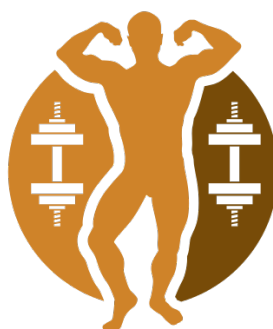


# FAMILIA PROFESIONAL DE ACTIVIDADES FÍSICAS Y DEPORTIVAS

TÉCNICO SUPERIOR EN ACONDICIONAMIENTO FÍSICO

CURSO 2024-2025

## *VALORACIÓN DE LA CONDICIÓN FÍSICA E INTERVENCIÓN EN ACCIDENTES*



I.E.S. MONTERROSO  
Estepona (Málaga)

## VALORACIÓN DE LA CONDICIÓN FÍSICA E INTERVENCIÓN EN ACCIDENTES

1.	<i>Introducción</i> .....	3
2.	<i>Objetivos generales del ciclo que permite alcanzar el módulo</i> .....	4
3.	<i>Competencias profesionales, personales y sociales asociadas al módulo</i> .....	5
4.	<i>Relación de cualificaciones y unidades de competencia del catálogo nacional de cualificaciones profesionales con el módulo</i> .....	6
5.	<i>Contenidos y Unidades de Trabajo</i> .....	7
6.	<i>Resultados de aprendizaje (RA) asociados a unidades de trabajo (UT)</i> .....	12
7.	<i>Temporalización</i> .....	14
8.	<i>Evaluación y calificación</i> .....	16
9.	<i>Organización de espacios</i> .....	29
10.	<i>Aspectos metodológicos, materiales y recursos didácticos</i> .....	30
11.	<i>Actividades complementarias y extraescolares</i> .....	33
12.	<i>Atención a pendientes y medidas de recuperación</i> .....	34

## 1. Introducción

El módulo profesional denominado **Valoración de la Condición Física e Intervención en Accidentes** es uno de los pilares fundamentales en el título de Técnico Superior en Acondicionamiento Físico, ya que establece la base sobre la que se construyen numerosos contenidos esenciales para la obtención de dicho título. Su desarrollo se fundamenta en principios biológicos y biomecánicos propios de las Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, proporcionando los conocimientos necesarios para adquirir competencias en la evaluación de la condición física y motivacional de los participantes en programas de actividad física, así como en la aplicación de técnicas de primeros auxilios en caso de accidentes durante la práctica deportiva.

En el marco del nuevo **Sistema de Formación Profesional**, el objetivo es ofrecer una formación polivalente e integrada en el ámbito empresarial, que capacite al alumnado para desempeñar una actividad laboral en un campo profesional específico y le permita adaptarse a las transformaciones del sistema productivo. De este modo, el perfil profesional definido en este título corresponde a un técnico versátil y competente en el ámbito de la actividad física orientada a la salud, en respuesta al cambio de tendencia que ha experimentado la práctica deportiva en nuestra sociedad.

Este módulo de especialización proporciona la formación necesaria para que los estudiantes adquieran las competencias requeridas en la evaluación del estado físico y motivacional de los practicantes, así como en la intervención mediante primeros auxilios en situaciones de emergencia derivadas de la práctica física.

Alcanzar un nivel elevado de competencia en este módulo permitirá al alumnado afrontar con mayor solvencia sus futuras responsabilidades profesionales, ya que abarca uno de los aspectos más relevantes del sistema productivo en el que se inspira el presente Ciclo Formativo: el acondicionamiento físico. Este ámbito tiene una presencia destacada en la mayoría de las áreas profesionales en las que el alumnado podrá desenvolverse tras finalizar el ciclo. En consecuencia, el adecuado desarrollo de las competencias terminales integradas en el módulo proporcionará un mayor bagaje para el ejercicio eficaz de sus funciones en el ámbito profesional.

## 2. Objetivos generales del ciclo que permite alcanzar el módulo

- a) Relacionar de forma coherente los diferentes elementos y factores de un proyecto de acondicionamiento físico, justificando la congruencia entre ellos para elaborar planes de acondicionamiento físico.
- b) Proponer actuaciones en el ámbito del acondicionamiento físico vinculadas con la salud y la calidad de vida de la ciudadanía, caracterizando los colectivos destinatarios e incorporando los avances del sector para elaborar planes de acondicionamiento físico.
- c) Determinar los instrumentos y la secuencia de aplicación en la evaluación de los planes de acondicionamiento físico, utilizando las tecnologías de la información y la comunicación en el tratamiento de las variables para desarrollar y registrar el plan de evaluación.
- e) Aplicar técnicas e instrumentos de evaluación, relacionándolos con el tipo de datos que se pretende obtener para evaluar la condición física, la competencia motriz y las motivaciones de las personas participantes en los programas de acondicionamiento físico.
- i) Valorar la participación de los distintos mecanismos implicados en la práctica de actividades físicas, diferenciando los grados de intensidad y de dificultad para diseñar y secuenciar ejercicios de las sesiones o actividades de acondicionamiento físico en sala de entrenamiento polivalente y en el medio acuático.
- j) Valorar la participación de los distintos mecanismos implicados en la práctica de actividades físicas, diferenciando los grados de intensidad y de dificultad para diseñar y secuenciar ejercicios de las sesiones o actividades de acondicionamiento físico con soporte musical.
- l) Valorar la participación de los distintos mecanismos implicados en la práctica de actividades físicas, diferenciando los grados de intensidad y de dificultad para diseñar y secuenciar ejercicios de las sesiones o actividades de control postural, bienestar, mantenimiento funcional e hidrocinesia.
- p) Aplicar procedimientos de intervención y administración de primeros auxilios en caso de accidente, utilizando los protocolos establecidos para proporcionar la atención básica a las personas participantes que sufren accidentes durante el desarrollo de las actividades.

### 3. Competencias profesionales, personales y sociales asociadas al módulo

- a) Elaborar planes de acondicionamiento físico acordes a las características de los grupos de población demandantes, incorporando las últimas tendencias de este campo profesional, así como, en su caso, las propuestas de mejora extraídas del seguimiento de otros proyectos anteriores y aprovechando las convocatorias institucionales.
- b) Desarrollar y registrar el plan de evaluación de los planes de acondicionamiento físico, concretando los instrumentos y la secuencia de aplicación, así como el tratamiento y la finalidad de los datos obtenidos, todo ello utilizando las tecnologías de la información y la comunicación.
- d) Evaluar la condición física, la competencia motriz y las motivaciones de las personas participantes en los programas de acondicionamiento físico, tratando los datos de modo que sirvan en el planteamiento y retroalimentación de los programas.
- h) Diseñar y secuenciar los ejercicios de las sesiones o actividades de acondicionamiento físico en sala de entrenamiento polivalente y en el medio acuático para todo tipo de participantes, respetando los objetivos y la dinámica de la intensidad en las fases de las sesiones.
- i) Diseñar y secuenciar los ejercicios de las sesiones o actividades de acondicionamiento físico con soporte musical para todo tipo de participantes, respetando los objetivos y la dinámica de la intensidad en las fases de las sesiones o actividades.
- j) Diseñar y secuenciar los ejercicios de las sesiones o actividades de control postural, bienestar, mantenimiento funcional e hidrocinésia para todo tipo de participantes, respetando los objetivos y las fases de las sesiones o actividades.
- ñ) Proporcionar la atención básica a los participantes que sufren accidentes durante el desarrollo de las actividades, aplicando los primeros auxilios.
- o) Adaptarse a las nuevas situaciones laborales, manteniendo actualizados los conocimientos científicos, técnicos y tecnológicos relativos a su entorno profesional, gestionando su formación y los recursos existentes en el aprendizaje a lo largo de la vida y utilizando las tecnologías de la información y la comunicación.
- p) Resolver situaciones, problemas o contingencias con iniciativa y autonomía en el ámbito de su competencia, con creatividad, innovación y espíritu de mejora en el trabajo personal y en el de los miembros del equipo.
- r) Comunicarse con sus iguales, superiores, clientes y personas bajo su responsabilidad, utilizando vías eficaces de comunicación, transmitiendo la información o conocimientos adecuados y respetando la autonomía y competencia de las personas que intervienen en el ámbito de su trabajo.

#### 4. Relación de cualificaciones y unidades de competencia del catálogo nacional de cualificaciones profesionales con el módulo

**a) Acondicionamiento físico en sala de entrenamiento polivalente AFD097\_3** (Real Decreto 295/2004, de 20 de febrero por el que se establecen determinadas cualificaciones profesionales que se incluyen en el Catálogo nacional de cualificaciones profesionales, así como sus correspondientes módulos formativos que se incorporan al Catálogo modular de formación profesional).

