

ANEXO III

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

Características de las pruebas Curso 2025/2026

Centro educativo: Ies Zurbarán de Badajoz

Ciclo Formativo: Técnico Superior de Acondicionamiento Físico

Localidad: Badajoz Provincia: Badajoz TLF: 924 013 608



MÓDULO PROFESIONAL

FORMACIÓN Y ORIENTACIÓN LABORAL

ESTRUCTURAS Y CARACTERÍSTICAS

La PRUEBA consistirá en un examen teórico-práctico. Tiempo máximo 2 horas.

1ª parte: valor del 75% (7,5 puntos)

Examen con preguntas tipo test compuesto por 75 preguntas (sobre los contenidos de la asignatura incluidos en la bibliografía reflejada en el Anexo I.), de las que todas serán de una única respuesta correcta. Todas las preguntas tendrán el mismo valor (0,1 puntos).

Cada respuesta incorrecta restará un 25% de cada pregunta bien contestada.

2ª parte: valor del 25% (2,5 puntos)

Un caso práctico de recibo de salarios actualizado a 2026, incluye el Mecanismo de Equidad Intergeneracional (MEI):

No se corregirá la segunda parte si la puntuación obtenida en la primera es inferior a 3,75 puntos.

El examen será superado a partir de una calificación de 5 puntos.

MATERIALES NECESARIOS

- Bolígrafo azul o negro.
- Calculadora (No estará permitido el uso de calculadoras con las prestaciones incluidas en el siguiente listado
https://www.unex.es/organizacion/gobierno/vicerrectorados/vicealumn/archivos/ficheros/pau/documentos-comisiones-materias/matematicas-ii/matematicas_contenidos_calculadora_s.pdf).

CRITERIOS DE EVALUACIÓN

- Se ha valorado la importancia de la formación permanente como factor clave para la empleabilidad y la adaptación a las exigencias del proceso productivo.
- Se han identificado los itinerarios formativo-profesionales relacionados con el perfil profesional del técnico superior en acondicionamiento físico.
- Se han determinado las aptitudes y actitudes requeridas para la actividad profesional relacionada con el perfil del título.
- Se han identificado los principales yacimientos de empleo y de inserción laboral para el técnico superior en acondicionamiento físico.



- Se han determinado las técnicas utilizadas en el proceso de búsqueda de empleo.
- Se han previsto las alternativas de autoempleo en los sectores profesionales relacionados con el título.
- Se ha realizado la valoración de la personalidad, aspiraciones, actitudes y formación propia para la toma de decisiones.
- Se han valorado las ventajas del trabajo en equipo en situaciones de trabajo relacionadas con el perfil del técnico superior en acondicionamiento físico.
- Se han identificado los equipos de trabajo que pueden constituirse en una situación real de trabajo.
- Se han determinado las características del equipo de trabajo eficaz frente a los equipos ineficaces.
- Se ha valorado positivamente la necesaria existencia de diversidad de roles y opiniones asumidos por los miembros de un equipo.
- Se ha reconocido la posible existencia de conflicto entre los miembros de un grupo como un aspecto característico de las organizaciones.
- Se han identificado los tipos de conflictos y sus fuentes.
- Se han determinado procedimientos para la resolución del conflicto.
- Se han identificado los conceptos básicos del derecho del trabajo.
- Se han distinguido los principales organismos que intervienen en las relaciones entre empresarios y trabajadores.
- Se han determinado los derechos y obligaciones derivados de la relación laboral.
- Se han clasificado las principales modalidades de contratación, identificando las medidas de fomento de la contratación para determinados colectivos.
- Se han valorado las medidas establecidas por la legislación vigente para la conciliación de la vida laboral y familiar.
- Se han identificado las causas y efectos de la modificación, suspensión y extinción de la relación laboral.
- Se ha analizado el recibo de salarios, identificando los principales elementos que lo integran.
- Se han analizado las diferentes medidas de conflicto colectivo y los procedimientos de solución de conflictos.
- Se han determinado las condiciones de trabajo pactadas en un convenio colectivo aplicable al sector relacionado con el título de Técnico superior en acondicionamiento físico.



- Se han identificado las características definitorias de los nuevos entornos de organización del trabajo
- Se ha valorado el papel de la Seguridad Social como pilar esencial para la mejora de la calidad de vida de los ciudadanos.
- Se han enumerado las diversas contingencias que cubre el sistema de Seguridad Social.
- Se han identificado los regímenes existentes en el sistema de Seguridad Social.
- Se han identificado las obligaciones de empresario y trabajador dentro del sistema de Seguridad Social.
- Se han identificado, en un supuesto sencillo, las bases de cotización de un trabajador y las cuotas correspondientes a trabajador y empresario.
- Se han clasificado las prestaciones del sistema de Seguridad Social, identificando los requisitos.
- Se han determinado las posibles situaciones legales de desempleo.
- Se ha realizado el cálculo de la duración y cuantía de una prestación por desempleo de nivel contributivo básico.
- Se ha valorado la importancia de la cultura preventiva en todos los ámbitos y actividades de la empresa.
- Se han relacionado las condiciones laborales con la salud del trabajador.
- Se han clasificado los factores de riesgo en la actividad y los daños derivados de los mismos.
- Se han identificado las situaciones de riesgo más habituales en los entornos de trabajo del técnico superior en acondicionamiento físico.
- Se ha determinado la evaluación de riesgos en la empresa.
- Se han determinado las condiciones de trabajo con significación para la prevención en los entornos de trabajo relacionados con el perfil profesional del técnico superior en acondicionamiento físico.
- Se han clasificado y descrito los tipos de daños profesionales, con especial referencia a accidentes de trabajo y enfermedades profesionales, relacionados con el perfil profesional del técnico superior en acondicionamiento físico.
- Se han determinado los principales derechos y deberes en materia de prevención de riesgos laborales.
- Se han clasificado las distintas formas de gestión de la prevención en la empresa, en función de los distintos criterios establecidos en la normativa sobre prevención de riesgos laborales.



