

1. Identificación da programación
Centro educativo

Código	Centro	Concello	Ano académico
36011579	A Guía	Vigo	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 de proba libre

Módulo profesional e unidades formativas de menor duración (*)

Código MP/UF	Nome	Curso	Sesións semanais	Horas anuais	Sesións anuais
MP1150	Actividades especializadas de acondicionamento físico con soporte musical	2023/2024	0	123	0

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

Profesorado responsable

Profesorado asignado ao módulo	VÍCTOR ELADIO RODRÍGUEZ RODRÍGUEZ
Outro profesorado	

Estado: Pendente de supervisión inspector

2. Resultados de aprendizaxe e criterios de avaliación

2.1. Primeira parte da proba

2.1.1. Resultados de aprendizaxe do currículo que se tratan

Resultados de aprendizaxe do currículo
RA1 - Analiza as características das actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical, valorando os procesos de adaptación que provocan no organismo
RA2 - Programa actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical, tendo en conta as necesidades das persoas participantes ou usuarias e os elementos específicos de cada actividade
RA3 - Deseña coreografías de actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical, en función dos niveis das persoas participantes ou usuarias e do estilo de cada modalidade
RA4 - Deseña coreografías de actividades con máquinas cíclicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical, en función dos niveis de persoas participantes ou usuarias e do estilo de cada modalidade
RA5 - Dirixe sesións de actividades especializadas de acondicionamento físico con soporte musical, demostrando as técnicas de execución seleccionadas

2.1.2. Criterios de avaliación que se aplicarán para a verificación da consecución dos resultados de aprendizaxe por parte do alumnado

Criterios de avaliación do currículo
CA1.3 Descríbóronse as bases dun correcto control postural nas actividades especializadas de acondicionamento físico con soporte musical
CA1.4 Analizáronse as adaptacións fisiolóxicas ao traballo realizado e as súas implicacións para a mellora da calidade de vida e da saúde, nas actividades especializadas de acondicionamento físico con soporte musical
CA1.6 Enumeráronse as contraindicacións absolutas e relativas á práctica de diferentes modalidades e estilos
CA1.7 Relacionáronse as actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical con posibles tipoloxías e niveis das persoas participantes ou usuarias máis habituais
CA1.8 Descríbóronse os parámetros de seguridade no uso dos equipamentos e materiais, e na execución das actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical
CA2.1 Establecéronse criterios de formulación de obxectivos de mellora ou mantemento da condición física, en función da evolución do programa de actividades específicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical e dos medios dispoñibles
CA2.3 Determináronse os espazos, os equipamentos, os materiais, o equipamento persoal e os recursos complementarios para garantir a seguridade e desenvolver os eventos e programas de actividades específicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musica

Criterios de avaliación do currículo
CA2.4 Establecéronse as estratexias de instrución e de comunicación, así como as súas adaptacións, para facilitar a atención e a motivación a diferentes tipos de persoas usuarias
CA2.7 Utilizáronse os equipamentos e as aplicacións informáticas específicas para a elaboración dos programas
CA3.1 Seleccionouse o soporte musical adecuado ao estilo de cada modalidade, á intensidade e á duración da secuencia ou composición coreográfica e da sesión
CA3.2 Aplicáronse criterios fisiolóxicos, biomecánicos e de motivación na secuencia de pasos, movementos, exercicios e composicións, relacionando os obxectivos de mellora das capacidades físicas co volume, a intensidade e a dificultade de cada fase da sesión
CA3.5 Determinouse a metodoloxía específica que se emprega na ensinanza das coreografías de actividades especializadas
CA3.6 Utilizáronse técnicas específicas de representación gráfica ou escrita para recoller e rexistrar pasos, movementos, exercicios e composicións
CA3.7 Descríronse os materiais específicos, adaptados, alternativos e auxiliares en función das características de cada actividade de acondicionamento físico en grupo con soporte musical
CA3.8 Establecéronse os parámetros que se deben ter en conta para avaliar o desenvolvemento da sesión
CA4.4 Descríronse adaptacións para atender aos niveis de competencia motriz dos compoñentes do grupo ao que se dirixe a composición coreográfica
CA4.5 Utilizáronse os parámetros que se deben ter en conta para avaliar o desenvolvemento da sesión
CA5.5 Supervisáronse a indumentaria e os complementos das persoas participantes para garantir a funcionalidade, o confort e a seguridade ao realizar a actividade
CA5.6 Identificáronse os signos de fatiga e sobrecarga, así como os erros na execución dos pasos, e déronse as indicacións oportunas para a súa corrección
CA5.7 Utilizáronse e supervisáronse os aparellos e os materiais indicados para cada actividade, e detectáronse posibles incidencias
CA5.8 Utilizáronse os códigos xestuais ou verbais para transmitir as indicacións ás persoas compoñentes do grupo, sen interromper o desenvolvemento da sesión
CA5.9 Dirixíronse as secuencias coreográficas de xeito activo e dinámico, propiciando a desinhibición e a participación
CA5.10 Aplicáronse os instrumentos de avaliación da sesión

