

1. Identificación da programación
Centro educativo

Código	Centro	Concello	Ano académico
15005233	Agra do Orzán	Coruña (A)	2023/2024

Ciclo formativo

Código da familia profesional	Familia profesional	Código do ciclo formativo	Ciclo formativo	Grao	Réxime
AFD	Actividades físicas e deportivas	CSAFD02	Acondicionamento físico	Ciclos formativos de grao superior	Réxime xeral-ordinario

Módulo profesional e unidades formativas de menor duración (*)

Código MP/UF	Nome	Curso	Sesións semanais	Horas anuais	Sesións anuais
MP1153	Control postural, bienestar e mantemento funcional	2023/2024	7	187	224

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

Profesorado responsable

Profesorado asignado ao módulo	GONZALO SOUTO CAÑAS
Outro profesorado	

Estado: Pendente de supervisión departamento

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

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

O perfil profesional do título de técnico superior en Acondicionamento Físico, dentro do sector terciario, define un/unha profesional polivalente con capacitación para exercer a súa actividade profesional no ámbito da actividade física saudable, respondendo tanto ás necesidades da poboación, como aos cambios no mercado do sector do fitness.

Entre as competencias profesionais, personais e sociais, no apartado g) , j) e m) fala directamente das actividades de Control postural, bienestar e mantemento funcional. Dentro dos obxetivos xerais do ciclo, nos apartados h), l) e ñ) faise referencia directa ós temas relacionados co Control postural, bienestar e mantemento funcional.

A formación do módulo contribúe a acadar os obxetivos xerais b), d), h), l) e ñ) do ciclo formativo, e as competencias a), d), g), j), m) e n) do título.

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

U.D.	Título	Descrición	Duración (sesións)	Peso (%)
1	As actividades do método Pilates		70	30
2	As actividades do loga		60	25
3	As actividades do Taichi		60	25
4	Outras actividades relacionadas co Control Postural, Benestar e mantemento funcional. Principios e Avaliación.		34	20

4. Por cada unidade didáctica

4.1.a) Identificación da unidade didáctica

N.º	Título da UD	Duración
1	As actividades do método Pilates	70

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

Resultado de aprendizaxe do currículo	Completo
RA1 - Programa actividades de control postural, bienestar e mantemento funcional, relacionándoas cos perfís das persoas participantes ou usuarias e cos recursos dispoñibles	NO
RA2 - Supervisa e prepara o espazo de intervención e os medios materiais para desenvolver actividades de control postural, bienestar e mantemento funcional, valorando os parámetros de uso	NO
RA3 - Deseña sesións de control postural, bienestar e mantemento funcional, de acordo coa programación de referencia	NO
RA4 - Dirixe sesións de control postural, bienestar e mantemento funcional, aplicando metodoloxías específicas para o seu desenvolvemento	NO
RA5 - Avalia as actividades de control postural, bienestar e mantemento funcional, verificando a calidade do servizo, o grao de consecución dos obxectivos e a satisfacción das persoas participantes ou usuarias	NO

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

Criterios de avaliación
CA1.1 Analizouse a técnica dos exercicios de control postural, bienestar e mantemento funcional, e os efectos da súa práctica continuada sobre as persoas
CA1.2 Formuláronse os obxectivos dos programas de actividades de control postural, bienestar e mantemento funcional, a partir de características funcionais, motivacionais e de condición física e biolóxica
CA1.4 Establecéronse criterios para configurar os grupos, respectando a proporción entre persoas participantes e persoal técnico, e as características das persoas usuarias
CA1.5 Establecéronse as necesidades de espazo, o equipamento básico, o material auxiliar, os apoios e as axudas que se precisan para o desenvolvemento de actividades de control postural, bienestar e mantemento funcional, atendendo ao nivel funcional dos perfís d
CA1.6 Determináronse os recursos humanos necesarios para o desenvolvemento de actividades de control postural, bienestar e mantemento funcional
CA1.7 Propuxéronse adaptacións dos espazos de práctica para as persoas participantes ou usuarias con limitacións na súa autonomía persoal
CA2.4 Deseñáronse as adaptacións no material e no equipamento tipo que permitan desenvolver actividades de control postural, bienestar e mantemento funcional a persoas con discapacidade
CA3.4 Establecéronse adaptacións e progresións de execución dos exercicios de control postural, en función do modelo biomecánico e dunha práctica personalizada que permita a participación de persoas con limitacións na súa autonomía persoal
CA3.6 Establecéronse as técnicas manipulativas de fixación, corrección e mobilidade pasiva que, de ser o caso, deben empregarse nos exercicios de control postural, bienestar e mantemento funcional
CA4.2 Explicouse a utilización das máquinas e os materiais, e a execución dos exercicios, resaltando os aspectos salientables e os beneficios derivados da súa práctica
CA5.4 Establecéronse os parámetros que se deben ter en conta para avaliar o desenvolvemento da sesión