- Se han determinado las formas de representación de los trabajadores en la empresa en materia de prevención de riesgos.
- Se han identificado los organismos públicos relacionados con la prevención de riesgos laborales.
- Se ha valorado la importancia de la existencia de un plan preventivo en la empresa que incluya la secuenciación de actuaciones que se deben realizar en caso de emergencia.
- Se ha definido el contenido del plan de prevención en un centro de trabajo relacionado con el sector profesional del técnico superior en acondicionamiento físico.
- Se ha proyectado un plan de emergencia y evacuación de una empresa del sector.
- Se han definido las técnicas de prevención y de protección individual y colectiva que deben aplicarse para evitar los daños en su origen y minimizar sus consecuencias en caso de que sean inevitables.
- Se ha analizado el significado y alcance de los distintos tipos de señalización de seguridad.
- Se han analizado los protocolos de actuación en caso de emergencia.
- Se han identificado las técnicas de clasificación de heridos en caso de emergencia donde existan víctimas de diversa gravedad.
- Se han identificado las técnicas básicas de primeros auxilios que deben ser aplicadas en el lugar del accidente ante distintos tipos de daños y la composición y uso del botiquín.
- Se han determinado los requisitos y condiciones para la vigilancia de la salud del trabajador y su importancia como medida de prevención.



MÓDULO PROFESIONAL

EMPRESA E INICIATIVA EMPRENDEDORA

ESTRUCTURAS Y CARACTERÍSTICAS

La PRUEBA consistirá en un examen teórico-práctico. Tiempo máximo 2 horas.

1ª parte: valor del 75% (7,5 puntos)

Examen con preguntas tipo test compuesto por 75 preguntas (sobre los contenidos de la asignatura incluidos en la bibliografía reflejada en el Anexo I.), de las que todas serán de una única respuesta correcta de tres alternativas. Todas las preguntas tendrán el mismo valor (0,1 puntos).

Cada respuesta incorrecta restará un 25% de cada pregunta bien contestada.

2ª parte: valor del 25% (2,5 puntos):

Caso Práctico: Resolución de un Balance de situación y Cuenta de Resultado.

No se corregirá la segunda parte si la puntuación obtenida en la primera es inferior a 3,75 puntos.

El examen será superado a partir de una calificación de 5 puntos.

MATERIALES NECESARIOS

- Bolígrafo azul o negro.
- Calculadora (No estará permitido el uso de calculadoras con las prestaciones incluidas en el siguiente listado
https://www.unex.es/organizacion/gobierno/vicerrectorados/vicealumn/archivos/ficheros/pau/documentos-comisiones-materias/matematicas-ii/matematicas_contenidos_calculadoras.pdf).



CRITERIOS DE EVALUACIÓN

- Se ha identificado el concepto de innovación y su relación con el progreso de la sociedad y el aumento en el bienestar de los individuos.
- Se ha analizado el concepto de cultura emprendedora y su importancia como fuente de creación de empleo y bienestar social.
- Se ha valorado la importancia de la iniciativa individual, la creatividad, la formación y la colaboración como requisitos indispensables para tener éxito en la actividad emprendedora.
- Se ha analizado la capacidad de iniciativa en el trabajo de una persona empleada en una pequeña y mediana empresa relacionada con el sector del fitness.
- Se ha analizado el desarrollo de la actividad emprendedora de un empresario que se inicie en el sector del fitness.
- Se ha analizado el concepto de riesgo como elemento inevitable de toda actividad emprendedora.
- Se ha analizado el concepto de empresario y los requisitos y actitudes necesarios para desarrollar la actividad empresarial.
- Se ha descrito la estrategia empresarial, relacionándola con los objetivos de la empresa.
- Se ha definido una determinada idea de negocio, en el ámbito del acondicionamiento físico, que sirva de punto de partida para la elaboración de un plan de empresa.
- Se han descrito las funciones básicas que se realizan en una empresa y se ha analizado el concepto de sistema aplicado a la empresa.
- Se han identificado los principales componentes del entorno general que rodea a la empresa, en especial el entorno económico, social, demográfico y cultural.
- Se ha analizado la influencia en la actividad empresarial de las relaciones con los clientes, con los proveedores y con la competencia, como principales integrantes del entorno específico.
- Se han identificado los elementos del entorno de una pyme del sector del fitness.



- Se han analizado los conceptos de cultura empresarial e imagen corporativa y su relación con los objetivos empresariales.
- Se ha analizado el fenómeno de la responsabilidad social de las empresas y su importancia como un elemento de la estrategia empresarial.
- Se ha elaborado el balance social de una empresa relacionada con el acondicionamiento físico y se han descrito los principales costes sociales en que incurren estas empresas, así como los beneficios sociales que producen.
- Se han identificado, en empresas relacionadas con el acondicionamiento físico, prácticas que incorporan valores éticos y sociales.
- Se ha llevado a cabo un estudio de viabilidad económica y financiera de una pyme relacionada con el sector del fitness.
- Se han analizado las diferentes formas jurídicas de la empresa.
- Se ha especificado el grado de responsabilidad legal de los propietarios de la empresa, en función de la forma jurídica elegida.
- Se ha diferenciado el tratamiento fiscal establecido para las diferentes formas jurídicas de la empresa.
- Se han analizado los trámites exigidos por la legislación vigente para la constitución de una empresa.
- Se ha realizado una búsqueda exhaustiva de las diferentes ayudas para la creación de empresas relacionadas con la actividad física/salud, en la localidad de referencia.
- Se ha incluido en el plan de empresa todo lo relativo a la elección de la forma jurídica, estudio de viabilidad económico-financiera, trámites administrativos, ayudas y subvenciones.
- Se han identificado las vías de asesoramiento y gestión administrativa externas existentes a la hora de poner en marcha una pyme.
- Se han analizado los conceptos básicos de contabilidad, así como las técnicas de registro de la información contable.
- Se han descrito las técnicas básicas de análisis de la información contable, en especial en lo referente a la solvencia, liquidez y rentabilidad de la empresa.
- Se han definido las obligaciones fiscales de una empresa relacionada con el sector del fitness.
- Se han diferenciado los tipos de impuestos en el calendario fiscal.



