

1. Identificación da programación
Centro educativo

Código	Centro	Concello	Ano académico
36006717	Sánchez Cantón	Pontevedra	2023/2024

Ciclo formativo

Código da familia profesional	Familia profesional	Código do ciclo formativo	Ciclo formativo	Grao	Réxime
AFD	Actividades físicas e deportivas	CSAFD01	Ensinanza e animación sociodeportiva	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
MP1136	Valoración da condición física e intervención en accidentes	2023/2024	9	240	288
MP1136_12	Fundamentos biolóxicos e bases do acondicionamento físico	2023/2024	9	195	234
MP1136_22	Primeira intervención en caso de accidente ou situación de emerxencia	2023/2024	9	45	54

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

Profesorado responsable

Profesorado asignado ao módulo	TELMO SILVA ALONSO
Outro profesorado	

Estado: Pendente de supervisión inspector

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

OBXECTIVO XERAIS DO MÓDULO

- > Avaliar e programar actividades para o desenvolvemento da condición física para a mellora da saúde e para a mellora de rendemento en deportes e determinadas actividades profesionais.
- > Desenvolver estratexias de motivación e adherencia á práctica de actividade física regular e sistemática nas diferentes poboacións.
- > Aplicar técnicas de primeiros auxilios ás persoas que sufran algún accidente no transcurso da práctica de actividade física.

A formación deste módulo de VCF e IA contribúe a alcanzar os obxectivos xerais c), f), o) e p) do ciclo formativo, e as competencias b), d), n) e ñ) do título.

RESULTADOS DE APRENDIZAXE

O alumnado coa realización deste módulo de VCF e IA debe lograr as capacidades de:

- > Analizar e relacionar os diferentes niveis de carga coas adaptacións fisiolóxicas que pode producir e que afectan principalmente ó sistema de aporte de oxíxeno, ó sistema neuromuscular e ó sistema de regulación.
- > Analizar e relacionar os aspectos biomecánicos e fisiolóxicos do exercicio ou adestramento físico.
- > Elaborar e aplicar programas de acondicionamento físico básico segundo os obxectivos e as capacidades individuais das persoas.
- > Realizar probas de valoración da condición física e biolóxica eficientes e seguras.
- > Analizar e interpretar os resultados obtidos en probas de valoración da condición física.
- > Realizar a valoración inicial da asistencia nunha urxencia, analizando os riscos, os recursos dispoñibles e o tipo de axuda necesaria.
- > Aplicar técnicas de soporte vital e primeiros auxilios, segundo os protocolos vixentes e mais actuais.



-> Aplicar métodos de mobilización e inmovilización que permitan a evacuación da persoa accidentada, e proporcionar apoio psicolóxico en caso necesario.

ORIENTACIÓNS METODOLÓXICAS XERAIS

-> Integración constante dos coñecementos referidos á bioloxía e a biomecánica na análise dos sistemas de valoración e mellora da condición física e nas técnicas de primeiros auxilios.

-> Experimentación das probas de valoración cos seus protocolos, as condicións de seguridade e o tratamento dos datos, desde o punto de vista tanto de participante como de profesional.

-> Análise dos fundamentos dos sistemas de adestramento de mellora das capacidades físicas básicas, en relación coa elaboración e a experimentación dos programas de acondicionamento físico básico.

-> Ensinanza baseada fundamentalmente na práctica (saber facer e aprender facendo).

-> Distribución semanal das clases 22221.

-> Clases desenvolvidas na aula, pavillón, pista de atletismo, entorno natural e ximnasio.

-> Aplicación de métodos activos.

-> Confección de grupos de traballo con criterios que favorezan a inclusión de todo o alumnado.

-> Individualización, progresión e variabilidade como principios metodolóxicos xerais fundamentais.

-> As estratexias de aprendizaxe dos fundamentos técnico-tácticos e para o desenvolvemento da condición física específica aplicaranse considerando as zonas de desenvolvemento próximo de cada alumno/a.

MÉTODOS A EMPREGAR NO DESENVOLVEMENTO DAS UNIDADES DIDÁCTICAS (UD)

-> Avaliación inicial: cuestionario, probas de condición física específica e sesión 0.

-> Actividades de presentación do módulo.

- > Actividades teóricas: lección maxistral.
- > Actividades prácticas autónomas: estudo, traballo e resolución de supostos prácticos.
- > Actividades prácticas guiadas: actividades para a valoración e o desenvolvemento da condición física para diferentes poboacións, simulacións de situacións de emerxencia e axuda.
- > Metodoloxía baseada na investigación.

