



PROGRAMACIÓ DIDÀCTICA ***2024-25***

CICLE FORMATIU GRAU SUPERIOR
“TÈCNIC SUPERIOR EN ENSENYAMENT I ANIMACIÓ SOCIOESPORTIVA”
I.E.S. VIOLANT DE CASALDUCH (BENICÀSSIM)

VICENT SOS SOLER
v.sossoler@edu.gva.es

INDEX

INTRODUCCIÓ

IDENTIFICACIÓ DEL TÍTOL I EL MÒDUL

COMPETÈNCIES

- **Competència general**
- **Competències professionals, personals i socials**

QUALIFICACIONS PROFESSIONALS I UNITATS DE COMPETÈNCIA

OBJECTIUS GENERALS

RELACIÓ ENTRE OBJECTIUS GENERALS I QUALIFICACIONS PROFESSIONALS

RESULTATS D'APRENENTATGE I CRITERIS D'AVUACIÓ DEL MÒDUL

RESULTATS D'APRENENTATGE APLICABLES A LA FORMACIÓ EN EMPRESA

CONTINGUTS

METODOLOGIA

AVALUACIÓ

ATENCIÓ A LA DIVERSITAT

UNITATS FORMATIVES

INTRODUCCIÓ

Programació didàctica del mòdul professional *Valoració de la condició física i intervenció en accidents*, que pertany al títol de Tècnic superior en ensenyament i animació esportiva, y que s'imparteix durant el primer curs.

La programació es troba contextualitzada en l'I.E.S. Violant de Casalduch de Benicàssim (Castelló). Localitat que te una gran industria dedicada al turisme, dins d'un marc natural que ofereix possibilitats tant nàutiques com de muntanya.

El mon de l'esport ofereix els seus treballs al camp de l'oci i millora de la salut i quin millor escenari per aconseguir una integració al mon laboral que un municipi turístic, on la cabuda de professionals que puguen ocupar llocs de treball com:

- Socorrista en instal·lacions aquàtiques
- Animador/a físic-esportiu i recreatiu
- Animador de vetllades i espectacles en instal·lacions turístiques
- Monitor d'activitats físiques-esportives i recreatives en campaments

És per tot això que en esta programació tractarem d'explicar com treballar en classe per conèixer la teoria i la pràctica en la condició física i els primers auxilis en el medi terrestre.

Les classes es desenvoluparan en les aules del centre i en les instal·lacions esportives municipals.

Els grups (A i B) estan compostos per uns 30 alumnes, amb una edat compresa entre 18 i 24. Es tracta un grup heterogeni en quant a interessos i motivacions que es troben atrets per l'esport que practiquen però no tenen encara la visió global de la recreació o animació esportiva.

Cal destacar que este mòdul té un seguit de continguts que el fan eminentment teòric o d'aula en un gran percentatge, acompanyat de pràctiques en les pistes poliesportives. Açò cal remarcar-lo per comparació amb la resta de mòduls del Cicle formatiu que tenen un tarannà molt pràctic.

IDENTIFICACIÓ DEL TÍTOL I EL MÒDUL

El títol i el mòdul professional queden identificats en el següent quadre:

TÍTOL	Denominació: Ensenyament i animació esportiva Nivell: Formació Professional de Grau Superior Duració: 2000 hores Família professional: Activitats Físiques i Esportives Referent europeu: CINE-5b
MÒDUL	Denominació: Valoració de la condició física i intervenció en accidents Codi: 1136 Duració: 192 hores 6 hores setmanals

COMPETÈNCIES

Les competències desenvolupen el perfil professional de l'alumet, de manera que pugui incorporar-se al mercat laboral sabent realitzar les funcions que li seran encomanades. En este sentit el RD 653/2017 estableix les competències del Títol de Tècnic Superior en ensenyament i animació socioesportiva.

COMPETÈNCIA GENERAL

La competència general d'este Títol consisteix en elaborar, gestionar i avaluar projectes d'animació físic-esportius i recreatius per a tot tipus d'usuaris, programant i dirigint les activitats d'ensenyament, d'inclusió socioesportiva i de temps de lleure, coordinant les actuacions dels professionals implicats, garantint la seguretat, respectant el medi ambient i aconseguint la satisfacció dels usuaris, en els límits dels costos previstos

COMPETÈNCIES PROFESSIONALS, PERSONAL I SOCIALS

Estes competències es defineixen com el conjunt de coneixements i destreses que permeten donar resposta als requeriments del sector productiu en el que es treballa, alhora que l'alumnat adquireix autonomia i responsabilitat en les seues tasques.

Les competències professionals seran les següents:

- a) Elaborar projectes d'animació socioesportiva a partir de l'anàlisi de les característiques de l'entorn, incorporant les últimes tendències d'este camp professional i, si s'escau, les propostes de millora extretes del seguiment d'altres projectes anteriors, aprofitant les convocatòries institucionals
- b) Desenvolupar i registrar el pla d'avaluació dels projectes d'animació socioesportiva, concretant els instruments i la seqüència d'aplicació, així com el tractament i la finalitat de les dades obtingudes, tot això amb ajuda de les tecnologies de la informació
- c) Gestionar la posada en marxa del projecte d'animació socioesportiva, organitzant els recursos i les accions necessàries per a la promoció, desenvolupament i supervisió del mateix
- d) Avaluar la condició física, la competència motriu i les motivacions de les persones participants en els programes d'animació socioesportiva, tractant les dades de manera que servisquen en el plantejament i retroalimentació dels programes
- e) Programar l'ensenyament d'activitats físiques-esportives individuals, d'equip, d'implementes i jocs, en funció dels participants, dels mitjans disponibles i de les dades de seguiment, indicant la metodologia didàctica i d'animació més adient i les adaptacions per a persones amb discapacitat
- f) Programar les activitats d'inclusió socioesportiva en funció de les característiques dels grups, dels mitjans disponibles i de les dades de seguiment, indicant la metodologia d'intervenció més apropiada

- g) Programar la recreació mitjançant activitats físiques-esportives i jocs, en funció de les característiques dels grups, dels mitjans disponibles i de les dades de seguiment, indicant la metodologia didàctica i d'animació més adient i les adaptacions per a persones amb discapacitat
- h) Dissenyar, adaptar i seqüenciar exercicis i tasques de les sessions d'ensenyament d'activitats físiques-esportives i jocs per a tot tipus de participants, respectant els objectius i les fases de les sessions
- i) Dissenyar i seqüenciar exercicis i tasques de les activitats d'inclusió socioesportiva per a persones majors i per a col·lectius en risc d'exclusió, respectant els objectius i les fases de les sessions o activitats
- j) Dissenyar, adaptar i seqüenciar exercicis i tasques de les sessions o activitats de recreació, per a tot tipus de participants, respectant els objectius i les fases de les sessions o activitats
- k) Dirigir i dinamitzar el procés d'ensenyament d'activitats físiques i esportives, adaptant allò programat a la dinàmica de l'activitat i del grup i avaluant els aprenentatges dels participants
- l) Dirigir i dinamitzar les activitats d'inclusió socioesportiva programades, adaptant-les a la dinàmica de l'activitat o grup
- m) Dirigir i dinamitzar les activitats recreatives físiques-esportives i els jocs programats, adaptant-los a la dinàmica de l'activitat i del grup
- n) Assegurar la disponibilitat de recursos necessaris per a la realització de les activitats, preparant els espais, els equips i els materials requerits
- ñ) Proporcionar l'atenció bàsica als participants que pateixen accidents durant el desenvolupament de les activitats, aplicant els primers auxilis
- o) Adaptar-se a les noves situacions laborals, mantenint actualitzats els coneixements científics, tècnics i tecnològics relatius al seu entorn professional, gestionant la seua formació i els recursos existents en l'aprenentatge al llarg de la vida i utilitzant les tecnologies de l'informació i la comunicació
- p) Resoldre situacions, problemes o contingències amb iniciativa i autonomia en l'àmbit de la seua competència, amb creativitat, innovació i esperit de millora en el treball personal i en el dels membres de l'equip
- q) Organitzar i coordinar equips de treball amb responsabilitat, supervisant el desenvolupament del mateix, mantenint relacions fluides i assumint el lideratge, així com aportant solucions als conflictes grupals que es presenten
- r) Comunicar-se amb els seus iguals, superiors, clients i persones sota la seua responsabilitat, utilitzant vies eficaces de comunicació, transmetent la informació o coneixements adequats i respectant l'autonomia i competència de les persones que intervenen en l'àmbit del seu treball
- s) Generar entorns segurs en el desenvolupament del seu treball i el del seu equip, supervisant i aplicant els procediments de prevenció de riscos laborals i ambientals, d'acord amb allò establert per la normativa i els objectius de l'empresa
- t) Supervisar i aplicar procediments de gestió de qualitat, d'accessibilitat universal i de "disseny per a totes les persones", en les activitats professionals incloses en el processos de producció o prestació de serveis
- u) Realitzar la gestió bàsica per a la creació i funcionament d'una empresa i tindre iniciativa en la seua activitat professional amb sentit de la responsabilitat
- v) Exercir els seus drets i complir amb les obligacions derivades de la seua activitat professional, d'acord amb allò establert en la legislació vigent, participant activament en la vida econòmica, social i cultural

En este mòdul treballarem:

- b) Desenvolupar i registrar el pla d'avaluació dels projectes d'animació socioesportiva, concretant els instruments i la seqüència d'aplicació, així com el tractament i la finalitat de les dades obtingudes, tot això amb ajuda de les tecnologies de la informació
- d) Avaluar la condició física, la competència motriu i les motivacions de les persones participants en els programes d'animació socioesportiva, tractant les dades de manera que servisquen en el plantejament i retroalimentació dels programes
- n) Assegurar la disponibilitat de recursos necessaris per a la realització de les activitats, preparant els espais, els equips i els materials requerits
- ñ) Proporcionar l'atenció bàsica als participants que pateixen accidents durant el desenvolupament de les activitats, aplicant els primers auxilis

QUALIFICACIONS PROFESSIONALS

QUALIFICACIONS PROFESSIONALS I UNITATS DE COMPETÈNCIA

Les qualificacions professionals, segons el Real Decret 653/2017 de 23 de juny, per les que es regula el Catàleg Nacional de Qualificacions Professionals, són el “conjunt de competències professionals amb significació per a l'ocupació que poden ser adquirides mitjançant formació modular o altres tipus de formació, així com mitjançant l'experiència laboral”. En este cas, s'adquireixen per formació modular.

Per altra banda, les unitats de competència (UC) són “l'agregat mínim de competències professionals, susceptible de reconeixement i acreditació”.