- Se ha cumplimentado la documentación básica de carácter comercial y contable (facturas, albaranes, notas de pedido, letras de cambio y cheques, entre otros) para una pyme del sector del fitness y se han descrito los circuitos que dicha documentación recorre en la empresa.
- Se han identificado los principales instrumentos de financiación bancaria.
- Se ha incluido toda la documentación citada en el plan de empresa.

MÓDULO PROFESIONAL

Inglés I

ESTRUCTURAS Y CARACTERÍSTICAS

La prueba consistirá en un único examen escrito.

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

El examen tendrá una duración máxima de dos horas.

MATERIALES NECESARIOS

Bolígrafo azul o negro

CRITERIOS DE EVALUACIÓN

Comprensión auditiva

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

Comprensión lectora

- Se han leído con un alto grado de independencia distintos tipos de textos, adaptando el estilo y la velocidad de la lectura a cada uno de ellos.
- Se ha interpretado el contenido global del mensaje.
- Se ha identificado la terminología utilizada.
- Se ha identificado con cierta rapidez el contenido de artículos e informes sobre



temas profesionales.

- Se han interpretado mensajes recibidos a través de soportes telemáticos: correo electrónico, entre otros.
- Se han interpretado instrucciones sobre procesos propios de su especialidad.

Producción escrita

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

MÓDULO PROFESIONAL

Inglés II

ESTRUCTURAS Y CARACTERÍSTICAS

La prueba consistirá en un único examen escrito.

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

El examen tendrá una duración máxima de dos horas.

MATERIALES NECESARIOS

Bolígrafo azul o negro

CRITERIOS DE EVALUACIÓN

Comprensión auditiva

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

Comprensión lectora

- Se han leído con un alto grado de independencia distintos tipos de textos, adaptando el estilo y la velocidad de la lectura a cada uno de ellos.



- Se han identificado las herramientas de apoyo más adecuadas para la interpretación y traducción en inglés.
- Se ha identificado con cierta rapidez el contenido de artículos e informes sobre temas profesionales.
- Se han interpretado mensajes recibidos a través de soportes telemáticos: correo electrónico, entre otros.

Producción escrita

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



MÓDULO PROFESIONAL

Valoración de la condición física e intervención en accidentes

ESTRUCTURAS Y CARACTERÍSTICAS

Formato de examen teórico:

Examen con 40 a 60 preguntas de respuesta breve.

El examen tendrá una duración máxima de 90 minutos.

Para superar el módulo será necesario superar el examen con una nota de 5. Habrá que responder la mitad de las preguntas del examen de manera correcta. Las erróneas o en blanco no restan calificación.

MATERIALES NECESARIOS

Bolígrafo azul o negro.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN

- Se han descrito los efectos de la práctica sistematizada de ejercicio físico sobre los elementos estructurales y funcionales de los sistemas cardiorrespiratorio y de regulación.
- Se han argumentado las implicaciones que para la mejora de la calidad de vida tiene la práctica de actividades físicas.
- Se ha determinado la incidencia de hábitos de vida nocivos sobre el nivel de salud.
- Se ha identificado la fisiología de los sistemas cardiorrespiratorio y de regulación, indicando las interacciones entre las estructuras que los integran y su repercusión en el rendimiento físico.
- Se han descrito los mecanismos de adaptación funcional al esfuerzo físico de los sistemas cardiorrespiratorio y de regulación.
- Se han descrito, a nivel macroscópico, las estructuras anatómicas de los sistemas cardiorrespiratorio y de regulación.
- Se han indicado los mecanismos fisiológicos que conducen a un estado de fatiga física.
- Se han relacionado los diferentes tipos de palancas con las articulaciones del cuerpo humano y con la participación muscular en los movimientos de las mismas.



- Se han clasificado los principales movimientos articulares del cuerpo humano en función de los planos y ejes del espacio.
- Se ha relacionado la acción de la gravedad y la localización de la carga con el tipo de contracción muscular que se produce en los ejercicios.
- Se han adaptado ejercicios a diferentes niveles de desarrollo de la fuerza y de la amplitud de movimiento.
- Se han definido los aspectos que hay que tener en cuenta durante la ejecución de los ejercicios y las posibles contraindicaciones.
- Se han utilizado símbolos y esquemas gráficos para interpretar y representar movimientos y ejercicios tipo.
- Se han relacionado los principios del entrenamiento deportivo con los mecanismos adaptativos del organismo al esfuerzo físico en los sistemas de mejora de la condición física.
- Se han identificado los factores que hay que tener en cuenta para evitar lesiones o sobrecargas durante el desarrollo de las capacidades físicas y perceptivo-motrices.
- Se han determinado las capacidades físicas que se deben desarrollar y los métodos más adecuados, en función de los datos de valoración.
- Se ha establecido una secuencia de ejercicios para el desarrollo de las capacidades físicas.
- Se ha confeccionado una batería de pruebas de aptitud física y biológica adaptada a un perfil de persona usuaria y a los medios disponibles, teniendo en cuenta las condiciones en que cada una de ellas está contraindicada.
- Se han seleccionado los instrumentos y las máquinas en función de los parámetros morfológicos y funcionales que se van a medir.
- Se ha explicado y demostrado el modo correcto de realizar las pruebas y de utilizar los aparatos/instrumentos y equipos de medida de la condición física, indicando las normas de seguridad que se deben observar.
- Se han identificado signos indicadores de riesgo antes y durante la ejecución de las pruebas de valoración cardiorrespiratoria,
- Se ha seguido el procedimiento de observación y de aplicación de cuestionarios para identificar las necesidades individuales, sociales y de calidad de vida de personas y grupos.
- Se han seleccionado o adaptado fichas de control de los datos de valoración de las personas usuarias.
- Se han registrado los datos de las pruebas de valoración antropométrica, biológico-funcional y postural en las fichas de control.
- Se han comparado los datos con baremos de referencia, destacando las desviaciones que puedan aconsejar la toma de medidas preventivas.
- Se han establecido relaciones causa-efecto entre la actividad física realizada y los datos de sucesivos registros de pruebas de aptitud física y biológica de una misma persona usuaria.
- Se han seleccionado las técnicas que facilitan la recuperación tras los distintos



tipos de esfuerzo físico.

