uso de espacios de los que disponemos.			
C. – Evaluación			
Las pruebas se ajustan a lo trabajado en clase.			
Utilizo diferentes instrumentos de evaluación.			
El alumnado ha utilizado la autoevaluación y la evaluación entre iguales.			
Las estrategias y los instrumentos de evaluación me permiten valorar si el alumnado ha alcanzado los resultados de aprendizaje.			
La corrección de actividades, pruebas y exámenes permite a los alumnos obtener información sobre su proceso de aprendizaje.			
Los criterios de calificación me permiten valorar todos los aspectos del aprendizaje del alumnado.			
Los profesores que impartimos clase al mismo nivel hemos homogeneizado criterios y contenidos comunes o necesarios en diferentes módulos.			
He permitido que me evalúe el alumnado.			

La evaluación entre el profesorado se realizará con los indicadores de logro que exponemos a continuación cumplimentando el siguiente cuestionario:

1= Nada, 2 = Poco, 3=Bastante, 4= Mucho

1. Elaboración de la Programación didáctica

1. Adapta los objetivos a las características del alumnado, a las competencias profesionales, personales y sociales que debe alcanzar y al entorno del centro docente	
ACTUACIONES	VALORACIÓN

2. Distribuye adecuadamente los contenidos mediante secuencias a lo largo del curso	
ACTUACIONES	VALORACIÓN

3. Prevé el tratamiento de contenidos acordes con el PE, relacionados con la salud, convivencia, interculturalidad, cuidado del medio ambiente…	
ACTUACIONES	VALORACIÓN

4. Establece los criterios de evaluación y calificación coherentes con los resultados de aprendizaje y contenidos previstos	
ACTUACIONES	VALORACIÓN

5. Define aspectos básicos de la metodología para orientar el trabajo en el aula	
ACTUACIONES	VALORACIÓN

6. Diseña estrategias para dar una respuesta adecuada a la diversidad	
ACTUACIONES	VALORACIÓN

2. Desarrollo del proceso de enseñanza-aprendizaje

1. El docente hace una presentación del tema para motivar al alumnado hacia el estudio de los contenidos propuestos y utiliza estrategias para descubrir sus conocimientos previos.	
ACTUACIONES	VALORACIÓN

2. Utiliza un discurso en el aula para desarrollar el proceso de enseñanza y aprendizaje que estimula y mantiene el interés del alumnado hacia el tema objeto de estudio	
ACTUACIONES	VALORACIÓN

3. El alumno participa en las actividades que se realizan en el aula, aportando sus opiniones, formulando preguntas…	
ACTUACIONES	VALORACIÓN

4. El alumnado utiliza procedimientos para buscar y analizar la información	
ACTUACIONES	VALORACIÓN

5. El alumnado utiliza procedimientos para revisar y consolidar lo aprendido, y lo contrasta con los demás	
ACTUACIONES	VALORACIÓN

6. El alumnado realiza actividades de recuperación y refuerzo, de enriquecimiento y ampliación	
ACTUACIONES	VALORACIÓN

7. El alumnado trabaja en agrupamientos diversos para acometer actividades de distintos tipos: trabajo individual, en grupo, cooperativo, de investigación…	
ACTUACIONES	VALORACIÓN

8. El alumnado utiliza además del libro de texto, otros materiales didácticos para sus aprendizajes (libros de consulta, prensa, TIC…)	
ACTUACIONES	VALORACIÓN

3. La evaluación del alumnado

1. Realiza la evaluación inicial para obtener información sobre los conocimientos, destrezas y actitudes del alumnado, la evaluación del progreso de los aprendizajes a lo largo de la unidad de trabajo y la evaluación final de los mismos	
ACTUACIONES	VALORACIÓN

2. Utiliza instrumentos variados para evaluar los distintos aprendizajes, coherentes con los criterios de evaluación definidos en la programación y con los resultados de aprendizaje	
ACTUACIONES	VALORACIÓN

3. Registra las observaciones realizadas en las distintas etapas del proceso de evaluación (corrección de trabajos, resultados de pruebas, dificultades y logros del alumnado, actitudes ante el aprendizaje…)	
ACTUACIONES	VALORACIÓN

4. Favorece el desarrollo de estrategias de autoevaluación, coevaluación y evaluación entre iguales en el alumnado para analizar sus propios aprendizajes	
ACTUACIONES	VALORACIÓN

4. Evaluación del proceso de enseñanza

1. Evalúa y registra el seguimiento de su propia actuación en el desarrollo de las clases (diario de clase, cuaderno de notas o registro de observación…)	
ACTUACIONES	VALORACIÓN
2. Realiza una coevaluación y evaluación entre iguales de su propia actuación como docente	
ACTUACIONES	VALORACIÓN

Conforme se han establecido los criterios de calificación en este módulo si el alumno alcanza una nota curricular de 5 en los criterios de evaluación básicos se demuestra que ha alcanzado el resultado de aprendizaje relacionado con esos criterios.

Esto ocurre porque los criterios de evaluación básicos de un resultado de aprendizaje son más y se ponderan con un porcentaje mayor que los avanzados, siendo condición necesaria la superación de todos los básicos para poder aprobar el módulo.

La metodología didáctica desarrollada por el profesorado del Módulo de “Fitness en sala de entrenamiento polivalente” de este centro asume dos aspectos reflejados en los principios educativos del Proyecto Educativo del centro:

- Incorporar las **tareas** como elementos claves del proceso de enseñanza-aprendizaje, entendidas éstas como un *conjunto de actividades, ejercicios o trabajos propuestos por el profesor y que realiza el alumno en su proceso de aprendizaje y que el profesor orienta y guía*.