- UC0273\_3 Determinar la condición física, biológica y motivacional del usuario.
- UC0274\_3 Programar las actividades propias de una Sala de Entrenamiento Polivalente (SEP), atendiendo a criterios de promoción de la salud y el bienestar del usuario.
- UC0275\_3 Instruir y dirigir actividades de acondicionamiento físico con equipamientos y materiales propios de Salas de Entrenamiento Polivalente (SEP).
- UC0272\_2: Asistir como primer interviniente en caso de accidente o situación de emergencia.

Hay que aclarar que la **implantación de la Ley Orgánica 3-2022** de ordenación de la formación profesional se hace de forma gradual por lo que hasta que no desarrollen las diferentes normativas nos basamos en:

- Hasta que se proceda al desarrollo reglamentario de lo previsto en la presente ley en relación con el Catálogo Nacional de Estándares de Competencias Profesionales, mantendrá su vigencia la ordenación del Catálogo Nacional de Cualificaciones Profesionales recogida en el Real Decreto 1128/2003, de 5 de septiembre, por el que se regula el Catálogo Nacional de Cualificaciones Profesionales.
- Hasta que se proceda al desarrollo reglamentario de lo previsto en la presente ley en relación con el Catálogo Modular de Formación Profesional, mantendrá su vigencia la ordenación de dicho catálogo recogida en el Real Decreto 1128/2003, de 5 de septiembre, por el que se regula el Catálogo Nacional de Cualificaciones Profesionales.
- El Instituto Nacional de las Cualificaciones mantendrá la organización, estructura y funciones previstas en el Real Decreto 375/1999, de 5 de marzo, por el que se crea el Instituto Nacional de las Cualificaciones hasta que se proceda a la ordenación reglamentaria de dicho organismo en el marco de la presente ley.

El que un módulo profesional esté asociado o no a estándares de competencia no influye en nuestra programación. Según normativa, hay módulos profesionales que no tienen que estar asociados.

## 5. Contenidos y Unidades de Trabajo

### UT 1: Actividad Física y sus efectos sobre la salud

- Actividad física y salud. Efectos fisiológicos, psicológicos y sociales de la actividad física sobre la salud. El estilo de vida. Concepto y tipos. Relación con el ejercicio físico.
- Contraindicaciones absolutas o relativas de la práctica de actividad física.
- Hábitos no saludables y conductas de riesgo para la salud.

### UT 2: Anatomía y biomecánica del aparato locomotor

- Conceptos de anatomía y fisiología. Anatomía del movimiento y fisiología del ejercicio.
- Niveles de organización y estructuración corporal.
- Interacción entre estructura y función del cuerpo humano.
- Análisis de los movimientos. Ejes, planos, intervención muscular y grados de libertad fisiológicos en los movimientos articulares. Rangos de movimientos seguros de las articulaciones.
- Sistema musculoesquelético.
  - Anatomía, elementos y funciones del sistema osteoarticular y del sistema muscular.
  - Adaptaciones agudas y crónicas del sistema musculoesquelético a diferentes tipos de ejercicio físico.
- Comportamiento mecánico del sistema musculoesquelético.
  - Biomecánica de la postura y del movimiento. Tipos de contracción muscular y Biomecánica de la contracción muscular (Elementos en serie y en paralelo). Cadenas musculares y fascias.
  - Sistema de representación de los movimientos. Uso de las nuevas tecnologías en la representación y análisis de movimientos.
- Construcción de ejercicios a partir de los movimientos. Factores de la condición física relacionados con:
  - Ejercicios de fuerza. Diseño y adaptación a diferentes niveles. Ejercicios individuales, por parejas o en grupo. Precauciones, localización, agarres y acciones externas.
  - Ejercicios de amplitud de movimiento. Diseño y adaptación a diferentes niveles. Precauciones, localización, agarres y acciones externas. Consignas de interpretación de las sensaciones propioceptivas. Ejercicios individuales, por parejas o en grupo.

### UT 3: El sistema cardiorrespiratorio

- Anatomía del sistema cardiorrespiratorio.
- Funciones orgánicas y adaptaciones al ejercicio físico.
  - Metabolismo energético. Vías de obtención de energía y funcionamiento durante el ejercicio físico. Metabolitos y umbrales. Relación con las capacidades físicas condicionales.
  - Sistema cardiorrespiratorio. Funcionamiento y adaptaciones agudas y crónicas en diferentes tipos de ejercicio físico. Factores de la condición física relacionados con el funcionamiento del sistema cardiorrespiratorio.

#### UT 4: Estructura y función digestiva y excretora

- Anatomía y fisiología de los aparatos digestivo y urinario.
- Termorregulación y ejercicio físico, mecanismos de regulación.
- Equilibrio hídrico y osmótico.
- Homeostasis y mecanismos de control homeostático.

#### UT 5: Adaptación del sistema nervioso y endocrino

- Estructura del sistema nervioso y endocrino.
- Sistema de regulación. Función nerviosa y función hormonal en distintos tipos de ejercicio físico (Síndrome General de Adaptación). Maduración hormonal e intensidad del ejercicio.
- Reflejos relacionados con el tono y los estiramientos. Control neuromuscular.

#### UT 6: Elaboración de programas de acondicionamiento físico básico.

- Factores de la condición física y motriz. Condición física salud y condición física rendimiento. Capacidades físicas y capacidades perceptivo-motrices.
  - Capacidad aeróbica y anaeróbica.
  - Fuerza. Tipos de fuerza.
  - Amplitud de movimiento, movilidad articular y elasticidad muscular.
  - Velocidad. Tipos.
  - Capacidades perceptivo-motrices.
- Metodología del entrenamiento. Aplicación de los principios del entrenamiento en los métodos de mejora de las capacidades físicas. Componentes de la carga de entrenamiento.
- Principios generales del desarrollo de las capacidades físicas.
- Desarrollo de las capacidades aeróbica y anaeróbica. Sistemas y medios de entrenamiento. Márgenes de esfuerzo para la salud.
- Desarrollo de la fuerza, sistemas y medios de entrenamiento. Márgenes de esfuerzo para la salud.
- Desarrollo de la amplitud de movimientos, sistemas y medios de entrenamiento.
- Desarrollo integral de las capacidades físicas y perceptivo-motrices.
- Construcción de ejercicios a partir de los movimientos. Factores de la condición física relacionados con:
  - Ejercicios de fuerza. Diseño y adaptación a diferentes niveles. Ejercicios individuales, por parejas o en grupo. Precauciones, localización, agarres y acciones externas.
  - Ejercicios de amplitud de movimiento. Diseño y adaptación a diferentes niveles. Precauciones, localización, agarres y acciones externas. Consignas de interpretación de las sensaciones propioceptivas. Ejercicios individuales, por parejas o en grupo.
- Actividades de acondicionamiento físico aplicadas a los diferentes niveles de autonomía personal.
- Singularidades de la adaptación al esfuerzo y contraindicaciones en situaciones de limitación en la autonomía funcional.

## UT 7: Evaluación antropométrica y de la condición física. Registro y análisis de datos

- Historial y valoración motivacional.
- La entrevista personal en el ámbito del acondicionamiento físico.
- Ámbitos de la evaluación de la aptitud física. Test, pruebas y cuestionarios en función de la edad y del sexo.
- Valoración antropométrica en el ámbito del acondicionamiento físico.
  - Biotipología.
  - Valoración de la composición corporal. Valores de referencia de la composición corporal en distintos tipos de usuarios. Composición corporal y salud.
- Valoración postural.
  - Alteraciones posturales más frecuentes.
  - Pruebas de análisis postural en el ámbito del acondicionamiento físico.
  - Pruebas de estabilidad central.
  - Pruebas de evaluación de patrones de movimientos.
- Pruebas de medición de capacidades perceptivo-motrices. Protocolos y aplicación de los test de percepción espacial, de percepción temporal, de estructuración espaciotemporal, de esquema corporal, de coordinación y de equilibrio.
- Pruebas biológico-funcionales en el ámbito del acondicionamiento físico. Requisitos, protocolos, instrumentos y aparatos de medida. Aplicación autónoma o en colaboración con técnicos especialistas.
  - Evaluación de la capacidad aeróbica y de la capacidad anaeróbica. Pruebas indirectas y test de campo. Umbrales. Indicadores de riesgo.
  - Evaluación de la velocidad. Pruebas específicas de evaluación.
  - Evaluación de las diferentes manifestaciones de la fuerza. Pruebas específicas de evaluación.
  - Evaluación de la amplitud de movimiento. Pruebas específicas de movilidad articular y de elasticidad muscular.
- La observación como técnica básica de evaluación en las actividades de acondicionamiento físico.
- Análisis del cuestionario y del historial. La prescripción del ejercicio desde otros especialistas. El análisis como base del diagnóstico para la elaboración de programas de mejora de la condición física. Elaboración del informe específico.
- Registro de resultados en la aplicación de test, pruebas y cuestionarios en el ámbito del acondicionamiento físico.
- Integración y tratamiento de la información obtenida: modelos de documentos y soportes.
- Recursos informáticos aplicados a la valoración y al registro de test, pruebas y cuestionarios en el ámbito del acondicionamiento físico.
- Aplicación del análisis de datos.
- Estadística para la interpretación de datos obtenidos en los distintos test y pruebas. Cruce de datos y relaciones entre las distintas variables.