- Se ha establecido la proporción de nutrientes en función del tipo de esfuerzo físico.
- Se ha calculado el balance energético entre ingesta y actividad física.
- Se han realizado las maniobras básicas de masaje de recuperación.
- Se ha justificado la forma de asegurar la zona y las maniobras necesarias para acceder a la persona accidentada, proponiendo la mejor forma de acceso e identificando los posibles riesgos.
- Se han seguido las pautas de actuación según protocolo, para la valoración inicial de una persona accidentada.
- Se han identificado situaciones de riesgo vital y se han definido las actuaciones que conllevan.
- Se han discriminado los casos o las circunstancias en los que no se debe intervenir y las técnicas que no debe aplicar el primer interviniente de forma autónoma.
- Se han aplicado las técnicas de autoprotección en la manipulación de personas accidentadas.
- Se ha revisado el contenido mínimo de un botiquín de urgencias y las indicaciones de los productos y medicamentos.
- Se han determinado las prioridades de actuación en función de la gravedad y el tipo de lesiones, y las técnicas de primeros auxilios que se deben aplicar.
- Se han identificado los factores que predisponen a la ansiedad en situaciones de accidente, emergencia y duelo.
- Se han aplicado técnicas de desobstrucción de la vía aérea.
- Se han aplicado técnicas de soporte vital según el protocolo establecido.
- Se han aplicado las técnicas básicas e instrumentales de reanimación cardiopulmonar sobre maniqués, inclusive utilizando equipo de oxigenoterapia y desfibrilador automático.
- Se han indicado las causas, los síntomas, las pautas de actuación y los aspectos preventivos en las lesiones, las patologías o los traumatismos más significativos, en función del medio en el que se desarrolla la actividad.
- Se han aplicado primeros auxilios ante simulación de patologías orgánicas de urgencia y de lesiones por agentes físicos, químicos y biológicos.
- Se han aplicado las estrategias básicas de comunicación con la persona accidentada y sus acompañantes, en función de diferentes estados emocionales.
- Se han especificado las técnicas para controlar una situación de duelo, ansiedad y angustia o agresividad.
- Se ha valorado la importancia del autocontrol y de infundir confianza y optimismo a la persona accidentada durante toda la actuación.



MÓDULO PROFESIONAL

Técnicas de Hidrocinesia

ESTRUCTURAS Y CARACTERÍSTICAS

Para superar el módulo se realizarán dos pruebas escritas.

Una primera prueba consistente en un examen de carácter teórico y una segunda prueba sobre el desarrollo de un supuesto práctico.

A continuación se detallan las características de cada prueba:

· **Examen teórico:**

Examen escrito consistente en preguntas de desarrollo sobre los contenidos de la asignatura incluidos en la bibliografía reflejada en el Anexo I.

La duración máxima del examen será de 1 hora.

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

· **Supuesto práctico:**

Desarrollo escrito de una sesión práctica de hidrocinesia dirigida hacia uno de los colectivos diana desarrollados en los contenidos de la asignatura según la bibliografía incluida en el Anexo I.

Para la valoración positiva de este supuesto será necesario incluir:

- Contextualización de la sesión, objetivos, duración, materiales necesarios, instalaciones, partes de la sesión, desarrollo de actividades y/o ejercicios específicos y duración de cada uno de ellos, especificaciones técnicas u observaciones a tener en cuenta en cada ejercicio, gráficos de los ejercicios, según el tipo de colectivo asignado.

La duración máxima del supuesto práctico será de 1 hora.

Será imprescindible obtener una nota de 5 en este supuesto para realizar la media con la primera prueba o examen teórico.

MATERIALES NECESARIOS



CRITERIOS DE EVALUACIÓN

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



nivel de ejecución de los ejercicios a los límites de seguridad que requiere cada perfil de participante.

- Se han utilizado las técnicas específicas para la corrección de errores de ejecución.
- Se han detectado signos y síntomas de fatiga, sobrecarga y dolor durante la ejecución de los ejercicios.
- Se ha supervisado el cumplimiento de las recomendaciones de uso de los materiales por parte de las personas participantes.
- Se ha utilizado una metodología en la práctica que favorece la participación y la desinhibición.
- Se han definido los parámetros para evaluar el desarrollo de la sesión de actividades de hidrocinésia, atendiendo a los objetivos previstos en la programación.



MÓDULO PROFESIONAL

Fitness en Sala de Entrenamiento Polivalente

ESTRUCTURAS Y CARACTERÍSTICAS

Constará de las siguientes partes y criterios de calificación:

- (60 %) Examen escrito: consistirá en un examen escrito de 50 preguntas relacionadas con los contenidos curriculares del módulo incluidos en la bibliografía reflejada en el Anexo I.
- (20 %) Supuesto práctico: realización de un modelo de planificación anual /mensual y/o programación de una sesión tipo (según características de los clientes que se especifique) de entre las siguientes opciones:

Un entrenamiento funcional. (Crosstraining)

Un entrenamiento de hipertrofia/estética.

- (20 %) Análisis Funcional: ejecución técnica correcta de los ejercicios de musculación o patrones de movimiento propuestos por el profesor, explicando las fases de dicho movimiento, funciones e implicaciones musculares, así como su adaptación a colectivos con patologías o características determinadas, adoptando las medidas de seguridad apropiadas y exponiendo las ayudas necesarias.

