

## ANEXO III

### PRUEBAS LIBRES PARA LA OBTENCIÓN DE TÍTULOS DE TÉCNICO Y TÉCNICO SUPERIOR DE FORMACIÓN PROFESIONAL

#### Características de las pruebas

Centro educativo: Ies Zurbarán de Badajoz

Ciclo Formativo: Técnico Superior de Acondicionamiento Físico

Localidad: Badajoz Provincia: Badajoz TLF: 924 013 609

#### MÓDULO PROFESIONAL

#### **Formación y Orientación Laboral**

#### ESTRUCTURAS Y CARACTERÍSTICAS

- El examen constará de 10 preguntas teóricas a desarrollar con un valor de un punto cada una de ellas. Para superar la prueba es necesario alcanzar un mínimo de un 5.
- El examen tendrá una duración máxima de 2 horas

#### MATERIALES NECESARIOS:

bolígrafo azul o negro

#### **CRITERIOS DE EVALUACIÓN**

- Se han identificado las distintas modalidades de contratación laboral existentes en su sector productivo que permite la legislación vigente.
- Se han interpretado los diversos conceptos que interviene en una "Liquidación de haberes".
- Se ha descrito el proceso de negociación, en un supuesto de negociación colectiva tipo y se ha identificado las variables (salariales, seguridad e higiene, productividad tecnológicas...) objeto de negociación.

- Se han descrito las posibles consecuencias y medidas, resultado de la negociación.
- Se han identificado las prestaciones y obligaciones relativas a la Seguridad Social, a partir de informaciones económicas de carácter general.
- Se han empleado las fuentes básicas de información del derecho laboral (Constitución, Estatuto de los trabajadores, Directivas de la Unión Europea, Convenio Colectivo...) distinguiendo los derechos y las obligaciones que le incumben.
- En una situación real, se han elegido y utilizado adecuadamente las principales técnicas de búsqueda de empleo en su campo profesional.
- Se han identificado y evaluado las capacidades, actitudes y conocimientos propios con valor profesionalizador.
- Se han definido los intereses individuales y sus motivaciones, evitando, en su caso los condicionamientos por razón de sexo o de otra índole.
- Se han identificado la oferta formativa y la demanda laboral referida a sus intereses.
- Se han identificado las situaciones de riesgo más habituales en su ámbito de trabajo, asociando las técnicas generales de actuación en función de las mismas.
- Se han clasificado los daños a la salud y al medio ambiente en función de las consecuencias y de los factores de riesgo más habituales que los generan.
- Se han propuesto actuaciones preventivas y/o de protección correspondiente a los riesgos más habituales, que permitan disminuir sus consecuencias.

## ANEXO III

### PRUEBAS LIBRES PARA LA OBTENCIÓN DE TÍTULOS DE TÉCNICO Y TÉCNICO SUPERIOR DE FORMACIÓN PROFESIONAL

#### Características de las pruebas

Centro educativo: Ies Zurbarán de Badajoz

Ciclo Formativo: Técnico Superior de Acondicionamiento Físico

Localidad: Badajoz Provincia: Badajoz TLF: 924 013 609

MÓDULO PROFESIONAL

**Inglés I**

## ESTRUCTURAS Y CARACTERÍSTICAS

La prueba consistirá en un único examen escrito.

El examen incluirá: (a) ejercicios de gramática y vocabulario tratados en el libro de texto, (b) una lectura comprensiva (reading comprehension), (c) una comprensión auditiva (listening) y (d) una redacción (writing). Para superar la prueba es necesario alcanzar un mínimo de un 5.

El examen tendrá una duración máxima de dos horas.

## MATERIALES NECESARIOS

Bolígrafo azul o negro

## CRITERIOS DE EVALUACIÓN

### **Comprensión auditiva**

- Se ha situado el mensaje en su contexto.
- Se ha identificado la idea principal del mensaje.
- Se ha extraído información específica en mensajes relacionados con la vida cotidiana y profesional.
- Se han secuenciado los elementos constituyentes del mensaje.
- Se ha identificado la idea principal y las ideas secundarias de discursos y mensajes sobre temas concretos, académicos y profesionales articulados con claridad.
- Se han reconocido las instrucciones orales y se han seguido las indicaciones.
- Se ha tomado conciencia de la importancia de comprender globalmente un mensaje sin entender todos y cada uno de los elementos del mismo.

### **Comprensión lectora**

- Se han leído con un alto grado de independencia distintos tipos de textos, adaptando el estilo y la velocidad de la lectura a cada uno de ellos.
- Se ha interpretado el contenido global del mensaje.
- Se ha identificado la terminología utilizada.
- Se ha identificado con cierta rapidez el contenido de artículos e informes sobre temas profesionales.
- Se han interpretado mensajes recibidos a través de soportes telemáticos: correo electrónico, entre otros.
- Se han interpretado instrucciones sobre procesos propios de su especialidad.

### **Producción escrita**

- Se han redactado textos breves y claros sobre aspectos de la vida cotidiana y temas relacionados con su especialidad.
- Se ha organizado la información con corrección, precisión, coherencia y cohesión.
- Se ha cumplimentado documentación específica de su campo profesional.
- Se han aplicado las fórmulas establecidas y el vocabulario específico en la cumplimentación de documentos.
- Se han utilizado las fórmulas de cortesía propias del documento elaborado.

## ANEXO III

### PRUEBAS LIBRES PARA LA OBTENCIÓN DE TÍTULOS DE TÉCNICO Y TÉCNICO SUPERIOR DE FORMACIÓN PROFESIONAL

#### Características de las pruebas

Centro educativo: Ies Zurbarán de Badajoz

Ciclo Formativo: Técnico Superior de Acondicionamiento Físico

Localidad: Badajoz Provincia: Badajoz TLF: 924 013 609

#### MÓDULO PROFESIONAL

#### **Inglés II**

#### ESTRUCTURAS Y CARACTERÍSTICAS

La prueba consistirá en un único examen escrito.

El examen incluirá: (a) ejercicios de gramática y vocabulario tratados en el libro de texto, (b) una lectura comprensiva (reading comprehension), (c) una comprensión auditiva (listening) y (d) una redacción (writing). Para superar la prueba es necesario alcanzar un mínimo de un 5.

El examen tendrá una duración máxima de dos horas.

#### MATERIALES NECESARIOS

Bolígrafo azul o negro

#### CRITERIOS DE EVALUACIÓN

##### **Comprensión auditiva**

- Se ha situado el mensaje en su contexto.
- Se ha identificado la idea principal del mensaje.

- Se ha extraído información específica en mensajes relacionados con la vida cotidiana y profesional.
- Se han secuenciado los elementos constituyentes del mensaje.
- Se ha identificado la idea principal y las ideas secundarias de discursos y mensajes sobre temas concretos, académicos y profesionales articulados con claridad.
- Se han reconocido las instrucciones orales y se han seguido las indicaciones.
- Se ha tomado conciencia de la importancia de comprender globalmente un mensaje sin entender todos y cada uno de los elementos del mismo.