4.1.e) Contidos

Contidos
OTai chi: obxectivos e principios. Método Pilates: principios e modalidades.
Orixes e evolución dos métodos e as disciplinas relacionados coa corrección postural. Vertente preventiva dos programas.
O tai chi: rutinas, ritmo de execución e respiración, e efectos da aplicación da secuencia. O método Pilates: rutinas, niveis e efectos dos exercicios. Estratexias para o reforzo propioceptivo en cada exercicio, consignas e metodoloxía específica.
Variabes implicadas nos exercicios. Adaptacións para persoas con discapacidade.

Contidos

Normas básicas de seguridade nas sesións de control postural. Posición e distancias entre as persoas participantes en cada exercicio. Posibles incidencias nos materiais e nos equipamentos.

0Supervisión e adaptación do uso de aparellos e materiais.

Estratexias de instrución e motivación cara á execución nas actividades de control postural, benestar e mantemento funcional.

Uso dos aparellos e materiais propios, auxiliares ou adaptados das actividades de control postural, benestar e mantemento funcional: descrición, demostración e mantemento operativo.

O método Pilates: rutinas de Pilates Mat con e sen materiais. Niveis. Exercicios en máquinas Pilates. Consignas e adaptacións propias do método Pilates.

Localización de erros posturais e de execución. Información sobre coñecemento da execución e dos resultados. Detección da fatiga xeral e localizada. Consignas que axudan a reinterpretar sensacións.

4.2.a) Identificación da unidade didáctica

N.º	Título da UD	Duración
2	As actividades do loga	60

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

Resultado de aprendizaxe do currículo	Completo
RA1 - Programa actividades de control postural, bienestar e mantemento funcional, relacionándoas cos perfís das persoas participantes ou usuarias e cos recursos dispoñibles	SI
RA3 - Deseña sesións de control postural, bienestar e mantemento funcional, de acordo coa programación de referencia	NO
RA5 - Avalía as actividades de control postural, bienestar e mantemento funcional, verificando a calidade do servizo, o grao de consecución dos obxectivos e a satisfacción das persoas participantes ou usuarias	NO

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

Criterios de avaliación
CA1.1 Analízase a técnica dos exercicios de control postural, bienestar e mantemento funcional, e os efectos da súa práctica continuada sobre as persoas
CA1.2 Formuláronse os obxectivos dos programas de actividades de control postural, bienestar e mantemento funcional, a partir de características funcionais, motivacionais e de condición física e biolóxica
CA1.3 Deseñáronse procedementos para valorar a competencia perceptivo-motriz e a capacidade de concentración e relaxación, relacionados coa aprendizaxe e a execución de técnicas de control postural
CA1.4 Establecéronse criterios para configurar os grupos, respectando a proporción entre persoas participantes e persoal técnico, e as características das persoas usuarias
CA1.5 Establecéronse as necesidades de espazo, o equipamento básico, o material auxiliar, os apoios e as axudas que se precisan para o desenvolvemento de actividades de control postural, bienestar e mantemento funcional, atendendo ao nivel funcional dos perfís d
CA1.6 Determináronse os recursos humanos necesarios para o desenvolvemento de actividades de control postural, bienestar e mantemento funcional
CA1.7 Propuxéronse adaptacións dos espazos de práctica para as persoas participantes ou usuarias con limitacións na súa autonomía persoal
CA3.4 Establecéronse adaptacións e progresións de execución dos exercicios de control postural, en función do modelo biomecánico e dunha práctica personalizada que permita a participación de persoas con limitacións na súa autonomía persoal
CA5.4 Establecéronse os parámetros que se deben ter en conta para avaliar o desenvolvemento da sesión