Observaciones: no se realizará media, y por lo tanto la valoración será negativa (insuficiente) si se valora con menos de un cuatro (4) en alguno de los tres apartados del examen final.

La prueba tendrá una duración máxima de dos horas y media (2 h y 30 min)

MATERIALES NECESARIOS

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

CRITERIOS DE EVALUACIÓN

- Se ha valorado la dotación de la sala de entrenamiento polivalente, analizando los requerimientos de las actividades y los eventos de acondicionamiento físico a la luz de las últimas tendencias del sector.
- Se han definido criterios para organizar la oferta de las actividades de acondicionamiento físico y de los eventos en una sala de entrenamiento polivalente.
- Se han establecido criterios de formulación de objetivos de mejora o mantenimiento de la condición física, en función de la evolución del programa y los medios disponibles.
- Se han seleccionado los ejercicios para el programa de acondicionamiento físico, relacionándolos con los objetivos del mismo.
- Se han pautado la frecuencia, el volumen y la intensidad de la carga de trabajo en función de los objetivos formulados en el programa de acondicionamiento físico.
- Se han establecido las medidas complementarias en función del tipo de programa de acondicionamiento físico y de los intereses de la persona usuaria.



- Se ha definido el procedimiento de evaluación del programa de acondicionamiento físico desarrollado en la sala de entrenamiento polivalente.
- Se han descrito ejercicios de musculación y los aspectos a tener en cuenta durante su práctica.
- Se han descrito ejercicios de mejora de la capacidad aeróbica y los aspectos a tener en cuenta durante su práctica.
- Se han descrito ejercicios de amplitud de movimientos y los aspectos a tener en cuenta durante su práctica.
- Se han demostrado el uso y manejo de los aparatos y materiales de la sala de entrenamiento polivalente, señalando las precauciones a tener en cuenta en la utilización de los mismos.
- Se han realizado las adaptaciones necesarias en los aparatos y las máquinas de una sala de entrenamiento polivalente para que puedan ser utilizadas por usuarios con dificultades en el agarre, en el equilibrio o con movilidad reducida.
- Se han revisado la funcionalidad y las condiciones de seguridad de los equipamientos y materiales de la sala de entrenamiento polivalente.
- Se han corregido los errores de ejecución en los ejercicios propuestos, indicando sus causas y la forma de ejecución correcta.
- Se han adaptado los parámetros de las actividades que pudieran suponer una dificultad en la ejecución a las personas con discapacidad.
- Se han descrito las características y condiciones de seguridad de los diferentes aspectos de las actividades de acondicionamiento físico en una sala de entrenamiento polivalente.



MÓDULO PROFESIONAL

Actividades Básicas de Acondicionamiento Físico con Soporte Musical

ESTRUCTURAS Y CARACTERÍSTICAS

El examen constará de una prueba práctica y se estructurará de la siguiente manera:

Constará de las siguientes partes y criterios de calificación:

- (70 %) Sesión coreográfica: dirección de dos sesiones coreografiadas con soporte musical especializadas (primero Step y segundo Aerobic, siendo el Step eliminatorio) con una duración cada una de 10 minutos. Si no se supera la fase de Step no se podrá realizar la fase de Aerobic.
- (30 %) Asimilación técnica: ejecución técnica correcta de los elementos técnicos realizados y sus variaciones, cambios de dirección y plano, así como la utilización correcta de los brazos en los mismos.

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

Cada fase del examen (Step y Aerobic) tendrán una duración máxima de 10 minutos (sin público/clientes), mostrando al menos cuatro niveles de progresión en cada frase musical. **IMPORTANTE:** Ambas fases deberán contener una coreografía de dos bloques, trabajadas por ambos lados (derecha e izquierda), utilizando la Técnica de Progresión adecuada.

La música contada de 135 bpm o superior (Aerobic) o 130 bpm o superior (Step) será aportada por el propio aspirante.

El aspirante deberá trabajar de cara a los clientes (en espejo). Rúbrica de evaluación:

- Ritmo: sincroniza movimientos con la música
- Frase/Master beat: entra en frase y en bloque de manera correcta y a tiempo
- Técnica: amplitud y energía
- Pierna líder: derecha de espaldas al público e izquierda en espejo
- Variación: no repetición de frases
- Brazos: utilización de movimientos de brazos
- Comunicación: señalización, motivación, cuenta inversa,...
- Metodología: progresión de enseñanza correcta, de lo sencillo a lo complejo (incremental o por capas)
- Diseño: complejidad de la coreografía.

MATERIALES NECESARIOS

Ropa deportiva. El tribunal evaluador aportará steps profesionales (superficie de pisada: 107 x 40 x 10 cm) y equipo de música

CRITERIOS DE EVALUACIÓN



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



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

ESTRUCTURAS Y CARACTERÍSTICAS

El examen constará de una prueba práctica y se estructurará de la siguiente manera:

Constará de las siguientes partes y criterios de calificación:

- (70 %) Sesión coreográfica: dirección de dos sesiones coreografiadas con soporte musical especializadas (primero Step avanzado y segundo Aerobic avanzado, siendo el Step eliminatorio) con una duración cada una de 10 minutos. Si no se supera la fase de Step no se podrá realizar la fase de Aerobic.
- (30 %) Asimilación técnica: ejecución técnica correcta de los elementos técnicos realizados y sus variaciones, cambios de dirección y plano, así como la utilización correcta de los brazos en los mismos.

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

Cada fase del examen (Step y Aerobic) tendrán una duración máxima de 10 minutos (sin público/clientes), mostrando al menos cinco niveles de progresión en cada frase musical o 10 en cada secuencia musical (dos frases). **IMPORTANTE:** Ambas partes deberán contener una coreografía de tres secuencias (6 frases en total, cerradas y cruzadas a discreción), trabajadas por ambos lados (derecha e izquierda), utilizando la Técnica de Progresión adecuada y de Partición Triple.

