



FAMILIA PROFESIONAL ACTIVIDADES FÍSICAS Y DEPORTIVAS

Los espacios y equipamientos requeridos para la impartición de los módulos optativos de esta familia profesional serán los referidos en los correspondientes currículos de los ciclos formativos en los que pueden ser desarrollados.

Módulo optativo: Inclusión en las Actividades en el Medio Natural

Código: AF01

Ciclo formativo: Guía en el Medio Natural y Tiempo Libre

Resultados de aprendizaje y criterios de evaluación:

1. Programa actividades de inclusión para colectivos de personas mayores en el medio natural.
 - a) Se han diferenciado las principales patologías asociadas a este sector de población y su relevancia para la práctica de actividades en el medio natural.
 - b) Se han planteado objetivos específicos para los programas de actividades de inclusión en el medio natural dirigidos a las personas mayores, en los ámbitos motor, psicológico y social.
 - c) Se ha identificado la importancia de los programas de actividades de inclusión en el medio natural en la interacción social de las personas mayores.
 - d) Se han reconocido los parámetros físicos, sociales y cognitivos que hay que tener en cuenta en el diseño de tareas en el medio natural.
2. Programa adaptaciones de actividades de inclusión para personas con discapacidad en grupos ordinarios en el medio natural.
 - a) Se han reconocido los tipos de discapacidad, sus características y su relevancia para la práctica de actividades en el medio natural.
 - b) Se han planteado objetivos específicos para los programas de actividades de inclusión en el medio natural dirigidos a las personas con discapacidad, en los ámbitos motor, psicológico y social.
 - c) Se ha identificado la importancia de los programas de actividades de inclusión en el medio natural en la interacción social de las personas con discapacidad.
 - d) Se han aplicado los criterios y posibilidades de adaptación en función del tipo y grado de discapacidad para la propuesta de actividades en el medio natural.



3. Aplica estrategias de intervención para los colectivos de personas mayores en actividades en el medio natural.

a) Se han reconocido los espacios y las adaptaciones específicas para las actividades en el medio natural con personas mayores.

b) Se han reconocido los materiales y las adaptaciones específicas para las actividades en el medio natural con personas mayores.

c) Se han identificado y aplicado estrategias para mejorar la comunicación y participación en este colectivo.

d) Se han diseñado tareas en el medio natural adaptadas a las características del colectivo de personas mayores.

4. Aplica estrategias de intervención para los colectivos de personas con discapacidad en actividades en el medio natural. **(FEM)**

a) Se han reconocido los espacios y las adaptaciones específicas para las actividades en el medio natural con personas con discapacidad.

b) Se han reconocido los materiales y las adaptaciones específicas para las actividades en el medio natural con personas con discapacidad.

c) Se han identificado y aplicado estrategias para mejorar la comunicación y participación en este colectivo.

d) Se han diseñado tareas en el medio natural adaptadas a las características del colectivo de personas con discapacidad.

5. Diseña la evaluación del proceso de intervención en el ámbito de la atención a personas con discapacidad y personas mayores en actividades en el medio natural.

a) Se han adaptado modelos de evaluación de procesos de intervención seleccionando indicadores e instrumentos de evaluación.

b) Se han identificado las causas de una intervención adecuada y no adecuada y propuesto mejoras a partir de ello.

c) Se ha valorado la trascendencia de establecer procedimientos de evaluación para la mejora de la intervención.

d) Se ha elaborado un informe a partir de la información obtenida sobre la actividad realizada.

Contenidos:

1. Actividades de inclusión para colectivos de personas mayores en el medio natural.

- Principales patologías e impacto en las mismas en la movilidad y seguridad de las personas mayores en actividades en el medio natural a personas mayores.



- El proceso de envejecimiento: características físicas, fisiológicas, psicológicas y sociológicas de las personas mayores.
 - Consideraciones de accesibilidad y prevención de riesgos en entornos naturales con personas mayores.
 - Beneficios en el ámbito motor, psicológico y social en las actividades en el medio natural para personas mayores.
2. Actividades de inclusión para personas con discapacidad en grupos ordinarios en el medio natural.
- Principales características morfológicas, fisiológicas y conductuales en las personas con discapacidad física, sensorial e intelectual.
 - Consideraciones de accesibilidad y prevención de riesgos en entornos naturales con personas con discapacidad.
 - Beneficios en el ámbito motor, psicológico y social en las actividades en el medio natural para personas con discapacidad.
3. Estrategias de intervención para los colectivos de personas mayores en actividades en el medio natural.
- Identificación de espacios accesibles: parques naturales, rutas de baja dificultad, áreas urbanas naturales, entre otros para personas mayores.
 - Materiales necesarios para actividades en el medio natural con personas mayores.
 - Estrategias de comunicación: lenguaje claro, motivación, refuerzo positivo, etc.
 - Diseño de tareas: adaptación de actividades, niveles de dificultad progresiva, rutas accesibles, descansos programados, entre otros para personas mayores.
4. Aplicación de estrategias de intervención para los colectivos de personas con discapacidad en actividades en el medio natural.
- Identificación de espacios accesibles: parques naturales, rutas de baja dificultad, áreas urbanas naturales, entre otros para personas con discapacidad.
 - Materiales necesarios para actividades en el medio natural con personas con discapacidad: mapas táctiles, bastones con sensores, silla Joelette, barra de guiado, triciclo adaptado, etc.
 - Estrategias de comunicación: uso de intérpretes de lengua de signos, instrucciones visuales, lenguaje claro, refuerzo positivo, etc.
 - Diseño de tareas: adaptación de actividades, niveles de dificultad progresiva, rutas accesibles, descansos programados, entre otros para personas con discapacidad.
5. Diseño de la evaluación del proceso de intervención en el ámbito de la atención a personas con discapacidad y personas mayores en actividades en el medio natural.
- Técnicas, instrumentos e indicadores de evaluación, atendiendo a los distintos ámbitos de intervención en función de los colectivos implicados.



Región de Murcia
Consejería de Educación
y Formación Profesional

Dirección General de Formación Profesional,
Enseñanzas de Régimen Especial
y Educación Permanente

- Registro de incidencias: falta de adaptación, escasa planificación, problemas de comunicación, etc.
- Propuestas de mejora: revisión de diseños, formación continua, feedback de participantes.



Módulo optativo: Profundización en las maniobras con cuerdas e iniciación a la escalada

Código: AF02

Ciclo formativo: GM Guía en el Medio Natural y Tiempo Libre

Resultados de aprendizaje y criterios de evaluación:

1. Identifica el material y equipamiento básico para la escalada y su correcta utilización.

a) Se han clasificado los diferentes tipos de cuerdas, arneses, mosquetones y demás material de escalada según su uso.

b) Se han explicado los criterios de mantenimiento y revisión del equipo de escalada para garantizar su seguridad.

c) Se han distinguido los distintos tipos de anclajes y su correcta utilización en función del terreno y la actividad.

d) Se han aplicado los procedimientos de almacenamiento y conservación del material de escalada.