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	Condición física		19	7
2	Fisioloxía do exercicio		60	21
3	Biomecánica do movemento humano		60	21
4	Fundamentos do exercicio físico - adestramento físico		70	24
5	Estilo de vida saudable		25	8
6	Protocolos de primeiros auxilios e soporte vital		34	12
7	Técnicas de mobilización, inmovilización e apoio psicolóxico		20	7

4. Por cada unidade didáctica
4.1.a) Identificación da unidade didáctica

N.º	Título da UD	Duración
1	Condición física	19

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

Resultado de aprendizaxe do currículo	Completo
RA1 - Relaciona os niveis de intensidade do exercicio físico coas adaptacións fisiolóxicas dos sistemas cardiorrespiratorio e de regulación, e analiza o comportamento destes	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 Descríbense os efectos da práctica sistematizada de exercicio físico sobre os elementos estruturais e funcionais dos sistemas cardiorrespiratorio e de regulación
CA1.2 Determináronse os beneficios e os efectos da práctica de actividades físicas para a mellora da calidade de vida
CA1.3 Determinouse a incidencia de hábitos de vida nocivos sobre o nivel de saúde

4.1.e) Contidos

Contidos
Actividade física e saúde. Efectos da actividade física sobre a saúde. Estilo de vida: concepto e tipos. Relación co exercicio físico. Ámbitos psicolóxico, social e orgánico.
Hábitos non saudables e condutas de risco para a saúde.
Contraindicacións absolutas ou relativas da práctica de actividade física.

4.2.a) Identificación da unidade didáctica

N.º	Título da UD	Duración
2	Fisioloxía do exercicio	60

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

Resultado de aprendizaxe do currículo	Completo
RA1 - Relaciona os niveis de intensidade do exercicio físico coas adaptacións fisiolóxicas dos sistemas cardiorrespiratorio e de regulación, e analiza o comportamento destes	NO

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

Criterios de avaliación
CA1.4 Identificouse a fisioloxía dos sistemas cardiorrespiratorio e de regulación, analizando as interaccións entre as estruturas que os integran e a súa repercusión no rendemento físico
CA1.5 Descríbense os mecanismos de adaptación funcional ao esforzo físico dos sistemas cardiorrespiratorio e de regulación
CA1.6 Descríbense a nivel macroscópico as estruturas anatómicas dos sistemas cardiorrespiratorio e de regulación
CA1.7 Indicáronse os mecanismos fisiolóxicos que conducen a un estado de fatiga física

4.2.e) Contidos

Contidos
Actividade física e saúde. Efectos da actividade física sobre a saúde. Estilo de vida: concepto e tipos. Relación co exercicio físico. Ámbitos psicolóxico, social e orgánico.
Hábitos non saudables e condutas de risco para a saúde.
Contraindicacións absolutas ou relativas da práctica de actividade física.
Funcións orgánicas e adaptacións ao exercicio físico: metabolismo enerxético. Sistemas de produción de enerxía. Utilización dos sistemas e intensidade do exercicio.
Sistema cardiorrespiratorio. Funcionamento e adaptacións agudas e crónicas en diferentes tipos de exercicio físico. Factores da condición física relacionados co funcionamento do sistema cardiorrespiratorio.
Sistema de regulación. Función nerviosa e función hormonal en distintos tipos de exercicio físico. Maduración hormonal e intensidade do exercicio.
Fatiga. Mecanismo de fatiga. Aspectos hormonais, inmunitarios e patolóxicos da fatiga. Percepción da fatiga e da recuperación. Síndrome de sobreadestramento: diagnóstico, prevención e tratamento. Relación entre traballo e descanso como factor nas adaptacións fisiolóxicas.
Termorregulación e exercicio físico: mecanismos de regulación. A termorregulación no medio acuático.
Equilibrio hídrico: rehidratación e exercicio físico.

Contidos
Sistema músculo-esquelético. Anatomía dos sistemas osteoarticular e muscular. Características mecánicas e funcionais das articulacións. Cadeas musculares e fascias. O músculo: tipos, elementos pasivos e activos. Funcións do músculo e o tendón. Reflexos relacionados co ton e as estiradas. Adaptacións agudas e crónicas do sistema músculo-esquelético a diferentes tipos de exercicio físico. Hipertrofia, hiperplasia, tonificación, distensibilidade muscular e mobilidade articular. Comportamento mecánico do sistema músculo-esquelético:

4.3.a) Identificación da unidade didáctica

N.º	Título da UD	Duración
3	Biomecánica do movemento humano	60

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

Resultado de aprendizaxe do currículo	Completo
RA2 - Relaciona a mecánica dos exercicios e das actividades de acondicionamento físico básico coa biomecánica e as adaptacións fisiolóxicas do sistema músculo-esquelético, e analiza o seu funcionamento	SI

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

Criterios de avaliación
CA2.1 Relacionáronse os tipos de pancas coas articulacións do corpo humano e a participación muscular nos movementos destas
CA2.2 Clasifícaronse os principais movementos articulares do corpo humano en función dos planos e dos eixes do espazo
CA2.3 Relacionouse a acción da gravidade e a localización da carga co tipo de contracción muscular que se produce nos exercicios
CA2.4 Adaptáronse exercicios a diferentes niveis de desenvolvemento da forza e da amplitude de movemento
CA2.5 Indicáronse os aspectos para ter en conta durante a execución dos exercicios e as posibles contraindicacións
CA2.6 Utilizáronse símbolos, esquemas gráficos e exercicios tipo para interpretar e representar movementos