2.2. Segunda parte da proba

2.2.1. Resultados de aprendizaxe do currículo que se tratan

Resultados de aprendizaxe do currículo
RA1 - Analiza as características das actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical, valorando os procesos de adaptación que provocan no organismo
RA2 - Programa actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical, tendo en conta as necesidades das persoas participantes ou usuarias e os elementos específicos de cada actividade
RA3 - Deseña coreografías de actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical, en función dos niveis das persoas participantes ou usuarias e do estilo de cada modalidade
RA4 - Deseña coreografías de actividades con máquinas cíclicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical, en función dos niveis de persoas participantes ou usuarias e do estilo de cada modalidade
RA5 - Dirixe sesións de actividades especializadas de acondicionamento físico con soporte musical, demostrando as técnicas de execución seleccionadas

2.2.2. Criterios de avaliación que se aplicarán para a verificación da consecución dos resultados de aprendizaxe por parte do alumnado

Criterios de avaliación do currículo
CA1.1 Descríbóronse os aspectos técnicos e os efectos das actividades especializadas para o acondicionamento físico en grupo con soporte musical
CA1.2 Analizouse a dificultade de execución das técnicas propias de cada actividade especializada para o acondicionamento físico en grupo con soporte musical
CA1.3 Descríbóronse as bases dun correcto control postural nas actividades especializadas de acondicionamento físico con soporte musical
CA1.5 Descríbóronse os signos e os síntomas de fatiga e sobrecarga máis frecuentes neste tipo de actividades
CA1.6 Enumeráronse as contraindicacións absolutas e relativas á práctica de diferentes modalidades e estilos
CA1.7 Relacionáronse as actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical con posibles tipoloxías e niveis das persoas participantes ou usuarias máis habituais
CA1.8 Descríbóronse os parámetros de seguridade no uso dos equipamentos e materiais, e na execución das actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical
CA2.2 Establecéronse series coreografadas por niveis de intensidade e de dificultade, tendo en conta os mecanismos de adaptación fisiolóxica e as variables que se poñen en xogo, nas actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musi
CA2.3 Determináronse os espazos, os equipamentos, os materiais, o equipamento persoal e os recursos complementarios para garantir a seguridade e desenvolver os eventos e programas de actividades específicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musica

Criterios de avaliación do currículo
CA2.4 Establecéronse as estratexias de instrución e de comunicación, así como as súas adaptacións, para facilitar a atención e a motivación a diferentes tipos de persoas usuarias
CA2.5 Descríbense os criterios de seguridade, adecuación e efectividade dun programa de actividades específicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical, así como os factores que se deben ter en conta para evitar lesións ou sobrecargas durante
CA2.6 Descríbense os indicadores, os instrumentos e as técnicas que determinan a avaliación da calidade do servizo, tanto no proceso como no resultado
CA2.7 Utilizáronse os equipamentos e as aplicacións informáticas específicas para a elaboración dos programas
CA3.2 Aplicáronse criterios fisiolóxicos, biomecánicos e de motivación na secuencia de pasos, movementos, exercicios e composicións, relacionando os obxectivos de mellora das capacidades físicas co volume, a intensidade e a dificultade de cada fase da sesión
CA3.3 Combináronse os pasos básicos e as súas variantes na elaboración das secuencias ou composicións coreográficas das actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical
CA3.4 Prevíronse adaptacións para atender aos niveis de competencia motriz dos compoñentes do grupo ao que se dirixe a composición coreográfica
CA3.5 Determinouse a metodoloxía específica que se emprega na ensinanza das coreografías de actividades especializadas
CA3.6 Utilizáronse técnicas específicas de representación gráfica ou escrita para recoller e rexistrar pasos, movementos, exercicios e composicións
CA3.7 Descríbense os materiais específicos, adaptados, alternativos e auxiliares en función das características de cada actividade de acondicionamento físico en grupo con soporte musical
CA3.8 Establecéronse os parámetros que se deben ter en conta para avaliar o desenvolvemento da sesión
CA4.1 Seleccionouse o soporte musical adecuado ao estilo, á intensidade e á duración de cada fase e da sesión con máquinas cíclicas
CA4.2 Aplicáronse criterios fisiolóxicos, biomecánicos e de motivación na secuencia con máquinas cíclicas, tendo en conta a relación dos obxectivos de mellora das capacidades físicas co volume, a intensidade e a dificultade de cada fase da sesión
CA4.3 Establecéronse as posicións e os movementos asociados aos niveis de intensidade e as súas variantes, na elaboración das secuencias ou composicións con máquinas cíclicas
CA4.4 Descríbense adaptacións para atender aos niveis de competencia motriz dos compoñentes do grupo ao que se dirixe a composición coreográfica
CA4.5 Utilizáronse os parámetros que se deben ter en conta para avaliar o desenvolvemento da sesión
CA5.1 Analizouse a accesibilidade aos espazos de práctica e a dispoñibilidade dos recursos necesarios para as actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical, en condicións de seguridade
CA5.2 Informouse sobre o desenvolvemento da sesión, sobre a utilización de aparellos e material, e sobre a importancia dunha vestimenta e uns complementos adecuados a cada actividade