- Integrar el **currículo no formal**, aproximando las tareas formativas y el proceso de aprendizaje a las prácticas sociales y a los intereses del entorno del centro, desarrollando y aprovechando las competencias profesionales del alumnado para cubrir algunas necesidades físico-deportivas del resto del alumnado y de los diferentes sectores de la comunidad educativa (familias, profesorado, etc.).

14.1. ORIENTACIONES PARA EL DESARROLLO DE ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS

*Todo proceso de enseñanza-aprendizaje debe partir de una **planificación rigurosa** de lo que se pretende conseguir, teniendo claro cuáles son los objetivos o metas, qué recursos son necesarios, qué métodos didácticos son los más adecuados y cómo se evalúa el aprendizaje y se retroalimenta el proceso.*

*Los métodos didácticos han de elegirse en función de lo que se sabe que es **óptimo** para alcanzar las metas propuestas y en función de los **condicionantes** en los que tiene lugar la enseñanza.*

*La naturaleza del módulo, las condiciones socioculturales, la disponibilidad de recursos y las características de los alumnos y alumnas condicionan el proceso de enseñanza-aprendizaje, por lo que será necesario que el método seguido por el profesor se ajuste a estos **condicionantes** con el fin de propiciar competencias profesionales, sociales y personales en el alumnado.*

*Los métodos deben partir de la perspectiva del docente como orientador, promotor y facilitador del **desarrollo competencial** en el alumnado; además, deben enfocarse a la realización de **tareas o situaciones-problema**, planteadas con un objetivo concreto, que el alumnado debe resolver haciendo un uso adecuado de los distintos tipos de conocimientos, destrezas, actitudes y valores; asimismo, deben tener en cuenta la **atención a la diversidad** y el respeto por los distintos ritmos y estilos de aprendizaje mediante prácticas de trabajo individual y cooperativo.*

En el actual proceso de inclusión de las competencias como elemento esencial del currículo, es preciso señalar que cualquiera de las metodologías seleccionadas por los docentes para favorecer el desarrollo competencial de los alumnos y alumnas debe ajustarse al nivel competencial inicial de estos. Además, es necesario ***secuenciar*** *la enseñanza de tal modo que se parta de aprendizajes más simples para avanzar gradualmente hacia otros más complejos.*

Uno de los elementos clave en la enseñanza es despertar y mantener la ***motivación*** *hacia el aprendizaje en el alumnado, lo que implica un nuevo planteamiento del papel del alumno,* ***activo y autónomo****, consciente de ser el responsable de su aprendizaje.*

Los métodos docentes deberán favorecer la motivación por aprender en los alumnos y alumnas y, a tal fin, los profesores han de ser capaces de generar en ellos la ***curiosidad*** *y la* ***necesidad*** *por adquirir los conocimientos, las destrezas y las actitudes y valores presentes en las competencias. Asimismo, con el propósito de mantener la motivación por aprender es necesario que los profesores procuren todo tipo de* ***ayudas*** *para que los estudiantes comprendan lo que aprenden, sepan para qué lo aprenden y sean capaces de usar lo aprendido en distintos contextos dentro y fuera del aula.*

Para potenciar la motivación por el aprendizaje se requieren, además, ***metodologías activas y contextualizadas.*** *Aquellas que faciliten la* ***participación*** *e* ***implicación*** *del alumnado y la adquisición y uso de conocimientos en situaciones reales, serán las que generen aprendizajes más transferibles y duraderos.*

Las metodologías activas han de apoyarse en ***estructuras de aprendizaje cooperativo****, de forma que, a través de la resolución conjunta de las tareas, los miembros del grupo conozcan las estrategias utilizadas por sus compañeros y puedan aplicarlas a situaciones similares.*

Para un proceso de enseñanza-aprendizaje competencial las ***estrategias interactivas*** *son las más adecuadas, al permitir compartir y construir el conocimiento y dinamizar la sesión de clase mediante el intercambio verbal y colectivo de ideas. Las metodologías que contextualizan el aprendizaje y favorecen la participación activa, la experimentación y un aprendizaje funcional que va a facilitar el desarrollo de las competencias, así como la motivación de los alumnos y alumnas al contribuir decisivamente a la transferibilidad de los aprendizajes son, entre otros:*

- *El aprendizaje por proyectos.*
- *Los centros de interés.*
- *El estudio de casos.*
- *El aprendizaje basado en problemas.*

Esta metodología pretende ayudar al alumnado a organizar su pensamiento favoreciendo en ellos la reflexión, la crítica, la elaboración de hipótesis y la tarea investigadora a través de un proceso en el que cada uno asume la responsabilidad de su aprendizaje, aplicando sus

conocimientos y habilidades a proyectos reales. Se favorece, por tanto, un aprendizaje orientado a la acción en el que se integran un conjunto amplio de conocimientos, habilidades o destrezas y actitudes personales.

Asimismo, resulta recomendable el uso del ***portfolio****, que aporta información extensa sobre el aprendizaje del alumnado, refuerza la evaluación continua y permite compartir resultados de aprendizaje. El portfolio es una herramienta motivadora para el alumnado que potencia su autonomía y desarrolla su pensamiento crítico y reflexivo.*

La ***selección y uso de materiales y recursos didácticos*** *constituye un aspecto esencial de la metodología. El profesorado debe implicarse en la elaboración y diseño de diferentes tipos de materiales, adaptados a los distintos niveles y a los diferentes estilos y ritmos de aprendizaje de los alumnos y alumnas, con el objeto de atender a la diversidad en el aula y personalizar los procesos de construcción de los aprendizajes. Se debe potenciar el uso de una variedad de materiales y recursos, considerando especialmente la integración de las Tecnologías de la Información y la Comunicación, en el proceso de enseñanza-aprendizaje, ya que permiten el acceso a recursos virtuales.*