#### **Comprensión lectora**

- Se han leído con un alto grado de independencia distintos tipos de textos, adaptando el estilo y la velocidad de la lectura a cada uno de ellos.
- Se han identificado las herramientas de apoyo más adecuadas para la interpretación y traducción en inglés.
- Se ha identificado con cierta rapidez el contenido de artículos e informes sobre temas profesionales.
- Se han interpretado mensajes recibidos a través de soportes telemáticos: correo electrónico, entre otros.

#### **Producción escrita**

- Se han redactado textos complejos sobre aspectos de la vida cotidiana y temas relacionados con su especialidad.
- Se ha organizado la información con corrección, precisión, coherencia y cohesión.
- Se ha identificado un vocabulario de uso general en la documentación propia del ámbito laboral del título.
- Se ha cumplimentado documentación específica de su campo profesional dentro del sector profesional de título.
- Se han aplicado las fórmulas establecidas y el vocabulario específico en la cumplimentación de documentos.
- Se han utilizado las fórmulas de cortesía propias del documento elaborado.

## ANEXO III

### PRUEBAS LIBRES PARA LA OBTENCIÓN DE TÍTULOS DE TÉCNICO Y TÉCNICO SUPERIOR DE FORMACIÓN PROFESIONAL

#### Características de las pruebas

Centro educativo: Ies Zurbarán de Badajoz

Ciclo Formativo: Técnico Superior de Acondicionamiento Físico

Localidad: Badajoz Provincia: Badajoz TLF: 924 013 609

#### MÓDULO PROFESIONAL

#### **Valoración de la condición física e intervención en accidentes**

#### ESTRUCTURAS Y CARACTERÍSTICAS

Se realizará un examen de carácter teórico con preguntas a desarrollar sobre los contenidos incluidos en el libro de texto de la asignatura (facilitado en el anexo I).

El examen tendrá una duración máxima de dos horas.

Para superar el módulo será necesario superar el examen con una nota de 5.

#### MATERIALES NECESARIOS

Bolígrafo azul o negro y calculadora (recomendable. No estará permitido el uso de calculadora con memoria interna ni calculadora de teléfonos móviles)

#### CRITERIOS DE EVALUACIÓN

- Se han descrito los efectos de la práctica sistematizada de ejercicio físico sobre los elementos estructurales y funcionales de los sistemas cardiorrespiratorio y de regulación.
- Se han argumentado las implicaciones que para la mejora de la calidad de vida tiene la práctica de actividades físicas.
- Se ha determinado la incidencia de hábitos de vida nocivos sobre el nivel de salud.

- Se ha identificado la fisiología de los sistemas cardiorrespiratorio y de regulación, indicando las interacciones entre las estructuras que los integran y su repercusión en el rendimiento físico.
- Se han descrito los mecanismos de adaptación funcional al esfuerzo físico de los sistemas cardiorrespiratorio y de regulación.
- Se han descrito, a nivel macroscópico, las estructuras anatómicas de los sistemas cardiorrespiratorio y de regulación.
- Se han indicado los mecanismos fisiológicos que conducen a un estado de fatiga física.
- Se han relacionado los diferentes tipos de palancas con las articulaciones del cuerpo humano y con la participación muscular en los movimientos de las mismas.
- Se han clasificado los principales movimientos articulares del cuerpo humano en función de los planos y ejes del espacio.
- Se ha relacionado la acción de la gravedad y la localización de la carga con el tipo de contracción muscular que se produce en los ejercicios.
- Se han adaptado ejercicios a diferentes niveles de desarrollo de la fuerza y de la amplitud de movimiento.
- Se han definido los aspectos que hay que tener en cuenta durante la ejecución de los ejercicios y las posibles contraindicaciones.
- Se han utilizado símbolos y esquemas gráficos para interpretar y representar movimientos y ejercicios tipo.
- Se han relacionado los principios del entrenamiento deportivo con los mecanismos adaptativos del organismo al esfuerzo físico en los sistemas de mejora de la condición física.
- Se han identificado los factores que hay que tener en cuenta para evitar lesiones o sobrecargas durante el desarrollo de las capacidades físicas y perceptivo-motrices.
- Se han determinado las capacidades físicas que se deben desarrollar y los métodos más adecuados, en función de los datos de valoración.
- Se ha establecido una secuencia de ejercicios para el desarrollo de las capacidades físicas.
- Se ha confeccionado una batería de pruebas de aptitud física y biológica adaptada a un perfil de persona usuaria y a los medios disponibles, teniendo en cuenta las condiciones en que cada una de ellas está contraindicada.
- Se han seleccionado los instrumentos y las máquinas en función de los parámetros morfológicos y funcionales que se van a medir.
- Se ha explicado y demostrado el modo correcto de realizar las pruebas y de utilizar los aparatos/instrumentos y equipos de medida de la condición física, indicando las normas de seguridad que se deben observar.
- Se han identificado signos indicadores de riesgo antes y durante la ejecución de las pruebas de valoración cardifuncional,
- Se ha seguido el procedimiento de observación y de aplicación de cuestionarios para identificar las necesidades individuales, sociales y de calidad de vida de personas y grupos.

- Se han seleccionado o adaptado fichas de control de los datos de valoración de las personas usuarias.
- Se han registrado los datos de las pruebas de valoración antropométrica, biológico-funcional y postural en las fichas de control.
- Se han comparado los datos con baremos de referencia, destacando las desviaciones que puedan aconsejar la toma de medidas preventivas.
- Se han establecido relaciones causa-efecto entre la actividad física realizada y los datos de sucesivos registros de pruebas de aptitud física y biológica de una misma persona usuaria.
- Se han seleccionado las técnicas que facilitan la recuperación tras los distintos tipos de esfuerzo físico.
- Se ha establecido la proporción de nutrientes en función del tipo de esfuerzo físico.
- Se ha calculado el balance energético entre ingesta y actividad física.
- Se han realizado las maniobras básicas de masaje de recuperación.
- Se ha justificado la forma de asegurar la zona y las maniobras necesarias para acceder a la persona accidentada, proponiendo la mejor forma de acceso e identificando los posibles riesgos.
- Se han seguido las pautas de actuación según protocolo, para la valoración inicial de una persona accidentada.
- Se han identificado situaciones de riesgo vital y se han definido las actuaciones que conllevan.
- Se han discriminado los casos o las circunstancias en los que no se debe intervenir y las técnicas que no debe aplicar el primer interviniente de forma autónoma.
- Se han aplicado las técnicas de autoprotección en la manipulación de personas accidentadas.
- Se ha revisado el contenido mínimo de un botiquín de urgencias y las indicaciones de los productos y medicamentos.
- Se han determinado las prioridades de actuación en función de la gravedad y el tipo de lesiones, y las técnicas de primeros auxilios que se deben aplicar.
- Se han identificado los factores que predisponen a la ansiedad en situaciones de accidente, emergencia y duelo.
- Se han aplicado técnicas de desobstrucción de la vía aérea.
- Se han aplicado técnicas de soporte vital según el protocolo establecido.
- Se han aplicado las técnicas básicas e instrumentales de reanimación cardiopulmonar sobre maniqués, inclusive utilizando equipo de oxigenoterapia y desfibrilador automático.
- Se han indicado las causas, los síntomas, las pautas de actuación y los aspectos preventivos en las lesiones, las patologías o los traumatismos más significativos, en función del medio en el que se desarrolla la actividad.
- Se han aplicado primeros auxilios ante simulación de patologías orgánicas de urgencia y de lesiones por agentes físicos, químicos y biológicos.
- Se han aplicado las estrategias básicas de comunicación con la persona accidentada y sus acompañantes, en función de diferentes estados emocionales.