#### UT 8: Emergencia: Pasos y valoración inicial.

- Objetivos y límites de los primeros auxilios. Sistema de emergencias en Andalucía.
- Protocolo de actuación frente a emergencias, evaluación inicial, planificación de la actuación, localización y formas de acceso, identificación de posibles riesgos, protección de la zona y acceso a la persona accidentada.
- Primer interviniente como parte de la cadena asistencial: conducta PAS (proteger, alertar y socorrer).
- Sistemática de actuación, valoración del nivel de consciencia, comprobación de la ventilación y actuación frente a signos de riesgo vital. Valoración secundaria. Prioridades de actuación ante varias víctimas.
- Actitudes, control de la ansiedad, marco legal, responsabilidad y ética profesional.
- El botiquín de primeros auxilios, instrumentos, material de cura y fármacos básicos.
- Evaluación de la necesidad de efectuar el transporte por enfermedad repentina o accidente. Recogida de una persona lesionada.
- Métodos de movilización e inmovilización más adecuados en función de la patología.
- Traslado de personas accidentadas.
- Transporte de personas accidentadas a centros sanitarios. Posiciones de transporte seguro.
- Emergencias colectivas y catástrofes.
- Técnicas de apoyo psicológico para personas accidentadas y familiares.
  - La comunicación en situaciones de crisis.
  - Habilidades sociales en situaciones de crisis.
  - Apoyo psicológico y autocontrol. Técnicas de autocontrol ante situaciones de estrés: mecanismos de defensa.
- Técnicas de ayuda, para la superación del fracaso en la prestación de los primeros auxilios.

#### UT 9: Primeros auxilios I: PAS y RCP

- Fundamentos de la resucitación cardiopulmonar básica (RCPB). Instrumental, métodos y técnicas básicas.
- Protocolos de RCPB en diferentes situaciones y frente a distintos perfiles de personas accidentadas.
- Protocolos frente a obstrucción de vía aérea. Víctima consciente y víctima inconsciente.
- Actuación frente a parada respiratoria y cardiorrespiratoria. Masaje cardíaco. Desfibrilación externa semiautomática (DESA). Accesorios de apoyo a la ventilación y oxigenoterapia.

#### UT 10: Primeros auxilios II: Traumatismos y otras urgencias.

- Atención inicial a las emergencias más frecuentes. Pautas de intervención en la aplicación de los primeros auxilios. Pautas para la no intervención.
- Valoración primaria y secundaria. Detección de lesiones, enfermedades y traumatismos. Causas, síntomas y signos.
- Tipos de lesiones. Clasificación, síntomas y signos. Tratamiento básico, hemorragias, heridas, quemaduras, accidentes eléctricos, accidentes acuáticos y traumatismos.
- Otras situaciones de urgencia, intoxicaciones, crisis anafiláctica, epilepsia y cuadros convulsivos, deshidratación, cuerpos extraños en piel, ojos, oídos y nariz, pequeños traumatismos, urgencias materno-infantiles, accidentes de tráfico, accidentes domésticos y lesiones producidas por calor o frío.

- Intervención prehospitalaria en accidentes en el medio acuático, intervención en función del grado de ahogamiento e intervención ante lesiones medulares.
- Técnicas de apoyo psicológico y autocontrol. Factores que predisponen a la ansiedad en situaciones de accidente o emergencia.
- Estrategias básicas de comunicación. Comunicación con la persona accidentada. Comunicación con familiares.

#### UT 11: Fatiga y recuperación

- La fatiga, tipos, causas y síntomas. Síndrome de sobreentrenamiento. Relación trabajo/descanso como factor en las adaptaciones fisiológicas.
- Hidratación y Ejercicio físico. Grados de deshidratación.
- Integración de medidas complementarias para la mejora de la condición física:
  - Medidas de recuperación del esfuerzo físico. Bases biológicas de la recuperación.
  - Medios y métodos de recuperación intra e intersesión: fisiológicos, físicos, psicológicos y de sustratos energéticos.

#### UT 12: Nutrición deportiva y alimentación saludable.

- Alimentación y nutrición.
  - Necesidades calóricas.
  - Dieta equilibrada, recomendaciones RDA y dieta mediterránea.
  - Necesidades alimentarias antes, durante y después del ejercicio físico, en función de los objetivos.
  - Consecuencias de una alimentación no saludable.
  - Trastornos alimentarios.

## 6. Resultados de aprendizaje (RA) asociados a unidades de trabajo (UT)

VALORACIÓN DE LA CONDICIÓN FÍSICA E INTERVENCIÓN EN ACCIDENTES		
RA1. Relaciona los niveles de intensidad del ejercicio físico con las adaptaciones fisiológicas de los sistemas cardiorrespiratorio, de mantenimiento y de regulación, analizando el comportamiento de los mismos.		
Fase Inicial y de alternancia (SOLO EN EL IES)		
UT 1: Actividad Física y sus efectos sobre la salud. UT 3: El sistema cardiorrespiratorio UT 4: Estructura y función digestiva y excretora. UT 5: Adaptación del sistema nervioso y endocrino.		
RA2. Relaciona la mecánica de los ejercicios y actividades de acondicionamiento físico básico con la biomecánica y las adaptaciones fisiológicas del sistema músculo- esquelético, analizando su funcionamiento.		
Fase Inicial y de alternancia (SOLO EN EL IES)		
UT 2: Anatomía y biomecánica del aparato locomotor		
RA3. Elabora programas de acondicionamiento físico básico, aplicando los fundamentos de los distintos sistemas de mejora de las capacidades físicas básicas.		
Fase Inicial y de alternancia (SOLO EN EL IES)		
UT 6: Elaboración de programas de acondicionamiento físico		
RA4. Realiza pruebas de determinación de la condición física y biológica, adecuadas a los parámetros que se van a evaluar, aplicando los protocolos de cada una de ellas en condiciones de seguridad.		
Fase Inicial DUAL	Fase alternancia en centro	Fase alternancia en empresa
UT 7: Evaluación antropométrica y de la condición física. Registro y análisis de datos		Actividad XX
RA5. Interpreta los resultados de las pruebas de valoración de la condición física, registrando y analizando los datos en las fichas de control.		
Fase Inicial DUAL	Fase alternancia en centro	Fase alternancia en empresa
UT 7: Evaluación antropométrica y de la condición física. Registro y análisis de datos		Actividad XX

VALORACIÓN DE LA CONDICIÓN FÍSICA E INTERVENCIÓN EN ACCIDENTES		
RA6. Integra medidas complementarias en los programas de mejora de la condición física, valorando su repercusión en la mejora de la salud y la calidad de vida.		
Fase Inicial DUAL	Fase alternancia en centro	Fase alternancia en empresa
UT 11: Fatiga y recuperación UT 12: Nutrición deportiva y alimentación saludable.		Actividad xx
RA7. Realiza la valoración inicial de la asistencia en una urgencia, analizando los riesgos, los recursos disponibles y el tipo de ayuda necesaria.		
Fase Inicial y de alternancia (SOLO EN EL IES)		
UT 8: Emergencia: Pasos y valoración inicial.		
RA8. Aplica técnicas de soporte vital y primeros auxilios, según los protocolos establecidos.		
Fase Inicial y de alternancia (SOLO EN EL IES)		
UT 9: Primeros auxilios I: PAS y RCP.		
RA9. Aplica métodos de movilización e inmovilización que permiten la evacuación de la persona accidentada, si fuese necesario.		
Fase Inicial y de alternancia (SOLO EN EL IES)		
UT 10: Primeros auxilios II: Traumatismos y otras urgencias.		

Nota: Las actividades figuran como "XX" dado que el programa formativo en la empresa se encuentra aún en fase de elaboración, y las actividades específicas están pendientes de diseño. El plazo previsto para la finalización de dicho documento es el 31 de diciembre de 2024.

## 7. Temporalización

Calendario

Clases lectivas: del 16 de septiembre de 2024 al 24 de junio de 2025.

Fase inicial Dual:

del 16 de septiembre de 2024 al 11 de febrero de 2025 (1º TSAF).

Fase de alternancia:

del 12 de febrero de 2025 al 31 de mayo de 2025 (1º TSAF).

Fecha de actividades de evaluación-calificación:

Inicio de curso: 16 de septiembre de 2024.

Evaluación inicial: del 7 al 14 de octubre de 2024.

1ª evaluación: 20 de diciembre de 2024.

2ª evaluación: 21 de marzo de 2025.