4.3.e) Contidos

Contidos
<p>Sistema músculo-esquelético. Anatomía dos sistemas osteoarticular e muscular. Características mecánicas e funcionais das articulacións. Cadeas musculares e fascias. O músculo: tipos, elementos pasivos e activos. Funcións do músculo e o tendón. Reflexos relacionados co ton e as estiradas. Adaptacións agudas e crónicas do sistema músculo-esquelético a diferentes tipos de exercicio físico. Hipertrofia, hiperplasia, tonificación, distensibilidade muscular e mobilidade articular. Comportamento mecánico do sistema músculo-esquelético: Análise dos movementos. Eixes, planos, intervención muscular e graos de liberdade fisiolóxicos nos movementos articulares. Sistemas de pancas no aparello locomotor. Descrición e demostración de movementos. Sistema de representación dos movementos. Nomenclatura e terminoloxía. Uso das tecnoloxías na representación de movementos.</p> <p>Construción de exercicios a partir dos movementos. Factores da condición física relacionados con exercicios de forza, por parellas ou en grupo, e de amplitude de movementos.</p> <p>Exercicios de forza. Deseño e adaptación a diferentes niveis. Postura global e segmentaria; accións musculares e tipo de contracción durante as fases de execución; efecto da acción da gravidade sobre o tipo de contracción; ritmo, velocidade, amplitude e tipo de cargas.</p> <p>Exercicios por parellas ou en grupo. Precaucións, localización, agarres e accións externas.</p> <p>Exercicios de amplitude de movemento. Deseño e adaptación a diferentes niveis. Rangos de amplitude das articulacións en cada plano ou eixe; tipo de exercicio; accións musculares durante as fases de execución; tempo de mantemento de posturas; ritmo, velocidade e amplitude. Precaucións, localización, agarres e accións externas. Consignas de interpretación das sensacións propioceptivas.</p>

4.4.a) Identificación da unidade didáctica

N.º	Título da UD	Duración
4	Fundamentos do exercicio físico - adestramento físico	70

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

Resultado de aprendizaxe do currículo	Completo
RA3 - Elabora programas de acondicionamento físico básico, aplicando os fundamentos dos sistemas de mellora das capacidades físicas básicas	SI
RA4 - Realiza probas de determinación da condición física e biolóxica adecuadas aos parámetros que se van avaliar, aplicando os protocolos de cada unha, en condicións de seguridade	SI
RA5 - Interpreta os resultados das probas de valoración da condición física, rexistrando e analizando os datos nas fichas de control	SI

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

Criterios de avaliación
CA3.1 Relacionáronse os principios do adestramento deportivo cos mecanismos adaptativos do organismo ao esforzo físico nos sistemas de mellora da condición física
CA3.2 Indicáronse os factores que hai que ter en conta para evitar lesións ou sobrecargas durante o desenvolvemento das capacidades físicas e perceptivo-motrices

Criterios de avaliación
CA3.3 Determináronse as capacidades físicas que se deben desenvolver e os métodos máis adecuados, en función dos datos de valoración
CA3.4 Estableceuse unha secuencia de exercicios para o desenvolvemento das capacidades físicas
CA3.5 Demostrouse a execución dos exercicios de acondicionamento físico básico e dos de mellora das capacidades perceptivo-motrices
CA3.6 Detectáronse os erros máis frecuentes na realización dos exercicios tipo para o desenvolvemento das capacidades físicas e perceptivo-motrices
CA3.7 Determináronse o equipamento e o material tipo para o desenvolvemento da condición física e motriz, e as súas posibles aplicacións
CA4.1 Confeccionouse unha batería de probas de aptitude física e biolóxica adaptada a un perfil das persoas participantes e aos medios dispoñibles, tendo en conta as condicións en que cada unha está contraindicada
CA4.2 Seleccionáronse os instrumentos e as máquinas de valoración da condición física e biolóxica, en función dos parámetros morfolóxicos e funcionais que se van medir
CA4.3 Subministráronse as axudas físicas ou mecánicas que requiren os diferentes perfís de persoas participantes, especialmente en quen ten un menor grao de autonomía persoal
CA4.4 Explicouse e demostrouse o xeito correcto de realizar as probas e de utilizar os aparellos ou instrumentos e equipamentos de medida da condición física, indicando as normas de seguridade que se deben atender
CA4.5 Identificáronse signos indicadores de risco antes da execución das probas de valoración cardiofuncional e durante elas
CA4.6 Utilizouse o procedemento de observación e de aplicación de cuestionarios para identificar as necesidades individuais, sociais e de calidade de vida de persoas e grupos
CA5.1 Seleccionáronse ou adaptáronse fichas de control dos datos de valoración das persoas participantes
CA5.2 Rexistráronse os datos das probas de valoración antropométrica, biolóxico-funcional e postural nas fichas de control
CA5.3 Comparáronse os datos con baremos de referencia e destacáronse as desviacións que poidan aconsellar a toma de medidas preventivas
CA5.4 Elaboráronse informes a partir dos datos rexistrados nas fichas de control, utilizando recursos informáticos específicos
CA5.5 Establecéronse relacións causa-efecto entre a actividade física realizada e os datos de sucesivos rexistros de probas de aptitude física e biolóxica dunha mesma persoa participante