En el cicle d'ensenyament i animació socioesportiva es desenvolupen:

- 1) Animació físico-esportiva i recreativa AFD509_3 (RD 146/2011 de 4 de febrer), que compren les següents unitats de competència:
 - a) UC1658_3: Elaborar, gestionar, promocionar i avaluar projectes d'animació físico-esportiva i recreatives
 - b) UC1659_3: Organitzar i dinamitzar esdeveniments, activitats i ocs d'animació físico-esportiva i recreativa per a tot tipus d'usuari.
 - c) UC1095_3: Organitzar i desenvolupar activitats culturals amb la finalitat d'animació turística i recreativa
 - d) UC1096_3: Organitzar i desenvolupar vetllades i espectacles amb la finalitat d'animació
 - e) **UC0272_2: Assistir com a primer intervinent en cas d'accident o situació d'emergència**

- 2) Direcció i coordinació d'activitats de temps de lleure educatiu infantil i juvenil SSC565_3 (RD567/2011, de 20 d'abril) que compren les següents unitats de competència:
- f) UC1869_3: Planificar, organitzar, gestionar i avaluar projectes de temps de lleure educatiu
 - g) UC1867_2: Actuar en processos grupals considerant el comportament i les característiques evolutives de la infantesa i la joventut.**
 - h) UC1868_2: Fer servir tècniques i recursos educatius d'animació en el temps de lleure.
 - i) UC1870_3: Generar equips de personal monitor, dinamitzant-los i supervisant-los en projectes educatius de temps de lleure infantil i juvenil.
- 3) Activitats de natació AFD341_3 (RD 1521/2007, de 16 novembre) de la qual tan sols es desenvolupen les següents:
- j) UC1084_3: Programar activitats d'ensenyament i condicionament físic bàsic relacionat amb les activitats de natació
 - k) UC1085_3: Dirigir l'aprenentatge i el condicionament físic bàsic en activitats de natació
- 4) Condicionament físic en grup amb suport musical AFD162_3 (RD 1087/2005, de 16 setembre; modificat per RD 1521/2007 de 16 novembre) de la qual tan sols es desenvolupen les següents:
- l) UC0273_3: Determinar la condició física, biològica i motivacional de l'usuari**
- 5) Animació turística HOT329_3 (RD 1700/2007, de 14 desembre) de la qual tan sols es desenvolupen les següents:
- m) UC1093_3: Crear i dinamitzar grups en situació d'oci
 - n) UC1094_3: Organitzar i desenvolupar activitats lúdiques i físico-recreatives en animació turística

En negreta estan marcades els Unitats de Competència que desenvoluparem directament en este mòdul i la resta seran tractades de manera transversal en la mesura en que siga possible

OBJECTIUS

OBJECTIUS GENERALS

Els objectius generals es refereixen a la totalitat del cicle formatiu i, per tant, són comuns a tots els mòduls formatius.

Pel que respecta al nostre mòdul de Valoració de la condició física i intervenció en accidents, els objectius generals als quals es faran intervencions directes o transversals vindran marcats amb lletra **negreta**:

- a) Relacionar de forma coherent els diferents elements i factors d'un projecte d'animació socioesportiva, valorant les dades socioeconòmiques, físiques-geogràfiques, culturals i esportiu-recreatives, entre altres, per a elaborar projectes d'animació socioesportiva
- b) Proposar actuacions en l'àmbit socioesportiu que repercuteixen en la salut i la qualitat de vida de la ciutadania, caracteritzant els col·lectius destinataris i incorporant els avanços del sector per a elaborar projectes d'animació socioesportiva

- c) **Determinar els instruments i les seqüències d'aplicació en l'avaluació dels projectes d'animació socioesportiva, utilitzant les tecnologies de la informació en els tractament de variables, per a desenvolupar i registrar el pla d'avaluació**
- d) Seqüenciar les actuacions que han de realitzar-se en la posada en marxa d'un projecte, especificant els recursos necessaris i la seua forma d'obtenció, per a gestionar la posada en marxa del projecte d'animació socioesportiva
- e) Organitzar els recursos humans i materials disponibles, preveient accions per a la promoció, desenvolupament i supervisió, per a gestionar la posada en marxa del projecte d'animació socioesportiva
- f) **Aplicar tècniques i instruments d'avaluació, relacionant-los amb el tipus de dades que es pretenen obtindre, per avaluar la condició física, la competència motriu i les motivacions de les persones que participen en els programes d'animació socioesportiva**
- g) Establir els elements de la programació, els recursos, les adaptacions i les estratègies metodològiques d'intervenció, relacionant-les amb les activitats físiques-esportives individuals, d'equip, d'impliments i jocs
- h) Establir els elements de la programació, els recursos i les estratègies metodològiques d'intervenció, relacionant-los amb les característiques dels potencials col·lectius implicats, per a programar les activitats d'inclusió socioesportiva
- i) Establir els elements de la programació, el recursos, les adaptacions i les estratègies d'animació, relacionant-los amb les característiques dels potencials participants per a programar la recreació mitjançant activitats físiques-esportives i jocs
- j) Valorar la participació dels distints mecanismes implicats en la pràctica d'activitats físiques, diferenciant els graus d'intensitat i de dificultat per a dissenyar, adaptar i seqüenciar exercicis i tasques de les sessions d'ensenyament d'activitats físiques-esportives i jocs
- k) Analitzar els components o requeriments físics, psíquics o socials de diferents activitats físiques, relacionant-les amb els objectius de la inclusió social, per a dissenyar i seqüenciar exercicis i tasques de les sessions o activitats d'inclusió socioesportiva per a persones majors i per a col·lectius en risc d'exclusió
- l) Valorar els components físics, psíquics i socials i els riscos associats a les activitats físiques-esportives recreatives, avaluant els graus d'incertesa dels distints elements, per a dissenyar, adaptar i seqüenciar exercicis i tasques de les sessions o activitats de recreació per a tot tipus de participants
- m) Aplicar tècniques didàctiques, adaptant l'organització de recursos i del grup, els canals i el tipus d'informació i les ferramentes de motivació i de reforç, entre altres, per a dirigir i dinamitzar la realització dels exercicis d'ensenyament d'activitats físiques i esportives
- n) Aplicar tècniques d'intervenció social, adaptant l'organització dels recursos i del grup, els canals i el tipus d'informació i les ferramentes de construcció de xarxes de relació, d'inclusió i de participació, entre altres, per a dirigir i dinamitzar la relació de les activitats d'inclusió socioesportiva
- ñ) Aplicar tècniques d'animació, adaptant l'organització dels recursos i del grup, els canals i el tipus d'informació i les estratègies recreatives, entre altres, per a dirigir i dinamitzar les activitats recreatives físiques-esportives i els jocs
- o) **Disposar els espais, els equips i els materials de les activitats, aplicant criteris d'optimització en la seua utilització, per assegurar la disponibilitat dels recursos necessaris per a la realització d'activitats**
- p) **Aplicar procediments d'intervenció i administració de primers auxilis en cas d'accident, utilitzant els protocols establerts, per a proporcionar l'atenció bàsica als participants que pateixen accidents durant el desenvolupament de les activitats**
- q) **Analitzar i utilitzar els recursos i oportunitats d'aprenentatge relacionats amb l'evolució científica, tecnològica i organitzativa del sector i les tecnologies de la informació i la comunicació, per a mantindre l'esperit d'actualització i adaptar-se a noves situacions laborals i personals**

- r) **Desenvolupar la creativitat i l'esperit d'innovació per a respondre als reptes que es presenten en els processos i en l'organització del treball i de la vida personal**
- s) Prendre decisions de forma fonamentada, analitzant les variables implicades, integrant coneixements de distint àmbit i acceptant els riscos i la possibilitat d'equivocació en les mateixes, per afrontar i resoldre distintes situacions, problemes o contingències
- t) Desenvolupar tècniques de lideratge, motivació, supervisió i comunicació en contextos de treball en grup, per a facilitar l'organització i coordinació d'equips de treball
- u) **Aplicar estratègies i tècniques de comunicació, adaptant-se als continguts que es van a transmetre, a la finalitat i a les característiques dels receptors, per assegurar l'eficàcia en els processos de comunicació**
- v) Avaluar situacions de prevenció de riscos laborals i de protecció ambiental, proposant i aplicant mesures de prevenció personals i col·lectives, d'acord amb la normativa aplicable en el processos de treball, per garantir entorns segurs
- w) Identificar i proposar les accions professionals necessàries, per a donar resposta a l'accessibilitat universal i al "disseny per a totes les persones"
- x) Identificar i aplicar paràmetres de qualitat en els treballs i activitats realitzats en el procés d'aprenentatge, per valorar la cultura de l'avaluació i de la qualitat i ser capaços de supervisar i millorar procediments de gestió de qualitat
- y) Utilitzar procediments relacionats amb la cultura emprenedora, empresarial i d'iniciativa professional, per a realitzar la gestió bàsica d'una xicoteta empresa o emprendre un treball
- z) Reconèixer els seus drets i deures com agent actiu en la societat, tenint en compte el marc legal que regula les condicions socials i laborals, per participar com ciutadà democràtic

RELACIÓ ENTRE OBJECTIUS GENERALS I COMPETÈNCIES GENERALS

<i>COMPETÈNCIES GENERALS</i>	<i>OBJECTIUS GENERALS</i>
UC0272_2: Assistir com a primer intervinent en cas d'accident o situació d'emergència	p) Aplicar procediments d'intervenció i administració de primers auxilis en cas d'accident, utilitzant els protocols establerts, per a proporcionar l'atenció bàsica als participants que pateixen accidents durant el desenvolupament de les activitats
UC0273_3: Determinar la condició física, biològica i motivacional de l'usuari	c) Determinar els instruments i les seqüències d'aplicació en l'avaluació dels projectes d'animació socioesportiva, utilitzant les tecnologies de la informació en els tractament de variables, per a desenvolupar i registrar el pla d'avaluació
	f) Aplicar tècniques i instruments d'avaluació, relacionant-los amb el tipus de dades que es pretenen obtenir, per avaluar la condició física, la competència motriu i les motivacions de les persones que participen en els programes d'animació socioesportiva
	o) Disposar els espais, els equips i els materials de les activitats, aplicant criteris d'optimització en la seua utilització, per assegurar la disponibilitat dels recursos necessaris per a la realització d'activitats
UC1867_2: Actuar en processos grupals considerant el comportament i les característiques evolutives de la infantesa i la joventut.	u) Aplicar estratègies i tècniques de comunicació, adaptant-se als continguts que es van a transmetre, a la finalitat i a les característiques dels receptors, per assegurar l'eficàcia en els processos de comunicació
	q) Analitzar i utilitzar els recursos i oportunitats d'aprenentatge relacionats amb l'evolució científica, tecnològica i organitzativa del sector i les tecnologies de la informació i la comunicació, per a mantindre l'esperit d'actualització i adaptar-se a noves situacions laborals i personals
	r) Desenvolupar la creativitat i l'esperit d'innovació per a respondre als reptes que es presenten en els processos i en l'organització del treball i de la vida personal

RESULTATS D'APRENENTATGE I CRITERIS D'AVUACIÓ DEL MÒDUL

RESULTATS D'APRENENTATGE	CRITERIS D'AVUACIÓ
1. Relacionar els nivells d'intensitat de l'exercici físic amb les adaptacions fisiològiques dels sistemes cardiorespiratori i de regulació, analitzant el comportament dels mateixos	a) Descriure els efectes de la pràctica sistematitzada d'exercici físic sobre els elements estructurals i funcionals dels sistemes cardiorespiratoris i de regulació
	b) Argumentar les implicacions que per a la millora de la qualitat de vida té la pràctica d'activitats físiques
	c) Determinar la incidència d'hàbits nocius sobre el nivell de salut
	d) Identificar la fisiologia dels sistemes cardiorespiratori i de regulació, indicant les interaccions entre les estructures que els integren i la seua repercussió en el rendiment físic
	e) Descriure els mecanismes d'adaptació funcional a l'esforç físic dels sistemes cardiorespiratori i de regulació
	f) Descriure, a nivell macroscòpic, les estructures anatòmiques dels sistemes cardiorespiratoris i de regulació
	g) Indicar els mecanismes fisiològics que condueixen a un estat de fatiga física

RESULTATS D'APRENENTATGE	CRITERIS D'AVUACIÓ
2. Relacionar la mecànica dels exercicis i activitats de condicionament físic bàsic amb la biomecànica i les adaptacions fisiològiques dels sistema múscul-esquelètic, analitzant el seu funcionament	a) Relacionar els diferents tipus de palanques amb les articulacions del cos humà i amb la participació muscular en els moviments de les mateixes
	b) Classificar els principals moviments articulars del cos humà en funció dels plànols i eixos de l'espai
	c) Relacionar l'acció de la gravetat i la localització de la càrrega amb el tipus de contracció muscular que es produeix en els exercicis
	d) Adaptar exercicis a diferents nivells de desenvolupament de la força i de l'amplitud de moviment
	e) Definir els aspectes que cal tindre en compte durant l'execució dels exercicis i les possibles contraindicacions
	f) Utilitzar símbols i esquemes gràfics per a interpretar i representar moviments i exercicis tipus