- Se han especificado las técnicas para controlar una situación de duelo, ansiedad y angustia o agresividad.
- Se ha valorado la importancia del autocontrol y de infundir confianza y optimismo a la persona accidentada durante toda la actuación.

### ANEXO III

#### PRUEBAS LIBRES PARA LA OBTENCIÓN DE TÍTULOS DE TÉCNICO Y TÉCNICO SUPERIOR DE FORMACIÓN PROFESIONAL

##### Características de las pruebas

Centro educativo: Ies Zurbarán de Badajoz

Ciclo Formativo: Técnico Superior de Acondicionamiento Físico

Localidad: Badajoz Provincia: Badajoz TLF: 924 013 609

##### MÓDULO PROFESIONAL

#### **Técnicas de Hidrocinesia**

##### ESTRUCTURAS Y CARACTERÍSTICAS

Para superar el módulo se realizarán dos pruebas escritas.

Un primer examen de carácter teórico y un segundo examen sobre el desarrollo de un supuesto práctico.

A continuación se detallan las características de cada prueba:

· **Examen teórico:**

Examen escrito consistente en preguntas de desarrollo sobre los contenidos de la asignatura incluidos en el libro de texto facilitado en el Anexo I.

La duración máxima del examen será de 1 hora.

Este examen es de carácter eliminatorio, por lo que será imprescindible superar este examen con una nota de 5 para proceder a la corrección del segundo examen o supuesto práctico.

· **Supuesto práctico:**

Desarrollo escrito de una sesión práctica de Hidrocinesia o Terapia acuática dirigida hacia uno de los colectivos diana desarrollados en los contenidos de la asignatura e incluido en el libro de texto indicado en el Anexo I.

Para la valoración positiva de este supuesto será necesario incluir:

Objetivos de la sesión, duración, materiales necesarios, instalaciones, partes de la sesión, desarrollo de actividades y/o ejercicios y duración de cada una de ellos, gráficos de los ejercicios, según el tipo de colectivo que se requiera.

La duración máxima del supuesto práctico será de 1 hora.

Será imprescindible obtener una nota de 5 en este supuesto para realizar la media con el primer examen teórico.

## MATERIALES NECESARIOS

Bolígrafo azul o negro

## CRITERIOS DE EVALUACIÓN

- Se han establecido criterios para determinar el nivel de autonomía en el medio acuático que posibilite el desarrollo de las actividades de hidrocinesia.
- Se han fundamentado los puntos críticos de los movimientos característicos en hidrocinesia, valorando su aportación en la mejora funcional específica.

- Se han definido los márgenes de amplitud e intensidad que no deben ser superados en los movimientos y en los ejercicios para prevenir lesiones.
- Se han relacionado las condiciones del medio acuático con los detalles técnicos y posturales de las actividades de hidrocinesia.
- Se han descrito las características y condiciones de seguridad de los diferentes aspectos de las actividades de hidrocinesia.
- Se ha valorado el estado del espacio acuático y de los equipamientos necesarios para el desarrollo de actividades de hidrocinesia.
- Se han relacionado las actividades específicas de hidrocinesia con las características y los déficits de funcionalidad de los perfiles de personas usuarias concretas.
- Se han formulado objetivos intermedios y finales de los protocolos de hidrocinesia, valorando los registros de nivel funcional, motivacional y de condición física y biológica de las personas usuarias.
- Se han seleccionado actividades, ejercicios y técnicas específicas de hidrocinesia, en función de sus efectos y del momento de aplicación.
- Se ha determinado la distribución temporal de cargas y ejercicios en función de la evolución estimada.
- Se han determinado los medios y las ayudas técnicas necesarias en las actividades de hidrocinesia y las adaptaciones que permiten la participación en las mismas a las personas con discapacidad.
- Se han establecido las técnicas manipulativas de fijación, corrección y movilidad pasiva que deben emplearse en los ejercicios de hidrocinesia.
- Se han establecido pautas para optimizar las relaciones interpersonales entre quienes participan en las actividades de hidrocinesia, promoviendo su integración.
- Se han utilizado técnicas de documentación, redacción, registro y presentación de los protocolos de hidrocinesia.
- Se ha proporcionado información sobre la estructura y finalidad de la sesión, sobre los aspectos generales de prevención y los que facilitan la realización de los ejercicios.
- Se ha explicado la ejecución, los objetivos y la utilización de los materiales en los ejercicios, resaltando las sensaciones que deben percibirse, los límites que no se deben sobrepasar, las pautas para la recuperación y los posibles errores de ejecución.
- Se ha demostrado el uso y manejo de los aparatos y del material y la ejecución de los diferentes ejercicios, así como la aplicación de las ayudas manuales en los casos en los que resulten necesarias.
- Se han adaptado los parámetros de las actividades de hidrocinesia, ajustando el nivel de ejecución de los ejercicios a los límites de seguridad que requiere cada perfil de participante.
- Se han utilizado las técnicas específicas para la corrección de errores de ejecución.
- Se han detectado signos y síntomas de fatiga, sobrecarga y dolor durante la ejecución de los ejercicios.
- Se ha supervisado el cumplimiento de las recomendaciones de uso de los materiales por parte de las personas participantes.
- Se ha utilizado una metodología en la práctica que favorece la participación y la desinhibición.
- Se han definido los parámetros para evaluar el desarrollo de la sesión de actividades de hidrocinesia, atendiendo a los objetivos previstos en la programación.