Finalmente, es necesaria una adecuada ***coordinación*** *entre los docentes sobre las* ***estrategias metodológicas y didácticas que se utilicen****. Los equipos educativos deben plantearse una reflexión común y compartida sobre la eficacia de las diferentes propuestas metodológicas con criterios comunes y consensuados. Esta coordinación y la existencia de estrategias conexionadas permiten abordar con rigor el tratamiento integrado de las competencias y progresar hacia una construcción colaborativa del conocimiento.*

Las características y los conocimientos previos del alumnado y las peculiaridades del módulo y de los contenidos tratados en cada caso, son elementos que deberán ser tenidos en cuenta a la hora de aplicar la amplia variedad de recursos metodológicos presentes en la Educación Física. Esta aplicación no será nunca producto de la improvisación, sino que supondrá el resultado de un proceso de reflexión en el que se tendrá en cuenta la correspondencia entre las distintas fases del aprendizaje y la evolución del alumnado.

La diversidad de situaciones de aprendizaje presentes en este módulo profesional no recomienda la utilización de una sola metodología, de tal forma que la adecuada combinación de las mismas es la que propiciará los mejores resultados. Es por esto que el docente deberá contar con un amplio repertorio de recursos didácticos que den respuesta a las distintas situaciones planteadas en cada caso.

Partiendo del hecho de que el verdadero protagonismo lo tiene el alumnado y su proceso de aprendizaje, se priorizarán aquellos planteamientos metodológicos en los que el discente asuma un papel activo y que promuevan su participación en el proceso pedagógico, así como los que le impliquen cognitivamente y estimulen en el mismo procesos de búsqueda y de resolución de problemas, lo que generará aprendizajes de mayor calidad y mantenidos en el tiempo. En este sentido, aparte de continuar con las metodologías que hasta ahora se han venido utilizando, sería adecuado contemplar la incorporación de propuestas metodológicas que aportarán nuevos planteamientos en el desarrollo de los aprendizajes, consiguiendo en muchos casos altas dosis

de motivación por parte de los alumnos y las alumnas. Es el caso de la enseñanza comprensiva, el modelo de educación deportiva o el aprendizaje cooperativo, entre otros.

En este contexto los aprendizajes serán significativos y funcionales, de manera que el alumnado encuentre sentido y aplicación a lo que aprende. Se fomentarán además actitudes de reflexión y análisis sobre el propio proceso de adquisición de los distintos conocimientos y destrezas, lo que posibilitará la adquisición de una progresiva autonomía que, llegado el momento, hará posible el desarrollo de las competencias de este ciclo formativo.

En este mismo sentido, el planteamiento de contenidos se realizará teniendo en cuenta los intereses del alumnado, presentando los mismos de forma atractiva y utilizando los recursos de comunicación apropiados que hagan que los alumnos y alumnas se sientan motivados a adquirirlos.

Las actividades propuestas en clase y sus grados de complejidad tendrán la suficiente variedad como para atender a los distintos ritmos de aprendizaje presentes en el aula y tendrán como punto de partida el nivel de desarrollo de los alumnos, buscando, además, que contribuyan a la mejora de las competencias.

Aunque algunos de los aprendizajes deberán tener una fundamentación teórica, los contenidos de este módulo tienen un carácter eminentemente práctico, por lo que se intentará que el tiempo de práctica sea el mayor posible, utilizando los recursos didácticos que favorezcan este hecho y gestionando la organización de materiales e instalaciones, de forma que el proceso se vea optimizado.

Aprovechando el que algunos de los contenidos del modulo de “Fitness en sala de entrenamiento polivalente” guarda una estrecha relación con los que se trabajan en el resto de módulos del presente ciclo formativo, se plantearán propuestas conjuntas de adquisición de aprendizajes favoreciendo de esta forma la interdisciplinariedad.

Las formas de organización de la clase y del grupo serán variadas y flexibles en función de las circunstancias de aprendizaje, aunque se concederá especial importancia a las situaciones que favorezcan los factores de participación y socialización, promoviendo además aprendizajes de tipo cooperativo.

Las características de las actividades físicas en grupo, proporcionan un entorno propicio para el desarrollo de competencias personales y sociales. El profesor tratará de que estos principios de actuación estén muy presentes en el desarrollo de las distintas actividades y en su práctica docente, debiendo tener muy en cuenta que su comportamiento es uno de los principales elementos en la transmisión de valores a los alumnos. En este sentido, se prestará especial atención en erradicar cualquier tipo de estereotipo o prejuicio, fomentando la aceptación y la participación de todos y todas, independientemente de sus características, contribuyendo así de forma clara a la consecución de los elementos transversales.

En cuanto a la evaluación, estará presente en todo el proceso de enseñanza-aprendizaje y será de carácter formativo y, aunque cumplirá su función de verificación de los logros obtenidos, también orientará el aprendizaje del alumnado potenciando los éxitos, valorando el esfuerzo además de los resultados y corrigiendo los aspectos que deban ser mejorados, no utilizándose nunca como un elemento sancionador. Se tratará de conseguir que sea un proceso en el que el alumno tome parte activa, a través de experiencias de autoevaluación y de situaciones de reflexión crítica sobre sus desempeños.

Por otro lado, el profesor deberá mantener actitudes de constante actualización pedagógica, abriéndose a nuevos planteamientos didácticos e incorporando contenidos que puedan suponer una mejora en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Con todas estas aportaciones ya estamos en condiciones de dar respuesta a la pregunta **¿Cómo vamos a enseñar en el módulo profesional de "Fitness en sala de entrenamiento polivalente"?**

Se usará diferente metodología de enseñanza propia de la Educación Física intentando que esta tenga presente los principios de la pedagogía constructivista y del aprendizaje significativo para la consecución de la autonomía del alumno, intentaremos respetar:

- Partir del nivel de desarrollo y conocimiento del alumno.
- El profesor actuará como mediador en los aprendizajes de los alumnos.
- Funcionalidad de los aprendizajes (para qué nos sirven los aprendizajes).
- "Aprender a aprender", adquiriendo técnicas y estrategias de autoaprendizaje.
- Significatividad lógica y psicológica de lo aprendido.