3º evaluación: 31 de mayo de 2025.

Evaluación final: 24 de junio de 2025.

Horario

FASE INICIAL DUAL

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
1ª		VCFEIA			
2ª		VCFEIA			VCFEIA
3ª			VCFEIA		VCFEIA
4ª			VCFEIA		
5ª					
6ª					

FASE ALTERNANCIA

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
1ª		VCFEIA	Alternancia en empresa		
2ª		VCFEIA			
3ª					
4ª					
5ª					
6ª					

Distribución UTS

UT	Fecha	Nº horas
1	septiembre	8
2	septiembre, octubre	30
7	noviembre	24
11	noviembre	9
12	noviembre, diciembre	12
4	enero	8
5	enero, febrero	8
3	marzo	6
6	abril	12
8	mayo	4
9	mayo	4
10	mayo	4
		129

## 8. Evaluación y calificación

### A. RELACIÓN DE LOS RESULTADOS DE APRENDIZAJE CON LOS CRITERIOS DE EVALUACIÓN.

RA1. Relaciona los niveles de intensidad del ejercicio físico con las adaptaciones fisiológicas de los sistemas cardiorrespiratorio, de mantenimiento y de regulación, analizando el comportamiento de los mismos.
<ul style="list-style-type: none"> <li>a) Se han descrito, a nivel macroscópico, las estructuras anatómicas de los sistemas cardiorrespiratorio y de regulación.</li> <li>b) 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.</li> <li>c) Se han descrito los mecanismos de adaptación funcional al esfuerzo físico de los sistemas cardiorrespiratorio y de regulación.</li> <li>d) Se han indicado los mecanismos fisiológicos que conducen a un estado de fatiga física.</li> <li>e) 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.</li> <li>f) Se han argumentado las implicaciones que para la mejora de la calidad de vida tiene la práctica de actividades físicas.</li> <li>g) Se ha determinado la incidencia de hábitos de vida nocivos sobre el nivel de salud.</li> </ul>
RA2. Relaciona la mecánica de los ejercicios y actividades de acondicionamiento físico básico con la biomecánica y las adaptaciones fisiológicas del sistema músculo- esquelético, analizando su funcionamiento.
<ul style="list-style-type: none"> <li>a) 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.</li> <li>b) Se han clasificado los principales movimientos articulares del cuerpo humano en función de los planos y ejes del espacio.</li> <li>c) 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.</li> <li>d) Se han utilizado símbolos y esquemas gráficos para interpretar y representar movimientos y ejercicios tipo.</li> <li>e) Se han definido los aspectos que hay que tener en cuenta durante la ejecución de los ejercicios y las posibles contraindicaciones.</li> <li>f) Se han adaptado ejercicios a diferentes niveles de desarrollo de la fuerza y de la amplitud de movimiento.</li> </ul>
RA3. Elabora programas de acondicionamiento físico básico, aplicando los fundamentos de los distintos sistemas de mejora de las capacidades físicas básicas.
<ul style="list-style-type: none"> <li>a) 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.</li> <li>b) 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.</li> <li>c) Se han determinado las capacidades físicas que se deben desarrollar y los métodos más adecuados, en función de los datos de valoración.</li> <li>d) Se ha establecido una secuencia de ejercicios para el desarrollo de las capacidades físicas.</li> <li>e) Se ha demostrado la ejecución de los ejercicios de acondicionamiento físico básico y de los de mejora de las capacidades perceptivo-motrices.</li> <li>f) Se han indicado los errores más frecuentes en la realización de los ejercicios tipo para el desarrollo de las capacidades físicas y perceptivo-motrices.</li> <li>g) Se ha determinado el equipamiento y material tipo para el desarrollo de la condición física y motriz y sus posibles aplicaciones.</li> </ul>

<p>RA4. Realiza pruebas de determinación de la condición física y biológica, adecuadas a los parámetros que se van a evaluar, aplicando los protocolos de cada una de ellas en condiciones de seguridad.</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>a) 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.</li> <li>b) 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.</li> <li>c) Se han seleccionado los instrumentos y las máquinas en función de los parámetros morfológicos y funcionales que se van a medir.</li> <li>d) Se han suministrado las ayudas que requieren los diferentes perfiles de personas usuarias, especialmente en quienes tienen un menor grado de autonomía personal.</li> <li>e) 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.</li> <li>f) Se han identificado signos indicadores de riesgo antes y durante la ejecución de las pruebas de valoración cardio-funcional.</li> </ul>
<p>RA5. Interpreta los resultados de las pruebas de valoración de la condición física, registrando y analizando los datos en las fichas de control.</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>a) Se han seleccionado o adaptado fichas de control de los datos de valoración de las personas usuarias.</li> <li>b) Se han registrado los datos de las pruebas de valoración antropométrica, biológico-funcional y postural en las fichas de control.</li> <li>c) Se han comparado los datos con baremos de referencia, destacando las desviaciones que puedan aconsejar la toma de medidas preventivas.</li> <li>d) Se han elaborado informes a partir de los datos registrados en las fichas de control, utilizando recursos informáticos específicos.</li> <li>e) 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.</li> </ul>
<p>RA6. Integra medidas complementarias en los programas de mejora de la condición física, valorando su repercusión en la mejora de la salud y la calidad de vida.</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>a) Se han seleccionado las técnicas que facilitan la recuperación tras los distintos tipos de esfuerzo físico.</li> <li>b) Se han explicado el procedimiento y las medidas preventivas que hay que tener en cuenta en la aplicación de las medidas complementarias hidrotermales, indicando sus contraindicaciones totales o relativas.</li> <li>c) Se han realizado las maniobras básicas de masaje de recuperación.</li> <li>d) Se ha calculado el balance energético entre ingesta y actividad física.</li> <li>e) Se ha confeccionado una lista de hábitos dietéticos saludables.</li> <li>f) Se ha establecido la proporción de nutrientes en función del tipo de esfuerzo físico.</li> </ul>

RA7. Realiza la valoración inicial de la asistencia en una urgencia, analizando los riesgos, los recursos disponibles y el tipo de ayuda necesaria.
<ul style="list-style-type: none"> <li>a) 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.</li> <li>b) Se han seguido las pautas de actuación según protocolo, para la valoración inicial de una persona accidentada.</li> <li>c) Se han identificado situaciones de riesgo vital y se han definido las actuaciones que conllevan.</li> <li>d) 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.</li> <li>e) Se han aplicado las técnicas de autoprotección en la manipulación de personas accidentadas.</li> <li>f) 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.</li> <li>g) Se han identificado los factores que predisponen a la ansiedad en situaciones de accidente, emergencia y duelo.</li> <li>h) Se ha revisado el contenido mínimo de un botiquín de urgencias y las indicaciones de los productos y medicamentos.</li> </ul>
RA8. Aplica técnicas de soporte vital y primeros auxilios, según los protocolos establecidos.
<ul style="list-style-type: none"> <li>a) Se han aplicado técnicas de soporte vital según el protocolo establecido.</li> <li>b) Se han aplicado técnicas de desobstrucción de la vía aérea.</li> <li>c) Se han aplicado las técnicas básicas e instrumentales de reanimación cardiopulmonar sobre maniqués, inclusive utilizando equipo de oxigenoterapia y desfibrilador automático.</li> <li>d) 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.</li> <li>e) Se han aplicado primeros auxilios ante simulación de patologías orgánicas de urgencia y de lesiones por agentes físicos, químicos y biológicos.</li> <li>f) Se han aplicado las estrategias básicas de comunicación con la persona accidentada y sus acompañantes, en función de diferentes estados emocionales.</li> <li>g) Se han especificado las técnicas para controlar una situación de duelo, ansiedad y angustia o agresividad.</li> </ul>
RA9. Aplica métodos de movilización e inmovilización que permiten la evacuación de la persona accidentada, si fuese necesario.
<ul style="list-style-type: none"> <li>a) Se han identificado y aplicado los métodos básicos para efectuar el rescate de una persona accidentada.</li> <li>b) Se han aplicado los métodos de inmovilización aplicables cuando la persona accidentada ha tenido que ser trasladada.</li> <li>c) Se han confeccionado camillas y sistemas para la inmovilización y el transporte de personas enfermas o accidentadas, utilizando materiales convencionales e inespecíficos o medios de fortuna.</li> <li>d) Se ha valorado la importancia del autocontrol y de infundir confianza y optimismo a la persona accidentada durante toda la actuación.</li> <li>e) Se han especificado las técnicas para superar psicológicamente el fracaso en la prestación del auxilio.</li> </ul>

