

EV.	U.D./BLOQUES	RESULTADOS DE APRENDIZAJE	CONTENIDOS	CRITERIOS DE EVALUACIÓN
PRIMERA EVALUACIÓN	Actividad física y salud	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	Salud y vida saludable	1.f. Se han argumentado las implicaciones que para la mejora de la calidad de vida tiene la práctica de actividades físicas. 1.g. Se ha determinado la incidencia de hábitos de vida nocivos sobre el nivel de salud.
			Estilos de vida saludables	
			Actividad física y salud	
			Condición Física	3.c. Se han determinado las capacidades físicas que se deben desarrollar y los métodos más adecuados, en función de los datos de valoración.
	Evaluación de la condición física y análisis de datos	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  Interpreta los resultados de las pruebas de valoración de la condición física, registrando y analizando los datos en las fichas de control.	La entrevista inicia	4.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.
			La detección sanitaria previa	4.f. Se han identificado signos indicadores de riesgo antes y durante la ejecución de las pruebas de valoración cardiorrespiratorio.
			La evaluación de la forma física	4.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. 4.c. Se han seleccionado los instrumentos y las máquinas en función de los parámetros morfológicos y funcionales que se van a medir. 4.d. Se han suministrado las ayudas que requieren los diferentes perfiles de personas usuarias, especialmente en quienes tienen un menor grado de autonomía personal. 4.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.
				5.a. Se han seleccionado o adaptado fichas de control de los datos de valoración de las personas usuarias.
				5.b. Se han registrado los datos de las pruebas de valoración antropométrica, biológicofuncional y postural en las fichas de control. 5.c. Se han comparado los datos con baremos de referencia, destacando las desviaciones que puedan aconsejar la toma de medidas preventivas. 5.d. Se han elaborado informes a partir de los datos registrados en las fichas de control, utilizando recursos informáticos específicos. 5.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.
	Aparato locomotor	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.	El aparato locomotor	2.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.
			Los huesos	
			Las articulaciones	
			Los músculos	
			Adaptaciones a los estímulos	
	Sistema cardiorrespiratorio  Función reguladora	Relaciona los niveles de intensidad del ejercicio físico con las adaptaciones fisiológicas de los sistemas cardiorrespiratorio y de regulación, analizando el comportamiento de los mismos.	El metabolismo	1.a. Se han descrito, a nivel macroscópico, las estructuras anatómicas de los sistemas cardiorrespiratorio y de regulación. 1.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. 1.c. Se han descrito los mecanismos de adaptación funcional al esfuerzo físico de los sistemas cardiorrespiratorio y de regulación. 1.d. Se han indicado los mecanismos fisiológicos que conducen a un estado de fatiga física. 1.e. Se han descrito los efectos de la práctica sistemática de ejercicio físico sobre los elementos estructurales y funcionales de los sistemas cardiorrespiratorio y de regulación.
La función circulatoria				
La función respiratoria				
Sistema cardiorrespiratorio y esfuerzo				
La homeostasis				
El sistema nervioso				
El sistema endocrino				
Respuesta endocrina al ejercicio				

SEGUNDA EVALUACIÓN

Primeros auxilios. Valoración inicial de la asistencia en una urgencia.	Realiza la valoración inicial de la asistencia en una urgencia, analizando los riesgos, los recursos disponibles y el tipo de ayuda necesaria.  Aplica métodos de movilización e inmovilización que permiten la evacuación de la persona accidentada, si fuese necesario.	Práctica deportiva y primeros auxilios	7.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. 7.b. Se han seguido las pautas de actuación según protocolo, para la valoración inicial de una persona accidentada. 7.c. Se han identificado situaciones de riesgo vital y se han definido las actuaciones que conllevan. 7.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. 7.e. Se han aplicado las técnicas de autoprotección en la manipulación de personas accidentadas. 7.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. 7.g. Se han identificado los factores que predisponen a la ansiedad en situaciones de accidente, emergencia y duelo. 7.h. Se ha revisado el contenido mínimo de un botiquín de urgencias y las indicaciones de los productos y medicamentos. 8.f. Se han aplicado las estrategias básicas de comunicación con la persona accidentada y sus acompañantes, en función de diferentes estados emocionales. 8.g. Se han especificado las técnicas para controlar una situación de duelo, ansiedad y angustia o agresividad. 9.a. Se han identificado y aplicado los métodos básicos para efectuar el rescate de una persona accidentada. 9.b. Se han aplicado los métodos de inmovilización aplicables cuando la persona accidentada ha tenido que ser trasladada. 9.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. 9.d. Se ha valorado la importancia del autocontrol y de infundir confianza y optimismo a la persona accidentada durante toda la actuación. 9.e. Se han especificado las técnicas para superar psicológicamente el fracaso en la prestación del auxilio.
		La evaluación del estado de las víctima	
		¿Esperar o trasladar?	
		La intervención con múltiples víctimas	
		El apoyo psicológico en primeros auxilios	
Primeros auxilios. Aplicación de técnicas de soporte vital.	Aplica técnicas de soporte vital y primeros auxilios, según los protocolos establecidos.	La parada cardiorrespiratoria	8.a. Se han aplicado técnicas de soporte vital según el protocolo establecido. 8.b. Se han aplicado técnicas de desobstrucción de la vía aérea. 8.c. Se han aplicado las técnicas básicas e instrumentales de reanimación cardiopulmonar sobre maniqués, inclusive utilizando equipo de oxigenoterapia y desfibrilador automático.
		La resucitación cardiopulmonar	
		Los algoritmos de soporte vital básicos	
		Los algoritmos en caso de obstrucción	
Primeros auxilios para traumatismos y otras urgencias.	Realiza la valoración inicial de la asistencia en una urgencia, analizando los riesgos, los recursos disponibles y el tipo de ayuda necesaria.	Actuaciones en traumatismos	8.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. 8.e. Se han aplicado primeros auxilios ante simulación de patologías orgánicas de urgencia y de lesiones por agentes físicos, químicos y biológicos.
		Actuaciones en urgencias por patologías orgánicas	
Alimentación y nutrición.	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.	Nutrición y nutrientes	6.d. Se ha calculado el balance energético entre ingesta y actividad física. 6.e. Se ha confeccionado una lista de hábitos dietéticos saludables.
		Glúcidos, lípidos y proteínas	
		Vitaminas, minerales y fibra alimentaria	
		Obtención de la energía	
Nutrición deportiva.	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.	Nutrición y práctica deportiva	6.f. Se ha establecido la proporción de nutrientes en función del tipo de esfuerzo físico.
		Vías metabólicas para obtención energía	
		Dietética y suplementación deportiva	