RESULTATS D'APRENENTATGE	CRITERIS D'AVALUACIÓ
3. Elabora programes de condicionament físic bàsic, aplicant els fonaments dels distints sistemes de millora de les capacitats físiques bàsiques	a) Relacionar els principis de l'entrenament esportiu amb els mecanismes adaptatius de l'organisme a l'esforç físic en els sistemes de millora de la condició física
	b) Identificar els factors que cal tindre en compte per a evitar lesions o sobrecàrregues durant el desenvolupament de les capacitats físiques i perceptives-motrius
	c) Determinar les capacitats físiques que cal desenvolupar i els mètodes més adequats, en funció de les dades de valoració
	d) Establir una seqüència d'exercicis per al desenvolupament de les capacitats físiques
	e) Demostrar l'execució dels exercicis de condicionament físic bàsic i dels de millora de les capacitats perceptives-motrius
	f) Indicar les errades més freqüents en la realització dels exercicis tipus per al desenvolupament de les capacitats físiques i perceptives-motrius
	g) Determinar l'equipament i material tipus per al desenvolupament de la condició física i motriu i les seues possibles aplicacions

RESULTATS D'APRENENTATGE	CRITERIS D'AVALUACIÓ
4. Realitzar proves de determinació de la condició física i biològica, adequades als paràmetres que es van a avaluar, aplicant els protocols de cadascuna d'elles en condicions de seguretat	a) Confeccionar una bateria de proves d'aptitud física i biològica adaptada a un perfil de persona usuària i als mitjans disponibles, tenint en compte les condicions en que cadascuna d'elles està contraindicada
	b) Seleccionar els instruments i les màquines en funció dels paràmetres morfològics i funcionals que es van a mesurar
	c) Subministrar les ajudes que requereixen els diferents perfils de persones usuàries, especialment en quines tenen un menor grau d'autonomia personal
	d) Explicar i demostrar el mode correcte de realitzar proves i d'utilitzar aparells/instruments i equips de mesura de la condició física, indicant les normes de seguretat que cal observar
	e) Identificar signes indicadors de risc abans i durant l'execució de les proves de valoració cardiofuncional
	f) Seguir el procediment d'observació i d'aplicació de qüestionaris per a identificar les necessitats individuals, socials i de qualitat de vida de persones i grups

RESULTATS D'APRENTATGE	CRITERIS D'AVUACIÓ
5. Interpreta els resultats de les proves de valoració de la condició física, registrant i analitzant les dades en les fitxes de control	a) Seleccionar o adaptar fitxes de control de les dades de valoració de les persones usuàries
	b) Registrar les dades de les proves de valoració antropomètrica, biològic-funcional i postural en les fitxes de control
	c) Comparar les dades amb barems de referència, destacant les desviacions que puguin aconsellar mesures preventives
	d) Elaborar informes a partir de les dades registrades en les fitxes de control, fent servir recursos informàtics específics
	e) Establir relacions causa-efecte entre l'activitat física realitzada i les dades de successius registres de proves d'aptitud física i biològica d'una mateixa persona usuària

RESULTATS D'APRENTATGE	CRITERIS D'AVUACIÓ
6. Integrar mesures complementàries en els programes de millora de la condició física, valorant la seua repercussió en la millora de la salut i la qualitat de vida	a) Seleccionar les tècniques que faciliten la recuperació després dels diferents tipus d'esforç físic
	b) Establir la proporció de nutrients en funció del tipus d'esforç físic
	c) Calcular el balanç energètic entre ingesta i activitat física
	d) Confeccionar un llistat d'hàbits dietètics saludables
	e) Explicar el procediment i les mesures preventives que cal tindre en compte en l'aplicació de les mesures complementàries hidrotermals, indicant les seues contraindicacions totals o relatives
	f) Realitzar maniobres bàsiques de massatge de recuperació

RESULTATS D'APRENENTATGE	CRITERIS D'AVAUACIÓ
7. Realitzar la valoració inicial de l'assistència en una urgència, analitzant els riscos, els recursos disponibles i el tipus d'ajuda necessària	a) Justificar la forma d'assegurar la zona i les maniobres necessàries per accedir a la persona accidentada, proposant la millor forma d'accés i identificant els possibles riscos
	b) Seguir les pautes d'actuació segons els protocol, per a la valoració inicial d'una persona accidentada
	c) Identificar situacions de risc vital i definir les actuacions que comporten
	d) Discriminar els casos o les circumstàncies en les que no s'ha d'intervenir i les tècniques que no s'ha d'aplicar el primer intervingent de forma autònoma
	e) Aplicar les tècniques d'autoprotecció en la manipulació de persones accidentades
	f) Revisar el contingut mínim d'una farmaciola d'urgències i les indicacions dels productes i medicaments
	g) Determinar les prioritats d'actuació en funció de la gravetat i el tipus de lesió, i les tècniques de primers auxilis que cal aplicar
	h) Identificar els factors que predisposen a l'ansietat en situacions d'accident, emergència i dol

RESULTATS D'APRENENTATGE	CRITERIS D'AVAUACIÓ
8. Aplicar tècniques de suport vital i primers auxilis, segons els protocols establerts	a) Aplicar tècniques de desobstrucció de la via aèria
	b) Aplicar tècniques de suport vital segons el protocol establert
	c) Aplicar les tècniques bàsiques i instrumentals de reanimació cardiopulmonar sobre maniquís, incloent l'ús de d'equip d'oxigenoteràpia i desfibrilador automàtic
	d) Indicar les causes, els símptomes, les pautes d'actuació i els aspectes preventius en les lesions, les patologies o els traumatismes més significatius, en funció del medi on es desenvolupa l'activitat
	e) Aplicar primers auxilis davant simulació de patologies orgàniques d'urgència i de lesions per agents físics, químics i biològics
	f) Aplicar les estratègies bàsiques de comunicació amb la persona accidentada i els seus acompanyants, en funció de diferents estats emocionals
	g) Especificar les tècniques per a controlar una situació de dol, ansietat, angoixa o agressivitat

RESULTATS D'APRENTATGE	CRITERIS D'AVUACIÓ
9. Aplicar mètodes de mobilització i immobilització que permeten l'evacuació de la persona accidentada, si fora necessari	a) Valorar la importància de l'autocontrol i d'infondre confiança i optimisme a la persona accidentada duran tota l'actuació
	b) Especificar les tècniques per a superar psicològicament el fracàs en la prestació d'auxili
	c) Identificar i aplicar els mètodes bàsics per efectuar el rescat d'una persona accidentada
	d) Aplicar els mètodes d'immobilització aplicables quan la persona accidentada ha de ser traslladada
	e) Confeccionar lliteres i sistemes per a la immobilització i el transport de persones malaltes o accidentades, fent servir materials convencionals i inespecífics o medis de fortuna

RESULTATS D'APRENTATGE RELACIONATS AMB EL MÒDUL DE FORMACIÓ EN EMPRESA

Els resultats d'aprenentatge del mòdul de "Valoració de la condició física i primers auxilis" que es poden relacionar amb la realització del mòdul "Formació en empresa" durant el primer curs podrien ser:

1.- Elabora programes de condicionament físic bàsic, aplicant els fonaments dels diferents sistemes de millora de les capacitats físiques bàsiques

2.- Integrar mesures complementàries en els programes de millora de la condició física, valorant la seua repercussió en la millora de la salut i la qualitat de vida

CONTINGUTS

Els continguts són el conjunt de coneixements teòrics, pràctics i actitudinals que l'alumne adquireix al llarg del curs i l'habiliten en el món de l'ensenyament de les activitats físiques, esportives i recreatives. A continuació es detallen els continguts que treballarem en el mòdul, seguint el RD 653/2017, de 23 de juny:

1. Relació de la intensitat de l'exercici amb els sistemes cardiorespiratori i de regulació:
 - Activitat física i salut. Efectes de l'activitat física sobre la salut. L'estil de vida. Concepte i tipus. Relació amb l'exercici físic
 - Hàbits no saludables i conductes de risc per a la salut
 - Contraindicacions absolutes o relatives de la pràctica d'activitat física
 - Funcions orgàniques i adaptacions a l'exercici físic:
 - o Metabolisme energètic
 - o Sistema cardiorespiratori. Funcionament i adaptacions agudes i cròniques en diferents tipus d'exercici físic
 - o Sistema de regulació. Funció nerviosa i funció hormonal en diferents tipus d'exercici físic
 - La fatiga. Síndrome de sobreentrenament. Relació treball/descans com factor en les adaptacions fisiològiques
 - Termoregulació i exercici físic: mecanisme de regulació. La termoregulació en el medi aquàtic

2. Relació de la mecànica de l'exercici amb el sistema múscul-esquelètic:
 - Sistema múscul-esquelètic:
 - o Anatomia del sistema osteoarticular i del sistema muscular
 - o Reflexos relacionats amb el to i els estiraments
 - o Adaptacions agudes i cròniques del sistema múscul-esquelètic a diferents tipus d'exercici físic
 - Comportament mecànic del sistema múscul-esquelètic:
 - o Biomecànica de la postura i del moviment
 - o Anàlisi dels moviments. Eixos, plans, intervenció muscular i graus de llibertat fisiològica en els moviments articulars
 - o Sistema de representació de moviments
 - Construcció d'exercicis a partir de moviments. Factors de la condició física relacionats amb:
 - o Exercicis de força. Disseny i adaptació a diferents nivells
 - o Exercicis per parelles o en grup. Precaucions, localització, agafades i accions externes
 - o Exercicis d'amplitud de moviment. Disseny i adaptació a diferents nivells. Precaucions, localització, agafades i accions externes. Consignes d'interpretació de les sensacions propioceptives. Exercicis per parelles o grup.