4.4.e) Contidos

Contidos
Factores da condición física e motriz. Condición física, capacidades físicas e capacidades perceptivo-motrices. Capacidade física e rendemento deportivo. Capacidade física e saúde.
0Desenvolvemento da forza: sistemas e medios de adestramento. Métodos intensivo, isométrico, isocinético e extensivo. Marxes de esforzo para a saúde.
Desenvolvemento da amplitude de movementos: sistemas e medios de adestramento. Métodos activos, pasivos e asistidos.
Desenvolvemento integral das capacidades físicas e perceptivo-motrices.
Actividades de acondicionamento físico aplicadas aos diferentes niveis de autonomía persoal. Limitacións de autonomía funcional. Factores limitantes do movemento en función do tipo de discapacidade.
Singularidades da adaptación ao esforzo e contraindicacións en situacións de limitación na autonomía funcional.
Discapacidade. Clasificacións médico-deportivas. Tipos e características. Organización e adaptación de recursos. Consideracións básicas para a adaptación dos materiais e a instalación.
Capacidade aeróbica e anaeróbica. Sistemas orgánicos implicados no desenvolvemento.
Forza. Tipos de forza e sistemas orgánicos implicados.
Amplitude de movemento, mobilidade articular e elasticidade muscular.
Velocidade. Tipos de velocidade.
Capacidades perceptivo-motrices. Propiocepción, esquema corporal, estruturación espazo-tempo, equilibrio e coordinación.
Metodoloxía do adestramento. Aplicación dos principios do adestramento nos métodos de mellora das capacidades físicas. Efectos sobre a composición corporal.
Principios xerais do desenvolvemento das capacidades físicas.
Desenvolvemento das capacidades aeróbica e anaeróbica: sistemas e medios de adestramento. Métodos continuos e fraccionados. Marxes de esforzo para a saúde.
Ámbitos da avaliación da aptitude física. Tests, probas e cuestionarios en función da idade e do sexo. Vantaxes e dificultades. Requisitos dos tests de condición física.
0Entrevista persoal no ámbito do acondicionamento físico. Cuestionarios para a valoración persoal. Ámbito de aplicación, modelos e ficha de rexistro. Técnicas de entrevista persoal.
Observación como técnica básica de avaliación nas actividades de acondicionamento físico.
Normativa de protección de datos. Criterios deontolóxicos profesionais de confidencialidade.
Valoración antropométrica no ámbito do acondicionamento físico. Biotipoloxía. Aplicación ao ámbito da actividade física. Probas antropométricas en actividades físicas e deportivas. Protocolos, medicións e índices antropométricos. Aplicación autónoma e colaboración con persoal técnico especialista. Valoración da composición corporal. Valores de referencia da composición corporal en distintos tipos de persoas usuarias. Modelos de composición corporal. Composición corporal e saúde. Índice de masa corporal, porcentaxe de graxa corporal e
Probas de medición de capacidades perceptivo-motrices. Protocolos e aplicación dos tests de percepción espacial, de percepción temporal, de estruturación espazo-temporal, de esquema corporal, de coordinación e de equilibrio.

Contidos
<p>Probas biolóxico-funcionais no ámbito do acondicionamento físico. Requisitos, protocolos, instrumentos e aparellos de medida. Aplicación autónoma ou en colaboración con persoal técnico especialista.</p> <p>Avaliación da capacidade aeróbica e da anaeróbica. Probas indirectas e tests de campo. Limiares. Indicadores de risco.</p> <p>Avaliación da velocidade. Probas específicas de avaliación. Tempos de reacción, velocidade segmentaria e capacidade de aceleración.</p> <p>Avaliación das manifestacións da forza. Probas específicas de avaliación da forza máxima, forza velocidade e forza resistencia.</p> <p>Avaliación da amplitude de movemento. Probas específicas de mobilidade articular e de elasticidade muscular. Valoración postural. Alteracións posturais máis frecuentes: recuperables e patolóxicas. Probas de análise postural no ámbito do acondicionamento físico. Protocolos: aplicación autónoma ou en colaboración con persoal técnico especialista. Instrumentos e aparellos de medida.</p> <p>Historial e valoración motivacional. Historial médico e deportivo da persoa participante. Integración de datos.</p> <p>Rexistro de resultados na aplicación de tests, probas e cuestionarios no ámbito do acondicionamento físico.</p> <p>Integración e tratamento da información obtida: modelos de documentos e soportes.</p> <p>Recursos informáticos aplicados á valoración e ao rexistro de tests, probas e cuestionarios no ámbito do acondicionamento físico. Software e hardware xenérico e específico de valoración e rexistro de tests, probas e cuestionarios no ámbito do acondicionamento físico.</p> <p>Aplicación da análise de datos. Modelos de análise cuantitativa e cualitativa.</p> <p>Estatística para a interpretación de datos obtidos nos tests e nas probas. Cruce de datos e relacións entre as variables. Ordenación, representación gráfica, normalización e interpretación de datos. Índices de correlación. Inferencias.</p> <p>Análise do cuestionario e do historial. Prescrición do exercicio desde outros/as especialistas. Análise como base do diagnóstico para a elaboración de programas de mellora da condición física. Elaboración do informe específico. Avaliación do estilo de vida da persoa usuaria.</p> <p>Avaliación de factores de risco. Información de fontes externas e coordinación con outros/as especialistas.</p> <p>Fluxo de información. Localización e comunicación dos datos elaborados.</p>