2. Ejecuta las técnicas básicas de progresión y aseguramiento en escalada deportiva y clásica. **(FEM)**

a) Se ha demostrado una correcta colocación del arnés, casco y nudo de encordamiento.

b) Se han realizado maniobras de aseguramiento utilizando distintos dispositivos (cesta, grigri, placa).

c) Se han aplicado técnicas de progresión en escalada deportiva, incluyendo el uso de pies, equilibrio y posicionamiento corporal.

d) Se han explicado las diferencias entre escalada deportiva y clásica y las medidas de seguridad específicas para cada modalidad.

3. Aplica maniobras básicas y avanzadas con cuerdas en el medio natural.

a) Se han ejecutado técnicas de montaje de reuniones y triangulación de anclajes en vías de varios largos.

b) Se han realizado maniobras de rapel con y sin autoaseguramiento.

c) Se han aplicado técnicas de polipastos y ascenso por cuerda para situaciones de auto-rescate.

d) Se ha evaluado la seguridad de las maniobras realizadas y corregido errores en caso de ser necesario.

4. Explica y aplica medidas de seguridad y prevención de riesgos en la escalada.



- a) Se han identificado los principales riesgos asociados a la escalada y el uso de cuerdas.
 - b) Se han aplicado protocolos de comunicación y señalización entre escalador y asegurador.
 - c) Se ha demostrado el procedimiento de actuación ante una caída y cómo minimizar sus riesgos.
 - d) Se han explicado los factores de caída y su relación con la resistencia del material y el impacto sobre el escalador.
5. Actúa en situaciones de emergencia y primeros auxilios en actividades de escalada.
- a) Se han identificado los signos y síntomas de lesiones comunes en escalada (torceduras, fracturas, deshidratación, agotamiento).
 - b) Se han aplicado técnicas básicas de inmovilización y transporte de accidentados en terrenos de difícil acceso.
 - c) Se han explicado los procedimientos de evacuación y comunicación en caso de accidente en zonas remotas.
 - d) Se han ejecutado maniobras de primeros auxilios ante traumatismos o situaciones de emergencia en la escalada.

Contenidos:

- 1. Material y equipamiento para la escalada.
 - Tipos de cuerdas: dinámicas y estáticas.
 - Elementos de aseguramiento: arneses, mosquetones, dispositivos de freno.
 - Anclajes fijos y móviles.
 - Mantenimiento y revisión del material.
- 2. Técnicas básicas de escalada deportiva y clásica.
 - Colocación del equipo y encordamiento.
 - Técnicas de aseguramiento y uso de dispositivos.
 - Progresión y posicionamiento en roca.
 - Diferencias entre escalada deportiva y clásica.
- 3. Maniobras con cuerdas en el medio natural.
 - Montaje de reuniones y triangulación de anclajes.
 - Técnicas de rapel con y sin autoaseguramiento.



Región de Murcia
Consejería de Educación
y Formación Profesional

Dirección General de Formación Profesional,
Enseñanzas de Régimen Especial
y Educación Permanente

- Uso de polipastos y ascenso por cuerda.
 - Maniobras de auto-rescate.
4. Seguridad y prevención de riesgos en escalada.
- Principales riesgos y medidas preventivas.
 - Comunicación y señalización en escalada.
 - Factores de caída y absorción de impactos.
 - Actuación ante caídas y errores técnicos.
5. Primeros auxilios y actuación en emergencias.
- Lesiones frecuentes en escalada y su tratamiento.
 - Inmovilización y transporte de accidentados.
 - Procedimientos de evacuación en zonas remotas.
 - Aplicación del protocolo PAS en accidentes de escalada.



Módulo optativo: Fundamentos biológicos para las actividades en el medio natural

Código: AF03

Ciclo formativo: GM Guía en el Medio Natural y Tiempo Libre

Resultados de aprendizaje y criterios de evaluación:

1. Explica los principios básicos de la anatomía y la fisiología humana en relación con el movimiento y el esfuerzo físico.

- a) Identifica los principales sistemas del cuerpo humano y su función en la actividad física (músculo-esquelético, cardiovascular, respiratorio y nervioso).
- b) Describe los tipos de fibras musculares y su importancia en actividades de resistencia y fuerza.
- c) Explica la función del sistema cardiovascular y respiratorio en el esfuerzo prolongado.
- d) Relaciona los mecanismos de fatiga y recuperación con el rendimiento en actividades en el medio natural.

2. Aplica principios de preparación física para mejorar el rendimiento y prevenir lesiones en actividades al aire libre. **(FEM)**

- a) Diseña planes básicos de entrenamiento adaptados a diferentes actividades en el medio natural.
- b) Aplica ejercicios de movilidad, fuerza y resistencia para optimizar el rendimiento en senderismo, escalada, MTB y otras actividades.
- c) Explica la importancia del calentamiento y la vuelta a la calma en la prevención de lesiones.
- d) Identifica las lesiones más comunes en actividades al aire libre y sus medidas de prevención.

3. Relaciona los principios de la nutrición con la actividad física en el medio natural.

- a) Describe los macronutrientes (carbohidratos, proteínas, grasas) y su función en el esfuerzo físico.
- b) Explica la importancia de la hidratación en actividades de resistencia y en condiciones extremas.
- c) Diferencia las necesidades nutricionales antes, durante y después de la actividad física.
- d) Identifica síntomas y medidas preventivas frente a la deshidratación, hipoglucemia y otros problemas relacionados con la alimentación en el medio natural.

4. Analiza las respuestas fisiológicas del organismo en entornos de altura, frío y calor.



- a) Explica los efectos de la altitud en el organismo y los mecanismos de aclimatación.
- b) Describe la respuesta del cuerpo a temperaturas extremas y cómo prevenir la hipotermia y el golpe de calor.
- c) Identifica estrategias para optimizar el rendimiento y la seguridad en condiciones ambientales adversas.
- d) Aplica medidas para minimizar el impacto del estrés fisiológico en actividades prolongadas.
5. Aplica primeros auxilios específicos en situaciones derivadas del esfuerzo físico en el medio natural.
- a) Identifica los signos y síntomas de la fatiga extrema, deshidratación, golpes de calor e hipotermia.
- b) Aplica protocolos de actuación en lesiones comunes en actividades al aire libre (esguinces, fracturas, heridas, hipoglucemia).
- c) Explica los procedimientos básicos de reanimación cardiopulmonar (RCP) y uso del desfibrilador externo automático (DEA).
- d) Evalúa situaciones de emergencia y aplica el protocolo PAS (Proteger, Avisar, Socorrer) en el medio natural.

Contenidos.

1. Anatomía y fisiología aplicada a la actividad física

- Sistemas del cuerpo humano: músculo-esquelético, cardiovascular, respiratorio y nervioso.
- Tipos de fibras musculares y su influencia en el rendimiento.
- Energía y metabolismo en el esfuerzo físico.
- Fatiga y mecanismos de recuperación.

2. Preparación física para actividades en el medio natural

- Trabajo de cualidades físicas: resistencia, fuerza, flexibilidad y coordinación.
- Trabajo de habilidades motrices básicas y coordinativas.
- Principios del entrenamiento.
- Diseño de planes de entrenamiento específicos.
- Calentamiento y vuelta a la calma: importancia y técnicas.
- Prevención y tratamiento de lesiones frecuentes (tendinitis, esguinces, sobrecargas musculares).