3. Elaboració de programes de condicionament físic bàsic:
 - Factors de la condició física. Condició física, capacitats físiques i capacitats perceptiu-motrius:
 - o Capacitat aeròbica i anaeròbica
 - o Força. Tipus de força
 - o Amplitud de moviments, mobilitat articular i elasticitat muscular

- Velocitat. Tipus.
- Capacitats perceptius-motrius
- Metodologia de l'entrenament. Aplicació dels principis de l'entrenament en els mètodes de millora de les capacitats físiques
- Principis generals del desenvolupament de les capacitats físiques
- Desenvolupament de les capacitats aeròbiques i anaeròbiques: sistemes i mitjans d'entrenament. Marge d'esforç per a la salut
- Desenvolupament de la força: sistemes i mitjans d'entrenament. Marge d'esforç per a la salut
- Desenvolupament de l'amplitud de moviments: sistemes i mitjans d'entrenament.
- Desenvolupament integral de les capacitats físiques i perceptius-motrius
- Activitats de condicionament físic aplicades als diferents nivells d'autonomia personal
- Singularitats de l'adaptació a l'esforç i contraindicacions en situacions de limitació en l'autonomia funcional

4. Avaluació de la condició física i biològica

- Àmbits de l'avaluació de l'aptitud física. Test, proves i qüestionaris en funció de l'edat i del gènere
- Valoració antropomètrica en l'àmbit del condicionament físic:
 - Biotipologia
 - Valoració de la composició corporal. Valors de referència de la composició corporal en diferents tipus d'usuaris. Composició corporal i salut
- Proves de mesura de capacitats perceptius-motrius. Protocols i aplicació dels tests de percepció espacial, de percepció temporal, d'estructuració espai-temporal, d'esquema corporal, de coordinació i d'equilibri
- Proves biològic-funcionals en l'àmbit del condicionament físic. Requisits, protocols, instruments i aparells de mesura. Aplicació autònoma o en col·laboració amb tècnics especialistes:
 - Avaluació de la capacitat aeròbica i de la capacitat anaeròbica. Proves indirectes i test de camp. Llindars. Indicadors de risc.
 - Avaluació de la velocitat. Proves específiques d'avaluació.
 - Avaluació de les diferents manifestacions de la força. Proves específiques d'avaluació
 - Avaluació de l'amplitud de moviment. Proves específiques de mobilitat articular i elasticitat muscular
- Valoració postural:
 - Alteracions posturals més freqüents
 - Proves d'anàlisi postural en l'àmbit del condicionament físic.
- Historial i valoració motivacional
- L'entrevista personal en l'àmbit del condicionament físic
- L'observació com tècnica bàsica d'avaluació en les activitats de condicionament físic

5. Anàlisi i interpretació de dades:

- Registre de resultats en l'aplicació de tests, proves i qüestionaris en l'àmbit del condicionament físic
- Integració i tractament de la informació obtinguda: models de documents i suports
- Recursos informàtics aplicats a la valoració i al registre de tests, proves i qüestionaris en l'àmbit del condicionament físic.
- Aplicació de l'anàlisi de dades

- Estadística per a la interpretació de dades obtingudes en els diferents tests i proves. Creuament de dades i relacions entre les distintes variables
- Anàlisi de qüestionari i de l'historial. La prescripció de l'exercici des de altres especialistes. L'anàlisi com a base del diagnòstic per a l'elaboració de programes de millora de la condició física. Elaboració de l'informe específic

6. Integració de mesures complementàries per a la millora de la condició física:

- Mesures de recuperació de l'esforç físic. Bases biològiques de la recuperació.
- Mètodes i mitjans de recuperació de substrats energètics
- Mitjans i mètodes de recuperació intra i intersessió
- Alimentació i nutrició:
 - o Necessitats calòriques
 - o Dieta equilibrada, recomanacions RDA i dieta mediterrània
 - o Necessitats alimentàries abans, durant i després de l'exercici físic, en funció dels objectius
 - o Conseqüències d'una alimentació no saludable
 - o Trastorns alimentaris

7. Valoració inicial de l'assistència en una urgència:

- Protocol d'actuació front a emergències: avaluació inicial, planificació de l'actuació, localització i formes d'accés, identificació de possibles riscos, protecció de la zona i accés a la persona accidentada.
- Primer intervingent com a part de la cadena assistencial: conducta PAS (protegir, alertar i socórrer).
- Sistemàtica d'actuació: valoració del nivell de consciència, comprovació de la ventilació i actuació front a signes de risc vital
- Actituds, control de l'ansietat, marc legal, responsabilitat i ètica professional.
- La farmaciola de primers auxilis: instruments, material de cura i fàrmacs bàsics

8. Aplicació de tècniques de suport vital i primers auxilis:

- Protocols front a obstrucció de via aèria. Víctima conscient i víctima inconscient.
- Fonaments de la ressuscitació cardiopulmonar bàsica (RCPB). Instrumental, mètodes i tècniques bàsiques.
- Actuació front a aturada respiratòria i cardiorespiratòria.
- Protocols de RCPB en diferents situacions i front a diferents perfils de persones accidentades
- Atenció inicial a les emergències més freqüents. Pautes d'intervenció en l'aplicació dels primers auxilis. Pautes per a la no intervenció.
- Valoració primària i secundària. Detecció de lesions, malalties i traumatismes. Causes, símptomes i signes.
- Tipus de lesions. Classificació, símptomes i signes. Tractament bàsic: hemorràgies, ferides, cremades, accidents elèctrics, accidents aquàtics i traumatismes.
- Altres situacions d'urgència: intoxicacions, crisi anafilàctica, epilèpsia i quadres convulsius, deshidratació, cossos estranys en pell, ulls, oïts i nas, xicotets traumatismes, urgències materno-infantils, accidents de tràfic, accidents domèstics i lesions produïdes per calor o fred.
- Intervenció prehospitalària en accidents en el medi aquàtic: intervenció en funció del grau d'ofegament i intervenció davant lesions medul·lars

9. Mètodes de mobilització i immobilització:

- Avaluació de la necessitat d'efectuar el transport per malaltia sobtada o accident. Recollida d'una persona lesionada.
- Mètodes de mobilització i immobilització més adequats en funció de la patologia.
- Trasllat de persones accidentades.
- Transport de persones accidentades a centres sanitaris. Posicions de transport segur.
- Emergències col·lectives i catàstrofes.
- Tècniques de suport psicològic per a persones accidentades i familiars:
 - o La comunicació en situacions de crisi
 - o Habilitats socials en situació de crisi.
 - o Suport psicològic i autocontrol. Tècniques d'autocontrol davant situacions d'estrés: mecanismes de defensa

METODOLOGIA

La metodologia s'ha de seleccionar en base a un marc ideològic-filosòfic, compost per uns paradigmes o enfocaments educatius i unes teories de l'aprenentatge, que descriuen com ocorre el procés d'ensenyament-aprenentatge.

Quan dissenyem una metodologia, hem de pensar que totes les accions didàctiques s'han d'adequar a la finalitat, a l'alumnat, al contingut i al context.

La pròpia metodologia està formada per components de tipus organitzatiu (modalitat i agrupaments) i de tipus procedimental (models, mètodes i activitats) ordenat de forma lògica.

ACTUACIONS EN L'AULA

Mètodes

Els mètodes representen el conjunt d'accions que es duen a terme en l'aula amb la finalitat d'aconseguir l'aprenentatge. La clau per assegurar-nos que tots els alumnes assolisquen els objectius és una àmplia varietat de mètodes. Així ha seleccionat els següents mètodes:

1. Mètodes expositiu o lliçó magistral
2. Resolució d'exercicis i problemes
3. Estudi de casos reals
4. Aprenentatge orientat a projectes
5. Aprenentatge cooperatiu

L'organització de la classe, així com els agrupaments i la ubicació dels alumnes en l'aula, seran flexibles i variables en funció de l'activitat que es realitzi en cada moment.

Modalitats

Per modalitats entenem les diverses formes d'organitzar i dur a terme el processos d'ensenyament-aprenentatge. Existeixen modalitats presencials i no presencials; i ambdues són necessàries.

Així mateix, el protagonisme també ha de ser variable: les classes no poden estar centrades en la figura del professor, però tampoc podem exigir que tot el pes recaiga sobre l'alumne. D'acord amb els mètodes triats, plantege les següents modalitats:

1. Classes teòriques
2. Tallers
3. Classes pràctiques
4. Tutories individualitzades
5. Estudi i treball en grup
6. Estudi i treball individual

Agrupaments

Els agrupaments són les maneres d'organitzar a l'alumnat. Els agrupaments seleccionats, d'acord amb els modalitats plantejades seran:

1. Individual
2. Xicotet grup o equips de treball
3. Gran grup o grup de classe

Activitats

Les activitats són totes aquelles accions que es realitzen amb la participació de l'alumnat en l'aula, l'objectiu de les quals es facilitar l'aprenentatge d'un determinat contingut.

Existeixen molt tipus diferents d'activitats en funció del moment d'aplicació i de la seua finalitat. En concret, algunes activitats que aplicaré en l'aula seran:

1. D'introducció i de coneixements previs
2. Desenvolupament
3. Consolidació
4. Reforç i/o recuperació
5. D'aplicació
6. D'avaluació
7. D'ampliació

Orientacions pedagògiques de caràcter general

A més de la metodologia plantejada en els punts anteriors, m'agradaria perfilar unes directrius sobre com es va a dur la classe i dels principis metodològics generals en els que m'he basat a l'hora de dissenyar la metodologia:

- A l'inici de cada sessió es realitzarà un breu repàs de la classe anterior, mitjançant preguntes a l'alumnat, que es presentaran els continguts a tractar eixe dia

- Al final de cada sessió es farà un resum dels punts claus vists eixe dia
- Les classes constaran, en general, d'un temps dedicat a explicacions i un temps dedicat a treball de l'alumnat (en grup o individual)
- Es tracta que els aprenentatges siguin significatius, presentant els continguts junt amb les seues aplicacions i establint relacions entre elles
- Els aprenentatges seran contextualitzats, de manera que els problemes estiguen, dins d'allò possible, emmarcats en situacions reals
- La reflexió, el pensament crític, la investigació i la curiositat, junt amb l'aplicació del coneixement, es prioritzaran front als aprenentatges basats en la memorització (però estos no seran abandonats, sinó sols perdran el protagonisme exclusiu)
- Es reforçarà el treball mitjançant l'ús de les TIC, tant en la part més expositiva com en la part de més investigació
- L'avaluació serà considerada com una part més del procés d'ensenyament-aprenentatge, més enllà de la qualificació

RECURSOS

Dins dels recursos ens trobem, per un costat, els espais i equipaments del centre i per l'altre, els materials didàctics a utilitzar pel professor i l'alumnat

Espais

Normalment, donarem classe en una aula polivalent amb pissarra, projector i sistema audiovisual. Completarem les classes pràctiques en les instal·lacions esportives municipals.

Puntualment es podran realitzar alguna classe en algun espai extraordinari com: gimnàs privat, club esportiu rendiment i similars

Recursos i materials didàctics

Els recursos que es van a fer servir de suport a la docència seran:

- Llibre per lliçons elaborat pel professorat en format PDF
- Apunts i presentacions de powerpoint
- Documents d'ampliació disponibles en diferents webs especialitzades

AVALUACIÓ

L'avaluació ben entesa és una oportunitat d'aprenentatge i serveix per a condicionar un estudi intel·ligent i com ajuda per aprendre i evitar el fracàs.

En este marc, l'avaluació constitueix un element essencial en el procés d'ensenyament-aprenentatge per a saber si el que fem té sentit i podem assolir els nostres objectius. La funció de l'avaluació no descansa en la classificació dels alumnes, sinó que s'avalua per a orientar a l'alumnat i guiar el procés d'ensenyament-aprenentatge.

L'avaluació té, per tant, utilitat per a l'alumnat, professors i centre, sempre i quan s'avalua tant l'aprenentatge com l'ensenyament.

En base a tot allò exposat, l'avaluació ha de tindre com principal objectiu orientar a l'alumne i assegurar el seu aprenentatge, és a dir, ha de ser una avaluació formativa.

MOMENTS I INSTRUMENTS D'AVALUACIÓ

Durant la primera setmana del curs es durà a terme una **avaluació inicial** que constarà de:

- Una prova teòrica sobre els conceptes del mòdul
- Una prova pràctica sobre l'aplicació al món de l'esport d'estos conceptes del mòdul

Esta avaluació no contarà a l'hora de calcular qualificacions, ja que el seu principal objectiu és concretar el punt de sortida amb la finalitat d'adaptar la programació o establir les mesures d'atenció a la diversitat pertinents

A partir d'eixe moment **l'avaluació serà continua i formativa**, per a comprovar els resultats del procés d'ensenyament-aprenentatge i valorar el grau de consecució dels objectius.

Al final de cada unitat de treball o conjunt d'unitats de treball, per a determinar el nivell dels aprenentatges assolits es realitzarà una **avaluació final o sumativa**.