4.2.e) Contidos

Contidos
<p>Orixes e evolución dos métodos e as disciplinas relacionados coa corrección postural. Vertente preventiva dos programas.</p> <p>loga: principios e modalidades.</p> <p>O loga: rutinas e niveis. Posturas e variacións: pautas para modificar posturas de acordo coas necesidades individuais. Efectos das posturas e as súas combinacións.</p> <p>Variables implicadas nos exercicios. Adaptacións para persoas con discapacidade.</p> <p>Normas básicas de seguridade nas sesións de control postural. Posición e distancias entre as persoas participantes en cada exercicio. Posibles incidencias nos materiais e nos equipamentos.</p> <p>Estratexias de instrución e motivación cara á execución nas actividades de control postural, bienestar e mantemento funcional.</p> <p>O loga: bases posturais. Exercicios de estirada, relaxación e respiración. Tipos e niveis. Rutinas con e sen material.</p> <p>Localización de erros posturais e de execución. Información sobre coñecemento da execución e dos resultados. Detección da fatiga xeral e localizada. Consignas que axudan a reinterpretar sensacións.</p>

4.3.a) Identificación da unidade didáctica

N.º	Título da UD	Duración
3	As actividades do Taichi	60

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

Resultado de aprendizaxe do currículo	Completo
RA1 - Programa actividades de control postural, bienestar e mantemento funcional, relacionándoas cos perfís das persoas participantes ou usuarias e cos recursos dispoñibles	SI
RA3 - Deseña sesións de control postural, bienestar e mantemento funcional, de acordo coa programación de referencia	NO
RA5 - Avalía as actividades de control postural, bienestar e mantemento funcional, verificando a calidade do servizo, o grao de consecución dos obxectivos e a satisfacción das persoas participantes ou usuarias	NO

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

Criterios de avaliación
CA1.1 Analizouse a técnica dos exercicios de control postural, bienestar e mantemento funcional, e os efectos da súa práctica continuada sobre as persoas
CA1.2 Formuláronse os obxectivos dos programas de actividades de control postural, bienestar e mantemento funcional, a partir de características funcionais, motivacionais e de condición física e biolóxica
CA1.3 Deseñáronse procedementos para valorar a competencia perceptivo-motriz e a capacidade de concentración e relaxación, relacionados coa aprendizaxe e a execución de técnicas de control postural
CA1.4 Establecéronse criterios para configurar os grupos, respectando a proporción entre persoas participantes e persoal técnico, e as características das persoas usuarias
CA1.5 Establecéronse as necesidades de espazo, o equipamento básico, o material auxiliar, os apoios e as axudas que se precisan para o desenvolvemento de actividades de control postural, bienestar e mantemento funcional, atendendo ao nivel funcional dos perfís d
CA1.6 Determináronse os recursos humanos necesarios para o desenvolvemento de actividades de control postural, bienestar e mantemento funcional
CA1.7 Propuxéronse adaptacións dos espazos de práctica para as persoas participantes ou usuarias con limitacións na súa autonomía persoal
CA3.4 Establecéronse adaptacións e progresións de execución dos exercicios de control postural, en función do modelo biomecánico e dunha práctica personalizada que permita a participación de persoas con limitacións na súa autonomía persoal
CA5.4 Establecéronse os parámetros que se deben ter en conta para avaliar o desenvolvemento da sesión