La **técnica de enseñanza** será principalmente indagatoria o de búsqueda en aquellas tareas que así lo permitan, sin dejar de lado la instructiva o de reproducción de modelos, utilizándose entre otros los siguientes estilos de enseñanza:

- **Tradicionales.**
  - Mando directo.
  - Modificación del mandodirecto.
  - Asignación de tareas.

- **Individualizadores.**
  - Trabajo por grupos.
  - Enseñanza modular.
  - Programas individuals.
  - Enseñanza programada.

- **Participativos.**
  - Enseñanza recíproca.
  - Grupos reducidos.
  - Microenseñanza.

- **Socializadores.**
  - Juego de roles.
  - Simulación social.
  - Trabajos grupales.
  - Diferentes técnicas de dinámica de grupos.

- **Cognoscitivos o indagativos.**
  - Descubrimiento guiado.
  - Resolución de problemas.

- Planteamiento de situaciones tácticas.

- **Creativos.**
  - La sinéctica (proceso creativo de resolución de problemas y/o creación de nuevos productos, que se basa en la construcción de respuestas concretas mediante la unión de elementos aparentemente irrelevantes) con sus variantes.

Significar que la **estrategia de enseñanza** será global mayoritariamente, utilizando la analítica en aquellas tareas que, por su estructura, así lo requieran (ejecución técnica de determinados ejercicios).

Como actividades de enseñanza también se utilizarán juegos, aumentando con ello la motivación del alumno hacia los aprendizajes, sin olvidarlos ejercicios de asimilación técnica.

Por otro lado, **la información** será suministrada por diferentes vías: visual (demostraciones por parte del profesor o alumno aventajado, vídeos, ordenador, fotocopias, pizarra, apuntes, fotografías, etc.), auditiva (explicaciones, descripciones, cintas de audio, etc.), kinestésico-táctil y, en todo momento, se aportará información al alumno mediante el correspondiente **feedback externo o aumentado**.

También debemos comentar el fomento de diferentes fuentes de información y diversas formas para aprender por la acción, utilizándose las nuevas **tecnologías de la información y la comunicación (TIC)** que, puestas al acceso del alumnado con la orientación y asesoramiento del profesorado, permitirán un aprendizaje autónomo a ritmos diferentes en función de las capacidades e intereses de los alumnos.

En la **organización de los agrupamientos** dentro de las clases, se favorecerá tanto el trabajo individual, pequeño grupo y gran grupo, dependiendo de los objetivos que queramos conseguir en las sesiones, fomentando en todo momento el esfuerzo individual y la aportación de ese esfuerzo a un colectivo para conseguir un buen trabajo en equipo, promoviendo la cooperación y la solidaridad. La duración de los agrupamientos será variada, pudiendo ser de corta duración (solamente para la sesión o juego en concreto) o de larga duración (para toda la unidad de trabajo o trimestre, por ejemplo, en la unidad de trabajo “Mi ficha de sesión”.

En cuanto a la **organización y distribución de los tiempos** en nuestra Programación, se puede comprobar que existe una distribución equilibrada de las sesiones en las unidades de trabajo que vamos a impartir, buscando la creación de un amplio bagaje motriz, respetando la normativa vigente y sacando el máximo provecho a los materiales e instalaciones de los que disponemos.

La distribución del tiempo en nuestras sesiones prácticas y/o teóricas se optimizará de la siguiente manera:

A) Sesiones con dos periodos lectivos (8.20-10.15):

- Visualización de documental, entrevistas, cortos o películas, con su posterior análisis y puesta en común por microgrupos.
- Desarrollo de contenidos.

B) Sesiones con un periodo lectivos (11.35-12:30):

- Desarrollo de contenidos.

C) Sesiones con tres periodos lectivos (8.20-11:05)

- Parte inicial: donde realizaremos una información general inicial para comprobar que están todos y tienen el equipamiento adecuado, dando una breve explicación de lo que vamos a realizar en la sesión y, posteriormente se realizará un calentamiento para activarnos a nivel físico, cognitivo y afectivo-social. Su duración será entre 10 y 20 minutos.
- Parte principal que constará:
    - Ejercicios específicos de la sesión de fitness a desarrollar, tendrá una duración entre 40 y 45 minutos.
    - Autovaloración y coevaluación de los ejercicios, a través de una sesión real (40 minutos).
    - Vuelta a la calma: Recuperación del organismo y realización de tareas para cubrir necesidades básicas: realización de actividades que les bajen las pulsaciones y les prepare para el esfuerzo posterior. También podrán beber líquidos, ir al aseo, etc... La duración será de 10 minutos. En esta parte, primeramente, realizaremos alguna actividad que ayude al alumnado a recuperar su estado inicial (juego sensorial, relajación, estiramiento,…) También se realizarán reflexiones sobre la sesión, seguido de la recogida del material utilizado. Su duración será de 20 minutos.

Por otro lado, en todas las sesiones realizadas en el aula técnica se utilizará principalmente la Flipped Classroom, teniendo como referencia los contenidos de los apuntes del Aula Virtual del Papás 2.0 y otros apuntes proporcionados por el libro, dedicando el tiempo de clase a realizar trabajos, supuestos-prácticos, exposiciones, autoevaluaciones, evaluaciones entre iguales, portfolios, etc, pudiendo el profesor proporcionar distintos tipos de feedback en el acto.