En esta avaluació es tindrà en compte:

- L'assistència a classe y la puntualitat
- El treball, actitud i comportament
- La resolució de proves escrites i individuals, avaluant el grau de coneixements dels continguts, documents i operacions explicades en classe.
- La valoració dels treball individual, en grup desenvolupats al llarg del període que tracten d'aprofundir sobre el coneixement dels continguts

D'esta manera la proposta d'ordenació de les Unitats Formatives queda així:

La primera avaluació compren les Unitats Formatives 1 i 2, i la seua avaluació es realitzarà mitjançant:

- Examen teòric sobre conceptes treballats
- Treball grups reduïts
- Treball individual

La segona avaluació són les Unitats Formatives 3 i 4 i la seua avaluació es realitzarà:

- Examen teòric sobre conceptes treballats
- Treball individual
- Treball investigació i exposició per grups reduïts

La tercera avaluació la formaran les Unitats Formatives 4 i 5 i la seua avaluació es realitzarà:

- Examen teòric sobre conceptes treballats
- Treball investigació col·laborativa gran grup
- Treball investigació i exposició per grups reduïts

Per aprovar el Mòdul cal aprovar totes i cadascuna de les avaluacions. Una avaluació es considerarà aprovada si en totes les seues parts, exàmens o treballs la nota és superior a 5.

L'alumnat que no aconseguisca aprovar alguna avaluació, haurà de recuperar-la en la convocatòria ordinària final (inici juny) o en la convocatòria extraordinària (final de juny). En estes convocatòries, cada alumne haurà de presentar-se a l'examen o repetir el treball de la part que tinga suspesa.

A més com estableix la Resolució de 26 de juliol de 2021, en l'ensenyament presencial, l'avaluació continua requereix l'assistència regular a les activitats lectives programades. El nombre de faltes d'assistència que determina el dret a l'avaluació continua és com a màxim del 15% respecte de la duració total del mòdul professional.

L'alumnat que perga el dret a l'avaluació continua, és a dir, que tinga més d'un 15% de faltes d'assistència (llevat de casos justificats per motius laborals o baixa mèdica perllongada i els alumnes que tenen el mòdul pendent, que no tenen l'obligació d'assistir a classe), que en este mòdul suposen 30 hores, seran avaluats per un examen final que constarà de qüestions teòriques i exercicis pràctics segons els continguts de la programació.

PROCEDIMENT DE QUALIFICACIÓ

Per a superar el Mòdul Professional de *Valoració de la condició física i intervenció en accidents* cal superar totes i cadascuna de les cinc unitats formatives amb una nota igual o superior a 5 punts sobre 10.

La qualificació del Mòdul s'obtindrà d'acord amb la següent ponderació:

$$Q = 5\% * Q_{UF1} + 20\% * Q_{UF2} + 40\% * Q_{UF3} + 10\% * Q_{UF4} + 25\% * Q_{UF5}$$

$$Q_{UF1} = \text{Examen} * 100\%$$

$$Q_{UF2} = \text{Examen RA1} * 50\% + \text{Examen RA2} * 50\%$$

$$Q_{UF3} = \text{Examen RA3} * 25\% + \text{Examen RA4} * 25\% + \text{Examen RA5} * 25\% + \text{Examen RA6} * 25\%$$

$$Q_{UF4} = \text{Examen RA6} * 100\%$$

$$Q_{UF5} = \text{Examen RA7} * 30\% + \text{Examen RA8} * 40\% + \text{Examen RA9} * 30\%$$

ATENCIÓ A LA DIVERSITAT

La formació professional es construeix sobre els pilars de la pluralitat i flexibilitat, com en la resta d'ensenyaments, perquè cada alumne és únic i diferent de la resta, i cadascú té uns condicionants personals que cal tindre present i tractar d'ajudar per obtenir l'èxit formatiu.

Com a conseqüència, l'atenció a la diversitat es constitueix un principi educatiu bàsic per a donar resposta a la varietat d'interessos, capacitats, motivacions i, en definitiva, necessitats educatives de l'alumnat.

Tenint en compte que allò que volen les mesures d'atenció a la diversitat és adaptar-se a les individualitat de l'alumnat, trobem el següent:

ADAPTACIONS CURRICULARS

Quan en l'aula tenim alumnes amb necessitats específica de suport educatiu caldrà que duguem a terme les denominades adaptacions curriculars, que no és altra cosa que adaptar en major o menor mesura la programació per a alguns alumnes.

Cal destacar que les mesures adoptades per atendre a la diversitat dins de la Formació Professional no poden suposar una adaptació curricular significativa, ja que afectaria a les competències professionals necessàries per obtenir el Títol del nostre cicle.

Per tant les adaptacions curriculars tan sols podran afectar a :

- Els elements curriculars bàsics: metodologia, activitats, temporalització.
- Elements curriculars d'accés: adaptació de l'aula i condicions materials
- En el cas d'alumnes que presenten alguna discapacitat física, el mòdul no suposa un gran impediment; tan sols es demanarà que siguin capaços d'organitzar, exposar i dirigir les activitats pràctiques. En cap cas serà matèria avaluable la realització pràctica

ALUMNES AMB UN MÒDUL PROFESSIONAL PENDENT

D'acord amb allò establert en l'apartat d'avaluació, no tenen l'obligació d'assistir a classe per poder acollir-se el sistema d'avaluació continua, tot i que podran assistir sempre que les seues obligacions s'ho permeten.

Pel que fa al material didàctic, este tipus d'alumnat haurà de preparar-se el mòdul amb el material que se'ls va proporcionar durant la realització del mòdul en el seu curs natural

UNITATS FORMATIVES

1136	<i>VALORACIÓ DE LA CONDICIÓ FÍSICA I INTERVENCIÓ EN ACCIDENTS</i>			
Unitats formatives		Duració	Data inici	Data final
UF1: Activitat física i salut		6h		
UF2: Anatomia i fisiologia		66h		
UF3: Condició física. Qualitats físiques bàsiques. Entrenament i avaluació		72h		
UF4: Alimentació i nutrició		12h		
UF5: Atenció i primers auxilis		36h		

UF1	Activitat física i salut		
Temes formatius		Hores	Resultats d'aprenentatge
Tema 1: Activitat física i salut		6	RA 1

UF2	Anatomia i fisiologia		
Temes formatius		Hores	Resultats d'aprenentatge
Tema 1: Els sistema cardiorespiratori.		12	RA 1
Tema 2: Les funcions digestiva i excretora		6	RA 1
Tema 3: La funció reguladora		4	RA 1
Tema 4: Biomecànica. Estructures implicades en el moviment.		16	RA 2
Tema 5: Biomecànica de la postura i el moviment		12	RA 2
Tema 6: Relació de les qualitats físiques bàsiques amb els sistemes fisiològics. Adaptacions fisiològiques		16	RA 2

UF3	Condició física. Qualitats físiques bàsiques. Entrenament i avaluació		
Temes formatius		Hores	Resultats d'aprenentatge
Tema 1: Qualitats físiques bàsiques. Definició i tipus		18	RA 2
Tema 2: Elaboració de programes de condicionament físic bàsic		38	RA 3, RA 6
Tema 3: Avaluació de la condició física i anàlisi de dades		8	RA 4, RA 5
Tema 4: Fatiga i recuperació		8	RA 2

UF4	Alimentació i nutrició		
	Temes formatius	Hores	Resultats d'aprenentatge
	Tema 1: Alimentació i nutrició	6	RA 6
	Tema 2: Nutrició esportiva	6	RA 6

UF5	Atenció i primers auxilis		
	Temes formatius	Hores	Resultats d'aprenentatge
	Tema 1: Valoració inicial de l'assistència en una urgència	6	RA 7
	Tema 2: Aplicació de tècniques de suport vital	18	RA 8
	Tema 3: Primers auxilis per a traumatismes i altres urgències	12	RA 9

PROGRAMACIÓ DE LES UNITATS FORMATIVES

U.F.1: ACTIVITAT FÍSICA I SALUT	6 h
--	------------

ESTRUCTURA DE LA UNITAT FORMATIVA

UF1	Activitat física i salut		4 hores
	Temes formatius	Hores	Resultats d'aprenentatge
	Tema 1: Activitat física i salut	6h	RA 1

RESULTATS D'APRENTATGE, CRITERIS D'AVUACIÓ I CONTINGUTS

UF1: Activitat física i salut	6 h
RA 1: Relacionar els nivells d'intensitat de l'exercici físic amb les adaptacions fisiològiques dels sistemes cardiorespiratori i de regulació, analitzant el comportament dels mateixos	
Criteris d'avaluació	
b) Argumentar les implicacions que per a la millora de la qualitat de vida té la pràctica d'activitats físiques c) Determinar la incidència d'hàbits nocius sobre el nivell de salut	
Continguts	
1. Relació de la intensitat de l'exercici amb els sistemes cardiorespiratori i de regulació: <ul style="list-style-type: none"> - Activitat física i salut. Efectes de l'activitat física sobre la salut. L'estil de vida. Concepte i tipus. Relació amb l'exercici físic - Hàbits no saludables i conductes de risc per a la salut - Contraindicacions absolutes o relatives de la pràctica d'activitat física 	

ACTIVITATS D'ENSENYAMENT-APRENTATGE DE LA UNITAT FORMATIVA

UF1: Activitat física i salut					
RA 1: Relacionar els nivells d'intensitat de l'exercici físic amb les adaptacions fisiològiques dels sistemes cardiorespiratori i de regulació, analitzant el comportament dels mateixos					
Activitats d'ensenyament-aprenentatge		Contingut	Avaluació		
Tema 1.- Activitat física i salut		1	RA	CA	Instruments
Descripció	Apartats del tema 1: <ul style="list-style-type: none"> - El concepte de salut - Estils de vida saludables - L'activitat física i la salut - La condició física - Qualitats físiques bàsiques 		1	b, c	<ul style="list-style-type: none"> • Dossier teòric (llibre) • Pràctiques en classe

	Activitats	Documents / Fitxer
UF1 Tema 1	Presentació del mòdul	Programació didàctica
	Continguts i recursos	Llibre text, AULES
	Pràctica, exercicis	Fulla seguiment
	Proves objectives	Examen escrit, treballs grup reduït + individual

AVALUACIÓ DE LA UNITAT FORMATIVA

Els instruments d'avaluació estaran formats pel lliurament de les pràctiques i per la realització de proves on l'alumnat haurà de demostrar que ha assolit els resultats d'aprenentatge, així com l'adquisició de competències de la Unitat Formativa 1.