4.3.e) Contidos

Contidos
OTai chi: obxectivos e principios. Método Pilates: principios e modalidades.
Orixes e evolución dos métodos e as disciplinas relacionados coa corrección postural. Vertente preventiva dos programas.
O tai chi: rutinas, ritmo de execución e respiración, e efectos da aplicación da secuencia. O método Pilates: rutinas, niveis e efectos dos exercicios. Estratexias para o reforzo propioceptivo en cada exercicio, consignas e metodoloxía específica.
Variables implicadas nos exercicios. Adaptacións para persoas con discapacidade.
Normas básicas de seguridade nas sesións de control postural. Posición e distancias entre as persoas participantes en cada exercicio. Posibles incidencias nos materiais e nos equipamentos.
Estratexias de instrución e motivación cara á execución nas actividades de control postural, bienestar e mantemento funcional.
O tai chi: exercicios de abertura de articulacións e estirada de músculos e tendóns, exercicios para centrar a atención e a respiración. Secuencia de posicións e movementos. Exercicios de estirada, de relaxación e de respiración, sentados ou estirados.
Localización de erros posturais e de execución. Información sobre coñecemento da execución e dos resultados. Detección da fatiga xeral e localizada. Consignas que axudan a reinterpretar sensacións.

4.4.a) Identificación da unidade didáctica

N.º	Título da UD	Duración
4	Outras actividades relacionadas co Control Postural, Benestar e mantemento funcional. Principios e Avaliación.	34

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

Resultado de aprendizaxe do currículo	Completo
RA1 - Programa actividades de control postural, benestar e mantemento funcional, relacionándoas cos perfís das persoas participantes ou usuarias e cos recursos dispoñibles	NO
RA2 - Supervisa e prepara o espazo de intervención e os medios materiais para desenvolver actividades de control postural, benestar e mantemento funcional, valorando os parámetros de uso	SI
RA3 - Deseña sesións de control postural, benestar e mantemento funcional, de acordo coa programación de referencia	SI
RA4 - Dirixe sesións de control postural, benestar e mantemento funcional, aplicando metodoloxías específicas para o seu desenvolvemento	SI
RA5 - Avalia as actividades de control postural, benestar e mantemento funcional, verificando a calidade do servizo, o grao de consecución dos obxectivos e a satisfacción das persoas participantes ou usuarias	SI

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

Criterios de avaliación
CA1.1 Analizouse a técnica dos exercicios de control postural, benestar e mantemento funcional, e os efectos da súa práctica continuada sobre as persoas
CA1.2 Formuláronse os obxectivos dos programas de actividades de control postural, benestar e mantemento funcional, a partir de características funcionais, motivacionais e de condición física e biolóxica
CA1.4 Establecéronse criterios para configurar os grupos, respectando a proporción entre persoas participantes e persoal técnico, e as características das persoas usuarias
CA1.5 Establecéronse as necesidades de espazo, o equipamento básico, o material auxiliar, os apoios e as axudas que se precisan para o desenvolvemento de actividades de control postural, benestar e mantemento funcional, atendendo ao nivel funcional dos perfís d
CA1.6 Determináronse os recursos humanos necesarios para o desenvolvemento de actividades de control postural, benestar e mantemento funcional
CA1.7 Propuxéronse adaptacións dos espazos de práctica para as persoas participantes ou usuarias con limitacións na súa autonomía persoal
CA2.1 Establecéronse as características e as condicións da sala, e os equipamentos para o desenvolvemento de actividades de control postural, benestar e mantemento funcional
CA2.2 Comprobase o estado dos medios e os recursos propios dos protocolos de seguridade e de prevención de riscos na súa área de responsabilidade
CA2.3 Establecéronse procedementos para detectar e corrixir anomalías nos elementos específicos, os materiais e os equipamentos utilizados en actividades de control postural, benestar e mantemento funcional
CA2.4 Deseñáronse as adaptacións no material e no equipamento tipo que permitan desenvolver actividades de control postural, benestar e mantemento funcional a persoas con discapacidade
CA2.5 Garantíronse as condicións de accesibilidade á instalación e ao espazo de práctica, valorando os elementos que poden supor barreiras arquitectónicas e establecendo as axudas técnicas
CA3.1 Definíronse os obxectivos, o material necesario coas súas adaptacións, as canles de comunicación e a metodoloxía da sesión, de acordo coa programación xeral
CA3.2 Relacionáronse os efectos de mellora de funcionalidade de actividades de control postural, benestar e mantemento funcional coas características e os déficits de funcionalidade de perfís de persoas participantes ou usuarias, incidindo especialmente nas pob
CA3.3 Aplicáronse criterios fisiolóxicos, de compensación e de motivación na secuencia dos exercicios da sesión de control postural, respectando as pautas de recuperación que garantan as condicións de concentración e de seguridade
CA3.4 Establecéronse adaptacións e progresións de execución dos exercicios de control postural, en función do modelo biomecánico e dunha práctica personalizada que permita a participación de persoas con limitacións na súa autonomía persoal
CA3.5 Especificouse a localización do persoal técnico durante a práctica para facilitar un continuo feedback ás persoas participantes ou usuarias
CA3.6 Establecéronse as técnicas manipulativas de fixación, corrección e mobilidade pasiva que, de ser o caso, deben empregarse nos exercicios de control postural, benestar e mantemento funcional