4.5.a) Identificación da unidade didáctica

N.º	Título da UD	Duración
5	Estilo de vida saudable	25

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

Resultado de aprendizaxe do currículo	Completo
RA6 - Deseña medidas complementarias nos programas de mellora da condición física, analizando a súa repercusión na mellora da saúde e a calidade de vida	SI

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

Criterios de avaliación
CA6.1 Selecciónanse as técnicas que facilitan a recuperación en función do esforzo físico realizado
CA6.2 Realizáronse as manobras básicas de masaxe de recuperación
CA6.3 Explicáronse o procedemento e as medidas preventivas que hai que ter en conta na aplicación das medidas complementarias hidrotermais, indicando as súas contraindicacións totais ou relativas
CA6.4 Estableceuse a proporción de nutrientes en función do tipo de esforzo físico
CA6.5 Calculouse o balance enerxético entre inxestión e actividade física
CA6.6 Confeccionouse unha listaxe de hábitos dietéticos saudables

4.5.e) Contidos

Contidos
Medidas de recuperación do esforzo físico. Bases biolóxicas da recuperación.
Métodos e medios de recuperación dos substratos enerxéticos. Osíxeno, niveis de mioglobina e reservas musculares de fosfato. Creatina, glicóxeno muscular e hepático, e eliminación do lactato muscular.
Medios e métodos de recuperación intrasesión e intersesión: físicos (masaxe, sauna, baños de contraste, auga fría e hidromasaxe) e fisioterapéuticos (electroterapias, terapia con calor de penetración, iontoforese, terapia de corrente dinámica, estimulación nerviosa eléctrica, transcutánea e estimulación eléctrica muscular). Suplementos e fármacos. Axudas psicolóxicas.
Alimentación e nutrición. Clasificación e grupos de alimentos. Nutrientes. Composición dos alimentos e principios inmediatos. Vitaminas, minerais e auga. Necesidades calóricas. Dieta equilibrada, recomendacións RDA e dieta mediterránea. Necesidades alimentarias antes, durante e despois do exercicio físico, en función dos obxectivos. Axudas ergoxénicas, reposición de auga, solucións electrolíticas, equilibrio nutricional na actividade física e alimentos funcionais. Consecuencias dunha alimentación non saudable. Trastornos alimentarios.

4.6.a) Identificación da unidade didáctica

N.º	Título da UD	Duración
6	Protocolos de primeiros auxilios e soporte vital	34

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

Resultado de aprendizaxe do currículo	Completo
RA1 - Realiza a valoración inicial da asistencia nunha urxencia, analizando os riscos, os recursos dispoñibles e o tipo de axuda necesaria	SI

Resultado de aprendizaxe do currículo	Completo
RA2 - Aplica técnicas de soporte vital e primeiros auxilios, segundo os protocolos establecidos	SI

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

Criterios de avaliación
CA1.1 Xustificouse o xeito de asegurar a zona e as manobras necesarias para acceder á persoa accidentada, identificando os posibles riscos, e propúxose a mellor forma de acceso
CA1.2 Seguíronse as pautas de actuación, segundo protocolo, para a valoración inicial dunha persoa accidentada
CA1.3 Identificáronse situacións de risco vital e definíronse as actuacións que levan consigo
CA1.4 Discrimináronse as circunstancias ou os casos en que non se debe intervir e as técnicas que non debe aplicar o/a primeiro/a interviniente de xeito autónomo
CA1.5 Aplicáronse as técnicas de autoprotección na manipulación de persoas accidentadas
CA1.6 Revisouse o contido mínimo dunha caixa de urxencias e as indicacións dos produtos e medicamentos
CA1.7 Determináronse as prioridades de actuación en función da gravidade e do tipo de lesións, e as técnicas de primeiros auxilios que cómpre aplicar
CA1.8 Identificáronse os factores que predispoñen á ansiedade en situacións de accidente, emerxencia e dó
CA2.1 Identificáronse e describíronse as fases do protocolo básico de soporte vital
CA2.2 Aplicáronse técnicas de desobstrución da vía aérea
CA2.3 Aplicáronse técnicas de soporte vital segundo o protocolo establecido
CA2.4 Aplicáronse as técnicas básicas e instrumentais de reanimación cardiopulmonar sobre manequíns, mesmo utilizando equipamento de oxigenoterapia e desfibrilador automático e semiautomático
CA2.5 Aplicáronse medidas de posreanimación
CA2.6 Valorouse a importancia de aplicar con precisión os protocolos establecidos