Qualificació dels RA	Instruments d'avaluació	%
RA1	Exercicis prova objectiva (examen)	100%

Per tant la qualificació de la UF1 serà la següent:

$$Q_{UF1} = \text{Examen} * 100 \%$$

U.F.2: ANATOMIA I FISIOLOGIA	66h
-------------------------------------	------------

ESTRUCTURA DE LA UNITAT FORMATIVA

UF2	Anatomia i fisiologia	66 hores	
	Temes formatius	Hores	Resultats d'aprenentatge
	Tema 2: Els sistema cardiorespiratori.	12	RA 1
	Tema 3: Les funcions digestiva i excretora	6	RA 1
	Tema 4: La funció reguladora	4	RA 1
	Tema 5: Biomecànica. Estructures implicades en el moviment.	16	RA 2
	Tema 6: Biomecànica de la postura i el moviment	12	RA 2
	Tema 7: Relació de les qualitats físiques bàsiques amb els sistemes fisiològics. Adaptacions fisiològiques	16	RA 2

RESULTATS D'APRENENTATGE, CRITERIS D'AVUACIÓ I CONTINGUTS

UF2: Anatomia i fisiologia	32 h
RA 1: Relacionar els nivells d'intensitat de l'exercici físic amb les adaptacions fisiològiques dels sistemes cardiorespiratori i de regulació, analitzant el comportament dels mateixos	
Criteris d'avaluació	
a) Descriure els efectes de la pràctica sistematitzada d'exercici físic sobre els elements estructurals i funcionals dels sistemes cardiorespiratoris i de regulació	
d) Identificar la fisiologia dels sistemes cardiorespiratori i de regulació, indicant les interaccions entre les estructures que els integren i la seua repercussió en el rendiment físic	
e) Descriure els mecanismes d'adaptació funcional a l'esforç físic dels sistemes cardiorespiratori i de regulació	
f) Descriure, a nivell macroscòpic, les estructures anatòmiques dels sistemes cardiorespiratoris i de regulació	
g) Indicar els mecanismes fisiològics que condueixen a un estat de fatiga física	
Continguts	
1. Relació de la intensitat de l'exercici amb els sistemes cardiorespiratori i de regulació: <ul style="list-style-type: none"> - Funcions orgàniques i adaptacions a l'exercici físic: <ul style="list-style-type: none"> o Metabolisme energètic o Sistema cardiorespiratori. Funcionament i adaptacions agudes i cròniques en diferents tipus d'exercici físic o Sistema de regulació. Funció nerviosa i funció hormonal en distints tipus d'exercici físic - La fatiga. Síndrome de sobreentrenament. Relació treball/descans com factor en els adaptacions fisiològiques 	

- Termoregulació i exercici físic: mecanisme de regulació. La termoregulació en el medi aquàtic

2. Relació de la mecànica de l'exercici amb el sistema múscul-esquelètic:

- Sistema múscul-esquelètic:
 - o Anatomia del sistema osteoarticular i del sistema muscular
 - o Reflexos relacionats amb el to i els estiraments
 - o Adaptacions agudes i cròniques del sistema múscul-esquelètic a diferents tipus d'exercici físic

UF2: Anatomia i fisiologia	34 h
RA 2: Relacionar la mecànica dels exercicis i activitats de condicionament físic bàsic amb la biomecànica i les adaptacions fisiològiques dels sistema múscul-esquelètic, analitzant el seu funcionament	
Criteris d'avaluació	
a) Relacionar els diferents tipus de palanques amb les articulacions del cos humà i amb la participació muscular en els moviments de les mateixes	
b) Classificar els principals moviments articulars del cos humà en funció dels plànols i eixos de l'espai	
c) Relacionar l'acció de la gravetat i la localització de la càrrega amb el tipus de contracció muscular que es produeix en els exercicis	
d) Adaptar exercicis a diferents nivells de desenvolupament de la força i de l'amplitud de moviment	
e) Definir els aspectes que cal tindre en compte durant l'execució dels exercicis i les possibles contraindicacions	
f) Utilitzar símbols i esquemes gràfics per a interpretar i representar moviments i exercicis tipus	
Continguts	
2. Relació de la mecànica de l'exercici amb el sistema múscul-esquelètic: <ul style="list-style-type: none"> - Comportament mecànic del sistema múscul-esquelètic: <ul style="list-style-type: none"> o Biomecànica de la postura i del moviment o Anàlisi dels moviments. Eixos, plans, intervenció muscular i graus de llibertat fisiològica en els moviments articulars o Sistema de representació de moviments - Construcció d'exercicis a partir de moviments. Factors de la condició física relacionats amb: <ul style="list-style-type: none"> o Exercicis de força. Disseny i adaptació a diferents nivells o Exercicis per parelles o en grup. Precaucions, localització, agafades i accions externes o Exercicis d'amplitud de moviment. Disseny i adaptació a diferents nivells. Precaucions, localització, agafades i accions externes. Consignes d'interpretació de les sensacions propioceptives. Exercicis per parelles o grup. 	

ACTIVITATS D'ENSENYAMENT-APRENTATGE DE LA UNITAT FORMATIVA

UF2: Anatomia i fisiologia

Activitats d'ensenyament-aprenentatge		Contingut	Avaluació		
Tema 2.- El sistema cardiorespiratori		1	RA	CA	Instruments
Descripció	Apartats del tema 2: - El metabolisme - La funció circulatoria - La funció respiratòria - Sistema cardiorespiratori i esforç		1	a, d, e, f, g	<ul style="list-style-type: none"> • Dossier teòric (llibre) • Pràctiques en classe

	Activitats	Documents / Fitxer
UF2 Tema 2	Presentació de la Unitat Formativa	Programació didàctica
	Continguts i recursos	Llibre text, AULES
	Pràctica, exercicis	Fulla seguiment
	Proves objectives	Examen escrit, treballs grup reduït + individual

UF2: Anatomia i fisiologia

Activitats d'ensenyament-aprenentatge		Contingut	Avaluació		
Tema 3.- Les funcions digestiva i excretora		2	RA	CA	Instruments
Descripció	Apartats del tema 3: - La funció digestiva - La funció excretora		1	d, e, f	<ul style="list-style-type: none"> • Dossier teòric (llibre) • Pràctiques en classe

	Activitats	Documents / Fitxer
UF2 Tema 3	Presentació de la Unitat Formativa	Programació didàctica
	Continguts i recursos	Llibre text, AULES
	Pràctica, exercicis	Fulla seguiment
	Proves objectives	Examen escrit, treballs grup reduït + individual

UF2: Anatomia i fisiologia

Activitats d'ensenyament-aprenentatge		Contingut	Avaluació		
Tema 4.- La funció reguladora		2	RA	CA	Instruments
Descripció	Apartats del tema 4: - La homeòstasi - El centre de coordinació: el sistema nerviós - La resposta hormonal: el sistema endocrí - Resposta endocrina a l'exercici físic		1	d, e, f	<ul style="list-style-type: none"> • Dossier teòric (llibre) • Pràctiques en classe

	Activitats	Documents / Fitxer
UF2 Tema 4	Presentació de la Unitat Formativa	Programació didàctica
	Continguts i recursos	Llibre text, AULES
	Pràctica, exercicis	Fulla seguiment
	Proves objectives	Examen escrit, treballs grup reduït + individual

UF2: Anatomia i fisiologia					
Activitats d'ensenyament-aprenentatge		Contingut	Avaluació		
Tema 5.- Biomecànica. Estructures implicades en el moviment		2	RA	CA	Instruments
Descripció	Apartats del tema 5: - L'aparell locomotor - Els ossos - Les articulacions - Els músculs - Adaptacions als estímuls		2	a, b, c,	

	Activitats	Documents / Fitxer
UF2 Tema 5	Presentació de la Unitat Formativa	Programació didàctica
	Continguts i recursos	Llibre text, AULES
	Pràctica, exercicis	Fulla seguiment
	Proves objectives	Examen escrit, treballs grup reduït + individual

UF2: Anatomia i fisiologia					
Activitats d'ensenyament-aprenentatge		Contingut	Avaluació		
Tema 6.- Biomecànica de la postura i el moviment		2	RA	CA	Instruments
Descripció	Apartats del tema 6: - Biomecànica de l'activitat física - La realització de moviments - Exercicis d'entrenament biomecànic - Prevenció de lesions		2	b, f	

	Activitats	Documents / Fitxer
UF2 Tema 6	Presentació de la Unitat Formativa	Programació didàctica
	Continguts i recursos	Llibre text, AULES
	Pràctica, exercicis	Fulla seguiment
	Proves objectives	Examen escrit, treballs grup reduït + individual

UF2: Anatomia i fisiologia				
Activitats d'ensenyament-aprenentatge		Contingut	Avaluació	
Tema 7.- Relació de les qualitats físiques bàsiques amb els sistemes fisiològics. Adaptacions fisiològiques		2	RA	CA
Descripció	Apartats del tema 7: - Força - Velocitat - Resistència - Flexibilitat		1 2	d, e, • Dossier teòric (llibre) • Pràctiques en classe

	Activitats	Documents / Fitxer
UF2	Presentació de la Unitat Formativa	Programació didàctica
Tema 7	Continguts i recursos	Llibre text, AULES
	Pràctica, exercicis	Fulla seguiment
	Proves objectives	Examen escrit, treballs grup reduït + individual

AVALUACIÓ DE LA UNITAT FORMATIVA

Els instruments d'avaluació estaran formats pel lliurament de les pràctiques i per la realització de proves on l'alumnat haurà de demostrar que ha assolit els resultats d'aprenentatge, així com l'adquisició de competències de la Unitat Formativa 1.

Qualificació dels RA	Instruments d'avaluació	%
RA1	Exercicis prova objectiva (examen)	50%
RA2	Exercicis prova objectiva (examen)	50%

Per tant la qualificació de la UF1 serà la següent:

$$Q_{UF2} = \text{Examen RA1} * 50\% + \text{Examen RA2} * 50\%$$

U.F.3: CONDICIÓN FÍSICA. QUALITATS FÍSQUES BÀSIQUES. ENTRENAMENT I AVALUACIÓ	72 h
---	-------------

ESTRUCTURA DE LA UNITAT FORMATIVA

UF3 Condició física. Qualitats físiques bàsiques. Entrenament i avaluació		
Temes formatius	Hores	Resultats d'aprenentatge
Tema 8: Qualitats físiques bàsiques. Definició i tipus	18	
Tema 9: Elaboració de programes de condicionament físic bàsic	38	RA 3, RA 6
Tema 10: Avaluació de la condició física i anàlisi de dades	8	RA 4, RA 5
Tema 11: Fatiga i recuperació	8	RA3

RESULTATS D'APRENTATGE, CRITERIS D'AVALUACIÓ I CONTINGUTS

UF3: Condició física. Qualitats físiques bàsiques. Entrenament i avaluació	38 h
RA3: Elabora programes de condicionament físic bàsic, aplicant els fonaments dels diferents sistemes de millora de les capacitats físiques bàsiques	
Criteris d'avaluació	
a) Relacionar els principis de l'entrenament esportiu amb els mecanismes adaptatius de l'organisme a l'esforç físic en els sistemes de millora de la condició física	
b) Identificar els factors que cal tindre en compte per a evitar lesions o sobrecàrregues durant el desenvolupament de les capacitats físiques i perceptives-motrius	
c) Determinar les capacitats físiques que cal desenvolupar i els mètodes més adequats, en funció de les dades de valoració	
d) Establir una seqüència d'exercicis per al desenvolupament de les capacitats físiques	
e) Demostrar l'execució dels exercicis de condicionament físic bàsic i dels de millora de les capacitats perceptives-motrius	
f) Indicar les errades més freqüents en la realització dels exercicis tipus per al desenvolupament de les capacitats físiques i perceptives-motrius	
g) Determinar l'equipament i material tipus per al desenvolupament de la condició física i motriu i les seues possibles aplicacions	
Continguts	
3. Elaboració de programes de condicionament físic bàsic: <ul style="list-style-type: none"> - Factors de la condició física. Condició física, capacitats físiques i capacitats perceptius-motrius: <ul style="list-style-type: none"> o Capacitat aeròbica i anaeròbica o Força. Tipus de força o Amplitud de moviments, mobilitat articular i elasticitat muscular o Velocitat. Tipus. o Capacitats perceptius-motrius - Metodologia de l'entrenament. Aplicació dels principis de l'entrenament en els mètodes de millora de les capacitats físiques - Principis generals del desenvolupament de les capacitats físiques 	

- Desenvolupament de les capacitats aeròbiques i anaeròbiques: sistemes i mitjans d'entrenament. Marge d'esforç per a la salut
- Desenvolupament de la força: sistemes i mitjans d'entrenament. Marge d'esforç per a la salut
- Desenvolupament de l'amplitud de moviments: sistemes i mitjans d'entrenament.
- Desenvolupament integral de les capacitats físiques i perceptius-motrius
- Activitats de condicionament físic aplicades als diferents nivells d'autonomia personal
- Singularitats de l'adaptació a l'esforç i contraindicacions en situacions de limitació en l'autonomia funcional