3. Nutrición e hidratación en la actividad física

- Función de los macronutrientes y micronutrientes en el esfuerzo.
- Planificación nutricional para actividades de resistencia y fuerza.
- Hidratación en entornos extremos: prevención de la deshidratación e hiponatremia.
- Estrategias nutricionales en actividades prolongadas.

4. Adaptaciones del organismo a entornos extremos

- Respuesta fisiológica a la altitud y procesos de aclimatación.
- Impacto del frío y estrategias para prevenir la hipotermia.
- Regulación térmica y prevención del golpe de calor.
- Estrategias para minimizar el impacto del estrés fisiológico en entornos adversos.



Módulo optativo: Planificación del Acondicionamiento Físico

Código: AF40

Ciclo formativo: GS Acondicionamiento Físico

Resultados de aprendizaje y criterios de evaluación:

1. Aplica métodos, técnicas e instrumentos de análisis de la realidad, discriminando las variables del contexto que son relevantes para el acondicionamiento físico.

a) Se han determinado los aspectos del contexto que interesa analizar para plantear el proyecto de acondicionamiento físico.

b) Se han concretado las técnicas de obtención de información acerca de los proyectos de animación realizados en el contexto de intervención.

c) Se han seleccionado técnicas e instrumentos proporcionados para cada aspecto y cada momento del análisis de la realidad.

d) Se han extraído conclusiones que sirvan de base para el proyecto, a partir del tratamiento de los datos.

e) Se ha justificado el papel del análisis de la realidad en el éxito en AF.

f) Se han valorado los aspectos éticos de la recogida y tratamiento de la información.

g) Se han empleado las tecnologías de la comunicación en la elaboración de instrumentos para la obtención de información.

2. Elabora proyectos de acondicionamiento físico, teniendo en cuenta las características del contexto y necesidades detectadas en el análisis de la realidad.

(FEM)

a) Se ha justificado la oportunidad del proyecto de acondicionamiento físico en el contexto estudiado.

b) Se han contrastado los modelos y técnicas de elaboración de proyectos o programas de AF y su aplicación al ámbito de las actividades físicas y deportivas.

c) Se han formulado objetivos ajustados a los grados de concreción del proyecto y a los datos obtenidos en el análisis de la realidad.

d) Se han propuesto estrategias metodológicas en función de los objetivos y del contexto.

e) Se han seleccionado y recogido, en un fichero estructurado, las actividades y eventos físico deportivos más demandados y utilizados en proyectos de acondicionamiento físico.

f) Se han secuenciado las actividades para desarrollar el proyecto.



- g) Se han definido las medidas de prevención y seguridad.
- h) Se han valorado las pautas de aplicación y los aspectos necesarios para la elaboración del proyecto de acondicionamiento físico requerido.
3. Gestiona proyectos de acondicionamiento físico, planificando el uso de instalaciones y coordinando los recursos materiales y humanos.
- a) Se han determinado los recursos necesarios.
- b) Se ha establecido el organigrama de personas y funciones implicadas en el desarrollo del proyecto.
- c) Se han adjudicado los perfiles profesionales de los técnicos que intervienen en el desarrollo de proyectos de acondicionamiento físico, relacionados con la tipología de las actividades que hay que desarrollar en los mismos.
- d) Se han determinado las fórmulas de gestión para la disponibilidad de los espacios y/o instalaciones y de los recursos materiales.
- e) Se ha establecido la coordinación con otros servicios implicados en el proyecto.
- f) Se han estimado los ingresos, los gastos y el balance final.
- g) Se ha desarrollado en la práctica un proyecto de un evento de acondicionamiento físico.
4. Elabora criterios para el plan de promoción y difusión de las actividades incluidas en los proyectos de acondicionamiento físico, analizando los recursos disponibles y los objetivos que se persiguen.
- a) Se han resaltado los puntos fuertes de las actividades del proyecto.
- b) Se han identificado los elementos fundamentales de una campaña de promoción y difusión.
- c) Se han establecido plazos para la promoción de las actividades.
- d) Se han caracterizado los colectivos a los que se dirige cada actividad.
- e) Se ha argumentado la importancia de los medios de comunicación en la promoción y difusión de los proyectos de acondicionamiento físico.
- f) Se han utilizado las tecnologías de la información y la comunicación para la elaboración de materiales de promoción y difusión.
- g) Se ha indicado la partida económica disponible para promoción.
- h) Se han diseñado campañas de promoción y difusión de proyectos de acondicionamiento físico utilizando recursos de diversa índole.
5. Evalúa proyectos de acondicionamiento físico, analizando los indicadores que permiten la obtención de datos durante las diferentes fases de ejecución.



- a) Se han concretado las técnicas, indicadores, criterios e instrumentos de evaluación de proyectos de acondicionamiento físico.
- b) Se han especificado los momentos en los que se aplican las técnicas de evaluación.
- c) Se han establecido los procedimientos generales para la gestión de la calidad en los proyectos diseñados.
- d) Se ha argumentado la necesidad de la evaluación para optimizar el funcionamiento de los programas y garantizar su calidad.
- e) Se han empleado las tecnologías de la información y la comunicación para la elaboración y presentación de informes de evaluación y memorias.

Contenidos.

1. Análisis de la realidad en el acondicionamiento físico:

-El acondicionamiento físico: conceptos, aspectos históricos y evolutivos.

- El movimiento olímpico como fenómeno de participación social.
- Principales instituciones del deporte para todos. La Carta Europea del Deporte para Todos.
- Análisis general de la población de destino de la animación según la edad y desarrollo evolutivo, posibilidades de comunicación, lugar de procedencia y nivel sociocultural.

- Métodos, técnicas e instrumentos de análisis de la realidad:

- Métodos y técnicas de recogida de información y datos. Tecnologías de la información y comunicación aplicadas.
- Análisis de las principales fuentes y sistemas de registro de información. Observación, entrevista, cuestionario, encuesta y recopilación documental. Fiabilidad y validez de los métodos de obtención de la información.
- Análisis e interpretación de datos.
- Derechos y deberes en la recogida y tratamiento de la información, materiales y equipamientos, entre otros.

2. Programación y diseño de proyectos de acondicionamiento físico:

- Modelo teórico en los proyectos de acondicionamiento físico.

- Modelos de proyectos de animación, urbanos, en el medio natural y mixtos, entre otros.

- Criterios de programación. Tipos de usuarios y clientes, objetivos a cumplir, metodología, actividades, infraestructura, espacios y material a utilizar.

- Aplicación en el contexto cultural, turístico y deportivo, entre otros.



- Diseño de proyectos de acondicionamiento físico. Estructura del proyecto de animación por la adición de programas y encuadre de programas en ámbitos o sectores específicos.

- La planificación estratégica del proyecto de organización de un evento de acondicionamiento físico: funciones y comités del evento.

- Definición de las medidas de prevención y seguridad en los proyectos de acondicionamiento físico.

3. Gestión de proyectos de acondicionamiento físico:

- Recursos humanos en proyectos de acondicionamiento físico.