Criterios de avaliación
CA2.7 Indicáronse as causas, os síntomas, as pautas de actuación e os aspectos preventivos nas lesións, as patoloxías e os traumatismos máis significativos, en función do medio en que se desenvolve a actividade
CA2.8 Aplicáronse primeiros auxilios ante simulación de patoloxías orgánicas de urxencia e de lesións por axentes físicos, químicos e biolóxicos
CA2.9 Descríronse as repercusións dunha incorrecta aplicación das técnicas de primeiros auxilios e do traslado da persoa accidentada
CA2.10 Aplicáronse as estratexias básicas de comunicación coa persoa accidentada e acompañantes, en función de diferentes estados emocionais
CA2.11 Especificáronse as técnicas para controlar unha situación de dó, ansiedade e angustia ou agresividade

4.6.e) Contidos

Contidos
Urxencia e emerxencia. Sistemas de emerxencia, sistemas integrais de urxencias e organización de sistemas.
Protocolo de actuación fronte a emerxencias: valoración inicial, planificación da actuación, localización e formas de acceso, identificación de posibles riscos, protección da zona e acceso á persoa accidentada.
Terminoloxía médica ou sanitaria nos primeiros auxilios.
Primeiro/a interviniente como parte da cadea asistencial: conduta PAS (protexer, alertar e socorrer). Perfil do/da primeiro/a interviniente: competencias, obxectivos e límites de actuación. Principios xerais. Riscos e protección. Seguridade na intervención. Prevención de doenzas e contaxios.
Sistemática de actuación: valoración do nivel de consciencia, comprobación da ventilación e actuación fronte a signos de risco vital.
Actitudes e control da ansiedade: marco legal, responsabilidade e ética profesional.
A caixa de primeiros auxilios: instrumentos, material de cura e fármacos básicos.
Protocolos fronte á obstrución de vía aérea. Obstrución completa e incompleta. Casos especiais. Embarazadas, cativos/as e persoas obesas. Víctima consciente e inconsciente.
Intervención prehospitalaria en accidentes no medio acuático e afogamento, e intervención ante lesións medulares. Atención específica a parturientes ante situación de parto inminente, consonte protocolo establecido.
Atención específica a persoas accidentadas que sufriron lesións por axentes físicos, químicos e mecánicos, consonte protocolos establecidos.
Técnicas e estratexias de superación de situacións de ansiedade, agresividade, angustia e dó.
Valoración do papel do/da primeiro/a interviniente.
Factores que predispoñen á ansiedade en situacións de accidente ou emerxencia.
Fundamentos da reanimación cardiopulmonar básica (RCPB): instrumental, métodos e técnicas básicas.

Contidos
Actuación fronte á parada respiratoria e cardiopulmonar. Masaxe cardíaca e desfibrilación externa semiautomática. Accesorios de apoio á ventilación. Balón resucitador. Osixenoterapia. Protocolos de RCPB. Persoas adultas. Colectivos especiais. Situacións de afogamento. Atención inicial ás emerxencias máis frecuentes. Pautas de intervención na aplicación dos primeiros auxilios. Pautas para a non-intervención. Valoración primaria e secundaria. Detección de lesións, doenzas e traumatismos. Causas, síntomas e signos. Alteracións da conciencia. Febre. Vómitos e diarrea. Desmaios. Lipotimias. Síncope. Shock. Dor abdominal e ventre en táboa. Dor torácica. Tipos de lesións: clasificación, síntomas e signos. Tratamento básico: hemorraxias, feridas, queimaduras, accidentes eléctricos, accidentes acuáticos e traumatismos. Traumatismos óseos, articulares e musculares; politraumatismos. Outras situacións de urxencia: intoxicacións; crise anafiláctica; epilepsia e cadros convulsivos; deshidratación; corpos estranhos en pel, ollos, oídos e nariz; pequenos traumatismos; urxencias materno-infantís; traumatismos torácicos; accidentes domésticos; accidentes de tráfico; lesións producidas por calor ou frío. Medidas de posreanimación.