Criterios de avaliación
CA3.7 Descríbóronse o espazo, os medios e as axudas técnicas necesarias nas actividades de control postural, benestar e mantemento funcional, e as adaptacións que permiten a participación nelas ás persoas con discapacidade
CA3.8 Deseñáronse sesións tipo de control postural, benestar e mantemento funcional, onde se inclúe a activación, a parte principal e a volta á calma
CA4.1 Proporcionouse información sobre os obxectivos, as posibles adaptacións das técnicas propostas, a dinámica da sesión, os requisitos de indumentaria e as cuestións relacionadas coa seguridade
CA4.2 Explicouse a utilización das máquinas e os materiais, e a execución dos exercicios, resaltando os aspectos salientables e os beneficios derivados da súa práctica
CA4.3 Adaptáronse os parámetros das actividades, axustando o nivel de execución dos exercicios ás características e ao número das persoas participantes ou usuarias
CA4.4 Utilizáronse as técnicas específicas para a corrección de erros de execución, intervindo sobre as súas posibles causas e nos momentos oportunos, en función do tipo de actividade
CA4.5 Proporcionáronse directrices que permiten á persoa participante a adaptación dos materiais auxiliares que utiliza nos exercicios, para axustar a intensidade ás súas propias características e á correcta execución
CA4.6 Utilizouse unha metodoloxía que favorece a participación e a desinhibición
CA4.7 Comprobouse o cumprimento das recomendacións de uso das máquinas, os aparellos e os materiais por parte das persoas participantes ou usuarias
CA5.1 Definíronse indicadores de avaliación das actividades de control postural, benestar e mantemento funcional, atendendo aos obxectivos previstos na programación de referencia
CA5.2 Seleccionáronse instrumentos para valorar o grao de satisfacción e motivación da persoa participante ou usuaria e a calidade do servizo
CA5.3 Descríbóronse e aplicáronse os procedementos de avaliación de actividades de control postural, benestar e mantemento funcional, atendendo tanto ao proceso como aos resultados
CA5.4 Establecéronse os parámetros que se deben ter en conta para avaliar o desenvolvemento da sesión
CA5.5 Rexistráronse e interpretáronse os datos obtidos, utilizando técnicas estatísticas elementais
CA5.6 Formuláronse propostas de mellora dos programas de actividades de control postural, benestar e mantemento funcional, a partir da interpretación dos datos
CA5.7 Elaboráronse memorias do procedemento de avaliación desenvolvido, seguindo un modelo establecido e utilizando soportes informáticos

4.4.e) Contidos

Contidos
<p>Principios de aplicación e ámbitos de mellora das actividades de control postural, benestar e mantemento funcional. Conciencia corporal, fortalecemento muscular e flexibilización.</p> <p>Materiais, aparellos e equipamentos específicos. Adaptacións aos perfís das persoas participantes ou usuarias.</p> <p>Técnica e biomecánica aplicada ás actividades de control postural, benestar e mantemento funcional.</p> <p>Perfís das persoas participantes en programas de actividades de control postural, benestar e mantemento funcional. Disfuncións posturais. Desestabilización pelviana e escapular. Alteracións da columna vertebral e desequilibrios musculares.</p> <p>Aplicación de programas de actividades de control postural. Afinidades entre as disfuncións posturais e os déficits de funcionalidade. Criterios de configuración de grupos. Criterios para adaptar as actividades aos perfís das persoas participantes ou usuarias</p> <p>Impacto das actividades de control postural, benestar e mantemento funcional nas estruturas anatómicas e na auto percepción e a autoestima.</p> <p>Probas para valorar os niveis propioceptivos relacionados coa postura; probas de control das funcións posturais e de estabilización.</p> <p>Orixes e evolución dos métodos e as disciplinas relacionados coa corrección postural. Vertente preventiva dos programas.</p> <p>Ximnasia correctiva: programas individualizados, reeducación e compensacións musculares.</p> <p>Supervisión dos espazos e as instalacións para actividades de control postural, benestar e mantemento funcional. Procedementos de supervisión do estado dos recursos propios e dos protocolos de seguridade. Características e condicións dos espazos para a práctica</p> <p>Adaptacións dos espazos, dos materiais e dos aparellos para a práctica de actividades de control postural, benestar e mantemento funcional para persoas con discapacidade.</p>