- El comité ejecutivo, el organigrama y sus áreas de trabajo. Funciones y tareas.

- El departamento de técnicos, configuración y funcionamiento.

- Recursos materiales y espacios en proyectos de acondicionamiento físico.

- Espacios e instalaciones propios del acondicionamiento físico. Espacios habituales de acondicionamiento físico, espacios alternativos, instalaciones y equipamientos específicos del acondicionamiento físico.

- Espacios e instalaciones del evento. Normativa específica, responsabilidades, vías de consecución de los permisos y seguros.

- Recursos materiales en acondicionamiento físico, materiales tradicionales, materiales alternativos y materiales reciclados. Materiales del evento. Normativa específica, responsabilidades y seguros.

- Accesos y servicios adaptados a personas con discapacidad.

- Ayudas técnicas para personas con discapacidad.

- Recursos económicos en proyectos de acondicionamiento físico.

- El presupuesto, previsión de ingresos y gastos.

- Patrocinios que apoyan el proyecto.

- Desarrollo práctico de un evento de acondicionamiento físico.

- El cronograma de actuaciones, reuniones y actividades de cada área.

- Fichas de control cualitativas y/o cuantitativas para el seguimiento del grado de cumplimiento de las tareas.

4. Estrategias de promoción y difusión en proyectos de acondicionamiento físico:

- Técnicas de promoción y comunicación, objetivos de la promoción.

- Publicidad y comunicación. Estrategia comercial del proyecto. Medios de comunicación.



-Elaboración de materiales para la promoción y difusión de proyectos de animación

- Uso de tecnologías de la información y la comunicación en la promoción y difusión de proyectos de animación. Espacios y soportes disponibles en internet. Redes sociales.

- Acciones promocionales. Merchandising. Control presupuestario.

- El cronograma de actuaciones del área de difusión y promoción del proyecto. Hojas de control para su seguimiento.

5. Evaluación de proyectos de acondicionamiento físico:

- Evaluación de proyectos de acondicionamiento físico.

-Evaluación interna, previa, durante y post de la planificación estratégica y operativa del proyecto.

-Evaluación externa, usuarios y entidades colaboradoras.

-Seguimiento en las intervenciones para impulsar la igualdad entre hombres y mujeres.

- Técnicas e instrumentos para la evaluación de proyectos de acondicionamiento físico.

- Aspectos cuantitativos y cualitativos del proyecto.

-Hojas de registro, encuestas, entrevistas, cuestionarios, entre otros.

- Los soportes informáticos en el tratamiento de la información. Los medios audiovisuales y aplicaciones informáticas online en el proceso evaluador.

- La gestión de la calidad en los proyectos de animación. Plan de calidad. Elaboración y presentación de informes de evaluación y memorias.



Módulo optativo: Actividades físico-deportivas para la inclusión social.

Código: AF41

Ciclo formativo: GS Acondicionamiento Físico

Resultados de aprendizaje y criterios de evaluación:

1. Programa actividades de inclusión socio-deportiva para colectivos de personas mayores, analizando la influencia de la práctica de actividad físico-deportiva sobre las variables del proceso de envejecimiento.

- a) Se han determinado instrumentos de valoración y registro de las características físicas, fisiológicas, psicológicas y sociológicas de las personas mayores.
- b) Se han valorado las principales patologías asociadas a este sector de población y su relevancia para la práctica de actividades físicas y deportivas.
- c) Se han planteado objetivos específicos para los programas de inclusión socio-deportiva dirigidos a las personas mayores, en los ámbitos motor, psicológico y social.
- d) Se han diseñado y adaptado tareas físico-deportivas para la mejora de los aspectos motores, psicológicos y sociales afectados por el proceso de envejecimiento.
- e) Se han establecido los medios y ayudas técnicas necesarias para la realización de las actividades físico-deportivas por parte de las personas mayores.
- f) Se han establecido estrategias metodológicas de intervención que favorezcan la participación de las personas mayores en las actividades.
- g) Se ha valorado la importancia de los programas de actividad físico-deportiva en la interacción social de las personas mayores.

2. Programa adaptaciones de actividades físico-deportivas para la inclusión de personas con discapacidad en grupos ordinarios, analizando las modificaciones necesarias en función del tipo de discapacidad.

- a) Se han analizado las características morfológicas, fisiológicas y conductuales de las personas con discapacidad.
- b) Se han diseñado adaptaciones de las tareas físico-deportivas para la inclusión de personas con discapacidad física.
- c) Se han diseñado adaptaciones de las tareas físico-deportivas para la inclusión de personas con discapacidad intelectual.
- d) Se han diseñado adaptaciones de las tareas físico-deportivas para la inclusión de personas con discapacidad sensorial.
- e) Se han establecido los medios y ayudas técnicas específicas que facilitan la realización de las actividades por parte de las personas, en función del tipo de discapacidad.



f) Se han establecido estrategias metodológicas que favorezcan la comunicación con las personas con discapacidad y su intervención en las actividades físico deportivas.

g) Se ha valorado la importancia de los programas de actividad físico-deportiva en la interacción social de las personas con discapacidad.

3. Programa actividades de inclusión para colectivos de personas en riesgo de exclusión social, analizando la influencia de la práctica de actividades físico-deportivas sobre los niveles de socialización de los colectivos.

a) Se han valorado las características psicosociales específicas que conciernen a la intervención colectivos con riesgo de exclusión social.

b) Se han planteado objetivos específicos para cada tipo de situación de riesgo de exclusión social y en consonancia con la orientación de la intervención de las instituciones de referencia.

c) Se han diseñado tareas físico-deportivas que potencien las habilidades de relación en entornos y colectivos que sufren riesgo de exclusión social.

d) Se han establecido estrategias de intervención que favorezcan la comunicación y la participación de los colectivos y las personas en situación de riesgo de exclusión social y la transmisión de valores culturales y sociales.

e) Se ha valorado la importancia de los programas de actividad físico-deportiva en la interacción social de las personas en situación de riesgo de exclusión social.

4. Aplica estrategias de intervención sociodeportiva para personas mayores, personas con discapacidad y personas en exclusión social, propiciando su participación integral en las actividades y relacionándolas con las intenciones de la programación. **(FEM)**

a) Se han desarrollado las técnicas de intervención específicas para personas mayores según los objetivos planteados en el ámbito motor, en el cognitivo y en el social.

b) Se han desarrollado estrategias de intervención para personas con discapacidad física.

c) Se han desarrollado estrategias de intervención para personas con discapacidad intelectual.

d) Se han desarrollado estrategias de intervención para personas con discapacidad sensorial.

e) Se han desarrollado estrategias de intervención para personas en exclusión social.

f) Se han utilizado los materiales y espacios de práctica persiguiendo la máxima participación en condiciones de seguridad.

g) Se han valorado los beneficios de la práctica de actividad física en la inclusión de personas con discapacidad, personas mayores y personas en exclusión social.

5. Diseña la evaluación del proceso de inclusión sociodeportiva, estableciendo los instrumentos que permitan obtener información relevante en función de los objetivos de la intervención.