La música contada de 135 bpm o superior (Aerobic) o 130 bpm o superior (Step) será aportada por el propio aspirante.

Se considerará avanzado por la utilización de variedad técnica, utilización de brazos, giros y cambios de plano. El aspirante deberá trabajar con cambios constantes de simetría (de cara y de espaldas al alumnado). Rúbrica de evaluación:

- Ritmo: sincroniza movimientos con la música
- Frase/Master beat: entra en frase y en bloque de manera correcta y a tiempo
- Técnica: amplitud y energía
- Pierna líder: derecha de espaldas al público e izquierda en espejo
- Variación: no repetición de frases
- Brazos: utilización de movimientos de brazos
- Comunicación: señalización, motivación, cuenta inversa,...
- Metodología: progresión de enseñanza correcta, de lo sencillo a lo complejo (incremental o por capas)
- Diseño: complejidad de la coreografía.



MATERIALES NECESARIOS

Ropa deportiva. El tribunal evaluador aportará steps profesionales (superficie de pisada: 107 x 40 x 10 cm) y equipo de música

CRITERIOS DE EVALUACIÓN

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



MÓDULO PROFESIONAL

MÓDULO: HABILIDADES SOCIALES

ESTRUCTURAS Y CARACTERÍSTICAS

La PRUEBA consistirá en un examen teórico-práctico.

1ª parte: un examen con preguntas tipo test de una única respuesta posible, sobre los contenidos especificados en la bibliografía del Anexo I. La valoración de las preguntas será la siguiente:

- Preguntas test: cada respuesta incorrecta contará de manera negativa en una relación de 1:4 o la parte proporcional.
- Número de preguntas: entre 50 y 60 preguntas.

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

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

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

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

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

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

Duración del examen: 1 hora y media.

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

MATERIALES NECESARIOS

- Bolígrafo azul o negro.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN



Criterios de evaluación.

- Se han descrito los principios de la inteligencia emocional y social.
- Se ha valorado la importancia de las habilidades sociales en el desempeño de la labor profesional.
- Se han caracterizado las distintas etapas de un proceso comunicativo.
- Se han identificado los diferentes estilos de comunicación, sus ventajas y limitaciones.
- Se ha valorado la importancia del uso de la comunicación tanto verbal como no verbal en las relaciones interpersonales.
- Se ha establecido una eficaz comunicación para asignar tareas, recibir instrucciones e intercambiar ideas o información.
- Se han utilizado las habilidades sociales adecuadas a la situación y atendiendo a la diversidad cultural.
- Se ha demostrado interés por no juzgar a las personas y respetar sus elementos diferenciadores personales: emociones, sentimientos, personalidad.
- Se ha demostrado una actitud positiva hacia el cambio y a aprender de todo lo que sucede.
- Se ha valorado la importancia de la autocrítica y la autoevaluación en el desarrollo de habilidades de relación interpersonal y de comunicación adecuadas.
- Se han descrito los elementos fundamentales de un grupo, su estructura y dinámica así como los factores que pueden modificarlas.
- Se han analizado y seleccionado las diferentes técnicas de dinamización y funcionamiento de grupos.
- Se han explicado las ventajas del trabajo en equipo frente al individual.
- Se han diferenciado los diversos roles que pueden darse en un grupo y las relaciones entre ellos.
- Se han identificado las principales barreras de comunicación grupal.
- Se han planteado diferentes estrategias de actuación para aprovechar la función de liderazgo y los roles en la estructura y funcionamiento del grupo.
- Se ha definido el reparto de tareas como procedimiento para el trabajo grupo.
- Se ha valorado la importancia de una actitud tolerante y de empatía para conseguir la confianza del grupo.
- Se ha logrado un ambiente de trabajo relajado y cooperativo.
- Se han respetado las opiniones diferentes a la propia y los acuerdos de grupo.
- Se han descrito los diferentes tipos y funciones de las reuniones.
- Se han descrito las etapas del desarrollo de una reunión.
- Se ha demostrado la importancia de la capacidad de exponer ideas de manera clara y concisa.
- Se ha valorado la necesidad de una buena y diversa información en la convocatoria de reuniones.
- Se ha descrito la importancia de la motivación y de las estrategias empleadas, para conseguir la participación en las reuniones.
- Se han aplicado técnicas de recogida de información y evaluación de resultados de una reunión.



- Se han analizado e identificado las principales fuentes de los problemas y conflictos grupales.
- Se han descrito las principales técnicas y estrategias para la gestión de conflictos.
- Se han identificado y descrito las estrategias más adecuadas para la búsqueda de soluciones y resolución de problemas.
- Se han descrito las diferentes fases del proceso de toma de decisiones.
- Se han resuelto problemas y conflictos aplicando los procedimientos adecuados a cada caso.
- Se han aplicado correctamente técnicas de mediación y negociación.
- Se han seleccionado los indicadores de evaluación.
- Se han aplicado técnicas de investigación social y sociométricas.
- Se ha autoevaluado la situación personal y social de partida del profesional.
- Se han diseñado instrumentos de recogida de información.
- Se han registrado los datos en soportes establecidos.
- Se ha interpretado los datos recogidos.
- Se han identificado las situaciones que necesiten mejorar.
- Se han marcado las pautas a seguir en la mejora.
- Se ha realizado una autoevaluación final del proceso trabajado por el profesional.

MÓDULO PROFESIONAL

CONTROL POSTURAL, BIENESTAR Y MANTENIMIENTO FUNCIONAL.

Parte 1 - Fundamentos teóricos, Movilidad y Gimnasia correctiva.

Parte 2 - Método Pilates.

Parte 3 - Yoga.

ESTRUCTURAS Y CARACTERÍSTICAS

Parte 1: Fundamentos teóricos, Movilidad y Gimnasia correctiva.