## ANEXO III

### PRUEBAS LIBRES PARA LA OBTENCIÓN DE TÍTULOS DE TÉCNICO Y TÉCNICO SUPERIOR DE FORMACIÓN PROFESIONAL

#### Características de las pruebas

Centro educativo: Ies Zurbarán de Badajoz

Ciclo Formativo: Técnico Superior de Acondicionamiento Físico

Localidad: Badajoz Provincia: Badajoz TLF: 924 013 609

#### MÓDULO PROFESIONAL

##### **Fitness en Sala de Entrenamiento Polivalente**

#### ESTRUCTURAS Y CARACTERÍSTICAS

La prueba constará de un examen escrito de 50 preguntas a desarrollar sobre los contenidos curriculares del módulo. Estas preguntas serán de carácter abierto, conceptuales y prácticas.

La prueba tendrá una duración máxima de dos horas (2 h)

#### MATERIALES NECESARIOS

Bolígrafo azul o negro y calculadora (recomendable. No estará permitido el uso de calculadora con memoria interna ni calculadora de teléfonos móviles)

#### CRITERIOS DE EVALUACIÓN

- Se ha valorado la dotación de la sala de entrenamiento polivalente, analizando los requerimientos de las actividades y los eventos de acondicionamiento físico a la luz de las últimas tendencias del sector.
- Se han definido criterios para organizar la oferta de las actividades de acondicionamiento físico y de los eventos en una sala de entrenamiento polivalente.
- 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.
- Se han seleccionado los ejercicios para el programa de acondicionamiento físico, relacionándolos con los objetivos del mismo.

- Se han pautado la frecuencia, el volumen y la intensidad de la carga de trabajo en función de los objetivos formulados en el programa de acondicionamiento físico.
- Se han establecido las medidas complementarias en función del tipo de programa de acondicionamiento físico y de los intereses de la persona usuaria.
- Se ha definido el procedimiento de evaluación del programa de acondicionamiento físico desarrollado en la sala de entrenamiento polivalente.
- Se han descrito ejercicios de musculación y los aspectos a tener en cuenta durante su práctica.
- Se han descrito ejercicios de mejora de la capacidad aeróbica y los aspectos a tener en cuenta durante su práctica.
- Se han descrito ejercicios de amplitud de movimientos y los aspectos a tener en cuenta durante su práctica.
- Se han demostrado el uso y manejo de los aparatos y materiales de la sala de entrenamiento polivalente, señalando las precauciones a tener en cuenta en la utilización de los mismos.
- 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.
- Se han revisado la funcionalidad y las condiciones de seguridad de los equipamientos y materiales de la sala de entrenamiento polivalente.
- Se han corregido los errores de ejecución en los ejercicios propuestos, indicando sus causas y la forma de ejecución correcta.
- Se han adaptado los parámetros de las actividades que pudieran suponer una dificultad en la ejecución a las personas con discapacidad.
- 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.

## ANEXO III

### PRUEBAS LIBRES PARA LA OBTENCIÓN DE TÍTULOS DE TÉCNICO Y TÉCNICO SUPERIOR DE FORMACIÓN PROFESIONAL

#### Características de las pruebas

Centro educativo: Ies Zurbarán de Badajoz

Ciclo Formativo: Técnico Superior de Acondicionamiento Físico

Localidad: Badajoz Provincia: Badajoz TLF: 924 013 609

#### MÓDULO PROFESIONAL

#### **Actividades Básicas de Acondicionamiento Físico con Soporte Musical**

#### ESTRUCTURAS Y CARACTERÍSTICAS

El examen constará de una prueba práctica y se estructurará en dos partes:

- Parte 1: cada aspirante realizará una sesión de **Aerobic** durante 20 minutos, debiendo permanecer como practicante durante la realización del resto de los aspirantes.

Esta primera prueba será de carácter eliminatorio. En caso de ser calificado con una nota igual o superior a 5 el aspirante pasará a ser evaluado de la Segunda Parte.

- Parte 2: cada aspirante realizará una sesión de **Step** durante 20 minutos, debiendo permanecer como practicante durante la realización del resto de los aspirantes.

La calificación final será la media aritmética de ambas partes, debiendo ser igual o superior a cinco (5) para calificarse como apto.

Ambas partes deberán contener una coreografía de tres bloques con frases cerradas y trabajadas de forma simétrica por ambos lados, llevando una progresión de un producto básico a un producto final, utilizando la Técnica de Progresión adecuada. Se le solicitará al aspirante una estructura coreográfica básica, pero con variedad de técnicas, direcciones y utilización de brazos adecuada (no se incluirá bloques de calentamiento/estiramiento en la coreografía). El aspirante podrá trabajar de cara o de espaldas al alumno.

La música contada de 135 bpm (Parte 1) o 130 bpm (Parte 2) será aportada por el tribunal evaluador o por el propio aspirante. Se calificará en ambas partes el diseño, técnica, ritmo/sincronización, progresión/metodología y calidad de comunicación. El tribunal evaluador podrá imponer la utilización de micrófono.

El aspirante que se evalúe inmediatamente después a otro, podrá abandonar la sala para preparar su actuación, si así lo precisa.

### MATERIALES NECESARIOS

Ropa deportiva. Debido a la duración de la prueba se recomienda llevar botella de agua y ropa de repuesto.

El tribunal evaluador aportará steps profesionales (superficie de pisada: 107 x 40 x 10 cm)

### CRITERIOS DE EVALUACIÓN

- Se han establecido las estrategias de instrucción y de comunicación y las adaptaciones de las mismas para facilitar la atención a diferentes tipos de personas usuarias y la motivación.
- Se han combinado los pasos básicos y sus variantes en la elaboración de las secuencias o composiciones coreográficas básicas, en función de la modalidad o del estilo.
- Se han aplicado criterios fisiológicos, biomecánicos y de motivación en la secuencia de pasos, movimientos, ejercicios y composiciones, relacionando los objetivos de mejora de las capacidades físicas con el volumen, la intensidad y la dificultad de cada fase de la sesión.
- Se han previsto adaptaciones para atender los diferentes niveles de competencia motriz de los componentes del grupo al que se dirige la composición coreográfica.
- Se ha determinado la metodología que se emplea en la enseñanza de las coreografías.
- Se ha adaptado el nivel de intensidad y dificultad de las actividades a las características de las personas participantes.
- Se han detectado los signos y síntomas de fatiga y sobrecarga y los errores en la ejecución de los pasos y se han dado las indicaciones oportunas para su corrección.
- Se han utilizado los códigos gestuales o verbales para transmitir las indicaciones a los componentes del grupo, sin interrumpir el desarrollo de la sesión de actividades básicas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical.
- Se han establecido procedimientos de seguridad y prevención de riesgos relativos a su área de responsabilidad en las actividades de acondicionamiento físico en la sala de aeróbic.