- a) Se han adaptado modelos de evaluación de procesos de intervención social al ámbito de la actividad físico-deportiva.
- b) Se han seleccionado indicadores e instrumentos de evaluación para el control y seguimiento de la consecución de los objetivos planteados en las intervenciones de actividades físicas y deportivas.
- c) Se han aplicado técnicas y actividades de evaluación, atendiendo a los objetivos establecidos y a los criterios de cada intervención.
- d) Se han formulado conclusiones a partir de la interpretación de la información obtenida.
- e) Se han propuesto mejoras a partir de la identificación de las causas de una intervención no adecuada.
- f) Se ha valorado la trascendencia de establecer procedimientos de evaluación para mejorar la intervención.

Contenidos:

1. Programación de actividades físico-deportivas de inclusión para colectivos de personas mayores:

- El proceso de envejecimiento. Características físicas, fisiológicas, psicológicas y sociológicas de las personas mayores.
- Detección de factores de riesgo en personas mayores, para su incorporación en un programa de actividad física. Control continuado durante el programa.
- Patologías asociadas a las personas mayores y su relevancia para la práctica de actividades físicas y deportivas. Diabetes, osteoporosis y artrosis, entre otras.
- Programas específicos de actividades físico-deportivas para personas mayores. Orientaciones y beneficios fisiológicos.
- Objetivos y adaptaciones para los programas de inclusión sociodeportiva dirigidos a las personas mayores en los ámbitos motor, psicológico y social.
- Estrategias metodológicas de intervención que favorezcan la participación de las personas mayores en las actividades. Canales, códigos y sistemas de referencia en la comunicación. Técnicas de intervención grupal.
- Importancia de los programas de actividad físico-deportiva en la interacción social de las personas mayores. Beneficios del ejercicio físico sobre los aspectos psicológicos y sociológicos.

2. Programación de adaptaciones de actividades físico-deportivas de inclusión para personas con discapacidad en grupos ordinarios:



-La discapacidad. Tipos de discapacidad. Características morfológicas, fisiológicas y conductuales diferenciales de las personas con discapacidad física, sensorial e intelectual.

- Tareas físico-deportivas adaptadas. Criterios que hay que tener en cuenta en la propuesta de adaptaciones.

- Estudio del control de contingencias.

- Implicación de las personas con discapacidad en las tareas físico-deportivas. Técnicas para impulsar la participación y la confianza. Medidas de garantía de seguridad.

- Estrategias metodológicas que favorezcan la comunicación de las personas con discapacidad en las actividades físico-deportivas.

- Estrategias en la práctica que permitan agrupamientos flexibles, roles y funciones de los participantes, propiciando situaciones de colaboración y cooperación.

- Importancia de los programas de actividad físico-deportiva en la interacción social de las personas con discapacidad.

3. Programación de actividades físico-deportivas de inclusión para colectivos de personas en riesgo de exclusión social:

-Exclusión social y actividad físico-deportiva.

- Poblaciones en riesgo de exclusión social. Características psicosociales específicas.

- Modelos de intervención sociodeportiva para situaciones de riesgo de exclusión social.

- Instituciones representativas en la oferta de programas: características y orientaciones.

- La actividad física y el deporte como herramientas de integración.

- Objetivos de los programas de actividades de inclusión físico-deportiva para colectivos en situación de riesgo de exclusión social. Elementos de coherencia entre las características de los colectivos y las pautas de la organización o institución.

- Estrategias de intervención para colectivos y personas en situación de riesgo de exclusión social.

- Importancia de los programas de actividad físico-deportiva en la interacción social de las personas en situación de riesgo de exclusión social.

4. Aplicación de estrategias de intervención en actividades físico-deportivas para los colectivos de personas mayores:

-Estrategias de intervención para la mejora o mantenimiento de las capacidades físicas y de la funcionalidad. Resistencia, fuerza, flexibilidad, reeducación del esquema corporal, equilibrio, coordinación, percepción espacial, relajación y respiración.

- Actividades físicas dirigidas hacia la mejora de la condición física orientada a la salud y el bienestar en grupos de personas mayores: taichí, yoga, pilates, aerobio, aqua-aerobio y gimnasia de mantenimiento.



- Estrategias de intervención para la mejora o mantenimiento de las capacidades cognitivas. Memoria semántica y sensorial, capacidad discursiva, resolución de problemas, toma de decisiones y valoración del riesgo.

- Estrategias de intervención para la mejora de las capacidades sociales. Participación y comunicación.

- Beneficios que puede reportar la práctica de actividades físicas en la salud de los colectivos de personas mayores.

5. Aplicación de estrategias de intervención en actividades físico-deportivas para los colectivos de personas con discapacidad:

- Estrategias de intervención en las adaptaciones de actividades físico-deportivas para la inclusión de personas con discapacidad física.

- Estrategias de intervención en las adaptaciones de actividades físico-deportivas para personas con discapacidad intelectual.

- Estrategias de intervención en las adaptaciones de actividades físico-deportivas para personas con discapacidad sensorial.

- Adaptaciones de las actividades físico-deportivas y los juegos deportivos para personas con discapacidad física, intelectual o sensorial. Espacios y materiales.

- Estrategias de utilización para aumentar la participación. Condiciones de seguridad.

- Beneficios que puede reportar la práctica de actividades físicas en la inclusión de personas con discapacidad.

6. Aplicación de estrategias de intervención en actividades físico-deportivas para los colectivos de personas en riesgo de exclusión social:

- Estrategias referidas a la asunción y a la utilización de normas y reglas en grupos con riesgo de exclusión social: contratos, debates, reflexiones y juego de roles, entre otros.

- Actividades físico-deportivas y valores culturales. Deportes autóctonos y deportes universales, igualdad frente a la norma, ídolos y modelos de comportamiento social.

- Socialización y actividades físico-deportivas. Metodología participativa. Organización de grupos. Gestión de conflictos.

- Estrategias de uso para aumentar la participación. Condiciones de seguridad.

- Beneficios que puede reportar la práctica de actividades físicas en la inclusión social de los colectivos de personas en riesgo de exclusión social.

7. Diseño de la evaluación del proceso de intervención en el ámbito de la atención a personas con riesgo de exclusión social:

- Características y modelos de evaluación en el ámbito de la atención a personas con riesgo de exclusión social. Indicadores de evaluación de los procesos de intervención social. Características diferenciales de los proyectos de intervención sociodeportiva.



Región de Murcia
Consejería de Educación
y Formación Profesional

Dirección General de Formación Profesional,
Enseñanzas de Régimen Especial
y Educación Permanente

- Referentes personales y contextuales que permitan obtener información relevante para el proceso de evaluación.
- Técnicas, instrumentos e indicadores de evaluación, atendiendo a los distintos ámbitos de intervención y en función de los colectivos implicados.
- Análisis y discusión de datos. Análisis cuantitativo, análisis estructural e interpretación cualitativa y referencial.
- Importancia de la evaluación en la mejora de los procesos de intervención.



Módulo optativo: Acondicionamiento físico para deportistas.

Código: AF42

Ciclo formativo: GS Enseñanza y animación sociodeportiva.