4.7.a) Identificación da unidade didáctica

N.º	Título da UD	Duración
7	Técnicas de mobilización, inmovilización e apoio psicolóxico	20

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

Resultado de aprendizaxe do currículo	Completo
RA3 - Aplica métodos de mobilización e inmovilización que permitan a evacuación da persoa accidentada, e apoio psicolóxico, en caso necesario	SI

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

Criterios de avaliación
CA3.1 Valorouse a importancia do autocontrol e de infundir confianza e optimismo á persoa accidentada durante toda a actuación
CA3.2 Especificáronse as técnicas para superar psicolóxicamente o fracaso na prestación do auxilio
CA3.3 Identificáronse e aplicáronse os métodos básicos para efectuar o rescate dunha persoa accidentada, efectuando as manobras necesarias para acceder á vítima
CA3.4 Aplicáronse os métodos de inmovilización aplicables cando a persoa accidentada ha tido que ser trasladada

Criterios de avaliación

CA3.5 Confeccionáronse padiolas e sistemas para a inmovilización e o transporte de persoas enfermas ou accidentadas, utilizando materiais convencionais e inespecíficos ou medios de fortuna

CA3.6 Detectáronse as necesidades psicolóxicas da persoa accidentada

CA3.7 Aplicáronse técnicas básicas de soporte psicolóxico para mellorar o estado emocional da persoa accidentada

CA3.8 Valorouse a importancia do autocontrol ante situacións de estrés

4.7.e) Contidos
Contidos

Avaliación da necesidade de efectuar o transporte por doenza repentina ou accidente. Recollida dunha persoa lesionada. Principios básicos do rescate.

Métodos de mobilización e inmovilización máis adecuados en función da patoloxía. Posicións de seguridade.

Traslado de persoas accidentadas.

Transporte de persoas accidentadas a centros sanitarios. Posicións de transporte seguro. Técnicas de inmovilización e transporte de persoas enfermas repentinamente ou accidentadas, utilizando medios convencionais e materiais inespecíficos ou de fortuna.

Emerxencias colectivas e catástrofes. Métodos de triaxe simple.

Técnicas de apoio psicolóxico para persoas accidentadas e familiares. Comunicación en situacións de crise. Canles e tipos de comunicación. Comunicación do persoal asistente coa persoa accidentada e coa familia. Perfil psicolóxico da vítima. Habilidades sociais en situacións de crise. Escoita activa, resposta funcional e comunicación operativa. Apoio psicolóxico e autocontrol. Técnicas de autocontrol ante situacións de estrés: mecanismos de defensa.

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

-> Mínimos exixibles:

1. Que comprenderon a importancia de manter unha visión global e integradora das distintas estruturas funcionais que compoñen o organismo humano., así como sobre a súa importancia.
2. Que comprenderon a importancia de considerar a cadea obtención de enerxía, traballo físico, recuperación como base para unha aplicación funcional da anatomía e a fisioloxía ao estudo e posta en práctica das actividades físicas.
3. Que coñecen e comprenderon a estrutura e a relación anatómico-fisiolóxica entre órgano e función dos diferentes sistemas e aparellos do organismo humano: aparello locomotor (en particular o relacionado coa bioquímica e a biomecánica do proceso de contracción muscular); aparello cardiovascular; aparello respiratorio; sistema dixestivo; sistema excretor; sistema nervioso; sistema endocrino.

4. Que coñecen e comprenderon os aspectos máis relevantes das capacidades condicionantes e coordinativas, incluíndo: clasificación; procedementos de execución; progresións para o seu exercitación ou desenvolvemento; equipamiento e material a utilizar.
 5. Que son capaces de deseñar un plan de preparación para mellóraa da condición física e motriz a partir dunhas condicións (características e número de usuarios; material e instalacións necesarias e dispoñibles; obxectivos a conseguir) establecidas.
 6. Que coñecen os exercicios e actividades máis habituais de acondicionamento físico (incluíndo: clasificación; factores que as determinan; desenvolvemento en función da idade; métodos para o seu desenvolvemento; factores a ter en conta para evitar lesións e sobrecargas durante o seu desenvolvemento ou exercitación), practicáronos e son capaces de deseñar e implementar unha sesión de exercitación ou desenvolvemento da condición física.
 7. Que coñecen e comprenderon as adaptacións e os mecanismos de adaptación funcional ao esforzo físico dos diferentes sistemas e aparellos do corpo humano, así como os seguintes conceptos fisiolóxicos relacionados co acondicionamento físico: os procesos de obtención de enerxía; produción, tolerancia e degradación do ácido láctico; limiar aeróbico e limiar anaeróbico; débeda de osíxeno; fatiga e recuperación.
 8. Que coñecen o como a cordialidade, o respecto, a tolerancia, a amabilidade e a diversidade. - A asunción e práctica da orientación que persegue o Sistema Educativo en xeral, en relación coa formación integral da persoa e, máis especificamente: educación para a igualdade de oportunidades, educación para un consumo responsable, educación moral e cívica, educación vial, educación para a saúde, educación para a paz e educación ambiental (Temas transversais).
 9. Proporcionar a atención básica aos participantes que sofren accidentes durante o desenvolvemento das actividades, aplicando os primeiros auxilios.
- > En relación os criterios de cualificación, considerase avaliación positiva cando a cualificación que obtén o alumno-a na 1ª, 2ª avaliación e avaliación final acada un valor igual ou maior que 5.
- > A cualificación en cada avaliación calcularase co valor promedio de todas as probas escritas e traballos feitos nas clases e coa seguinte ponderación:
- Probas escritas sobre contidos teórico-prácticos realizadas dende principio de curso (80% da cualificación).
 - Traballos prácticos realizados na clase dende principio de curso (20 % da cualificación).