Contidos

Seguridade e prevención de riscos nas instalacións. Riscos característicos das instalacións para actividades de control postural, benestar e mantemento postural.

Sistemas de control do estado dos aparellos e materiais. Aspectos significativos para a seguridade no uso de aparellos e materiais en actividades de ximnasia correctiva, ioga, tai chi, método Pilates, etc. Mantemento preventivo, operativo e correctivo.

Criterios de deseño de sesións de actividades de control postural, benestar e mantemento funcional. Estrutura da sesión: activación, parte principal e volta á calma.

Distribución do esforzo e a recuperación no traballo neuromuscular e na capacidade de concentración.

Métodos e disciplinas relacionados coa corrección postural. Fundamentación fisiolóxica, mecánica e psicolóxica. Metodoloxía e estratexias didácticas específicas de cada método. Propostas metodolóxicas para as actividades individualizadas e para as actividades grupais.

Ximnasia correctiva: análise dos exercicios para disfuncións específicas, das técnicas manipulativas e das progresións. Sistemas de control da evolución das disfuncións posturais.

Variables implicadas nos exercicios. Adaptacións para persoas con discapacidade.

Proceso da reeducación postural. Percepción da disfunción. Traballo para a mellora do balance muscular e articular. Disociación de sinerxías existentes. Educación perceptiva do equilibrio e da mellora do esquema corporal. Automatización do novo esquema corporal.

Normas básicas de seguridade nas sesións de control postural. Posición e distancias entre as persoas participantes en cada exercicio. Posibles incidencias nos materiais e nos equipamentos.

Aplicación de sistemas e estilos de comunicación específicos na dirección e dinamización de actividades de control postural, benestar e mantemento funcional. Códigos verbais e xestuais. Cantidade e tipo de información en función de perfís e número das persoas.

Supervisión e adaptación do uso de aparellos e materiais.

Estratexias de instrución e motivación cara á execución nas actividades de control postural, benestar e mantemento funcional.

Uso dos aparellos e materiais propios, auxiliares ou adaptados das actividades de control postural, benestar e mantemento funcional: descrición, demostración e mantemento operativo.

Exercicios, variantes e técnicas manipulativas nas actividades de control postural, benestar e mantemento funcional. Adaptación das técnicas de ximnasia correctiva, ioga, tai chi, método Pilates, etc., segundo os perfís das persoas participantes ou usuarias.

Ximnasia correctiva: exercicios para disfuncións posturais da columna vertebral, para descompensacións musculares, para falta de flexibilidade e para falta de ton. Progresións e adaptacións a diferentes niveis. Mobilizacións pasivas, correccións e fixación.

Intervencións coas persoas participantes ou usuarias en actividades de control postural, benestar e mantemento funcional. Diversificación de actividades e adaptación por niveis dentro do grupo. Estratexias de motivación.

Localización de erros posturais e de execución. Información sobre coñecemento da execución e dos resultados. Detección da fatiga xeral e localizada. Consignas que axudan a reinterpretar sensacións.

Avaliación das programacións de actividades de control postural, benestar e mantemento funcional. Obxectivos do programa como referente de avaliación. Indicadores e criterios.

Procedementos e pautas de aplicación de instrumentos de avaliación. Momentos do programa nos que se aplican. Protocolos.