## ANEXO III

### PRUEBAS LIBRES PARA LA OBTENCIÓN DE TÍTULOS DE TÉCNICO Y TÉCNICO SUPERIOR DE FORMACIÓN PROFESIONAL

#### Características de las pruebas

Centro educativo: Ies Zurbarán de Badajoz

Ciclo Formativo: Técnico Superior de Acondicionamiento Físico

Localidad: Badajoz Provincia: Badajoz TLF: 924 013 609

#### MÓDULO PROFESIONAL

### **Actividades Especializadas de Acondicionamiento Físico con Soporte Musical**

#### ESTRUCTURAS Y CARACTERÍSTICAS

El examen constará de una prueba práctica y se estructurará en dos partes:

- Parte 1: cada aspirante realizará una sesión de **Aerodance o Aeróbic avanzado** durante 20 minutos, debiendo permanecer como practicante durante la realización del resto de los aspirantes.

Esta prueba será de carácter eliminatorio. En caso de ser calificado con una nota igual o superior a 5 el aspirante pasará a ser evaluado de la Segunda Parte.

- Parte 2: cada aspirante realizará una sesión de **AeroStep o Step avanzado** durante 20 minutos, debiendo permanecer como practicante durante la realización del resto de los aspirantes.

La calificación final será la media aritmética de ambas partes, debiendo ser igual o superior a cinco (5) para calificarse como apto.

Ambas partes deberán contener una coreografía de tres bloques con frases cerradas y cruzadas, trabajadas de forma simétrica por ambos lados, llevando una progresión de un producto básico a un producto final, utilizando la Técnica de Progresión adecuada. Se considerará avanzado por la utilización de variedad técnica, utilización de brazos, giros y cambios de plano. El aspirante deberá trabajar con cambios constantes de simetría (de cara y de espaldas al alumnado)

La música contada de 135 bpm (Parte 1) o 130 bpm (Parte 2) será aportada por el tribunal



evaluador o por el propio aspirante. Se calificará en ambas partes el diseño/composición, técnica, ritmo/sincronización, progresión/metodología y calidad de comunicación. El tribunal evaluador podrá imponer la utilización de micrófono.

El aspirante que se evalúe inmediatamente después a otro, podrá abandonar la sala para preparar su actuación, si así lo precisa.

### MATERIALES NECESARIOS

Ropa deportiva. Debido a la duración de la prueba se recomienda llevar botella de agua y ropa de repuesto.

El tribunal evaluador aportará steps profesionales (superficie de pisada: 107 x 40 x 10 cm)

### CRITERIOS DE EVALUACIÓN

- Se han establecido series coreografiadas por niveles de intensidad y de dificultad, teniendo en cuenta los mecanismos de adaptación fisiológica y las variables que se ponen en juego en las actividades especializadas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical.
- Se han establecido las estrategias de instrucción y de comunicación y las adaptaciones de las mismas para facilitar la atención y la motivación a diferentes tipos de personas.
- Se ha seleccionado el soporte musical adecuado al estilo, a la intensidad y a la duración de la secuencia o composición coreográfica y de la sesión.
- Se han combinado los pasos básicos y sus variantes en la elaboración de las secuencias o composiciones coreográficas de las actividades especializadas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical.
- Se han previsto adaptaciones para atender los diferentes niveles de competencia motriz de los componentes del grupo al que se dirige la composición coreográfica.
- Se ha determinado la metodología que se emplea en la enseñanza de las coreografías.
- Se han detectado los signos y síntomas de fatiga y sobrecarga y los errores en la ejecución de los pasos y se han dado las indicaciones oportunas para su corrección.
- Se han utilizado los códigos gestuales o verbales para transmitir las indicaciones a los componentes del grupo, sin interrumpir el desarrollo de la sesión.

## ANEXO III

### PRUEBAS LIBRES PARA LA OBTENCIÓN DE TÍTULOS DE TÉCNICO Y TÉCNICO SUPERIOR DE FORMACIÓN PROFESIONAL

#### Características de las pruebas

Centro educativo: Ies Zurbarán de Badajoz

Ciclo Formativo: Técnico Superior de Acondicionamiento Físico

Localidad: Badajoz Provincia: Badajoz TLF: 924 013 609

#### MÓDULO PROFESIONAL

#### **MÓDULO: HABILIDADES SOCIALES**

#### ESTRUCTURAS Y CARACTERÍSTICAS

**La PRUEBA consistirá en un examen teórico-práctico.**

**1ª parte:** un examen con preguntas tipo test de una única respuesta posible, y preguntas cortas. Todas las preguntas tendrán el mismo valor.

- Preguntas test: el índice de corrección será de 1- 4, es decir, cada respuesta incorrecta restará  $\frac{1}{4}$  de una pregunta bien contestada.
- Preguntas cortas: puntuará el total de su valor en caso de estar correctas, o la mitad en caso de tener como mínimo la mitad de lo que se pide. Esas serán las únicas puntuaciones posibles en este tipo de preguntas.

Esta parte corresponde con un **80% de la calificación final** y debe superarse con la mitad de su valor para corregir la segunda parte, es decir, se debe tener como mínimo 4 puntos sobre 8 del total de esta prueba.

**2ª parte:** supuesto práctico relacionado con los contenidos del módulo.

El alumno tendrá que desarrollar una actividad propuesta, que podrá ser tanto para mejorar alguna habilidad social, una técnica para mejorar el trabajo en equipo o una dinámica de grupo de un tipo propuesto para un colectivo determinado.

Esta parte tiene un valor del **20% de la calificación final**. y debe superarse con la mitad de su valor para sumar con la 1ª parte.

Ambas partes se realizarán de forma conjunta, en el orden que el alumno estime oportuno, pero teniendo en cuenta que en caso de no superar ambas partes con la mitad de su valor no se aprobará el módulo, y que si no se supera la primera parte no se corregirá la segunda.

***Las faltas de ortografía y acentuación se tendrán en cuenta en la calificación del examen: 0.25 y 0.10 puntos respectivamente.***

***Duración del examen: 1 hora y media.***

- *No se podrá realizar el examen pasados 5 min de su hora de inicio.*

## MATERIALES NECESARIOS

- Bolígrafo azul o negro.

## CRITERIOS DE EVALUACIÓN

### **Criterios de evaluación.**

- Se han descrito los principios de la inteligencia emocional y social.
- Se ha valorado la importancia de las habilidades sociales en el desempeño de la labor profesional.
- Se han caracterizado las distintas etapas de un proceso comunicativo.
- Se han identificado los diferentes estilos de comunicación, sus ventajas y limitaciones.
- Se ha valorado la importancia del uso de la comunicación tanto verbal como no verbal en las relaciones interpersonales.
- Se ha establecido una eficaz comunicación para asignar tareas, recibir instrucciones e intercambiar ideas o información.
- Se han utilizado las habilidades sociales adecuadas a la situación y atendiendo a la diversidad cultural.
- Se ha demostrado interés por no juzgar a las personas y respetar sus elementos diferenciadores personales: emociones, sentimientos, personalidad.
- Se ha demostrado una actitud positiva hacia el cambio y a aprender de todo lo que sucede.
- Se ha valorado la importancia de la autocrítica y la autoevaluación en el desarrollo de habilidades de relación interpersonal y de comunicación adecuadas.
- Se han descrito los elementos fundamentales de un grupo, su estructura y dinámica así como los factores que pueden modificarlas.
- Se han analizado y seleccionado las diferentes técnicas de dinamización y funcionamiento de grupos.
- Se han explicado las ventajas del trabajo en equipo frente al individual.
- Se han diferenciado los diversos roles que pueden darse en un grupo y las relaciones entre ellos.
- Se han identificado las principales barreras de comunicación grupal.