6. Procedemento para a recuperación das partes non superadas

6.a) Procedemento para definir as actividades de recuperación

- > Proba escrita sobre os contidos desenvolvidos na 1ª avaliación. Asemade poderanse presentarse a mesma todo o alumnado que desexe subir nota. Preferentemente farase na primeira semana de xuño.
- > Proba escrita sobre os contidos desenvolvidos na 2ª avaliación. Asemade poderanse presentarse a mesma todo o alumnado que desexe subir nota. Preferentemente farase na primeira semana de xuño.
- > Proba práctica (20 %); soamente para alumnado que teña esta parte suspensa ou o alumnado que o remate do curso non acade un mínimo de 70 % de prácticas realizadas. Farase una proba de resolución de supostos prácticos. Preferentemente farase na primeira semana de xuño.
- > Ampliación do prazo para a entrega de traballos suspensos ou non entregados en prazo ordinario.

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

O alumno/a que perda o seu dereito a avaliación continua terá dereito a realizar unha proba extraordinaria, a cal farase con anterioridade a avaliación final do módulo e segundo o calendario establecido pola xefatura de estudos:

-> Proba escrita (70 %) sobre os contidos teóricos e prácticos desenvolvidos durante o curso.

-> Proba práctica (30 %); resolución de supostos prácticos.

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

SEGUIMENTO DA PROGRAMACIÓN

-> Conforme o período establecido dende o departamento.

-> Emprego de formulario con indicadores de logro.

-> Análise dos datos aportados, propostas de mellora e incorporación de acordos a acta do departamento.

AVALIACIÓN DA PRÁCTICA DOCENTE

-> Emprego de formularios para que os cubra o alumnado.

-> Avaliación en 2 momentos: o remate do primeiro trimestre e o remate do curso.

8. Medidas de atención á diversidade**8.a) Procedemento para a realización da avaliación inicial**

-> Esta avaliación inicial en ningún caso comportará cualificación para o alumnado.

-> Realizárase durante as tres primeiras semanas de curso.



-> Obxectivo: dispoñer de información clave para axustar ó máximo ás características persoais do alumnado ó proceso de aprendizaxe.

-> Ferramentas de avaliación: informes de outros cursos, observación do traballo na clase, cuestionario, entrevistas persoais e probas de condición física xeral.

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

Segundo as pautas determinadas en informes médicos e/ou de orientación, para o alumnado que o precise neste curso se aplicarán as seguintes medidas de atención á diversidade:

En xeral:

- > Actividades a realizar na aula virtual.
- > Actividades de observación, análise e investigación para alumnado con lesión ou enfermidade prolongada.
- > Confección de grupos de traballo heteroxéneos que favorezan a inclusión e o aprendizaxe de todos os seu compoñentes.
- > Adaptación da carga de esforzo.
- > Proposta de actividades específicas de mellora a realizar fora do horario lectivo.

No caso de alumnos/as con NEAE:

- > Adaptación das condicións de accesibilidade ó centro.
- > Adaptación dos recursos de apoio.
- > Adaptación das prácticas as súas características físicas.

No caso de alumnos/as con dificultades de aprendizaxe:

- > Actividades de reforzo individualizadas.
- > Favorecer un método de aprendizaxe baseado na práctica, experiencia e investigación a partir de intereses dos alumnos/as, estudos de caso e o emprego de recursos TIC.

-> Deseño de probas de avaliación en coherencia cos métodos propostos.

9. Aspectos transversais

9.a) Programación da educación en valores

Valores a desenvolver durante as clases:

- > Respecto ás persoas e non discriminación por calquera causa e moi especialmente por xénero, rasgos persoais e/ou condición socio-económica.
- > Coidado das instalacións e do material como bens públicos.
- > Puntualidade e respecto o tempo en común.
- > Esfuerzo máximo no estudo e na realización das actividades de aprendizaxe.
- > Solidaridade, compañerismo e axuda a quen mais o precisa.
- > Respecto e coidado da saúde propia e da dos demais.
- > Igualdade de xénero.
- > Respecto e consolidación de conductas que coiden o medioambiente.

9.b) Actividades complementarias e extraescolares

- AC-Charlas de expertos-as sobre as aplicacións desenvolvidas no módulo no mundo real.
- AC-Visitas a diferentes tipos de instalacións deportivas e de fitness.
- AC- Valoración da condición física en poboación escolar e poboación xeral.
- AC- Asistencia a charlas, xornadas ou. conferencias desenvolvidas por institucións educativas, de interese e de carácter gratuito.



10. Outros apartados

10.1) Outros

Sen consideración