Instrumentos de avaliación do proceso e dos resultados dos programas.

Avaliación das sesións. Avaliación de cada parte da sesión: activación, parte principal e volta á calma.

Rexistros, tratamento estatístico e interpretación de datos. Soportes informáticos aplicados á avaliación dos programas.

Memorias de avaliación. Confección de memorias e elaboración de propostas de mellora.

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

A unidade didáctica do Método Pilates será avaliada con traballos de deseño, dirección e avaliación de sesións de Pilates; con execución de diferentes exercicios básicos do método Pilates e con Exame teórico de algúns aspectos do método Pilates.

A unidade didáctica de loga será avaliada con traballos de deseño, dirección e avaliación de sesións de loga; con execución de diferentes exercicios básicos de loga e con Exame teórico de algúns aspectos do loga.

A unidade didáctica de Taichí será avaliada con traballos de deseño, dirección e avaliación de sesións de Taichi; con execución de diferentes exercicios básicos de Taichí e con Exame teórico de algúns aspectos do Taichí.

A unidade didáctica de Outras actividades relacionadas co Control Postural, Benestar e mantemento funcional. Principios e Avaliación será avaliada con exames teóricos, traballos sobre temática relacionada co control postural, benestar e mantemento funcional (forza, equilibrio e flexibilidade) e execución de exercicios sobre dita temática.

As porcentaxes por apartados quedan como se indica a continuación:

Exames teóricos: 30%

Exames prácticos:

-Individual: 20%

-Dirección de sesións: 25%

Traballos: 15%

Realización de actividades en clase 10%

As actividades a realizar, desglosadas por trimestre serán as seguintes:

1º Trimestre:

- Exame teórico: Sobre os contidos impartidos no trimestre (previsiblemente temas 1,2 e 3)

- Exame práctico:

- Individual: Realización de diferentes exercicios de Pilates, así como coñecer os obxectivos dos mesmos, as axudas táctiles e os exercicios preparatorios e modificacións dos mesmos.

- Dirección de sesións: o alumno dirixirá unha sesión de Pilates e actuará como axudante para realizar axudas táctiles noutra.

- Traballos: Realizará un traballo de valoración da postura (Plomada e App) e outro sobre un catálogo de exercicios de Pilates (apuntes dos exercicios de Pilates).

- Realización de actividades en clase: Realización das sesións de Pilates, Body Balance, Core, CXWork, ... desenroladas durante o trimestre

2º Trimestre:

Exames teóricos: Sobre os contidos impartidos no trimestre (previsiblemente temas 4,5 e 6)

Exames prácticos:

-Individual: Realización de diferentes asanas de Yoga

-Dirección de sesións: O alumno dirixirá unha sesión de Yoga e actuará como axudante para os axustes noutra

Traballos: Realizará un traballo de Yoga, consistente na execución e explicación do saudo ó sol e varias asanas

Realización de actividades en clase: Realización das sesións de Yoga

3º Trimestre:

Exames teóricos: Sobre os contidos impartidos no trimestre (temas 7, 8, 9)

Exames prácticos:

- Individual: Realización da rutina Baduanjin de Qigong
- Dirección de sesións: Dirección dunha sesión de Taichi
- Traballos: Realizará un traballo sobre Qigong consistente na execución do Shibafa
- Realización de actividades en clase: Realización das sesións de Taichi

Para superar o apartado de Exames prácticos, o alumno terá que ter realizadas o 75% das sesións prácticas da materia. De non ser o caso, establecerase unha proba específica para dito alumnado, no que se valoren os aspectos que non poideron ser avaliados co seu traballo diario. A nota do exame práctico multiplicarase por 1 caso de superar a proba, e por 0 caso de non superar a proba.

A nota da avaliación calcularase mediante redondeo, se é superior ou igual ó 5, ou mediante truncamento se é inferior ó 5.

Para a superación de cada avaliación deberase acadar un 40% en cada un dos apartados. De non ser así a nota máxima que se pode acadar será de un 4.

Para a recuperación de unha avaliación suspensa se fará a proba correspondente ó apartado ou apartados que teña suspensa. Tan só se realizará unha recuperación por avaliación.