<b>TERCERA EVALUACIÓN</b>	Biomecánica de la postura y el movimiento.	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.	Biomecánica de la actividad física	2.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. 2.b. Se han clasificado los principales movimientos articulares del cuerpo humano en función de los planos y ejes del espacio. 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.
			La realización de movimientos	2.d. Se han utilizado símbolos y esquemas gráficos para interpretar y representar movimientos y ejercicios tipo. 2.e. Se han definido los aspectos que hay que tener en cuenta durante la ejecución de los ejercicios y las posibles contraindicaciones. 2.f. Se han adaptado ejercicios a diferentes niveles de desarrollo de la fuerza y de la amplitud de movimiento.
			Ejercicios de entrenamiento biomecánico	3.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.
			Prevención de lesiones	
	Fatiga y recuperación.	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.	La fatiga física	1.d. Se han indicado los mecanismos fisiológicos que conducen a un estado de fatiga física. 6.a. Se han seleccionado las técnicas que facilitan la recuperación tras los distintos tipos de esfuerzo físico. 6.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. 6.c. Se han realizado las maniobras básicas de masaje de recuperación.
			Recuperación de la fatiga	
	Cualidades físicas básicas. Elaboración de programas de acondicionamiento.	Elabora programas de acondicionamiento físico básico, aplicando los fundamentos de los distintos sistemas de mejora de las capacidades físicas básicas.  Relaciona los niveles de intensidad del ejercicio físico con las adaptaciones fisiológicas de los sistemas cardiorrespiratorio y de regulación, analizando el comportamiento de los mismos.	Los programas de acondicionamiento	3.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. 3.d. Se ha establecido una secuencia de ejercicios para el desarrollo de las capacidades físicas. 3.e. Se ha demostrado la ejecución de los ejercicios de acondicionamiento físico básico y de los de mejora de las capacidades perceptivo-motrices. 3.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. 3.g. Se ha determinado el equipamiento y material tipo para el desarrollo de la condición física y motriz y sus posibles aplicaciones.
			Diseño de programas de acondic.	
			Fuerza: entrenamiento resistido	
			Resistencia: entrenamiento cardioresp.	
ADM: entrenamiento de la amplitud				
Velocidad: ento pliométrico y velocidad				
Adaptaciones del programa				

CRITERIOS DE CALIFICACIÓN	PDRROCEDIMIENTOS DE RECUPERACIÓN
Todos los criterios de evaluación tienen la misma ponderación.	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ El alumnado que, tras aplicar los criterios de calificación en cada trimestre, no obtenga una calificación mínima de 5 de media en los criterios de evaluación tratados, no superará dicha evaluación.</li> <li>✓ Para recuperar el parcial o los parciales no superados durante un trimestre, se realizará una prueba durante el siguiente trimestre. Del mismo modo, habrá una prueba final de recuperación en el mes de junio.</li> <li>✓ Para el alumnado que quiera optar a subir nota se realizará durante el mes de junio una prueba con todos los contenidos trabajados durante el curso, además de la presentación de los trabajos o actividades que el profesorado estime oportunos.</li> <li>✓ La calificación ordinaria será la media de la calificación obtenida en todos los criterios de evaluación que han sido tratados durante el curso.</li> </ul>
INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN	
<b>Pruebas escritas</b> (tipo test y/o desarrollo de cuestiones) y orales.	
<b>Trabajos</b> teórico-prácticos (de tipo demostrativo y/o pequeña investigación), exposiciones	
Realización y análisis de sesiones prácticas.	
<b>Registros de observación</b> (diario del profesor, informe, anecdotario de hechos significativos, escala de conductas, escala de observación de actitudes).	

\* **Todo intento de copia**, cualquiera que sea el método utilizado, supone la retirada de la prueba y la **calificación de suspenso (0 puntos)** en la prueba en cuestión.

\* Si no se asiste a clase el día de una prueba escrita, ésta deberá realizarse cuando sea posible según la consideración del profesor y siempre que la falta esté debidamente justificada.