FAMILIA PROFESIONAL DE ACTIVIDADES FÍSICAS Y DEPORTIVAS

TÉCNICO SUPERIOR EN ACONDICIONAMIENTO FÍSICO

TÉCNICAS DE HIDROCINEA

1. ntroducción

Este módulo de Acondicionamiento Físico en el agua (AFA) se desarrolla en el marco jurídico
vigente de la Formación Profesional en España, concretamente:
- Ley Orgánica 3/2022, de ordenación e integración de la FP.
- Real Decreto 659/2023, que establece la ordenación general del Sistema de FP.
- Real Decreto 500/2024, que regula la ordenación específica de los ciclos de Grado D (Grado
Superior).
- Decreto andaluz 147/2025, de ordenación de las enseñanzas de FP en Andalucía.
- Orden de 18 de septiembre de 2025, sobre evaluación en FP en Andalucía.
- Orden de 26 de septiembre de 2025, que regula la fase de formación en empresa u organismo equiparado (FFEOE) en Andalucía.

En el Grado D, la formación adopta un carácter dual y competencial, integrando la fase de formación en empresa u organismo equiparado (FFEOE). Esta fase se vincula directamente a los Resultados de Aprendizaje (RA) de cada módulo, de modo que las evidencias obtenidas en la empresa forman parte de la evaluación de los RA del módulo, junto con las actividades desarrolladas en el centro educativo.

El módulo al que se refiere esta programación es el Técnicas de Hidrocinesia, siendo la denominación que recibe en el Decreto 147/2025 y su Orden del 18 de septiembre de 2025, por la que se establece para la Comunidad de Andalucía el Plan de Estudios del ciclo formativo de Grado Superior correspondiente al título de Técnico Superior en Acondicionamiento Físico.

La Hidrocinesia es un campo de actividad deportiva a medio camino entre la fisioterapia y el fitness acuático que se halla en pleno auge y todavía por explotar. Este módulo aborda las técnicas de realización de ejercicios dentro del agua, métodos de control postural, bienestar y mantenimiento funcional, relacionándolos con las características de los sujetos que asisten a la actividad. Asimismo se exploran y ponen en práctica métodos de relajación e introspección dentro del medio acuático, facilitando la liberación de tensión y estrés ligados en la actualidad a los modelos de vida y trabajo generales en la mayoría de la población.

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

Este módulo contribuye al logro de los siguientes objetivos generales del ciclo de Técnico Superior en Acondicionamiento Físico, establecidos en el Real Decreto 651/2017, de 23 de junio:

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.

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.

h) Establecer los elementos de la programación, los recursos y la metodología específica, relacionándolos con las características de las personas potencialmente participantes, para programar las actividades de control postural, bienestar, mantenimiento funcional e hidrocinesia.

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.

ñ) Aplicar la metodología más adecuada corrigiendo movimientos o posturas erróneas y teniendo como referente el modelo biomecánico para dirigir y dinamizar la realización de las técnicas programadas y los ejercicios de control postural, bienestar y mantenimiento funcional e hidrocinesia.

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

Este módulo contribuye a la adquisición de las siguientes competencias profesionales, personales y sociales del título de Técnico Superior en Acondicionamiento Físico, recogidas en el Real Decreto 651/2017, de 23 de junio:

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.

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.

g) Programar las actividades de control postural, bienestar, mantenimiento funcional e hidrocinesia, en función de las características de los grupos, de los medios disponibles y de los datos de seguimiento, indicando la metodología más apropiada.

j) Diseñar y secuenciar los ejercicios de las sesiones o actividades de control postural, bienestar, mantenimiento funcional e hidrocinesia para todo tipo de

participantes, respetando los objetivos y las fases de las sesiones o actividades.

m) Dirigir y dinamizar la realización de las técnicas programadas y los ejercicios de control postural, bienestar y mantenimiento funcional e hidrocinesia, adaptándolas a la dinámica de la actividad y a la del grupo.

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.

q) Organizar y coordinar equipos de trabajo con responsabilidad, supervisando el desarrollo de este, manteniendo relaciones fluidas y asumiendo el liderazgo, así como aportando soluciones a los conflictos grupales que se presenten.

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.

v) Ejercer sus derechos y cumplir con las obligaciones derivadas de su actividad profesional, de acuerdo con lo establecido en la legislación vigente, participando activamente en la vida económica, social y cultural.