## B. PONDERACIÓN DE LOS CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y RELACIÓN CON LAS UNIDADES DE TRABAJO

Resultados de aprendizaje (%)	Criterios de evaluación	UT 1: Actividad Física y sus efectos sobre la salud	UT 2: Anatomía y biomecánica del aparato locomotor	UT 3: El sistema cardiorrespiratorio	UT 4: Estructura y función digestiva y excretora	UT 5: Adaptación del sistema nervioso y endocrino	UT 6: Elaboración de programas de acondicionamiento físico básico.	UT 7: Evaluación antropométrica y de la condición física. Registro y análisis de datos.	UT 8: Emergencia: Pasos y valoración inicial.	UT 9: Primeros auxilios I: PAS y RCP	UT 10: Primeros auxilios II: Traumatismos y otras urgencias	UT 11: Fatiga y recuperación.	UT 12: Nutrición deportiva y alimentación saludable.
RA1 20%	a) Se han descrito, a nivel macroscópico, las estructuras anatómicas de los sistemas cardiorrespiratorio y de regulación.			0,175		0,175							
	b) 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.			0,175		0,175							
	c) Se han descrito los mecanismos de adaptación funcional al esfuerzo físico de los sistemas cardiorrespiratorio y de regulación.			0,175		0,175							
	d) Se han indicado los mecanismos fisiológicos que conducen a un estado de fatiga física.				0,15								
	e) 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.			0,175	0,15	0,175							
	f) Se han argumentado las implicaciones que para la mejora de la calidad de vida tiene la práctica de actividades físicas.	0,15											
	g) Se ha determinado la incidencia de hábitos de vida nocivos sobre el nivel de salud.	0,15											
	<b>PESO TOTAL 20%</b>	<b>0,3</b>	<b>0</b>	<b>0,7</b>	<b>0,3</b>	<b>0,7</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>

Resultados de aprendizaje (%)		Criterios de evaluación											
RA2 19%	a) 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.	UT 1: Actividad Física y sus efectos sobre la salud	UT 2: Anatomía y biomecánica del aparato locomotor	UT 3: El sistema cardiorrespiratorio	UT 4: Estructura y función digestiva y excretora	UT 5: Adaptación del sistema nervioso y endocrino	UT 6: Elaboración de programas de acondicionamiento físico básico.	UT 7: Evaluación antropométrica y de la condición física. Registro y análisis de datos.	UT 8: Emergencia: Pasos y valoración inicial.	UT 9: Primeros auxilios I: PAS y RCP	UT 10: Primeros auxilios II: Traumatismos y otras urgencias	UT 11: Fatiga y recuperación.	UT 12: Nutrición deportiva y alimentación saludable.
	b) Se han clasificado los principales movimientos articulares del cuerpo humano en función de los planos y ejes del espacio.	0,2											
	c) 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.	0,2											
	d) Se han utilizado símbolos y esquemas gráficos para interpretar y representar movimientos y ejercicios tipo.	0,375											
	e) Se han definido los aspectos que hay que tener en cuenta durante la ejecución de los ejercicios y las posibles contraindicaciones.	0,375											
	f) Se han adaptado ejercicios a diferentes niveles de desarrollo de la fuerza y de la amplitud de movimiento.	0,375											
	<b>PESO TOTAL 19%</b>	0	1,9	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

Resultados de aprendizaje (%)	Criterios de evaluación	Acondicionamiento Físico											
		UT 1: Actividad Física y sus efectos sobre la salud	UT 2: Anatomía y biomecánica del aparato locomotor	UT 3: El sistema cardiorrespiratorio	UT 4: Estructura y función digestiva y excretora	UT 5: Adaptación del sistema nervioso y endocrino	UT 6: Elaboración de programas de acondicionamiento físico básico.	UT 7: Evaluación antropométrica y de la condición física. Registro y análisis de datos.	UT 8: Emergencia: Pasos y valoración inicial.	UT 9: Primeros auxilios I: PAS y RCP	UT 10: Primeros auxilios II: Traumatismos y otras urgencias	UT 11: Fatiga y recuperación.	UT 12: Nutrición deportiva y alimentación saludable.
RA3 10%	a) 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.						0,15						
	b) 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.						0,15						
	c) Se han determinado las capacidades físicas que se deben desarrollar y los métodos más adecuados, en función de los datos de valoración.						0,15						
	d) Se ha establecido una secuencia de ejercicios para el desarrollo de las capacidades físicas.						0,15						
	e) Se ha demostrado la ejecución de los ejercicios de acondicionamiento físico básico y de los de mejora de las capacidades perceptivo-motrices.						0,15						
	f) Se han indicado los errores más frecuentes en la realización de los ejercicios tipo para el desarrollo de las capacidades físicas y perceptivo-motrices.						0,15						
	g) Se ha determinado el equipamiento y material tipo para el desarrollo de la condición física y motriz y sus posibles aplicaciones.						0,1						
	<b>PESO TOTAL 10%</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>

Resultados de aprendizaje (%)	Criterios de evaluación											
	UT 1: Actividad Física y sus efectos sobre la salud	UT 2: Anatomía y biomecánica del aparato locomotor	UT 3: El sistema cardiorrespiratorio	UT 4: Estructura y función digestiva y excretora	UT 5: Adaptación del sistema nervioso y endocrino	UT 6: Elaboración de programas de acondicionamiento físico básico.	UT 7: Evaluación antropométrica y de la condición física. Registro y análisis de datos.	UT 8: Emergencia: Pasos y valoración inicial.	UT 9: Primeros auxilios I: PAS y RCP	UT 10: Primeros auxilios II: Traumatismos y otras urgencias	UT 11: Fatiga y recuperación.	UT 12: Nutrición deportiva y alimentación saludable.
RA4 13%	a) 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.						0,1857					
	b) 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.						0,1857					
	c) Se han seleccionado los instrumentos y las máquinas en función de los parámetros morfológicos y funcionales que se van a medir.						0,1857					
	d) Se han suministrado las ayudas que requieren los diferentes perfiles de personas usuarias, especialmente en quienes tienen un menor grado de autonomía personal.						0,1857					
	e) 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.						0,1857					
	f) Se han identificado signos indicadores de riesgo antes y durante la ejecución de las pruebas de valoración cardio-funcional.						0,1857					
	<b>PESO TOTAL 13%</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>1,3</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>

Resultados de aprendizaje (%)		Criterios de evaluación											
RA5 5%	a) Se han seleccionado o adaptado fichas de control de los datos de valoración de las personas usuarias.	UT 1: Actividad Física y sus efectos sobre la salud	UT 2: Anatomía y biomecánica del aparato locomotor	UT 3: El sistema cardiorrespiratorio	UT 4: Estructura y función digestiva y excretora	UT 5: Adaptación del sistema nervioso y endocrino	UT 6: Elaboración de programas de acondicionamiento físico básico.	UT 7: Evaluación antropométrica y de la condición física. Registro y análisis de datos.	UT 8: Emergencia: Pasos y valoración inicial.	UT 9: Primeros auxilios I: PAS y RCP	UT 10: Primeros auxilios II: Traumatismos y otras urgencias	UT 11: Fatiga y recuperación.	UT 12: Nutrición deportiva y alimentación saludable.
								0,1					
	b) Se han registrado los datos de las pruebas de valoración antropométrica, biológico-funcional y postural en las fichas de control.							0,1					
	c) Se han comparado los datos con baremos de referencia, destacando las desviaciones que puedan aconsejar la toma de medidas preventivas.							0,1					
	d) Se han elaborado informes a partir de los datos registrados en las fichas de control, utilizando recursos informáticos específicos.							0,1					
	e) 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.							0,1					
<b>PESO TOTAL 5%</b>		0	0	0	0	0	0	0,5	0	0	0	0	0

Resultados de aprendizaje (%)		Criterios de evaluación											
RA6 18%	a) Se han seleccionado las técnicas que facilitan la recuperación tras los distintos tipos de esfuerzo físico.	UT 1: Actividad Física y sus efectos sobre la salud	UT 2: Anatomía y biomecánica del aparato locomotor	UT 3: El sistema cardiorrespiratorio	UT 4: Estructura y función digestiva y excretora	UT 5: Adaptación del sistema nervioso y endocrino	UT 6: Elaboración de programas de acondicionamiento físico básico.	UT 7: Evaluación antropométrica y de la condición física. Registro y análisis de datos.	UT 8: Emergencia: Pasos y valoración inicial.	UT 9: Primeros auxilios I: PAS y RCP	UT 10: Primeros auxilios II: Traumatismos y otras urgencias	UT 11: Fatiga y recuperación.	UT 12: Nutrición deportiva y alimentación saludable.
	b) Se han explicado el procedimiento y las medidas preventivas que hay que tener en cuenta en la aplicación de las medidas complementarias hidrotermales, indicando sus contraindicaciones totales o relativas.											0,3333	
	c) Se han realizado las maniobras básicas de masaje de recuperación.											0,3333	
	d) Se ha calculado el balance energético entre ingesta y actividad física.												0,2666
	e) Se ha confeccionado una lista de hábitos dietéticos saludables.												0,2666
	f) Se ha establecido la proporción de nutrientes en función del tipo de esfuerzo físico.												0,2667
	<b>PESO TOTAL 18%</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>1</b>	<b>0,8</b>