Examen teórico de 2 horas de duración máxima en donde se demuestre adquisición de conceptos: la postura, actitud postural, evaluación de la postura, desalineaciones o alteraciones de la columna, del miembro inferior, compensaciones. Funciones de los músculos, patologías relacionadas con las alteraciones posturales, higiene postural y del movimiento. Constará de preguntas cortas, de elección múltiple y de desarrollo (medio).

Examen teórico-práctico de media hora máxima de duración por alumno/a basado en realización/ejecución explicativa de (entre 5-10) ejercicios de movilidad, estiramientos y gimnasia correctiva (nombre del ejercicio, zona, objetivo, consideraciones, indicaciones, variaciones, avisos de seguridad) de los libros aportados en la bibliografía.



Parte 2: Método Pilates

Se realizará una prueba teórico-práctica (preguntas a desarrollar), en un tiempo máximo de 2 horas, sobre los siguientes contenidos, que se encuentran referenciados en la bibliografía del Anexo I:

- Aspectos históricos, teóricos y características del Método Pilates.
- Ejercicios de Pilates suelo (nivel básico, intermedio y avanzado), indicando objetivos, puntos de apoyo por fase, explicación de cada fase, respiración correcta, imágenes a transmitir al usuario, puntos clave en base a los fundamentos de Pilates, enlaces, variantes y ritmo de realización.
- Diseño de secuencias de ejercicios o de una sesión de Pilates, según el nivel del usuario.

Parte 3: Yoga

Se realizará un examen teórico-práctico (preguntas a desarrollar), en un tiempo máximo de 2 horas, de los siguientes contenidos:

- Aspectos teóricos del Yoga.
- Descripción de asanas y secuencias establecidas (nombres en sánscrito o coloquial). Beneficios generales y musculatura implicada, así como aspectos a tener en cuenta para su correcta realización biomecánica y alineación) y variantes o progresiones.
- Diseño de secuencias de asanas o de una sesión de Yoga, según el nivel del usuario.

Calificación Final: se hará la media ponderada entre las tres partes, debiendo superar cada una de las partes con una nota mínima de 4. Para superar el módulo se deberá obtener al menos un cinco (5) en dicha media ponderada.

MATERIALES NECESARIOS:

Bolígrafo

CRITERIOS DE EVALUACIÓN

- Se ha analizado la técnica de los ejercicios de control postural, bienestar y mantenimiento funcional y los efectos de la práctica continuada de los mismos sobre las personas.
- Se han planteado los objetivos de los programas de actividades de control postural, bienestar y mantenimiento funcional, a partir de características funcionales, motivacionales y de condición física y biológica.
- Se han diseñado procedimientos para valorar la competencia perceptivo-motriz y la capacidad de concentración y relajación, relacionados con el aprendizaje y la ejecución de técnicas de control postural.
- Se han establecido las necesidades de espacio, el equipamiento básico, el material auxiliar y los apoyos y las ayudas que se precisan para el desarrollo de actividades de control postural, bienestar y mantenimiento funcional, atendiendo al nivel funcional de los diferentes perfiles de personas usuarias.
- Se han determinado los recursos humanos necesarios para el desarrollo de actividades de control postural, bienestar y mantenimiento funcional.
- Se han establecido procedimientos para detectar y corregir anomalías en los elementos



específicos, los materiales y los equipos utilizados en actividades de control postural, bienestar y mantenimiento funcional.

- Se han diseñado las adaptaciones en el material y en el equipo tipo que permitan desarrollar actividades de control postural, bienestar y mantenimiento funcional a personas con discapacidad.
- Se han garantizado las condiciones de accesibilidad a la instalación y al espacio de práctica, valorando los elementos que pueden suponer barreras arquitectónicas y estableciendo las ayudas técnicas.
- Se han definido los objetivos, el material necesario con sus adaptaciones, los canales de comunicación y la metodología de la sesión, de acuerdo con la programación general.
- Se han aplicado criterios fisiológicos, de compensación y de motivación en la secuencia de los ejercicios de la sesión de control postural, respetando las pautas de recuperación que garanticen las condiciones de concentración y de seguridad.
- Se han establecido adaptaciones y progresiones de ejecución de los ejercicios de control postural, en función del modelo biomecánico y de una práctica personalizada que permita la participación de personas con limitaciones en su autonomía personal.
- Se ha especificado la ubicación del técnico durante la práctica para facilitar un continuo feedback al practicante.
- Se han establecido las técnicas manipulativas de fijación, corrección y movilidad pasiva que, en su caso, deben emplearse en los ejercicios de control postural, bienestar y mantenimiento funcional.
- Se han determinado el espacio, los medios y las ayudas técnicas necesarias en las actividades de control postural, bienestar y mantenimiento funcional y las adaptaciones que permiten la participación en las mismas a las personas con discapacidad.
- Se ha proporcionado información sobre los objetivos, las posibles adaptaciones de las técnicas propuestas, la dinámica de la sesión, los requerimientos de indumentaria y las cuestiones relacionadas con la seguridad.
- Se ha explicado la utilización de las máquinas y los materiales y la ejecución de los ejercicios, resaltando los aspectos relevantes y los beneficios derivados de su práctica.
- Se han adaptado los parámetros de las actividades, ajustando el nivel de ejecución de los ejercicios a las características de la persona practicante.
- Se han utilizado las técnicas específicas para la corrección de errores de ejecución, interviniendo sobre las posibles causas que los provocan y en los momentos oportunos, en función del tipo de actividad.
- Se han proporcionado directrices que permiten a la persona participante la adaptación de los materiales auxiliares que utiliza en los ejercicios, para ajustar la intensidad a sus propias características y a la correcta ejecución.
- Se ha utilizado una metodología que favorece la participación y la desinhibición.
- Se ha supervisado el cumplimiento de las recomendaciones de uso de las máquinas, los aparatos y los materiales por parte de las personas participantes.
- Se han definido indicadores de evaluación de las actividades de control postural, bienestar y mantenimiento funcional, atendiendo a los objetivos previstos en la programación de referencia.
- Se han descrito y aplicado los procedimientos de evaluación de actividades de control postural, bienestar y mantenimiento funcional, atendiendo tanto al proceso como a los resultados.
- Se han establecido los parámetros que se deben tener en cuenta para evaluar el desarrollo de la sesión.