O cálculo da nota final será a nota media dos tres trimestres (calculada cos decimais que tivo en cada trimestre), sempre que en cada un dos trimestres se obteña unha nota mínima de 4. Para aprobar deberá ter unha nota media como mínimo de 5. De non ser así o alumno deberá facer o exame final extraordinario.

Para poder facer o exame final o alumno deberá ter entregados os traballos que non superou ou non entregou durante o curso. Tamén terá que facer os exames prácticos.

Para os alumnos con perda do dereito á avaliación continua haberá unha convocatoria específica. En dita convocatoria o alumno deberá realizar todos os exames prácticos e teóricos que realizaron os alumnos da avaliación ordinaria, ademais deberán presentar os traballos que se lles solicitou durante o curso e presentar un traballo por cada unha das actividades de dirección de sesión. Os apartados que non se poidan avaliar nese día serán compensados proporcionalmente na nota cos demais apartados.

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

Cada un dos exames teóricos e dos traballos poderá ser repetido unha vez se non se acada o apto na primeira ocasión. Se realizarán tutorías individuais ou en grupo para reforzar as explicacións necesarias para a comprensión da materia. Asemade o alumno terá dereito a repetición de cada unha das probas prácticas, estas probas poderán ser realizadas cando o alumno acade o nivel de adestramento necesario ou ben as habilidades técnicas requiridas para a súa correcta execución aínda que as datas deberán ser acordadas co profesor.

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

O alumno que perda o dereito a avaliación continua deberá presentar os mesmos traballos e realizar as mesmas probas prácticas que o resto do alumnado, tendo en conta que non acadou o 75% das prácticas. Unha vez feitas as probas e entregados os traballos terá dereito a realización dun exame escrito para acadar o apto nos apartados avaliados deste xeito.

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

Os propios resultados trimestrais dos alumnos.
Realización dunha enquisa de seguimento da programación trimestral.

Realización dunha rubrica do traballo realizado en cada trimestre.
Realización dunha enquisa final sobre a programación e a labor docente

8. Medidas de atención á diversidade

8.a) Procedemento para a realización da avaliación inicial

Ao inicio do curso farase unha enquisa entre o alumnado para coñecer os seus antecedentes tanto de práctica deportiva como de impartición de actividades, así como unha enquisa de problemática relacionada coa saúde que lle poidera afectar á hora de desenrolar o módulo.

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

A longo de todo o curso o profesor realizará un seguimento individualizado da evolución de cada alumno especialmente na execución das diferentes prácticas onde os alumnos poda atopar dificultades. Exercicios paralelos serán propostos co obxectivo de acadar os mínimos esixidos ou seguir traballando tendo en conta posibles limitacións físicas permanentes ou temporais. Asemade o profesor realizará distintas propostas para que os alumnos que así o desexen podan seguir traballando e progresando no seu tempo libre e así poder mellorar as súas competencias a nivel práctico.

9. Aspectos transversais

9.a) Programación da educación en valores

Fomentarase a colaboración mediante traballos en grupo.
Fomentarase o respecto ás opinións de todos mediante debates guiados.
Respetaranse aspectos gramaticais e formais na presentación dos traballos.
Traballarase na aceptación e respecto dos diferentes niveis de execución e das diferencias con respecto ao xénero.

9.b) Actividades complementarias e extraescolares

Intentarase facer unha visita a un centro onde se imparta algunha das actividades que se desenrolan no módulo (Pilates, Ioga, Taichi, Ximnasia correctiva, ...).
Plantexarase a posibilidade de realizar unha actividade de semana branca en Andorra con visita ó centro termolúdico de Caldea.
Tamén ó longo do curso se poderán plantexar outro tipo de actividades que, sen unha relación directa co módulo poideran resultar interesantes polo seu carácter deportivo (rafting, surf, orientación, ...)

10. Outros apartados

10.1) Orientacións Laborais

A natureza do módulo, orienta ó alumnado a desenrolar o seu traballo en centros onde se impartan as actividades relacionadas coas actividades desenroladas no módulo, isto é, centros de pilates, centros de ioga, centros de taichí, ximnasia, pero tamén como monitores de mantemento funcional en servizos municipais de deporte.