Resultados de aprendizaje (%)	Criterios de evaluación											
	UT 1: Actividad Física y sus efectos sobre la salud	UT 2: Anatomía y biomecánica del aparato locomotor	UT 3: El sistema cardiorrespiratorio	UT 4: Estructura y función digestiva y excretora	UT 5: Adaptación del sistema nervioso y endocrino	UT 6: Elaboración de programas de acondicionamiento físico básico.	UT 7: Evaluación antropométrica y de la condición física. Registro y análisis de datos.	UT 8: Emergencia: Pasos y valoración inicial.	UT 9: Primeros auxilios I: PAS y RCP	UT 10: Primeros auxilios II: Traumatismos y otras urgencias	UT 11: Fatiga y recuperación.	UT 12: Nutrición deportiva y alimentación saludable.
RA7 5%	a) 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.							0,0625				
	b) Se han seguido las pautas de actuación según protocolo, para la valoración inicial de una persona accidentada.									0,0625		
	c) Se han identificado situaciones de riesgo vital y se han definido las actuaciones que conllevan.							0,0625				
	d) 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.									0,0625		
	e) Se han aplicado las técnicas de autoprotección en la manipulación de personas accidentadas.							0,0625				
	f) 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.							0,0625				
	g) Se han identificado los factores que predisponen a la ansiedad en situaciones de accidente, emergencia y duelo.							0,0625				
	h) Se ha revisado el contenido mínimo de un botiquín de urgencias y las indicaciones de los productos y medicamentos.							0,0625				
	<b>PESO TOTAL 5%</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0,375</b>	<b>0</b>	<b>0,125</b>	<b>0</b>	<b>0</b>

Resultados de aprendizaje (%)	Criterios de evaluación											
	UT 1: Actividad Física y sus efectos sobre la salud	UT 2: Anatomía y biomecánica del aparato locomotor	UT 3: El sistema cardiorrespiratorio	UT 4: Estructura y función digestiva y excretora	UT 5: Adaptación del sistema nervioso y endocrino	UT 6: Elaboración de programas de acondicionamiento físico básico.	UT 7: Evaluación antropométrica y de la condición física. Registro y análisis de datos.	UT 8: Emergencia: Pasos y valoración inicial.	UT 9: Primeros auxilios I: PAS y RCP	UT 10: Primeros auxilios II: Traumatismos y otras urgencias	UT 11: Fátiga y recuperación.	UT 12: Nutrición deportiva y alimentación saludable.
RA8 5%	a) Se han aplicado técnicas de soporte vital según el protocolo establecido.								0,071			
	b) Se han aplicado técnicas de desobstrucción de la vía aérea.								0,071			
	c) Se han aplicado las técnicas básicas e instrumentales de reanimación cardiopulmonar sobre maniqués, inclusive utilizando equipo de oxigenoterapia y desfibrilador automático.								0,071			
	d) 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.								0,071			
	e) Se han aplicado primeros auxilios ante simulación de patologías orgánicas de urgencia y de lesiones por agentes físicos, químicos y biológicos.									0,072		
	f) Se han aplicado las estrategias básicas de comunicación con la persona accidentada y sus acompañantes, en función de diferentes estados emocionales.							0,072				
	g) Se han especificado las técnicas para controlar una situación de duelo, ansiedad y angustia o agresividad.							0,072				
<b>PESO TOTAL 5%</b>		<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0,144</b>	<b>0,284</b>	<b>0,072</b>	<b>0</b>	<b>0</b>

Resultados de aprendizaje (%)	Criterios de evaluación												
RA9 5%	a) Se han identificado y aplicado los métodos básicos para efectuar el rescate de una persona accidentada.	UT 1: Actividad Física y sus efectos sobre la salud	UT 2: Anatomía y biomecánica del aparato locomotor	UT 3: El sistema cardiorrespiratorio	UT 4: Estructura y función digestiva y excretora	UT 5: Adaptación del sistema nervioso y endocrino	UT 6: Elaboración de programas de acondicionamiento físico básico.	UT 7: Evaluación antropométrica y de la condición física. Registro y análisis de datos.	UT 8: Emergencia: Pasos y valoración inicial.	UT 9: Primeros auxilios I: PAS y RCP	UT 10: Primeros auxilios II: Traumatismos y otras urgencias	UT 11: Fqatiga y recuperación.	UT 12: Nutrición deportiva y alimentación saludable.
	b) Se han aplicado los métodos de inmovilización aplicables cuando la persona accidentada ha tenido que ser trasladada.								0,05		0,05		
	c) Se han confeccionado camillas y sistemas para la inmovilización y el transporte de personas enfermas o accidentadas, utilizando materiales convencionales e inespecíficos o medios de fortuna.								0,1				
	d) Se ha valorado la importancia del autocontrol y de infundir confianza y optimismo a la persona accidentada durante toda la actuación.								0,1				
	e) Se han especificado las técnicas para superar psicológicamente el fracaso en la prestación del auxilio.										0,1		
	PESO TOTAL 5%	0	0	0	0	0	0	0	0,25	0	0,25	0	0
	Unidades de trabajo	UT1	UT2	UT3	UT4	UT5	UT6	UT7	UT8	UT9	UT10	UT11	UT12
	PESO TOTAL EN EL CICLO	0,3	1,9	0,7	0,3	0,7	1	1,8	0,769	0,284	0,447	1	0,8

### C. PONDERACIÓN Y DISTRIBUCIÓN DE LOS RESULTADOS DE APRENDIZAJE ENTRE CENTRO DOCENTE Y EMPRESA

En el apartado 6 de esta programación (página 12) se presenta la distribución y temporalización de las unidades de trabajo entre el centro docente y la empresa. A continuación, se detallan los criterios de evaluación y los resultados de aprendizaje que se abordarán en el entorno empresarial.

- RA6. Integra medidas complementarias en los programas de mejora de la condición física, valorando su repercusión en la mejora de la salud y la calidad de vida.
  - a) Se han seleccionado las técnicas que facilitan la recuperación tras los distintos tipos de esfuerzo físico.
  - b) Se han explicado el procedimiento y las medidas preventivas que hay que tener en cuenta en la aplicación de las medidas complementarias hidrotermales, indicando sus contraindicaciones totales o relativas.
  - c) Se han realizado las maniobras básicas de masaje de recuperación.

### C. EVALUACIÓN INICIAL.

Se realizará una evaluación inicial en la primera semana de curso, que consistirá en unas preguntas sobre los contenidos principales de este módulo.

1. DEFINE Y DIFERENCIA: ACTIVIDAD FÍSICA, EJERCICIO FÍSICO, DEPORTE, JUEGO. PON UN EJEMPLO DE CADA UNO DE ELLOS.
2. QUIERES CONVENCER A UN COMPAÑERO DE LA NECESIDAD DE REALIZAR ACTIVIDAD FÍSICA. ENUMERA LAS RAZONES.
3. ¿POR QUÉ SE ESTABLECEN TRES GRUPOS DE EDAD PARA LA PRESCRIPCIÓN DE EJERCICIO FÍSICO? RAZONA LA RESPUESTA.
4. FORMULA UNA PREGUNTA QUE CONSIDERES INTERESANTE RELACIONADA CON EL CONTENIDO DE ESTE MÓDULO PROFESIONAL.
5. PLANTEA UN MENÚ DE COMIDA O CENA. IDENTIFICA TODOS LOS INGREDIENTES Y CANTIDADES INCLUIDAS. EXPLICA SU APOORTE DE MACRONUTRIENTES Y MICRONUTRIENTES.
6. ¿QUÉ ESTRATEGIA/S DE RECUPERACIÓN EMPLEARÍAS TRAS UNA SESIÓN DE ENTRENAMIENTO DE UNA HORA DE ENTRENAMIENTO INTERVÁLICO, DE INTENSIDAD MODERADA-ALTA?
7. ANTE UN ACCIDENTE, ¿QUÉ ES EL PROTOCOLO PAS?
8. DEFINE LAS CAPACIDADES FÍSICAS BÁSICAS Y DIFERENTES TEST PARA SU VALORACIÓN.
9. ENUMERA Y LOCALIZA TODOS LOS MÚSCULOS QUE TE SEPAS.
10. ENUMERA Y LOCALIZA TODOS LOS HUESOS QUE TE SEPAS.

## 9. Organización de espacios

Para este curso lectivo 2024-2025 disponemos de las siguientes instalaciones:

- Aula específica de acondicionamiento físico.
- Sala específica de máquinas guiadas en el Pabellón del Carmen (previa petición).
- Gimnasio del IES Monterroso.

El uso de la instalaciones del centro están encuadradas dentro del sistema de rotaciones que organiza el departamento de educación física.