UF3: Condició física. Qualitats físiques bàsiques. Entrenament i avaluació	8 h
RA4: Realitzar proves de determinació de la condició física i biològica, adequades als paràmetres que es van a avaluar, aplicant els protocols de cadascuna d'elles en condicions de seguretat	
Criteris d'avaluació	
a) Confeccionar una bateria de proves d'aptitud física i biològica adaptada a un perfil de persona usuària i als mitjans disponibles, tenint en compte les condicions en que cadascuna d'elles està contraindicada	
b) Seleccionar els instruments i les màquines en funció dels paràmetres morfològics i funcionals que es van a mesurar	
c) Subministrar les ajudes que requereixen els diferents perfils de persones usuàries, especialment en quines tenen un menor grau d'autonomia personal	
d) Explicar i demostrar el mode correcte de realitzar proves i d'utilitzar aparells/instruments i equips de mesura de la condició física, indicant les normes de seguretat que cal observar	
e) Identificar signes indicadors de risc abans i durant l'execució de les proves de valoració cardiofuncional	
f) Seguir el procediment d'observació i d'aplicació de qüestionaris per a identificar les necessitats individuals, socials i de qualitat de vida de persones i grups	
Continguts	
4. Avaluació de la condició física i biològica	
<ul style="list-style-type: none"> - Àmbits de l'avaluació de l'aptitud física. Test, proves i qüestionaris en funció de l'edat i del gènere - Valoració antropomètrica en l'àmbit del condicionament físic: <ul style="list-style-type: none"> o Biotipologia o Valoració de la composició corporal. Valors de referència de la composició corporal en diferents tipus d'usuaris. Composició corporal i salut - Proves de mesura de capacitats perceptius-motrius. Protocols i aplicació dels tests de percepció espacial, de percepció temporal, d'estructuració espai-temporal, d'esquema corporal, de coordinació i d'equilibri - Proves biològic-funcionals en l'àmbit del condicionament físic. Requisits, protocols, instruments i aparells de mesura. Aplicació autònoma o en col·laboració amb tècnics especialistes: <ul style="list-style-type: none"> o Avaluació de la capacitat aeròbica i de la capacitat anaeròbica. Proves indirectes i test de camp. Llindars. Indicadors de risc. o Avaluació de la velocitat. Proves específiques d'avaluació. o Avaluació de les diferents manifestacions de la força. Proves específiques d'avaluació o Avaluació de l'amplitud de moviment. Proves específiques de mobilitat articular i elasticitat muscular - Valoració postural: <ul style="list-style-type: none"> o Alteracions posturals més freqüents 	

- Proves d'anàlisi postural en l'àmbit del condicionament físic.
- Historial i valoració motivacional
- L'entrevista personal en l'àmbit del condicionament físic
- L'observació com tècnica bàsica d'avaluació en les activitats de condicionament físic

UF3: Condició física. Qualitats físiques bàsiques. Entrenament i avaluació	8 h
RA5: Interpreta els resultats de les proves de valoració de la condició física, registrant i analitzant les dades en les fitxes de control	
Criteris d'avaluació	
a) Seleccionar o adaptar fitxes de control de les dades de valoració de les persones usuàries	
b) Registrar les dades de les proves de valoració antropomètrica, biològic-funcional i postural en les fitxes de control	
c) Comparar les dades amb barems de referència, destacant les desviacions que puguin aconsellar mesures preventives	
d) Elaborar informes a partir de les dades registrades en les fitxes de control, fent servir recursos informàtics específics	
e) Establir relacions causa-efecte entre l'activitat física realitzada i les dades de successius registres de proves d'aptitud física i biològica d'una mateixa persona usuària	
Continguts	
5. Anàlisi i interpretació de dades: <ul style="list-style-type: none"> - Registre de resultats en l'aplicació de tests, proves i qüestionaris en l'àmbit del condicionament físic - Integració i tractament de la informació obtinguda: models de documents i suports - Recursos informàtics aplicats a la valoració i al registre de tests, proves i qüestionaris en l'àmbit del condicionament físic. - Aplicació de l'anàlisi de dades - Estadística per a la interpretació de dades obtingudes en els diferents tests i proves. Creuament de dades i relacions entre les distintes variables - Anàlisi de qüestionari i de l'historial. La prescripció de l'exercici des de altres especialistes. L'anàlisi com a base del diagnòstic per a l'elaboració de programes de millora de la condició física. Elaboració de l'informe específic 	

UF3: Condició física. Qualitats físiques bàsiques. Entrenament i avaluació	18 h
RA6: Integrar mesures complementàries en els programes de millora de la condició física, valorant la seua repercussió en la millora de la salut i la qualitat de vida	
Criteris d'avaluació	
a) Seleccionar les tècniques que faciliten la recuperació després dels diferents tipus d'esforç físic	
e) Explicar el procediment i les mesures preventives que cal tindre en compte en l'aplicació de les mesures complementàries hidrotermals, indicant les seues contraindicacions totals o relatives	
f) Realitzar maniobres bàsiques de massatge de recuperació	
Continguts	
6. Integració de mesures complementàries per a la millora de la condició física: <ul style="list-style-type: none"> - Mesures de recuperació de l'esforç físic. Bases biològiques de la recuperació. - Mètodes i mitjans de recuperació de substrats energètics - Mitjans i mètodes de recuperació intra i intersessió 	

ACTIVITATS D'ENSENYAMENT-APRENTATGE DE LA UNITAT FORMATIVA

UF3: Condició física. Qualitats físiques bàsiques. Entrenament i avaluació

Activitats d'ensenyament-aprenentatge		Contingut	Avaluació		
Tema 8.- Qualitats físiques bàsiques. Definició i tipus		3	RA	CA	Instruments
Descripció	Apartats del tema 8: - La resistència - La força - La velocitat - La flexibilitat		3	a, b, c, d, e, f	<ul style="list-style-type: none"> • Dossier teòric (llibre) • Pràctiques en classe

	Activitats	Documents / Fitxer
UF3 Tema 8	Presentació de la Unitat Formativa	Programació didàctica
	Continguts i recursos	Llibre text, AULES
	Pràctica, exercicis	Fulla seguiment
	Proves objectives	Examen escrit, treballs grup reduït + individual

UF3: Condició física. Qualitats físiques bàsiques. Entrenament i avaluació

Activitats d'ensenyament-aprenentatge		Contingut	Avaluació		
Tema 9.- Elaboració de programes de condicionament físic bàsic		3	RA	CA	Instruments
Descripció	Apartats del tema 8: - Els programes de condicionament físic - Disseny de programes de condicionament - Programes d'entrenament força - Programes d'entrenament de resistència - Entrenament de l'amplitud de moviment - Entrenament pliomètric de la velocitat - Adaptacions del programa		3	a, b, c, d, e, f	<ul style="list-style-type: none"> • Dossier teòric (llibre) • Pràctiques en classe

	Activitats	Documents / Fitxer
UF3 Tema 9	Presentació de la Unitat Formativa	Programació didàctica
	Continguts i recursos	Llibre text, AULES
	Pràctica, exercicis	Fulla seguiment
	Proves objectives	Examen escrit, treballs grup reduït + individual

UF3: Condició física. Qualitats físiques bàsiques. Entrenament i avaluació

Activitats d'ensenyament-aprenentatge		Contingut	Avaluació		
Tema 10.- Avaluació de la condició física i anàlisi de dades		4, 5	RA	CA	Instruments
Descripció	Apartats del tema 10: - L'avaluació de la condició física - Fase I. La entrevista inicial - Fase II. El programa de detecció sanitària previ - Fase III. L'avaluació de la forma física - Fase IV. L'anàlisi i la interpretació de dades		4 5	a, b, c, d, e, f a, b, c, d, e	<ul style="list-style-type: none"> • Dossier teòric (llibre) • Pràctiques en classe

	Activitats	Documents / Fitxer
UF3 Tema 10	Presentació de la Unitat Formativa	Programació didàctica
	Continguts i recursos	Llibre text, AULES
	Pràctica, exercicis	Fulla seguiment
	Proves objectives	Examen escrit, treballs grup reduït + individual

UF3: Condició física. Qualitats físiques bàsiques. Entrenament i avaluació

Activitats d'ensenyament-aprenentatge		Contingut	Avaluació		
Tema 11.- Fatiga i recuperació		6	RA	CA	Instruments
Descripció	Apartats del tema 11: - La fatiga física - Recuperació de la fatiga		3 6	a, b, a, e, f	<ul style="list-style-type: none"> • Dossier teòric (llibre) • Pràctiques en classe

	Activitats	Documents / Fitxer
UF3 Tema 11	Presentació de la Unitat Formativa	Programació didàctica
	Continguts i recursos	Llibre text, AULES
	Pràctica, exercicis	Fulla seguiment
	Proves objectives	Examen escrit, treballs grup reduït + individual

AVALUACIÓ DE LA UNITAT FORMATIVA

Els instruments d'avaluació estaran formats pel lliurament de les pràctiques i per la realització de proves on l'alumnat haurà de demostrar que ha assolit els resultats d'aprenentatge, així com l'adquisició de competències de la Unitat Formativa 1.

Qualificació dels RA	Instruments d'avaluació	%
RA3	Exercicis prova objectiva (examen) + Formació en empresa	25%
RA4	Exercicis prova objectiva (examen) + Formació en empresa	25%

RA5	Exercicis prova objectiva (examen)	25%
RA6	Exercicis prova objectiva (examen)	25%

Per tant la qualificació de la UF1 serà la següent:

$$Q_{UF3} = \text{Examen RA3} + *15\% + \text{Nota Formació en empresa} * 0,10\% + \text{Examen RA4} * 15\% + \text{Nota Formació en empresa} * 10\% + \text{Examen RA5} * 25\% + \text{Examen RA6} * 25\%$$

U.F.4: ALIMENTACIÓ I NUTRICIÓ	12 h
--------------------------------------	-------------

ESTRUCTURA DE LA UNITAT FORMATIVA

UF4	Alimentació i nutrició		
	Temes formatius	Hores	Resultats d'aprenentatge
	Tema 12: Alimentació i nutrició	6	RA 6
	Tema 13: Nutrició esportiva	6	RA 6

RESULTATS D'APRENTATGE, CRITERIS D'AVALUACIÓ I CONTINGUTS

UF4: Alimentació i nutrició	12 h
RA6: Integrar mesures complementàries en els programes de millora de la condició física, valorant la seua repercussió en la millora de la salut i la qualitat de vida	
Criteris d'avaluació	
b) Establir la proporció de nutrients en funció del tipus d'esforç físic	
c) Calcular el balanç energètic entre ingesta i activitat física	
d) Confeccionar un llistat d'hàbits dietètics saludables	
Continguts	
6. Integració de mesures complementàries per a la millora de la condició física:	
<ul style="list-style-type: none"> - Alimentació i nutrició: <ul style="list-style-type: none"> o Necessitats calòriques o Dieta equilibrada, recomanacions RDA i dieta mediterrània o Necessitats alimentàries abans, durant i després de l'exercici físic, en funció dels objectius o Conseqüències d'una alimentació no saludable o Trastorns alimentaris 	

ACTIVITATS D'ENSENYAMENT-APRENTATGE DE LA UNITAT FORMATIVA

UF4: Alimentació i nutrició

RA6: Integrar mesures complementàries en els programes de millora de la condició física, valorant la seua repercussió en la millora de la salut i la qualitat de vida

Activitats d'ensenyament-aprenentatge		Contingut	Avaluació		
Tema 12.- Alimentació i nutrició		6	RA	CA	Instruments
Descripció	Apartats del tema 12: - La nutrició i els nutrients - Els glúcids o carbohidrats - Els greixos o lípids - Les proteïnes - Les vitamines - Els minerals - La fibra alimentària - L'aigua - Alimentació poc saludable		6	b, c, d	<ul style="list-style-type: none"> • Dossier teòric (llibre) • Pràctiques en classe

	Activitats	Documents / Fitxer
UF4 Tema 12	Presentació de la Unitat Formativa	Programació didàctica
	Continguts i recursos	Llibre text, AULES
	Pràctica, exercicis	Fulla seguiment
	Proves objectives	Examen escrit, treballs grup reduït + individual

UF4: Alimentació i nutrició

RA6: Integrar mesures complementàries en els programes de millora de la condició física, valorant la seua repercussió en la millora de la salut i la qualitat de vida

Activitats d'ensenyament-aprenentatge		Contingut	Avaluació		
Tema 13.- Nutrició esportiva		6	RA	CA	Instruments
Descripció	Apartats del tema 13: - Nutrició esportiva - Nutrients i pràctica esportiva - Vies metabòliques per a l'obtenció d'energia - Dietètica - La suplementació esportiva		6	b, c, d	<ul style="list-style-type: none"> • Dossier teòric (llibre) • Pràctiques en classe

	Activitats	Documents / Fitxer
UF4 Tema 13	Presentació de la Unitat Formativa	Programació didàctica
	Continguts i recursos	Llibre text, AULES
	Pràctica, exercicis	Fulla seguiment
	Proves objectives	Examen escrit, treballs grup reduït + individual

AVALUACIÓ DE LA UNITAT FORMATIVA

Els instruments d'avaluació estaran formats pel lliurament de les pràctiques i per la realització de proves on l'alumnat haurà de demostrar que ha assolit els resultats d'aprenentatge, així com l'adquisició de competències de la Unitat Formativa 1.