Durante todas las sesiones se deberán respetar unas normas básicas de comportamiento para un correcto desarrollo de las mismas. El no cumplimiento de estas normas tendrá las medidas educativas establecidas en las Normas de Convivencia, Organización y Funcionamiento del IES Parque Lineal.

La respuesta a la diversidad en el IES Parque Lineal se rige por los principios de “equidad que garantice la igualdad de oportunidades, la inclusión educativa y la no discriminación

Así pues, apostamos por un modelo de educación inclusiva que defienda una educación eficaz para todos sean cuales sean sus características personales, sociales y culturales desde principios y derechos inclusivos y normalizadores.

De este modo, se realizarán las adaptaciones necesarias en la metodología, herramientas, agrupamientos, evaluación, etc., para que el alumnado pueda conseguir los resultados de aprendizaje establecidos para el módulo formativo de “Fitness en sala de entrenamiento polivalente”.

En este módulo nos podemos encontrar algunos factores que condicionarán el proceso de enseñanza-aprendizaje. Entre estos podemos destacar los siguientes:

Grado de desarrollo motor. La edad cronológica de nuestro alumnado es muy heterogénea (de 17-18 a 39-40 años aproximadamente, estando la gran mayoría entre los 18 y 25 años) en algunos casos está marcado este desarrollo por el final de la adolescencia y por la existencia de notables diferencias de desarrollo evolutivo. De este modo, pueden existir diferencias individuales fruto de la variedad en la rapidez de crecimiento y madurez entre unos y otros.

Características individuales. El factor genético no sólo afecta a la velocidad en el desarrollo. Hay alumnos mejor dotados de forma innata para la práctica de la actividad física que otros. De este modo, cada día son más frecuentes los casos de asma y alergias entre nuestros alumnos, esto condiciona su rendimiento (especialmente en cuanto a la eficacia cardiorrespiratoria) por causas ajenas a su voluntad. La adaptación de la tarea a sus posibilidades evita aumentar la sensación de fracaso que el alumno encuentra al estar limitado.

Experiencias previas. La eficacia en las tareas puede venir también motivada por el bagaje motriz que cada alumno tenga. Una gran variedad de aprendizajes motrices permitirá dedicar menos tiempo a la adquisición de nuevos aprendizajes, principalmente con aquellos relacionados con la natación, el salvamento acuático y la gimnasia en el agua con sus modalidades.

Establecidas las causas que justifican los diferentes ritmos de aprendizaje, debemos aclarar que el alumnado debe ser responsable, conocer y aceptar su nivel de partida o inicial para mejorar a través de la constancia y en ocasiones, la dedicación fuera del periodo lectivo. De este modo, algunas medidas que se podrán adoptar para tratar la individualidad del alumnado son las siguientes:

1. La participación de dos profesores en un mismo grupo por el posible riesgo que podrían implicar algunas actividades acuáticas.
2. La utilización de la microenseñanza como estilo de enseñanza para trabajar con diferentes grupos de nivel.
3. La puesta en marcha de metodologías que favorezcan la cooperación y la ayuda entre iguales.
4. Atención más individual a cargo del profesor.
5. Variedad de tareas y niveles de dificultad para favorecer que los alumnos alcancen aprendizajes, capacidades físicas condicionantes y coordinativas similares.
6. Adaptación de instrumentos, procedimientos y herramientas de evaluación.

Queremos destacar que con la atención a la individualidad, no solamente vamos a centrarnos en aquellos casos que supongan un retraso con respecto al aprendizaje de la mayoría

de alumnos, sino también a todos aquellos que tanto por sus características genéticas y de desarrollo como por sus experiencias previas, presenten una mayor facilidad para la asimilación y ejecución de tareas. La tendencia hacia la individualización de la enseñanza debe abarcar a todos y cada uno de los alumnos, favoreciendo el refuerzo de los aprendizajes en aquellos casos con dificultades y evitando el estancamiento de los alumnos más favorecidos.

PLAN DE TRABAJO INDIVIDUALIZADO

Además de los Planes de Trabajo Individualizado que hemos mencionado para las actividades y procedimientos de recuperación. En nuestro módulo se seguirán las siguientes pautas para el alumnado que requiera este tipo de plan por otros motivos:

a) **Valoración inicial.** Un estudio inicial de los alumnos debe acercarnos a su realidad en cuanto a diversos factores:

- Conocimiento del aerobic y sus modalidades-Se realizarán diferentes pruebas que nos permitan valorar el nivel inicial de cada alumno, tanto en la técnica de las ejecuciones como en la manifestación de cualidades físicas condicionantes y coordinativas.

- Experiencias previas. A través de la exposición de un “Currículum Vitae”, las respuestas a unas preguntas personales y una ficha de salud y patologías, se obtendrá un perfil inicial del alumnado para adaptar el proceso de enseñanza-aprendizaje a las necesidades detectadas.

- Estado de salud actual y condición física: A través de un certificado médico o una prueba de esfuerzo obtendremos la certeza de que el alumno puede realizar esfuerzos de alta intensidad sin problemas para su salud, conociendo también a cuánta intensidad puede trabajar cada uno.

- Examen inicial sobre los contenidos a tratar en las diferentes Unidades de Trabajo para adaptar en nivel trabajado al nivel de partida.

b) **Selección y priorización de contenidos.** Es este uno de los aspectos de mayor importancia dentro del proceso aprendizaje del alumnado. De este modo el alumnado con menor nivel inicial y problemas de aprendizaje deberá centrarse en los contenidos que relacionamos a los criterios de evaluación básicos para poder obtener los diferentes resultados de aprendizaje del módulo.

c) **Utilizar metodologías y estrategias didácticas más centradas en el proceso y en el alumno**. Los modelos instructivos, representados principalmente por el mando directo, tienden a centrarse más en el producto, fijando el éxito del proceso en unos resultados. El papel del alumno es menor, ya que el profesor determina de antemano cuál debe ser el resultado para todos sus alumnos. Si bien es necesario el establecimiento de unos patrones de actuación, los modelos de enseñanza guiados mediante la búsqueda permiten al alumno una mayor toma de conciencia e intervención, al tiempo que desarrollan su motivación.