Resultados de aprendizaje y criterios de evaluación:

1. Organiza las actividades de una sala de entrenamiento polivalente, estableciendo las pautas que garanticen la adecuación de los recursos a las actividades, la seguridad y la optimización de uso del espacio.

a) 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.

b) Se han definido criterios para organizar la oferta de las actividades de acondicionamiento físico y de los eventos en una sala de entrenamiento polivalente.

c) Se han determinado las gestiones para la organización de eventos, competiciones y concursos en la sala de entrenamiento polivalente.

d) Se ha diseñado un plan para la coordinación con las diferentes áreas y técnicos implicados en el uso de una sala de entrenamiento polivalente.

e) Se han valorado las condiciones de accesibilidad a la sala de entrenamiento polivalente para que puedan participar en las actividades de acondicionamiento físico personas con problemas de movilidad.

f) Se han establecido los procedimientos de detección y de corrección de anomalías de los elementos específicos en la dotación de una sala de entrenamiento polivalente.

g) Se ha establecido el procedimiento de evaluación de la calidad del funcionamiento de una sala de entrenamiento polivalente.

h) Se han establecido procedimientos de seguridad y prevención de riesgos relativos a su área de responsabilidad en las actividades de acondicionamiento físico en una sala de entrenamiento polivalente, describiendo planes de emergencia en relación con la legislación básica.

2. Elabora programas de acondicionamiento físico, teniendo en cuenta los datos de la valoración de la condición física de la persona usuaria y los medios disponibles en la sala de entrenamiento polivalente.

a) 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.



- b) Se han seleccionado los ejercicios para el programa de acondicionamiento físico, relacionándolos con los objetivos del mismo.
- c) 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.
- d) Se han determinado los espacios, los equipamientos, los materiales, el equipo personal y los recursos complementarios para el programa de acondicionamiento físico en la sala de entrenamiento polivalente y en condiciones de seguridad.
- e) Se han establecido las medidas complementarias en función del tipo de programa de acondicionamiento físico y de los intereses de la persona usuaria.
- f) Se han establecido las estrategias de instrucción y de comunicación y las adaptaciones de las mismas para facilitar la motivación y la atención a diferentes tipos de personas usuarias.
- g) Se han utilizado los equipos y las aplicaciones informáticas específicas para la elaboración de los programas.
- h) Se ha definido el procedimiento de evaluación del programa de acondicionamiento físico desarrollado en la sala de entrenamiento polivalente.

3. Describe y demuestra la ejecución práctica de los ejercicios y el uso del material más frecuente en las actividades de acondicionamiento físico en una sala de entrenamiento polivalente, remarcando los puntos clave en la prevención de lesiones.

- a) Se han descrito y demostrado ejercicios de musculación y los aspectos a tener en cuenta durante su práctica.
- b) Se han descrito y demostrado ejercicios de mejora de la capacidad aeróbica y los aspectos a tener en cuenta durante su práctica.
- c) Se han descrito y demostrado ejercicios de amplitud de movimientos y los aspectos a tener en cuenta durante su práctica.
- d) 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.
- e) 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.

4. Dirige actividades de acondicionamiento físico, aplicando metodologías específicas para su desarrollo en el contexto de una sala de entrenamiento polivalente. **(FEM)**

- a) Se han revisado la funcionalidad y las condiciones de seguridad de los equipamientos y materiales de la sala de entrenamiento polivalente.
- b) Se ha utilizado el tipo de lenguaje adecuado en función de la actividad y del perfil de las personas usuarias.



- c) Se ha supervisado el cumplimiento de las recomendaciones de uso de las máquinas, los aparatos y los materiales de la sala de entrenamiento polivalente por parte de las personas usuarias y las cargas movilizadas.
 - d) Se han corregido los errores de ejecución en los ejercicios propuestos, indicando sus causas y la forma de ejecución correcta.
 - e) Se han adaptado los parámetros de las actividades que pudieran suponer una dificultad en la ejecución a las personas con discapacidad.
 - f) Se han aplicado estrategias de intervención que favorecen la participación y la desinhibición de los participantes en las actividades de la sala de entrenamiento polivalente.
 - g) Se han indicado las medidas complementarias que la persona usuaria puede seguir para optimizar los resultados de su programa de acondicionamiento físico.
 - h) Se han valorado el proceso y los resultados que se han ido alcanzando, interpretando los datos de evaluación conforme a las especificaciones previstas en el programa de acondicionamiento físico.
5. Organiza eventos en el ámbito del acondicionamiento físico, determinando los factores implicados en su promoción y en su seguridad.
- a) Se han elaborado programas de eventos de acondicionamiento físico para diferentes tipologías de instalaciones y diferentes perfiles de personas usuarias.
 - b) Se ha valorado el impacto promocional de los diferentes tipos de eventos, tanto para la entidad como para las actividades de acondicionamiento físico y para los patrocinadores.
 - c) Se han propuesto el tipo de información y los medios de difusión más adecuados para publicitar el evento y animar a personas usuarias o no a participar o asistir al mismo.
 - d) Se han organizado y distribuido los materiales para favorecer el acceso, la ubicación y la participación, tanto del público como del actorado circunstancial.
 - e) Se ha establecido el procedimiento para la supervisión y el control de los diferentes aspectos del evento de acondicionamiento físico.
 - f) Se han previsto las vías de comunicación con los servicios auxiliares y las medidas de seguridad necesarias para prevenir posibles contingencias.
 - g) Se han propuesto y aplicado las técnicas de animación más adecuadas para conseguir el éxito del evento en cuanto a participación y satisfacción de las personas participantes.

Contenidos.

1. Coordinación de actividades en la sala de entrenamiento polivalente



- Instalaciones, máquinas, aparatos y elementos propios de una sala de entrenamiento polivalente:

- Áreas de acondicionamiento. Características, distribución y máquinas específicas. Zona cardiovascular. Zona de musculación. Zona de peso libre. Zona de estiramientos, calistenia y entrenamiento funcional.

- Mantenimiento preventivo, operativo y correctivo básico de las instalaciones, máquinas, aparatos y elementos propios de una sala de entrenamiento polivalente:

- Cuidado y puesta a punto de la instalación y los medios.

- Accesos, desplazamientos y barreras arquitectónicas dentro de una sala de entrenamiento polivalente.

- Gestión y coordinación de actividades de la sala de entrenamiento polivalente:

- Interacción y coordinación de oferta de actividades: perfil de los usuarios y adecuación de horarios, coordinación de las distintas áreas/zonas de actividad.

- Gestión de espacios: zonas deportivas de las áreas de acondicionamiento, espacios de clases colectivas, zona limpia: recepción, accesos, oficinas, zona médica: consultas, tratamientos y otros espacios.

- Organización y gestión de los recursos: recursos humanos y materiales propios de la SEP y de las otras áreas de fitness.

- Control del mantenimiento: la agenda de control del trabajo: histórico de acciones realizadas, trabajos pendientes; plan de actuación anual: interpretación de las directrices a seguir durante el año. Subplanes: formación, presupuestos, plan de riesgo. Mantenimiento preventivo y correctivo: periodicidad y técnicos responsables. Limpieza y desinfección: periodicidad y técnicos responsables.