Qualificació dels RA	Instruments d'avaluació	%
	Exercicis prova objectiva (examen)	100%

Per tant la qualificació de la UF1 serà la següent:

$$Q_{UF1} = \text{Examen RA6} * 100\%$$

U.F.5: ATENCIÓ I PRIMERS AUXILIS	36 h
---	-------------

ESTRUCTURA DE LA UNITAT FORMATIVA

UF5	Atenció i primers auxilis		
Temes formatius		Hores	Resultats d'aprenentatge
Tema 14:	Valoració inicial de l'assistència en una urgència	6	RA 7
Tema 15:	Aplicació de tècniques de suport vital	18	RA 8
Tema 16:	Primers auxilis per a traumatismes i altres urgències	12	RA 9

RESULTATS D'APRENTATGE, CRITERIS D'AVUACIÓ I CONTINGUTS

UF5: Atenció i primers auxilis	6 h
RA7: Realitzar la valoració inicial de l'assistència en una urgència, analitzant els riscos, els recursos disponibles i el tipus d'ajuda necessària	
Criteris d'avaluació	
a) Justificar la forma d'assegurar la zona i les maniobres necessàries per accedir a la persona accidentada, proposant la millor forma d'accés i identificant els possibles riscos	
b) Seguir les pautes d'actuació segons els protocol, per a la valoració inicial d'una persona accidentada	
c) Identificar situacions de risc vital i definir les actuacions que comporten	
d) Discriminar els casos o les circumstàncies en les que no s'ha d'intervenir i les tècniques que no s'ha d'aplicar el primer intervinent de forma autònoma	
e) Aplicar les tècniques d'autoprotecció en la manipulació de persones accidentades	
f) Revisar el contingut mínim d'una farmaciola d'urgències i les indicacions dels productes i medicaments	
g) Determinar les prioritats d'actuació en funció de la gravetat i el tipus de lesió, i les tècniques de primers auxilis que cal aplicar	
h) Identificar els factors que predisposen a l'ansietat en situacions d'accident, emergència i dol	
Continguts	
7. Valoració inicial de l'assistència en una urgència: <ul style="list-style-type: none"> - Protocol d'actuació front a emergències: avaluació inicial, planificació de l'actuació, localització i formes d'accés, identificació de possibles riscos, protecció de la zona i accés a la persona accidentada. - Primer intervinent com a part de la cadena assistencial: conducta PAS (protegir, alertar i socórrer). - Sistemàtica d'actuació: valoració del nivell de consciència, comprovació de la ventilació i actuació front a signes de risc vital - Actituds, control de l'ansietat, marc legal, responsabilitat i ètica professional. - La farmaciola de primers auxilis: instruments, material de cura i fàrmacs bàsics 	

UF5: Atenció i primers auxilis	18 h
RA8: Aplicar tècniques de suport vital i primers auxilis, segons els protocols establerts	
Criteris d'avaluació	
a) Aplicar tècniques de desobstrucció de la via aèria	
b) Aplicar tècniques de suport vital segons el protocol establert	
c) Aplicar les tècniques bàsiques i instrumentals de reanimació cardiopulmonar sobre maniquís, incloent l'ús de d'equip d'oxigenoteràpia i desfibrilador automàtic	
d) Indicar les causes, els símptomes, les pautes d'actuació i els aspectes preventius en les lesions, les patologies o els traumatismes més significatius, en funció del medi on es desenvolupa l'activitat	
e) Aplicar primers auxilis davant simulació de patologies orgàniques d'urgència i de lesions per agents físics, químics i biològics	
f) Aplicar les estratègies bàsiques de comunicació amb la persona accidentada i els seus acompanyants, en funció de diferents estats emocionals	
g) Especificar les tècniques per a controlar una situació de dol, ansietat, angouxa o agressivitat	
Continguts	
8. Aplicació de tècniques de suport vital i primers auxilis: <ul style="list-style-type: none"> - Protocols front a obstrucció de via aèria. Víctima conscient i víctima inconscient. - Fonaments de la ressuscitació cardiopulmonar bàsica (RCPB). Instrumental, mètodes i tècniques bàsiques. - Actuació front a aturada respiratòria i cardiorespiratòria. - Protocols de RCPB en diferents situacions i front a distints perfils de persones accidentades - Atenció inicial a les emergències més freqüents. Pautes d'intervenció en l'aplicació dels primers auxilis. Pautes per a la no intervenció. - Valoració primària i secundària. Detecció de lesions, malalties i traumatismes. Causes, símptomes i signes. - Tipus de lesions. Classificació, símptomes i signes. Tractament bàsic: hemorràgies, ferides, cremades, accidents elèctrics, accidents aquàtics i traumatismes. - Altres situacions d'urgència: intoxicacions, crisi anafilàctica, epilèpsia i quadres convulsius, deshidratació, cossos estranys en pell, ulls, oïts i nas, xicotets traumatismes, urgències materno-infantils, accidents de tràfic, accidents domèstics i lesions produïdes per calor o fred. - Intervenció prehospitalària en accidents en el medi aquàtic: intervenció en funció del grau d'ofegament i intervenció davant lesions medul·lars 	

UF5: Atenció i primers auxilis	12 h
RA9: Aplicar mètodes de mobilització i immobilització que permeten l'evacuació de la persona accidentada, si fora necessari	
Criteris d'avaluació	
a) Valorar la importància de l'autocontrol i d'infondre confiança i optimisme a la persona accidentada duran tota l'actuació	
b) Especificar les tècniques per a superar psicològicament el fracàs en la prestació d'auxili	
c) Identificar i aplicar els mètodes bàsics per efectuar el rescat d'una persona accidentada	

d) Aplicar els mètodes d'immobilització aplicables quan la persona accidentada ha de ser traslladada
e) Confeccionar lliteres i sistemes per a la immobilització i el transport de persones malaltes o accidentades, fent servir materials convencionals i inespecífics o medis de fortuna
Continguts
<p>9. Mètodes de mobilització i immobilització:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Avaluació de la necessitat d'efectuar el transport per malaltia sobtada o accident. Recollida d'una persona lesionada. - Mètodes de mobilització i immobilització més adequats en funció de la patologia. - Trasllat de persones accidentades. - Transport de persones accidentades a centres sanitaris. Posicions de transport segur. - Emergències col·lectives i catàstrofes. - Tècniques de suport psicològic per a persones accidentades i familiars: <ul style="list-style-type: none"> o La comunicació en situacions de crisi o Habilitats socials en situació de crisi. o Suport psicològic i autocontrol. Tècniques d'autocontrol davant situacions d'estrès: mecanismes de defensa

ACTIVITATS D'ENSENYAMENT-APRENTATGE DE LA UNITAT FORMATIVA

UF5: Atenció i primers auxilis

RA7: Realitzar la valoració inicial de l'assistència en una urgència, analitzant els riscos, els recursos disponibles i el tipus d'ajuda necessària					
Activitats d'ensenyament-aprenentatge		Contingut	Avaluació		
Tema 14.- Valoració inicial de l'assistència en una urgència		7	RA	CA	Instruments
Descripció	Apartats del tema 14: - Pràctica esportiva i primers auxilis - L'avaluació de l'estat de les víctimes - ¿Esperar o trlladar? - La intervenció amb múltiples víctimes - El suport psicològic en primers auxilis		7	a, b, c, d, e, f, g, h	<ul style="list-style-type: none"> • Dossier teòric (llibre) • Pràctiques en classe

	Activitats	Documents / Fitxer
UF5 Tema 14	Presentació de la Unitat Formativa	Programació didàctica
	Continguts i recursos	Llibre text, AULES
	Pràctica, exercicis	Fulla seguiment
	Proves objectives	Examen escrit, treballs grup reduït + individual

UF5: Atenció i primers auxilis					
RA8: Aplicar tècniques de suport vital i primers auxilis, segons els protocols establerts					
Activitats d'ensenyament-aprenentatge		Contingut	Avaluació		
Tema 15.- Aplicació de tècniques de suport vital		8	RA	CA	Instruments
Descripció	Apartats del tema 15: - L'aturada cardiorespiratòria - Els algoritmes de suport vital bàsic - Obstrucció de la via aèria per cossos estranys		8	a, b, c, d, e, f, g,	<ul style="list-style-type: none"> • Dossier teòric (llibre) • Pràctiques en classe

	Activitats	Documents / Fitxer
UF5 Tema 15	Presentació de la Unitat Formativa	Programació didàctica
	Continguts i recursos	Llibre text, AULES
	Pràctica, exercicis	Fulla seguiment
	Proves objectives	Examen escrit, treballs grup reduït + individual

UF5: Atenció i primers auxilis					
RA9:					
Activitats d'ensenyament-aprenentatge		Contingut	Avaluació		
Tema 16.- Primers auxilis per a traumatismes i altres urgències		9	RA	CA	Instruments
Descripció	Apartats del tema 16: - Accidents i malalties - Traumatismes físics - Traumatismes tèrmics - Traumatismes químics i biològics - Patologies orgàniques - Part imminent		9	a, b, c, d, e	<ul style="list-style-type: none"> • Dossier teòric (llibre) • Pràctiques en classe

	Activitats	Documents / Fitxer
UF2- Tema 16	Presentació de la Unitat Formativa	Programació didàctica
	Continguts i recursos	Llibre text, AULES
	Pràctica, exercicis	Fulla seguiment
	Proves objectives	Examen escrit, treballs grup reduït + individual

AVALUACIÓ DE LA UNITAT FORMATIVA

Els instruments d'avaluació estaran formats pel lliurament de les pràctiques i per la realització de proves on l'alumnat haurà de demostrar que ha assolit els resultats d'aprenentatge, així com l'adquisició de competències de la Unitat Formativa 1.

Qualificació dels RA	Instruments d'avaluació	%
RA7	Exercicis prova objectiva (examen)	30%
RA8	Exercicis prova objectiva (examen)	40%
RA9	Exercicis prova objectiva (examen)	30%

Per tant la qualificació de la UF1 serà la següent:

$$Q_{UF5} = \text{Examen RA7} * 30\% + \text{Examen RA8} * 40\% + \text{Examen RA9} * 30\%$$