En cualquier caso, el estilo de enseñanza escogido estará condicionado por las

características de los contenidos que se van a desarrollar y por el nivel de dominio que sobre ellos tengan nuestros alumnos.

d) **Proponer actividades diferenciadas.** Las tareas que propongamos deben permitir una graduación, de forma que cada alumno ejecute unas variables en función del momento de aprendizaje en que se encuentre y siempre con el objetivo de alcanzar al menos los aprendizajes establecidos en los criterios de evaluación básicos.

e) **Emplear materiales didácticos variados.** El grado de complejidad de la tarea viene también definido por los materiales que empleamos. Utilizar distintas cargas en trabajos acuáticos y distintas herramientas para explicar los mismos contenidos (visualización de vídeos, material curricular impreso, utilización de las TIC, etc.), ayudará a reforzar sus aprendizajes y evitar el fracaso.

Para especificar el material, nos vamos a basar en la siguiente clasificación aportada por el centro educativo, Juan Carlos Fernández Truán y colaboradores (2002) para los materiales de educación física y en el Decreto 57/2018, de 28 de agosto, por el que se establece el currículo del ciclo formativo de grado superior correspondiente al Título de Técnico Superior en Acondicionamiento Físico en la comunidad autónoma de Castilla-La Mancha (Anexo IV instalaciones y equipamientos mínimos).

A fecha de hoy estamos pendientes de recibir la dotación económica necesaria para adquirir todo tipo de material por lo que la mayoría de los apartados aparecen sin cumplimentar.

16.1. MATERIALES CURRICULARES Y RECURSOS BIBLIOGRÁFICOS

LIBROS DE TEXTO RECOMENDADOS			
Título	**Autor**	**Editorial**	**Fecha de implantación**
Apuntes proporcionados y/o elaborados por el profesor a través del Aula Virtual del Papás 2.0.	**Antonio Martínez**		**21/09/2020**

LIBROS RECOMENDADOS DE LA BIBLIOTECA O EL DEPARTAMENTO		
Título	**Autor**	**Editorial**

16.2. RECURSOS MATERIALES

Denominación	Ubicación	Observaciones
Cuaderno de evaluación de la profesora y seguimiento del alumno/a: Tabla de Excel , ficha de observación.	Ordenador del profesor Pendrive USB	

16.3. RECURSOS AUDIOVISUALES

Denominación	Ubicación	Observaciones
MP3	Almacén del gimnasio	
Ordenador del profesor	Profesor	
Móviles del alumnado como reproductores musicales	El alumnado	
Proyector	Secretaría	
Pantalla interactiva	Aula técnica	

16.4. RECURSOS INFORMÁTICOS

Denominación	Ubicación	Observaciones
Aulas virtuales “Papás 2.0”	Plataforma “Papás 2.0”	
Ordenador Portátil del docente	El profesor	
10 ordenadores portátiles del centro	Aula Técnica provisional	
Páginas web y relacionadas con los contenidos de la materia.	Internet	

Tanto sobre contenidos escritos como de video.		
Pantalla interactiva	Aula técnica	

16.5.RECURSOS DEL ENTORNO

Denominación	Ubicación	Observaciones
Sala polivalente, Gimnasio del IMD	Calle Juan de Toledo	
Aula técnica	I.E.S. Parque Lineal	
Campo de fútbol (Feda)		
Gimnasio “Carlos Belmonte”		

Las actividades complementarias contribuyen al desarrollo de objetivos y contenidos de la materia / ámbito / módulo establecidos en el Currículo de Castilla-La Mancha en contextos no formales.

Favorecen el proceso de adquisición de las competencias clave fuera del ámbito académico pero en relación con los aprendizajes realizados en el mismo. Permiten aplicar lo aprendido en situaciones reales de la vida cotidiana y contribuyen positivamente al proceso de socialización y madurez personal.

ACTIVIDAD.
LUGAR DE REALIZACIÓN.
OBJETIVOS DE LA ACTIVIDAD

HORARIO DE LA ACTIVIDAD
FECHA DE REALIZACIÓN.
ALUMNADO AL QUE VA DIRIGIDA
PROFESORADO ACOMPAÑANTE
COSTE APROXIMADO
FINANCIACIÓN

ACTIVIDAD.
LUGAR DE REALIZACIÓN.
OBJETIVOS DE LA ACTIVIDAD
HORARIO DE LA ACTIVIDAD
FECHA DE REALIZACIÓN.
ALUMNADO AL QUE VA DIRIGIDA
PROFESORADO ACOMPAÑANTE
COSTE APROXIMADO