\* Las semanas que tienen algún día menos

SEMANAS	SANFER	PISTA 1 Aula Magna	PISTA 2 Baloncesto	GYM	PISTA 3 Ari	TRIMESTRE
30-04 Oct 07-11 Oct 14-18 Oct	ANDRÉS	Javi-Javier Cristóbal- Carmen-Julio	ISMAEL	ANA	CÉSAR	1º
21-25 Oct 28-31 Oct* 04-08 Nov	CÉSAR	ANDRÉS	Javi-Javier Cristóbal- Carmen-Julio	ISMAEL	ANA	
11-15 Nov 18-22 Nov 25-29 Nov	ANA	CÉSAR	ANDRÉS	Javi-Javier Cristóbal- Carmen-Julio	ISMAEL	
02-05 Dic* 10-13 Dic* 16-20 Dic	ISMAEL	ANA	CÉSAR	ANDRÉS*	Javi-Javier Cristóbal- Carmen-Julio	
07-10 Ene*	ISMAEL	ANA	CÉSAR	ANDRÉS*	*	2º?
13-17 Ene 20-24 Ene 27-31 Ene	Javi-Javier Cristóbal- Carmen-Julio	ISMAEL	ANA	CÉSAR	ANDRÉS	
03-07 Feb 10-14 Feb 17-21 Feb	ANDRÉS	Javi-Javier Cristóbal- Carmen-Julio	ISMAEL	ANA	CÉSAR	
03-07 Mar 10-14 Mar 17-21 Mar	CÉSAR	ANDRÉS	Javi-Javier Cristóbal- Carmen-Julio	ISMAEL	ANA	
24-28 Mar 31-04 Abr 07-11 Abr	ANA	CÉSAR	ANDRÉS	Javi-Javier Cristóbal- Carmen-Julio	ISMAEL	3º
21-25 Abr 28-02 May* 05-09 May	ISMAEL	ANA	CÉSAR	ANDRÉS	Javi-Javier Cristóbal- Carmen-Julio	
12-16 May* 19-23 May 26-30 May	Javi-Javier Cristóbal- Carmen-Julio	ISMAEL	ANA	CÉSAR	ANDRÉS	

Aquí quedan 3 semanas, una de las cuales es casi inexistente por la Pau. Podrían quedarse dos semanas abiertas para recuperaciones y según necesidades (una real, porque la última ya sabemos cómo es...)

### DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA 2024-2025

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
08:15 09:15	ANDRÉS 3ºE *CRISTÓBAL 1ºG ISMAEL 3ºG JAVI 2ºAF-HISS *JULIO 2ºA	ANDRÉS 3ºF CARMEN 2ºAF-MÚS CRISTÓBAL 1ºAF-VAL ANA 4ºE ISMAEL 3ºD CÉSAR 1ºBach D	ANDRÉS 3ºB **CARMEN 1ºD **CRISTÓBAL 1ºG CÉSAR 2ºG *JAVI 1ºAF-FSEP JULIO 2ºAF-TH	ANDRÉS 3ºE CARMEN 1ºAF-MÚS ANA 1ºBach AB ISMAEL 1ºBach AB CÉSAR 1ºBach AB JAVI 2ºAF-HISS	ANDRÉS 1ºBach C ANA 1ºBach EF (bil) CÉSAR 1ºBach EF **CRISTÓBAL 1ºE *JAVI 1ºAF-FSEP JULIO 2ºAF-TH
09:15 10:15	ANDRÉS 3ºC CRISTÓBAL 2ºAF-CP ANA 2ºD JAVI 1ºAF-FSEP	ANDRÉS 1ºF CRISTÓBAL 1ºAF-VAL ANA 2ºE ISMAEL 3ºA CÉSAR 4ºC JULIO 2ºAF-TH	ANDRÉS 3ºC **CRISTÓBAL 1ºE ISMAEL 2ºBach A..E CÉSAR 2ºC *JAVI 1ºAF-FSEP JULIO 2ºAF-TH	ANDRÉS 3ºF CARMEN 1ºAF-MÚS ANA 2ºE ISMAEL 3ºD CÉSAR 4ºC JAVI 2ºAF-HISS	ANDRÉS 3ºB CARMEN 1ºD CRISTÓBAL 1ºAF-VAL ISMAEL 1ºC CÉSAR 1ºBach D JULIO 2ºAF-HLC
10:15 11:15	ANDRÉS 1ºA CARMEN 1ºAF-MÚS CRISTÓBAL 2ºAF-CP ISMAEL 1ºB	ANDRÉS 1ºA *CARMEN 1ºD *CRISTÓBAL 1ºE JULIO 2ºAF-TH	*CARMEN 2ºAF-MÚS CRISTÓBAL 1ºAF-VAL ANA 4ºB ISMAEL 3ºH CÉSAR 4ºA **JULIO 2ºE-A	**CRISTÓBAL 1ºG ANA 4ºE ISMAEL 3ºG CÉSAR 4ºD *JAVI 1ºAF-FSEP JULIO 2ºAF-HLC	ANDRÉS 1ºF CRISTÓBAL 1ºAF-VAL ANA 4ºB ISMAEL 1ºB
11:45 12:45	CARMEN 1ºAF-MÚS CRISTÓBAL 2ºAF-CP ISMAEL 3ºH CÉSAR 2ºB	CARMEN 1ºH CRISTÓBAL 2ºAF-CP ANA 2ºF ISMAEL 1ºC CÉSAR 4ºD	ANDRÉS 2ºBach BCF JAVIER 2ºBach AE CRISTÓBAL 1ºAF-VAL ISMAEL 1ºC CÉSAR 2ºB	ANDRÉS 1ºF ANA 2ºF ISMAEL 1ºB CRISTÓBAL 2ºAF-CP JAVI 1ºAF-FSEP	CARMEN 1ºH ANA 4ºF ISMAEL 2ºBach A..E CÉSAR 4ºA JULIO 1ºAF-AFA
12:45 13:45	ANDRÉS 2ºBach BCF *JAVIER 2ºBach AE *CARMEN 2ºAF-MÚS ANA 2ºBach D	ANA 1ºBach AB ISMAEL 1ºBach AB CÉSAR 1ºBach AB CRISTÓBAL 2ºAF-CP JULIO 1ºAF-AFA	ANDRÉS 1ºBach C CÉSAR 1ºBach EF ANA 1ºBach EF (bil) CARMEN 1ºAF-MÚS JULIO 2ºAF-HLC	CARMEN 1ºH CRISTÓBAL 2ºAF-CP JULIO 1ºAF-AFA	ANDRÉS 1ºA CARMEN 2ºAF-MÚS ANA 2ºBach D ISMAEL 3ºA JULIO 1ºAF-AFA
13:45 14:45	CARMEN 2ºAF-MÚS ANA 4ºF CÉSAR 2ºG	JAVI 2ºAF-HISS JULIO 1ºAF-AFA	CARMEN 1ºAF-MÚS ANA 2ºD JAVI 2ºAF-HISS	JULIO 1ºAF-AFA	CARMEN 2ºAF-MÚS JAVI 1ºAF-FSEP

## 10. Aspectos metodológicos, materiales y recursos didácticos

### Metodología

La organización y desarrollo del proceso de enseñanza-aprendizaje se llevará a cabo mediante sesiones teóricas y prácticas en el aula y en diversas instalaciones deportivas del centro (aulas polivalentes, pistas, etc.), y, como se detallará posteriormente, en instalaciones municipales y privadas. En ocasiones, se adaptarán ciertos espacios convencionales del centro (zonas exteriores anexas a los edificios del centro, aulas, etc.) para el desarrollo de actividades físico-deportivas.

Se aplicarán **metodologías activas** de enseñanza, tales como el aprendizaje cooperativo, los equipos ágiles, la gamificación, el aprendizaje-servicio, el aprendizaje basado en proyectos (ABP), el aprendizaje basado en problemas (ABP), el aprendizaje basado en retos, la clase invertida y el Design Thinking, de acuerdo con las necesidades formativas y los objetivos del alumnado. Asimismo, se adaptarán los estilos de enseñanza en función de diversos factores (grado de autonomía del alumnado, complejidad de los contenidos, etc.), priorizando siempre la consecución de aprendizajes significativos y fomentando la participación activa de los estudiantes.

El alumnado deberá mostrar una actitud receptiva y participativa en todas las clases, contribuyendo a un clima óptimo para el aprendizaje.

### **Inclusión del Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA)**

Para garantizar el acceso y la participación de todos los estudiantes, independientemente de sus necesidades o estilos de aprendizaje, la programación se basará en los principios del Diseño Universal para el Aprendizaje (DUA). Esta metodología permite crear entornos de aprendizaje más inclusivos, diversificando las formas de representación, expresión y compromiso del alumnado.