- Se han planteado diferentes estrategias de actuación para aprovechar la función de liderazgo y los roles en la estructura y funcionamiento del grupo.
- Se ha definido el reparto de tareas como procedimiento para el trabajo grupo.
- Se ha valorado la importancia de una actitud tolerante y de empatía para conseguir la confianza del grupo.
- Se ha logrado un ambiente de trabajo relajado y cooperativo.
- Se han respetado las opiniones diferentes a la propia y los acuerdos de grupo.
- Se han descrito los diferentes tipos y funciones de las reuniones.
- Se han descrito las etapas del desarrollo de una reunión.
- Se ha demostrado la importancia de la capacidad de exponer ideas de manera clara y concisa.
- Se ha valorado la necesidad de una buena y diversa información en la convocatoria de reuniones.
- Se ha descrito la importancia de la motivación y de las estrategias empleadas, para conseguir la participación en las reuniones.
- Se han aplicado técnicas de recogida de información y evaluación de resultados de una reunión.
- Se han analizado e identificado las principales fuentes de los problemas y conflictos grupales.
- Se han descrito las principales técnicas y estrategias para la gestión de conflictos.
- Se han identificado y descrito las estrategias más adecuadas para la búsqueda de soluciones y resolución de problemas.
- Se han descrito las diferentes fases del proceso de toma de decisiones.
- Se han resuelto problemas y conflictos aplicando los procedimientos adecuados a cada caso.
- Se han aplicado correctamente técnicas de mediación y negociación.
- Se han seleccionado los indicadores de evaluación.
- Se han aplicado técnicas de investigación social y sociométricas.
- Se ha autoevaluado la situación personal y social de partida del profesional.
- Se han diseñado instrumentos de recogida de información.
- Se han registrado los datos en soportes establecidos.
- Se ha interpretado los datos recogidos.
- Se han identificado las situaciones que necesiten mejorar.
- Se han marcado las pautas a seguir en la mejora.
- Se ha realizado una autoevaluación final del proceso trabajado por el profesional.

## ANEXO III

### PRUEBAS LIBRES PARA LA OBTENCIÓN DE TÍTULOS DE TÉCNICO Y TÉCNICO SUPERIOR DE FORMACIÓN PROFESIONAL

#### Características de las pruebas

Centro educativo: IES Zurbarán de Badajoz

Ciclo Formativo: Técnico Superior de Acondicionamiento Físico

Localidad: Badajoz Provincia: Badajoz TLF: 924 013 609

#### MÓDULO PROFESIONAL

### **MÓDULO: EMPRESA E INICIATIVA EMPRENDEDORA**

#### ESTRUCTURA Y CARACTERÍSTICAS

La PRUEBA constará de dos partes, una teórica y otra práctica.

**Parte teórica:** Consistirá en una prueba tipo test y preguntas cortas.

**\*Prueba tipo test de 25 preguntas.**

- Cada pregunta constará de cuatro posibles respuestas, de las cuáles sólo una de ellas es correcta.
- Las respuestas incorrectas restan, por cada tres respuestas incorrectas se anulará una correcta.
- Las preguntas sin contestar no computarán.
- Si se elige más de una respuesta la pregunta quedará invalidada.

**\* Preguntas cortas.**

- Constará de ocho preguntas (cuestiones de respuesta corta). El alumno deberá elegir **cuatro preguntas a contestar**.

**Parte práctica:** Elaboración de un **plan de empresa**.

- Realización de un plan de empresa relacionado con el acondicionamiento físico, que incluya todas las fases de puesta en marcha de un negocio.

*(Se proporcionará en el examen, a modo de guía, las fases del plan de empresa a desarrollar).*

#### **Calificación final**

Cada uno de los bloques se valorará de 1 a 10 puntos y la calificación final de la PRUEBA atenderá a las siguientes ponderaciones

Parte teórica:

Esta parte tiene un peso del **60%** de la calificación final (30% test + 30% preguntas cortas)

Parte práctica:

Esta parte tiene un peso del **40%** de la calificación final.

*Es necesario obtener al menos una calificación de 4 puntos en cada una de las partes para poder aprobar el módulo.*

La PRUEBA (parte práctica y parte teórica) tendrá una duración máxima de 2 horas.

### MATERIALES NECESARIOS

- Bolígrafo azul o negro.
- Calculadora (No se permitirá el uso de la calculadora del teléfono móvil ni cualquier otro dispositivo inteligente).

### CRITERIOS DE EVALUACIÓN

- Se han analizado las diferentes habilidades necesarias para todo buen emprendedor.
- Se ha analizado el concepto de empresario y los requisitos y actitudes necesarios para desarrollar la actividad empresarial.
- Se ha definido una determinada idea de negocio, en el ámbito del acondicionamiento físico, que sirva de punto de partida para la elaboración de un plan de empresa.
- Se han descrito las funciones básicas que se realizan en una empresa.
- Se han identificado los principales componentes del entorno general que rodea a la empresa, en especial el entorno económico, social, demográfico y cultural.
- Se ha analizado la influencia en la actividad empresarial de las relaciones con los clientes, con los proveedores y con la competencia, como principales integrantes del entorno específico.
- Se han analizado los conceptos de cultura empresarial e imagen corporativa y su relación con los objetivos empresariales.
- Se ha analizado el fenómeno de la responsabilidad social de las empresas y su importancia como un elemento de la estrategia empresarial.
- Se han reconocido los distintos elementos del marketing mix y la función del marketing dentro del plan de empresa.
- Se ha diseñado un plan de marketing sencillo para una PYME relacionada con el acondicionamiento físico y que formará parte del plan de empresa.
- Se han analizado las diferentes formas jurídicas de la empresa.

- Se ha especificado el grado de responsabilidad legal de los propietarios de la empresa, en función de la forma jurídica elegida.
- Se han analizado los trámites exigidos por la legislación vigente para la constitución de una empresa.
- Se han descrito distintos puestos de trabajo y el perfil requerido a los trabajadores que habrán de ocuparlos.
- Se han estimado los costes laborales para una pequeña empresa del sector con una plantilla reducida.
- Se han identificado distintos organigramas en función de empresas con distinta estructura organizativa.
- Se ha llevado a cabo un estudio de viabilidad económica y financiera de una pyme relacionada con el sector de acondicionamiento físico.