FINANCIACIÓN

CFGS ACONDICIONAMIENTO FÍSICO. MÓDULO: Fitness en sala de entrenamiento polivalente						ORALIZACIÓN CRITERIOS DE EVALUACIÓN UNIDADES DE TR											
RESULTADOS	%	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	BÁSICOS	TRIMESTR	INST. EVALUA	AT	1er	1er	2ª	2ª	AT	AT	3er	AT	AT	AT	AT
						FgM	CMIN	PPAF	PE	AOE	MCF	UNT	EIOC	MEI	EL	OE	DENE
1.Organiza las actividades de una sala de entrenamiento polivalente, estableciendo las pautas que garanticen la adecuación de los recursos a las actividades, la seguridad y la optimización de uso del espacio.	20%	a) Se ha valorado la dotación de la sala de entrenamiento polivalente, analizando los requerimientos de las actividades y los eventos de acondicionamiento físico a la luz de las	B	1er	Analisid de reproducciones/Escala de											X	
	20%	b) Se ha definido criterios para organizar la oferta de las actividades de acondicionamiento físico y de los eventos en una sala de entrenamiento polivalente.	B	1er	Analisid de reproducciones/Escala de											X	
	20%	c) Se han determinado las gestiones para la organización de eventos, competiciones y concursos en la sala de entrenamiento polivalente.	B	1er	Analisid de reproducciones/Escala de observación											X	
	6.6%	d) Se ha diseñado un plan para la coordinación con las diferentes áreas y técnicos implicados en el uso de una sala de entrenamiento polivalente.	A	1er	Analisid de reproducciones/Escala de								X				
	6.6%	e) Se han valorado las condiciones de accesibilidad a la sala de entrenamiento polivalente para que puedan participar en las actividades de acondiconamiento físico personas con problemas de movilidad.	A	1er	Analisid de reproducciones/Escala de observación												X
	6.6%	f) Se han establecido los procedimientos de detección y de corrección de anomalías de los elementos específicos en la dotación de una sala de entrenamiento polivalente.	A	1er	Analisid de reproducciones/Escala de observación								X				
	20%	g) Se ha establecido el procedimiento de evaluación de la calidad del funcionamiento de una sala de entrenamiento polivalente.	B	1er	Analisid de reproducciones/Escala de observación								X				
			BAS	TRIM	INST. EVALUA	FgM	CMIN	PPAF	PE	AOE	MCF	UNT	EIOC	MEI	EL	OE	DENE
2. Elabora programas de acondiconamiento físico, teniendo en cuenta los datos de valoración de la condición física de la persona usuaria y los medios disponibles en la sala de entrenamiento polivalente.	5%	a) Se han establecido criterios de formulación de objetivos de mejora o mantenimiento de la condición física, en función de la evolución del programa y los medios disponibles.	A	2ª	Analisid de reproducciones/Escala de						X						
	5%	b) Se han seleccionado los ejercicios para el programa de acondicionamiento físico, relacionándolos con los objetivos del mismo.	A	2ª	Analisid de reproducciones/Escala de observación						X						
	20%	c) Se han pautado la frecuencia, el volumen y la intensidad de la carga de trabajo en función de los objetivos formulados en el programa de acondiconamiento físico.	B	2ª	Analisid de reproducciones/Escala de observación						X						
	20%	d) Se han determinado los espacios, los equipamientos, los materiales, el equipo personal y los recursos complementarios para el programa de acondicionamiento físico en la sala de	B	2ª	Analisid de reproducciones/Escala de									X			
	20%	e) Se han establecido las medidas complementarias en función del tipo de programa de acondicionamiento físico y de los intereses de la persona usuaria.	B	2ª	Analisid de reproducciones/Escala de								X				
	20%	f) Se han establecido las estrategias de instrucción y de comunicación y las adaptaciones de las mismas para facilidad la motivación y la atención a diferentes tipos de personas usuarias.	B	2ª	Analisid de reproducciones/Escala de												X
	5%	g) Se han utilizado los equipos y las aplicaciones informáticas específicas para la elaboración de los programas.	A	2ª	Analisid de reproducciones/Escala de							X					
	5%	h) Se ha definido el procedimiento de evaluación del programa de acondicionamiento físico desarrollado en la sala de entrenamiento polivalente.	A	2ª	Analisid de reproducciones/Escala de							X					

I.E.S. Parque Lineal

Castilla-La Mancha

			BAS	TRIM	INST. EVALUA	FgM	CMIN	PPAR	PE	AOE	MCF	UNT	EIOC	MEI	EL	OE	DENE
3. Describe y demuestra la ejecución práctica de los ejercicios y el uso del material más frecuente en las actividades de acondicionamiento físico en una sala de entrenamiento polivalente, remarcando los puntos clave en la	20%	a) Se han descrito y demostrado ejercicios de musculación y los aspectos a tener en cuenta durante su práctica.	B	1er	Analisid de reproducciones/Escala de observación				X								
	20%	b) Se han descrito y demostrado ejercicios de mejora de la capacidad aeróbica y los aspectos a tener en cuenta durante su práctica.	B	1er	Analisid de reproducciones/Escala de observación				X								
	20%	c) Se han descrito y demostrado ejercicios de amplitud de movimientos y los aspectos a tener en cuenta durante su práctica.	B	1er	Analisid de reproducciones/Escala de observación				X								
	20%	d) Se han demostrado el uso y manejo de los aparatos y materiales de la sala de entrenamiento polivalente, señalando las precacuciones a tener en cuenta en la utilización de los mismos.	B	1er	Analisid de reproducciones/Escala de			X									
	20%	e) Se han realizado las adaptaciones necesarias en los aparatos y las máquinas de una sala de entrenamiento polivalente para que puedan ser utilizadas por usuarios con dificultades en el agarre, en el equilibrio o con movilidad reducida.	A	1er	Analisid de reproducciones/Escala de observación			X									
			BAS	TRIM	INST. EVALUA	FgM	CMIN	PPAR	PE	AOE	MCF	UNT	EIOC	MEI	EL	OE	DENE
4. Dirige actividades de acondicionamiento físico, aplicando metodologías específicas para su desarrollo en el contexto de una sala de entrenamiento polivalente.	20%	a) Se han revisado la funcionalidad y las condiciones de seguridad de los equipamientos y materiales de la sala de entrenamiento polivalente.	B	3er	Analisid de reproducciones/Escala de	X											
	20%	b) Se ha utilizado el tipo de lenguaje adecuado en función de la actividad y del perfil de las personas usuarias.	B	3er	Analisid de reproducciones/Escala de	X											
	5%	c) Se ha supervisado el cumplimiento de las recomendaciones de uso de las máquinas, los aparatos y los materiales de la sala de entrenamiento polivalente por parte de las personas usuarias y las cargas movilizadas.	A	3er	Analisid de reproducciones/Escala de observación	X											
	20%	d) Se han corregido los errores de ejecución en los ejercicos propuestos, indicando causas y la forma de ejecución correcta.	B	3er	Analisid de reproducciones/Escala de observación	X											
	20%	e) Se han adaptado los parámetros de las actividades que pudieran suponer una dificultad en la ejecución a las personas con discapacidad.	B	3er	Analisid de reproducciones/Escala de observación												X
	5%	f) Se han aplicado estrategias de intervención que favorecen la participación y la desinhibición de los participantes en las actividades de la sala de entrenamiento polivalente.	A	3er	Analisid de reproducciones/Escala de observación					X							
	5%	g) Se han indicado las medidas complementarias que la persona usuaria puede seguir para optimizar los resultados de su programa de acondicionamiento físico.	A	3 er	Analisid de reproducciones/Escala de observación					X							
	5%	h) Se han valorado el proceso y los resultados que se han ido alcanzando, interpretando los datos de evaluación conforme a las especificaciones previstas en el programa de acondicionamiento físico.	A	3 er	Analisid de reproducciones/Escala de observación					X							
			BAS	TRIM	INST. EVALUA	FgM	CMIN	PPAR	PE	AOE	MCF	UNT	EIOC	MEI	EL	OE	DENE