Siguiendo el marco DUA, se adoptarán las siguientes estrategias:

- **Diversificación en la presentación de la información:** Se ofrecerán múltiples medios de representación de los contenidos, como el uso de recursos audiovisuales, gráficos, mapas conceptuales, resúmenes visuales y textos adaptados. Estas herramientas permiten que los estudiantes puedan acceder a la información en el formato que mejor se adapte a sus necesidades y preferencias, facilitando la comprensión y la retención de los contenidos.
- **Variación en las formas de expresión y acción:** Se proporcionarán distintas vías para que el alumnado pueda demostrar su conocimiento y competencias. Esto incluye actividades orales, escritas y prácticas, así como el uso de proyectos en equipo, experimentación en el aula y actividades de análisis colectivo. A través de estas opciones, se favorece la autogestión del aprendizaje y el desarrollo de habilidades de planificación y ejecución de tareas en función de sus fortalezas personales.
- **Fomento de la implicación y motivación del alumnado:** Se implementarán estrategias motivacionales, como la gamificación y los retos basados en intereses reales del alumnado, para mantener un alto nivel de compromiso. Igualmente, se ofrecerán opciones de trabajo en equipo, promoviendo un ambiente de aprendizaje inclusivo y colaborativo que respete la diversidad de cada estudiante.

Durante las sesiones, los contenidos de enseñanza y aprendizaje se desarrollarán a través de las siguientes **actividades**:

**a) En el aula:**

- Exposiciones teóricas y conceptuales a cargo tanto del docente como del alumnado.
- Experimentación y práctica de ejercicios, tareas, circuitos, sesiones, progresiones, entrenamientos, planificaciones, metodologías, técnicas y actividades necesarias para el desarrollo de habilidades específicas.
- Situaciones de reflexión y análisis colectivo sobre temas relacionados con los contenidos del módulo.
- Preparación y exposición de temas, apuntes y materiales diversos, a cargo de los estudiantes, dirigidos a sus compañeros y compañeras.
- Búsqueda de información, investigación en línea y consulta de fuentes bibliográficas.
- Debates y discusiones grupales sobre los contenidos del módulo.
- Actividades de práctica docente, en las que un alumno o alumna imparte una sesión de clase preparada previamente, bajo la supervisión del docente, y que pueden realizarse con otros estudiantes del centro o con miembros de la comunidad educativa.
- Otras actividades pertinentes para el adecuado desarrollo del proceso de enseñanza-aprendizaje.

**b) En instalaciones deportivas (cuando sea posible):**

- Presentación, explicación, demostración y ejecución de tareas motrices destinadas al aprendizaje y perfeccionamiento de habilidades motoras.
- Experimentación y práctica de ejercicios, circuitos, progresiones y planificaciones de entrenamiento y de técnicas deportivas.
- Realización de pruebas físicas específicas.
- Diseño, análisis, experimentación, organización y dirección de actividades físicas a cargo del alumnado, con el objetivo de fomentar el aprendizaje de habilidades de gestión y liderazgo deportivo.
- Análisis y reflexión sobre las prácticas realizadas.
- Debates y discusiones grupales sobre los contenidos del módulo.
- Propuestas de situaciones de enseñanza recíproca y coevaluación.
- Práctica docente en la que el alumnado realiza una sesión preparada previamente bajo la supervisión del profesorado.
- Observación y corrección de actividades motrices.

**Tipología de actividades:**

1. **Iniciales:** debates, visionado de vídeos, pruebas diagnósticas, juegos y dinámicas de grupo.
2. **De desarrollo:**
  - **De demostración:** docencia directa, intervenciones de expertos, visionado de vídeos y asistencia a conferencias.
  - **De investigación:** búsqueda de información en la web, lectura de artículos y obras especializadas.
  - **De aplicación:** actividades en clase, trabajos prácticos, proyectos en grupo y prácticas docentes.
3. **De refuerzo y ampliación:** actividades de recuperación, trabajos alternativos, técnicas de estudio, programas de formación en línea (MOOC) y programas individualizados.
4. **Complementarias y extraescolares:** semanas temáticas, prácticas en centros deportivos concertados y colaboraciones externas.
5. **De evaluación:** pruebas teóricas y prácticas, test físicos, exposiciones orales, archivo de actividades, trabajos y prácticas docentes.

## Materiales

Para el desarrollo de estas actividades se contará con los siguientes recursos:

- **Material didáctico:**
  - **Audiovisual:** ordenadores, proyectores, tabletas digitales y teléfonos móviles.
  - **Material impreso:** libros de texto, artículos de revistas especializadas y plantillas para ejercicios prácticos.
  - **Deportivo:** materiales específicos de entrenamiento y educación física.
  - **TIC:** Google G-Suite y aplicaciones móviles de apoyo.
- **Material curricular:**
  - **Bibliografía de consulta:** obras especializadas de referencia.
  - **Recursos digitales específicos:** páginas web de formación profesional y de entrenamiento deportivo.
  - **Apuntes propios elaborados por el docente.**



## 11. Actividades complementarias y extraescolares

Desde el departamento, y en cada uno de los módulos que lo conforman, se han diseñado diversas actividades complementarias para enriquecer la formación impartida en las clases. A continuación, se presenta una serie de actividades extraescolares y complementarias programadas para el curso escolar, sujetas a posibles modificaciones según circunstancias administrativas ajenas a nuestro control.

### Posibles actividades

- **Participación en la organización de eventos:**
  - Carreras solidarias.
  - Media maratón de Estepona.
  - Jornadas de juegos populares (programa de transición).
  - Otros eventos relevantes de la localidad.
  - Intercambio escolar con otros países.
- **Visitas formativas:**
  - Visita al Instituto Nacional de Educación Física (INEF) de Granada.
  - Visita a un Centro de Alto Rendimiento (CAR).
- **Colaboración en actividades organizadas** por el IES Monterroso, colegios adscritos y/o el Ayuntamiento de Estepona.
- **Charlas y/o demostraciones** para el alumnado del IES (temas como socorrismo, relajación, control postural, etc.).
- **Organización de una jornada de actividades** en una residencia de mayores o en un hospital.
- **Circuito termal.**
- **Participación en el encuentro anual de ciclos formativos** (feria de FP).
- **Visita a centros deportivos de la localidad** para recibir formación específica en técnicas, estrategias, metodología, material, aparatos, entre otros, en relación con los módulos del ciclo.
- **Colaboraciones voluntarias en actividades de empresas o entidades públicas**, en eventos especiales organizados en horario de tarde o fin de semana.
- **Viaje de estudios** para el alumnado de 2º curso de TSAF.

### Efemérides a conmemorar durante el curso lectivo

- Día del Flamenco: 16 de noviembre.
- Día de la Constitución: 6 de diciembre.
- Día de la Hispanidad: 12 de octubre.
- Día Internacional de la Familia: 15 de mayo.
- Día de Europa: 9 de mayo.
- Día de la Educación Física en la Calle: pendiente de confirmación.

## 12. Atención a pendientes y medidas de recuperación

### Medidas de atención a la diversidad

Las medidas de atención a la diversidad pasan por la adaptación de los contenidos teórico-prácticos a los alumnos que lo necesiten. En este curso 23-24 no tenemos detectado ningún caso que necesite medidas de adaptación curricular.

### Proceso de recuperación trimestral durante el curso.

El proceso de recuperación trimestral durante el curso incluirá una Propuesta de recuperación que contendrá la descripción “esquemática” de la propuesta de actividades de recuperación y/o examen de recuperación (en su caso), la vía de comunicación, plazos y condiciones de entrega, fecha y hora del examen de recuperación (en su caso) y ámbito de ésta (1er, 2º y/o 3er Trimestre). Siendo prescriptivo la comunicación al alumnado y a las familias, a través de la intranet del IES Monterroso y/o mediante correo electrónico.

Concreción de las actividades de recuperación:

- Prueba escrita de los contenidos no superados
- Entrega de las actividades no realizadas durante el trimestre correspondiente o subsanación de las no realizadas correctamente.
- Realización de una prueba/as prácticas en el caso de que éstas no hubieran sido superadas con éxito.

De este modo, el alumnado contará con una oportunidad única y concentrada en junio para demostrar la adquisición de los aprendizajes esenciales, cumpliendo con los objetivos de recuperación y, en su caso, de mejora de la nota final.

### Enseñanzas de FP. Programa de refuerzo para la recuperación de aprendizajes no adquiridos (PRANA).

En función de los resultados de aprendizaje no superados se establecerán una serie de actividades relacionadas con cada uno de ellos;

- Prueba escrita de los contenidos no superados.
- Entrega de actividades bien no realizadas o de refuerzo para consolidar conocimientos.
- Realización de prueba/as prácticas que complementen los aspectos teóricos.

La calificación en este caso corresponde al porcentaje establecido en los mapas curriculares para cada resultado de aprendizaje.