## ANEXO III

### PRUEBAS LIBRES PARA LA OBTENCIÓN DE TÍTULOS DE TÉCNICO Y TÉCNICO SUPERIOR DE FORMACIÓN PROFESIONAL

#### Características de las pruebas

Centro educativo: Ies Zurbarán de Badajoz

Ciclo Formativo: Técnico Superior de Acondicionamiento Físico

Localidad: Badajoz Provincia: Badajoz TLF: 924 013 609

#### MÓDULO PROFESIONAL

##### **CONTROL POSTURAL, BIENESTAR Y MANTENIMIENTO FUNCIONAL.**

**Gimnasia Correctiva.**

**Fundamentos teóricos.**

**Método Pilates.**

**Yoga.**

#### ESTRUCTURAS Y CARACTERÍSTICAS

**Fundamentos teóricos:** examen teórico de una hora de duración en que se demuestren

adquisición de conceptos: como la postura, actitud postural, evaluación de la postura, desalineaciones o alteraciones de la columna, del miembro inferior, compensaciones. funciones de los músculos, patologías relacionadas con las alteraciones posturales, higiene postural y del movimiento, Constará de preguntas cortas, de elección múltiple y de desarrollo (medio). Nota mínima para hacer media con el resto de partes, 4.

Para la parte del módulo de control postural relacionada específicamente con la **Gimnasia correctiva**

se realizará un examen teórico-práctico, cuya nota tendrá que ser superior a 4 para hacer media con el resto de partes de nuestro módulo, donde el alumno tendrá que demostrar su conocimiento sobre:

- La gimnasia correctiva: reeducación y compensaciones posturales
- Diseño de sesiones
- Análisis y test para valorar las diferentes disfunciones a nivel de la columna vertebral y/o descompensaciones musculares
- Ejercicios con diferentes materiales foam roller, bosu, etc para corregir las disfunciones posturales de la columna vertebral o las descompensaciones musculares

Para la parte específicamente relacionada con el **Método Pilates**, se realizará una prueba práctica cuya nota tendrá que ser superior a 4 para poder hacer media con el resto de partes de nuestro módulo. La prueba práctica consistirá en:

- Diseño, dirección y puesta en práctica de una sesión de Pilates con una duración de 30 minutos, debiendo permanecer como practicante durante la realización del resto de los aspirantes. utilizando material y terminología específica para ello y mostrando diferentes niveles de ejercicios adaptados a las características y condicionantes del grupo marcado.
- El aspirante que se evalúe inmediatamente después a otro, podrá abandonar la sala para preparar su actuación, si así lo precisa.

Para la parte del módulo de control postural relacionada específicamente con el **Yoga** se realizará:

- 60% .Prueba teórico-práctica sobre teoría, fundamentos y asanas básicas de yoga (nombres coloquiales y en sánscrito). Preguntas cortas/medias y tipo test.
- 40% .Ejecución práctica en el que habrá que realizar el “saludo al sol”. Explicación y ejecución técnica de sus respectivas asanas.

Habrá que superar cada una de las partes con una nota mínima de 4 para superar la prueba completa.

#### MATERIALES NECESARIOS:

Bolígrafo  
Ropa deportiva cómoda



## CRITERIOS DE EVALUACIÓN

- Se ha analizado la técnica de los ejercicios de control postural, bienestar y mantenimiento funcional y los efectos de la práctica continuada de los mismos sobre las personas.
- Se han planteado los objetivos de los programas de actividades de control postural, bienestar y mantenimiento funcional, a partir de características funcionales, motivacionales y de condición física y biológica.
- Se han diseñado procedimientos para valorar la competencia perceptivo-motriz y la capacidad de concentración y relajación, relacionados con el aprendizaje y la ejecución de técnicas de control postural.
- Se han establecido las necesidades de espacio, el equipamiento básico, el material auxiliar y los apoyos y las ayudas que se precisan para el desarrollo de actividades de control postural, bienestar y mantenimiento funcional, atendiendo al nivel funcional de los diferentes perfiles de personas usuarias.
- Se han determinado los recursos humanos necesarios para el desarrollo de actividades de control postural, bienestar y mantenimiento funcional.
- Se han establecido procedimientos para detectar y corregir anomalías en los elementos específicos, los materiales y los equipos utilizados en actividades de control postural, bienestar y mantenimiento funcional.
- Se han diseñado las adaptaciones en el material y en el equipo tipo que permitan desarrollar actividades de control postural, bienestar y mantenimiento funcional a personas con discapacidad.
- Se han garantizado las condiciones de accesibilidad a la instalación y al espacio de práctica, valorando los elementos que pueden suponer barreras arquitectónicas y estableciendo las ayudas técnicas.
- Se han definido los objetivos, el material necesario con sus adaptaciones, los canales de comunicación y la metodología de la sesión, de acuerdo con la programación general.
- Se han aplicado criterios fisiológicos, de compensación y de motivación en la secuencia de los ejercicios de la sesión de control postural, respetando las pautas de recuperación que garanticen las condiciones de concentración y de seguridad.
- Se han establecido adaptaciones y progresiones de ejecución de los ejercicios de control postural, en función del modelo biomecánico y de una práctica personalizada que permita la participación de personas con limitaciones en su autonomía personal.
- Se ha especificado la ubicación del técnico durante la práctica para facilitar un continuo feedback al practicante.
- Se han establecido las técnicas manipulativas de fijación, corrección y movilidad pasiva que, en su caso, deben emplearse en los ejercicios de control postural, bienestar y mantenimiento funcional.
- Se han determinado el espacio, los medios y las ayudas técnicas necesarias en las actividades de control postural, bienestar y mantenimiento funcional y las adaptaciones que permiten la participación en las mismas a las personas con discapacidad.
- Se ha proporcionado información sobre los objetivos, las posibles adaptaciones de las técnicas propuestas, la dinámica de la sesión, los requerimientos de indumentaria y las cuestiones relacionadas con la seguridad.
- Se ha explicado la utilización de las máquinas y los materiales y la ejecución de los ejercicios, resaltando los aspectos relevantes y los beneficios derivados de su práctica.
- Se han adaptado los parámetros de las actividades, ajustando el nivel de ejecución de los ejercicios a las características de la persona practicante.