			BAS	TRIM	INST. EVALUA	FyM	CMIM	PPAF	PE	AOE	MCF	UNT	EIOC	MEI	EL	OE	OENE
5. Organiza eventos en el ámbito del acondicionamiento físico, determinando los factores implicados en su promoción y en su seguridad.	6,60%	a) Se han elaborado programas de eventos de acondicionamiento físico para diferentes tipologías de instalaciones y diferentes perfiles de personas usuarias.	A	3er	Analisid de reproducciones/Escala de												X
	6,60%	b) Se ha valorado el impacto promocional de los diferentes tipos de eventos, tanto para la entidad como para las actividades de acondicionamiento físico y para los patrocinadores.	A	3 er	Analisid de reproducciones/Escala de											X	
	20%	c) Se han propuesto el tipo de información y los medios de difusión más adecuados para publicitar el evento y animar a personas usuarias o no a participar o asistir al mismo.	B	3 er	Analisid de reproducciones/Escala de observación											X	
	20%	d) Se han organizado y distribuido los materiales para favorecer el acceso, la ubicación y la participación, tanto del público como del actorado circunstancial.	B	3 er	Analisid de reproducciones/Escala de		X										
	20%	e) Se ha establecido el procedimiento para la supervisión y el control de los diferentes aspectos del evento de acondicionamiento físico.	B	3 er	Analisid de reproducciones/Escala de observación		X										
	20%	f) Se han previsto las vías de comunicación con los servicios auxiliares y las medidas de seguridad necesarias para prevenir posibles contingencias.	B	3 er	Analisid de reproducciones/Escala de observación		X										
	6,60%	g) Se han propuesto y aplicado las técnicas de animación más adecuadas para conseguir el éxito del evento en cuanto a participación y satisfacción de las personas participantes.	A	3 er	Analisid de reproducciones/Escala de		X										
			BAS	TRIM	INST. EVALUA	FyM	CMIM	PPAF	PE	AOE	MCF	UNT	EIOC	MEI	EL	OE	OENE
6. Aplica las medidas de seguridad y los planes de emergencia en la sala de entrenamiento polivalente, valorando las condiciones y los factores de riesgo.	6,60%	a) Se han identificado y descrito los planes de emergencia de una instalación deportiva y de una sala de entrenamiento polivalente en particular.	A	2ª	Analisid de reproducciones/Escala de observación										X		
	6,60%	b) Se han establecido procedimientos de seguridad y prevención de riesgos relativos a su área de responsabilidad en las actividades de acondicionamiento físico en una sala de entrenamiento polivalente.	A	2ª	Analisid de reproducciones/Escala de observación										X		
	20%	c) Se han inventariado los medios materiales necesarios en un plan de emergencia para una sala de entrenamiento polivalente.	B	2ª	Analisid de reproducciones/Escala de observación										X		
	20%	d) Se han relacionado la asignación de funciones y las instrucciones al personal de una instalación deportiva en general y de la sala de entrenamiento polivalente en particular.	B	2ª	Analisid de reproducciones/Escala de observación										X		
	20%	e) Se han dirigido situaciones simuladas de evacuación de una sala de entrenamiento polivalente.	B	2ª	Analisid de reproducciones/Escala de observación										X		
	20%	f) Se ha relacionado la legislación básica sobre seguridad y salud laboral con el ejercicio profesional en las actividades de acondicionamiento físico en sala de entrenamiento polivalente.	B	2ª	Analisid de reproducciones/Escala de observación										X		
	6,60%	g) Se han descrito las características y condiciones de seguridad de los diferentes aspectos de las actividades de acondicionamiento físico en una sala de entrenamiento polivalente.	A	2ª	Analisid de reproducciones/Escala de										X		

FyM	Fitness y sus modalidades
CMIM	Control de mantenimiento de las instalaciones y material
PPAF	Planificación y programación de las actividades de fitness
PE	Planificación del entrenamiento
AOE	Adaptación del organismo al esfuerzo
MCF	Mejora de la condición física
UNT	Utilización de las nuevas tecnologías
EIOC	Elección de la intensidad según objetivos a conseguir
MEI	Material, equipamiento instalaciones
EL	Conocimiento de las instalaciones y materiales para evitar lesiones
OE	Organización de eventos
OENE	Organización de eventos para poblaciones con necesidades especiales de adaptación