- El plan de emergencia en una sala de entrenamiento polivalente. Plan de evacuación: diseño y puesta en práctica (simulacros).

- Prevención y seguridad: legislación básica y específica sobre seguridad y prevención en la sala de entrenamiento polivalente.

- Plan de calidad. Aplicación de las normas de calidad. Procedimientos de evaluación.

2. Prescripción del ejercicio en una sala de entrenamiento polivalente

- Organización y concreción de las sesiones a partir del programa de entrenamiento de referencia. Principios metodológicos fundamentales para la planificación de actividades en instalaciones de fitness y componentes de la misma.

- Objetivos de mejora de la condición física relacionados con la edad. Planificación de las actividades de fitness en distintos ámbitos: edad escolar, adultos hombres y mujeres, mayores de 50 años, colectivos especiales, personas con discapacidad y preparación física específica.

- Desarrollo de las capacidades físicas en los programas de fitness: resistencia, fuerza, amplitud de movimiento, velocidad y sus diferentes manifestaciones.



- Integración de los métodos, recursos y factores específicos de mejora:
 - Prescripción del ejercicio de fuerza en una sala de entrenamiento polivalente. Métodos de mejora de la fuerza y utilización de los recursos de la sala de entrenamiento polivalente.
 - Prescripción del ejercicio de la flexibilidad y amplitud de movimiento (ADM) en una sala de entrenamiento polivalente. Utilización de los recursos de la sala de entrenamiento polivalente.
 - Prescripción del ejercicio de la capacidad aeróbica en una sala de entrenamiento polivalente. Utilización de los recursos de la sala de entrenamiento polivalente. Programas y niveles en las máquinas de entrenamiento cardiovascular.
 - Prescripción del ejercicio de velocidad, agilidad y equilibrio en una sala de entrenamiento polivalente.
 - Valoración inicial del usuario. Uso de los datos de condición física en la redefinición de objetivos y en la reorientación de los programas.
 - Aplicación de la correcta carga de entrenamiento. Uso y disposición adecuada de las variables del entrenamiento: volumen, intensidad, densidad y frecuencia.
 - Estrategias de instrucción y de comunicación. Recursos informáticos aplicados a la elaboración de programas de entrenamiento en la sala de entrenamiento polivalente.
3. Los ejercicios de acondicionamiento físico en la sala de entrenamiento polivalente
- Técnica de los ejercicios de acondicionamiento físico en sala de entrenamiento polivalente. Precauciones en la colocación de la carga con respecto a la higiene de la columna vertebral: posiciones de seguridad, elementos y ayudas para prevenir daños o lesiones. Las cargas axiales. Errores de ejecución.
 - Ejecución, ejercicios tipo y variantes. Uso de los materiales y las máquinas y errores y peligros más frecuentes en su utilización. Criterios de ejecución.
 - Ejercicios de musculación, autocarga, pequeños aparatos o medios auxiliares con máquinas y con peso libre.
 - Ejercicios de estiramiento y movilidad articular, activos y pasivos; estáticos, dinámicos y combinados.
 - Actividades cíclicas para la mejora cardiovascular con máquinas simples o motorizadas.
 - Fatiga en las actividades y ejercicios propios de una sala de entrenamiento polivalente.
4. Dinamización de sesiones en una sala de entrenamiento polivalente.
- Componentes del servicio para la captación y la fidelización de los usuarios. Técnicas específicas para fidelizar a los usuarios de una sala de entrenamiento polivalente.



- Procedimientos de control del uso de las máquinas y materiales de una sala de entrenamiento polivalente:
- Técnicas de intervención para la dinamización de sesiones de acondicionamiento físico en una sala de entrenamiento polivalente:
 - Recursos y métodos para dinamizar la sesión.
 - Estrategias de motivación, establecimiento de metas y empatía: refuerzos de la percepción de logros y automotivación, la música en las sesiones de fitness.
 - Técnicas de comunicación ante distintos perfiles de usuarios. Comunicación verbal y no verbal.
- Supervisión de la ejecución de los ejercicios de acondicionamiento físico en la sala de entrenamiento polivalente: o Control del uso del espacio. o Control de los puntos clave de la ejecución de los ejercicios que pueden suponer un peligro para los usuarios. o Utilización de los refuerzos informativos y de las técnicas para proporcionar el feedback externo.
- Demostración como recurso didáctico.

5. Organización de eventos en el ámbito del fitness.

- Planificación de eventos, competiciones y concursos en fitness.
- Eventos en el ámbito del fitness: concursos, competiciones, exhibiciones, celebraciones, actividades y juegos de animación. Características, objetivos, funciones y momento de aplicación de los distintos tipos de eventos.
- Acciones promocionales de los eventos de acondicionamiento físico.
 - Objetivos de las acciones promocionales. Impacto de la promoción y valoración económica.
 - Soportes comunes de promoción de eventos. Instrumentos promocionales utilizados en el ámbito del fitness, criterios de utilización. Técnicas de ofertas y difusión de eventos.
 - Métodos de control de las acciones promocionales. Métodos de seguimiento y evaluación.



Módulo optativo: Prevención de accidentes en espacios acuáticos naturales.

Código: AF43

Ciclo formativo: GS Enseñanza y animación sociodeportiva.

Resultados de aprendizaje y criterios de evaluación:

1. Define y aplica técnicas específicas de supervisión y análisis del contexto de intervención para detectar factores de peligrosidad en zonas de baño habituales en espacios acuáticos naturales.

a) Se han descrito las características y condiciones que deben cumplir las zonas de baño público en los espacios acuáticos naturales.

b) Se han interpretado estadísticas de accidentes y víctimas en la zona de baño público y sus causas.

c) Se han identificado, analizado y contextualizado las normativas de ámbito estatal, autonómico y/o local sobre las zonas de baño público en espacios acuáticos naturales.

2. Identifica y determina los recursos materiales teniendo en cuenta factores de prevención, vigilancia, rescate y atención primaria al accidentado, y su mantenimiento, así como la prevención de riesgos laborales y autoprotección

a) Se han descrito los soportes informativos y preventivos, los materiales de vigilancia, de rescate y atención primaria y explicar sus funciones.

b) Se han interpretado las condiciones medioambientales y los factores de peligrosidad para seleccionar correctamente el color de la bandera del estado del espacio acuático natural y explicar las medidas que se deben tomar según el color elegido.

c) Se han descrito los sistemas de comunicación interna y externa (radiotransmisores, teléfonos, silbatos u otros) y explicar su mantenimiento básico.

d) Se ha descrito el puesto de socorrismo o de atención primaria y sus recursos materiales.

e) Se ha descrito y realizado el mantenimiento de todos los recursos materiales que intervienen en el servicio de salvamento y socorrismo, en un supuesto práctico.

f) Se ha descrito la vestimenta y el equipamiento personal del socorrista y las consecuencias negativas de no utilizarlo o hacerlo de forma incorrecta en cuanto a los usuarios y a la prevención de riesgos laborales.

g) Se han definido los recursos materiales y personales para una prevención eficaz de riesgos laborales en espacios acuáticos naturales (cremas protectoras, gafas de sol, gorra, calzado y otros).