Cráterios de avaliación do currículo

CA5.3 Demostrouse e explicouse a técnica correcta de cada exercicio, así como os erros máis comúns na súa execución

CA5.4 Adaptouse o nivel de intensidade e de dificultade das actividades ás características das persoas participantes, variando os espazos, o material, a música e a información transmitida

CA5.5 Supervisáronse a indumentaria e os complementos das persoas participantes para garantir a funcionalidade, o confort e a seguridade ao realizar a actividade

CA5.6 Identificáronse os signos de fatiga e sobrecarga, así como os erros na execución dos pasos, e déronse as indicacións oportunas para a súa corrección

CA5.7 Utilizáronse e supervisáronse os aparellos e os materiais indicados para cada actividade, e detectáronse posibles incidencias

CA5.8 Utilizáronse os códigos xestuais ou verbais para transmitir as indicacións ás persoas compoñentes do grupo, sen interromper o desenvolvemento da sesión

CA5.9 Dirixíronse as secuencias coreográficas de xeito activo e dinámico, propiciando a desinhibición e a participación

CA5.10 Aplicáronse os instrumentos de avaliación da sesión

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

O alumno que se presente ás probas libres para superar o módulo de Actividades especializadas de acondicionamento físico con soporte musical, deberá obter unha nota superior aos 5 puntos sobre 10. Esta nota, será o resultado da media das dúas probas, teórica e práctica, cumprindo as seguintes condicións:

- O alumno deberá superar na primeira proba teórica/escrita os 4 puntos sobre 10, e así poder acceder a segunda proba práctica, coa que fará nota media.

- O alumno que superara os 4 puntos na primeira proba, fará a segunda proba práctica/suposto práctico, na que deberá superar os 4 puntos para facer media coa primeira proba.

Se o alumno fixo as dúas probas e superou os 4 puntos en ambas dúas, farase a media aritmética das dúas notas e a nota final deberá ser de 5 puntos ou superior, e así ter superado o módulo.

4. Características da proba e instrumentos para o seu desenvolvemento

4.a) Primeira parte da proba

Consistirá nunha proba tipo test e/ou pregunta corta e a desenvolver.

No caso do test, as preguntas non contestadas non descontan, as preguntas non acertadas, descontarán 1 pregunta acertada por cada 2 non acertadas. O alumno para superar dita proba deberá ter un 40 % das respostas do test, ben .

Se esta primeira parte da proba, levara tamén preguntas cortas ou supostos prácticos a desenvolver, deberá ter superado o 40% do test para poder sumar esta parte escrita da proba.

4.b) Segunda parte da proba

A proba consistirá no desenvolvemento das seguintes probas prácticas e un suposto práctico:

- Realización por escrito da transcripción dos exercicios/movements de:

- 2 bloques musicales de Aerobic.
- 2 bloques musicales de Step.
- 2 bloques musicales de TaeBox.
- 2 tracks musicales/grupos musculares de bodypump.
- 2 grupos musculares de traballo en suspensión.

- Demostración práctica. Execución, dirección e avaliación dos bloques musicais anteriores.

- Axuste da bicicleta de Indoor, explicación e demostración das técnicas básicas e avanzadas de agarre e pedaleo.

- Preparación e demostración dun circuito de crosstraining con 10 exercicios, incluíndo o material axeitado.

O alumno que realice as probas prácticas anteriores, contará con todo o material necesario para o seu desenvolvemento.

- Suposto práctico de Actividades Especializadas, que poderá incluír a elaboración de sesións ou parte de sesións sobre os contidos anteriores,

Para a realización desta proba é imprescindible levar a indumentaria axeitada.

O alumno deberá superar os 4 puntos nesta proba, para poder facer media aritmética coa primeira proba tipo test.

Para superar o módulo a media das dúas probas será de 5 puntos ou superior.