- Se han utilizado las técnicas específicas para la corrección de errores de ejecución, interviniendo sobre las posibles causas que los provocan y en los momentos oportunos, en función del tipo de actividad.
- Se han proporcionado directrices que permiten a la persona participante la adaptación de los materiales auxiliares que utiliza en los ejercicios, para ajustar la intensidad a sus propias características y a la correcta ejecución.
- Se ha utilizado una metodología que favorece la participación y la desinhibición.
- Se ha supervisado el cumplimiento de las recomendaciones de uso de las máquinas, los aparatos y los materiales por parte de las personas participantes.
- Se han definido indicadores de evaluación de las actividades de control postural, bienestar y mantenimiento funcional, atendiendo a los objetivos previstos en la programación de referencia.
- Se han descrito y aplicado los procedimientos de evaluación de actividades de control postural, bienestar y mantenimiento funcional, atendiendo tanto al proceso como a los resultados.
- Se han establecido los parámetros que se deben tener en cuenta para evaluar el desarrollo de la sesión.

## ANEXO III

### PRUEBAS LIBRES PARA LA OBTENCIÓN DE TÍTULOS DE TÉCNICO Y TÉCNICO SUPERIOR DE FORMACIÓN PROFESIONAL

#### Características de las pruebas

Centro educativo: Ies Zurbarán de Badajoz

Ciclo Formativo: Técnico Superior de Acondicionamiento Físico

Localidad: Badajoz Provincia: Badajoz TLF: 924 013 609

#### MÓDULO PROFESIONAL

### **ACONDICIONAMIENTO FÍSICO EN EL AGUA**

#### ESTRUCTURAS Y CARACTERÍSTICAS

Habrà una prueba práctica y otra teórica. La prueba práctica será eliminatoria, de manera que no se realizará el examen teórico si no se supera el examen práctico.

**Examen práctico:** El examen durará una hora.

Se realizarán las siguientes maniobras de salvamento acuático: Rescates con y sin material, buceos, Entradas en el agua, Flotación dinámica, Remolques, Presas y zafaduras, técnicas de extracción del agua con y sin material, RCP. Se demostrará el dominio de la Técnica de los 4 estilos con sus virajes.

**CONOCIMIENTO y realización de LA PRUEBA COMBINADA:**

Zambullirse, nadar 50 metros libres, sumergirse y buceando 15 metros rescatar un maniquí que está a una profundidad mínima de 2 metros, sacarlo a la superficie y remolcarlo 35 metros, utilizando una técnica adecuada, en un tiempo máximo de 3 minutos. Evitar en todo momento que la cara del maniquí esté cubierta por el agua.

Reproducción y realización de una coreografía de fitness acuático.

Si no se es capaz de realizar la prueba combinada y nadar fluidamente los 4 estilos con sus virajes, no se podrán realizar el resto de la pruebas prácticas.

El **examen teórico**, que durará una hora, versará sobre Técnica de estilos y su metodología de enseñanza, ejercicios de aplicación, el proceso de aprendizaje y las etapas de enseñanza de la natación, Fitness acuático y fundamentos teóricos de salvamento y socorrismo. Preguntas cortas, medias y largas.

### MATERIALES NECESARIOS

Bolígrafo

Bañador, gorro, gafas de natación, chanclas, toalla.

Teléfono móvil más altavoz portátil pequeño

### CRITERIOS DE EVALUACIÓN

- Se han definido los conceptos básicos de la autonomía en el medio acuático.
- Se ha propuesto un orden lógico en la enseñanza de los aspectos básicos de familiarización, flotación, respiración y propulsión en el medio acuático.
- Se ha demostrado la adquisición del dominio del medio acuático a través de desplazamientos, los giros, los saltos, los lanzamientos y recepciones.
- Se ha demostrado la adquisición del dominio de los estilos básicos de natación: crol, braza, espalda y mariposa.
- Se ha establecido una metodología de la enseñanza y aprendizaje de los estilos de natación desde una iniciación a un perfeccionamiento.
- Se ha establecido una secuencia de ejercicios para el aprendizaje y perfeccionamiento de los diferentes estilos de natación.
- Se ha seleccionado el soporte musical que permite adaptar la realización de las actividades a los objetivos de la sesión de fitness acuático.
- Se han aplicado los recursos específicos del fitness acuático para obtener variantes a partir de los pasos básicos, teniendo en cuenta los principios hidrodinámicos.
- Se han aplicado los criterios fisiológicos y de motivación en la secuencia de pasos, movimientos, ejercicios y composiciones y en la dinámica de la carga de cada fase de la sesión.

- Se han definido los objetivos, el material, los canales de comunicación y la metodología de la sesión, de acuerdo con la programación general.
- Se han establecido progresiones y adaptaciones de las secuencias coreografiadas y los pasos, movimientos y ejercicios, en función de la dificultad y de las características de las personas participantes.
- Se ha asegurado la accesibilidad a los espacios de práctica y la disponibilidad de los recursos necesarios para las actividades de fitness acuático en condiciones de seguridad.
- Se ha proporcionado la información adaptada a cada momento del desarrollo de la actividad de fitness acuático y a cada perfil de participante, utilizando el tipo de lenguaje adecuado en cada caso.
- Se ha demostrado las actividades propuestas, aplicando las estrategias de instrucción más adecuadas para el desarrollo de los ejercicios y las distintas secuencias y composiciones coreográficas.
- Se han corregido los errores detectados en los movimientos o las posturas, interviniendo sobre las posibles causas que los provocan y en los momentos oportunos.
- Se han aplicado estrategias de intervención en las actividades de fitness acuático que favorecen la participación y la desinhibición de las personas participantes.
- Se ha adaptado el nivel de intensidad y dificultad de las actividades a las características de las personas participantes, variando los espacios, el material, la música y la información que se transmite.
- Se ha controlado el uso de los materiales y de los equipamientos y se han resuelto las contingencias surgidas.
- Se han indicado las medidas que el socorrista debe adoptar ante las conductas potencialmente peligrosas de las personas usuarias de una instalación acuática.
- Se han definido los protocolos y las técnicas para el mantenimiento de las labores de vigilancia, prevención y actuación ante una modificación de las condiciones de salubridad del centro acuático y ante un accidente.
- Se han utilizado materiales adecuados al supuesto planteado en el desarrollo de las maniobras de entrada, aproximación, contacto, control, traslado y extracción.
- Se han realizado con seguridad y eficacia las siguientes técnicas:
  - entradas al agua en función de la accesibilidad, la proximidad y las características del agua.
  - Técnicas natatorias de aproximación a la persona accidentada.
  - Mantenerse flotando en el agua con los brazos alzados y con los codos por encima del agua, sin desplazarse.
  - Técnicas de sujeción y remolque de la víctima, manteniendo sus vías respiratorias fuera del agua.
  - Ante un supuesto, donde un compañero o una compañera simula ser una persona accidentada con afectación medular, realizar la extracción del sujeto, utilizando el material adecuado, organizando a un grupo de 2 ó 3 socorristas de manera acorde con los protocolos y aplicando las técnicas correctamente.