3. Elabora y/o adapta protocolos de actuación preventivos, de rescate y de evacuación según las tipologías de accidentes. **(FEM)**



- a) Se han descrito los protocolos de vigilancia para una actuación preventiva.
 - b) Se han descrito los protocolos de actuación en los casos de conductas incorrectas y/o peligrosas por los usuarios.
 - c) Se han definido los protocolos de rescate en función del estado del accidentado (nivel de consciencia, posibilidades de lesiones graves o muy graves y existencia de alguna discapacidad), en cuanto a:
 - Recorrido hasta el agua.
 - Entrada al agua.
 - Aproximación al accidentado.
 - Control.
 - Traslado.
 - Extracción.
 - d) Se han argumentado propuestas de mejora del servicio de rescate y socorrismo.
4. Forma a los usuarios sobre las conductas que deben adoptar en cuanto a la conservación y respeto por los espacios acuáticos naturales y su entorno, debiendo ser comunicadas con técnicas y habilidades sociales, garantizando la seguridad.
- a) Se han identificado y analizado las normas local, autonómica y estatal sobre los espacios acuáticos naturales y su entorno, seleccionando aquellas que deben ser comunicadas a los usuarios y las formas más eficaces de transmitirlos.
 - b) Se han analizado los impactos medioambientales que pueden ocasionar las actividades que se practican por parte de los usuarios en el espacio acuático natural y su entorno.
 - c) Se han descrito las acciones individuales y colectivas que pueden promoverse en el espacio acuático natural para sensibilizar en la conservación y respeto por el medio ambiente.
 - d) Se han aportado en todo momento el ejemplo personal en acciones de conservación y respeto por el medio ambiente.
 - e) Se ha identificado el tipo de comunicación que puede utilizarse en los mensajes y las estrategias para conseguir el éxito en la comunicación.
 - f) Se han seleccionado y utilizado, en un supuesto práctico, recursos gráficos y audiovisuales para transmitir la información que garantice la seguridad y la convivencia.
5. Define técnicas y protocolos de vigilancia en las zonas de baño público, considerando las características del espacio acuático natural.
- a) Se han descrito los errores más frecuentes en la labor de vigilancia.
 - b) Se han detallado las técnicas para el mantenimiento de la atención en la labor de vigilancia.



c) Se han identificado los comportamientos y actitudes potencialmente peligrosas o prohibidas de los usuarios del espacio acuático natural con incidencia en la labor de vigilancia.

Contenidos.

1. El Socorrismo acuático básico.

- Fundamentos del socorrismo acuático.
- Historia. Datos estadísticos de interés. Tipos. Objetivos. Posibilidades y límites de mejora.
- El perfil profesional del socorrista:
- Definición, actitudes y aptitudes, funciones del socorrista.
- El equipamiento y lugar de trabajo.
- Material de salvamento: de alcance, de contacto, de apoyo, de comunicación, de extracción y evacuación.
- El puesto de salvamento.

2. La legislación específica.

- Normativa relacionada con la seguridad en espacios acuáticos naturales.
- Derechos y deberes laborales del socorrista acuático.
- Responsabilidad civil y penal del socorrista acuático.
- Normativa relacionada con la conservación de los espacios acuáticos naturales.
- Normativa relacionada con la accesibilidad en los espacios acuáticos naturales.
- Barreras arquitectónicas:
- Legislación estatal y autonómica.
- Las clases de barreras físicas. Modificaciones arquitectónicas y funcionalidad de los espacios acuáticos.
- Factores y recursos de seguridad: cuestionarios de control. Protocolos de actuación y planes de emergencia.
- Organización del socorrismo en espacios naturales, recursos humanos y materiales en: playas fluviales, embalses y lagos, ríos y riadas. Playas de bandera azul.

3. La Vigilancia y prevención de accidentes en espacios acuáticos naturales.

- Prevención de accidentes en espacios acuáticos naturales.
- Causas de accidentes y ahogamientos.
- Prevención y seguridad en programas y actividades acuáticas en espacios naturales.



- Prevención de accidentes y ahogamientos: educación e información. Recursos humanos y materiales para una prevención eficaz de accidentes acuáticos.

- La vigilancia en los espacios acuáticos naturales.

- Vigilancia como primera intervención del socorrista en la seguridad.

- Recursos humanos y materiales para la vigilancia.

- Tipos de vigilancia: estática y dinámica.

- Técnicas y estrategias de vigilancia.

- Factores condicionantes de la vigilancia.

- Aspectos psicológicos que intervienen en la vigilancia.

- Errores más frecuentes en la vigilancia.

- Criterios para la consecución de una vigilancia eficaz.

- Riesgos laborales.

- Previsión de riesgos laborales.

- Situaciones de riesgo global.

- Causas más importantes de los accidentes de trabajo.

- Enfermedades profesionales, riesgos en la actuación del socorrista.

- Protocolos de actuación y planes de emergencia.

- De vigilancia.

- De comunicación.

- De traslado.

- De evacuación.

4. La Comunicación aplicada a la prevención de riesgos.

- Habilidades sociales del socorrista.

- Escucha activa. Errores de escucha.

- Empatía.

- Ayudar a pensar.

- Objetivos de la comunicación.

- Cumplimiento de normas.

- Advertencia de situaciones de riesgo.

- Resolución de conflictos.



- Técnicas de comunicación.
 - Modelos de estilos de comunicación.
 - Utilización del lenguaje oral y del escrito en la transmisión de mensajes.
 - Utilización del lenguaje icónico y del lenguaje audiovisual en la transmisión de mensajes.
 - Comunicación aplicada a situaciones de prevención de riesgos.
 - Sistemas de comunicación interna y externa (radiotransmisores, teléfonos, silbatos u otros).
- Fundamentos de psicología y sociología aplicados.
 - Bases de la personalidad.
 - Motivación.
 - Actitudes.
 - Características de las distintas etapas de desarrollo de la personalidad en relación con la participación.
 - Características de personas pertenecientes a colectivos con necesidades especiales.
 - Estrés en socorrismo acuático.
 - Ansiedad ante situaciones de emergencia.
 - Control de la activación: respiración y relajación.
 - Autoconfianza del socorrista acuático: estrategias de mejora.
 - Control de la atención: estilos, estrategias y técnicas de entrenamiento.
- 5. Los factores ambientales, influencia en la intervención del socorrista en espacios acuáticos naturales.
 - Tipos de espacios y características.
 - Playas marítimas.
 - Playas fluviales.
 - Embalses y lagos.
 - Ríos, riadas y otros posibles.
 - Fauna y flora peligrosas.
 - Factores atmosféricos: estado del cielo, viento, meteoros, temperatura y otros posibles.
 - Factores que afectan al medio acuático: mareas, oleaje, corrientes, orografía del terreno, temperatura, turbidez y visibilidad del agua, contaminación y otros posibles. Cambios bruscos de profundidad.



Región de Murcia
Consejería de Educación
y Formación Profesional

Dirección General de Formación Profesional,
Enseñanzas de Régimen Especial
y Educación Permanente

– Factores humanos: afluencia de usuarios y presencia de actividades recreativas o deportivas.