MÓDULO PROFESIONAL

ACONDICIONAMIENTO FÍSICO EN EL AGUA

ESTRUCTURAS Y CARACTERÍSTICAS

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

El **examen teórico**, de 2 horas máxima de duración, versará sobre Técnica de estilos y su metodología de enseñanza, ejercicios de aplicación, el proceso de aprendizaje y las etapas de enseñanza de la natación, Fitness acuático y fundamentos teóricos de salvamento y socorrismo. Preguntas cortas, medias y largas.

Examen práctico: El examen durará un máximo de dos horas por alumno/a. Consta de varias partes.

- Se demostrará dominio básico de la **Técnica de los estilos** con sus virajes y salidas correspondientes.
- CONOCIMIENTO y realización de **LA PRUEBA COMBINADA:**

Zambullirse, nadar 50 metros crol socorrista, sumergirse y buceando 15 metros rescatar un maniquí que está a una profundidad mínima de 2 metros, sacarlo a la superficie y remolcarlo 35 metros, utilizando una técnica adecuada, en un tiempo máximo de 3,30 minutos. Evitar en todo momento que la cara del maniquí esté cubierta por el agua.

La prueba combinada y el dominio básico de los estilos serán pruebas eliminatorias.

- Se realizarán las siguientes maniobras de **salvamento acuático**: Rescates y técnicas de extracción del agua con (flop, lata) y sin material, buceos, Entradas al agua, Flotación dinámica, Técnicas de remolques (mentón con dos manos, hombro-axila, axila-mentón, lateral tras nuca, por las axilas, nadador cansado), Presas y zafaduras, maniobra RCP.
- Desarrollo de una sesión tipo de **Fitness acuático** (abreviada) con explicación de ejercicios a realizar en función de las características del participante y materiales y música a utilizar.

MATERIALES NECESARIOS

Bolígrafo

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

Teléfono móvil más altavoz portátil pequeño

CRITERIOS DE EVALUACIÓN

- Se han definido los conceptos básicos de la autonomía en el medio acuático.
- Se ha propuesto un orden lógico en la enseñanza de los aspectos básicos de familiarización, flotación, respiración y propulsión en el medio acuático.
- Se ha demostrado la adquisición del dominio del medio acuático a través de



desplazamientos, los giros, los saltos, los lanzamientos y recepciones.

- Se ha demostrado la adquisición del dominio de los estilos básicos de natación: crol, braza, espalda y mariposa.
- Se ha establecido una metodología de la enseñanza y aprendizaje de los estilos de natación desde una iniciación a un perfeccionamiento.
- Se ha establecido una secuencia de ejercicios para el aprendizaje y perfeccionamiento de los diferentes estilos de natación.
- Se ha seleccionado el soporte musical que permite adaptar la realización de las actividades a los objetivos de la sesión de fitness acuático.
- Se han aplicado los recursos específicos del fitness acuático para obtener variantes a partir de los pasos básicos, teniendo en cuenta los principios hidrodinámicos.
- Se han aplicado los criterios fisiológicos y de motivación en la secuencia de pasos, movimientos, ejercicios y composiciones y en la dinámica de la carga de cada fase de la sesión.
- Se han definido los objetivos, el material, los canales de comunicación y la metodología de la sesión, de acuerdo con la programación general.
- Se han establecido progresiones y adaptaciones de las secuencias coreografiadas y los pasos, movimientos y ejercicios, en función de la dificultad y de las características de las personas participantes.
- Se ha asegurado la accesibilidad a los espacios de práctica y la disponibilidad de los recursos necesarios para las actividades de fitness acuático en condiciones de seguridad.
- Se ha proporcionado la información adaptada a cada momento del desarrollo de la actividad de fitness acuático y a cada perfil de participante, utilizando el tipo de lenguaje adecuado en cada caso.
- Se ha demostrado las actividades propuestas, aplicando las estrategias de instrucción más adecuadas para el desarrollo de los ejercicios y las distintas secuencias y composiciones coreográficas.
- Se han corregido los errores detectados en los movimientos o las posturas, interviniendo sobre las posibles causas que los provocan y en los momentos oportunos.
- Se han aplicado estrategias de intervención en las actividades de fitness acuático que favorecen la participación y la desinhibición de las personas participantes.
- Se ha adaptado el nivel de intensidad y dificultad de las actividades a las características de las personas participantes, variando los espacios, el material, la música y la información que se transmite.
- Se ha controlado el uso de los materiales y de los equipamientos y se han resuelto las contingencias surgidas.
- Se han indicado las medidas que el socorrista debe adoptar ante las conductas potencialmente peligrosas de las personas usuarias de una instalación acuática.
- Se han definido los protocolos y las técnicas para el mantenimiento de las labores de vigilancia, prevención y actuación ante una modificación de las condiciones de salubridad del centro acuático y ante un accidente.
- Se han utilizado materiales adecuados al supuesto planteado en el desarrollo de las maniobras de entrada, aproximación, contacto, control, traslado y extracción.
- Se han realizado con seguridad y eficacia las siguientes técnicas:



- entradas al agua en función de la accesibilidad, la proximidad y las características del agua.
- Técnicas natatorias de aproximación a la persona accidentada.
- Mantenerse flotando en el agua con los brazos alzados y con los codos por encima del agua, sin desplazarse.
- Técnicas de sujeción y remolque de la víctima, manteniendo sus vías respiratorias fuera del agua.

En Badajoz a 23 de enero del 2026



FIRMADO: Rafael Juan Domínguez González