4. Relación de cualificaciones y unidades de competencia del catálogo nacional de cualificaciones profesionales con el módulo Fitness acuático e hidrocinesia

AFD511_3 (Real Decreto 146/2011, de 4 de febrero por el que se complementa el Catálogo Nacional de Cualificaciones Profesionales, mediante el establecimiento de doce cualificaciones profesionales de la Familia Profesional Actividades Físicas y Deportivas, y se actualizan determinadas cualificaciones profesionales de las establecidas en el Real Decreto 295/2004, de 20 de febrero, en el Real Decreto 1087/2005, de 16 de septiembre, y en el Real Decreto 1521/2007, de 16 de noviembre)

UC0273_3 Determinar la condición física, biológica y motivacional del usuario.
UC1663_3 Diseñar y ejecutar habilidades y secuencias de fitness acuático.
UC1664_3 Programar, dirigir y dinamizar actividades de fitness acuático.
UC1665_3 Elaborar y aplicar protocolos de hidrocinesia.
UC0272_2: Asistir como primer interviniente en caso de accidente o situación de emergencia.

[Aclaración normativa actualizada]
La implantación de la Ley Orgánica 3/2022 de ordenación e integración de la Formación Profesional se está realizando de forma progresiva. Hasta que se desarrolle reglamentariamente el Catálogo Nacional de Estándares de Competencias Profesionales, continúan en vigor las disposiciones del Real Decreto 1128/2003, de 5 de septiembre, por el que se regula el Catálogo Nacional de Cualificaciones Profesionales.

De igual modo, hasta que se produzca el desarrollo reglamentario correspondiente del Catálogo Modular de Formación Profesional, se mantiene la vigencia de la ordenación recogida en dicho Real Decreto 1128/2003.

Asimismo, el Instituto Nacional de las Cualificaciones (INCUAL) continuará rigiéndose por el Real Decreto 375/1999, de 5 de marzo, hasta su futura reordenación.

Finalmente, debe tenerse en cuenta que, conforme a la normativa vigente, no todos los módulos profesionales tienen que estar asociados necesariamente a estándares de competencia, por lo que la ausencia o presencia de dicha asociación no condiciona el diseño curricular ni metodológico de la programación.

5. Contenidos y Unidades de Trabajo

UT 1: Fundamentos y conceptualización de la hidrocinesia.

Fundamentos, origen y conceptualización en hidrocinesia, campos de aplicación, beneficios y contraindicaciones.

Colectivos diana en las actividades de hidrocinesia: mujeres embarazadas, personas mayores de 50 años, personas obesas, estrés, afecciones del raquis y post rehabilitación, entre otros. Características y disfunciones habituales.

Efectos de las actividades de hidrocinesia sobre las capacidades físicas, perceptivo- motrices y coordinativas. Uso específico de las propiedades del medio acuático en los programas de hidrocinesia:
- La temperatura del agua como fuente de sensaciones de bienestar y grado de relajación.
- La presión hidrostática, la viscosidad y el estímulo hidrocinetico como fuentes de mejora del retorno venoso, sensaciones de descarga articular, estimulación, facilitación o resistencia de movimientos.

UT 2: Espacios de intervención, equipamiento y medios materiales.

Espacios acuático para las actividades de hidrocinesia: balneoterapia, talasoterapia e hidrocinesisterapia. Usos mineromedicinales en las terapias acuáticas.

Espacios y materiales. Descripción, demostración y supervisión del uso del material.

Adaptación de materiales. Mantenimiento operativo.

Accesibilidad y funcionalidad. Requisitos de seguridad. Adaptación de espacios acuáticos convencionales. Temperatura ambiente y del agua, tipo de suelo y tipo de vaso, entre otros.

Recursos y materiales específicos y de apoyo complementario.
- Accesorios que aumentan la flotabilidad.
- Accesorios que generan resistencia por su flotabilidad.
- Asistencia directa, indirecta y ayudas técnicas.
- Conservación y mantenimiento. Procedimientos de supervisión, cuidado, mantenimiento y almacenaje de materiales utilizados en actividades de hidrocinesia.
- Anomalías más frecuentes de los aparatos y material tipo.
- Técnicas, tipos de tratamientos: aplicaciones directas y complementarias en los protocolos de hidrocinesia:
+Aplicación de tipos de baños, duchas, chorros a presión, talasoterapia, técnicas SPA, sauna y jacuzzi, entre otros
+ Usos según temperatura: fríos, calientes, bitérmicos y combinaciones; simples, parciales o totales, de vapor, de remolino, galvánicos, hidromasaje termal.
+ Aplicación de tipos de duchas: babosa, de lluvia, filiforme, escocesa bitérmica nebulizada.
+ Tipos de chorros, sin presión, de presión y subacuático.
+ Abluciones, talasoterapia, técnicas SPA, sauna y jacuzzi, entre otros.

UT 3: Elaboración y diseño de protocolos de hidrocinesia.
* Elementos necesarios en un protocolo de hidrocinesia genérico y particularidades en casos específicos. Programación y secuenciación a medio y largo plazo.

* Valoración funcional. Pruebas específicas e interpretación de informes.
- Adecuación de protocolos según perfil de personas participantes.
- Diseño de protocolos de hidrocinesia. Protocolos generales (prescripciones preventivas), protocolos de perfil (niveles, movimientos y técnicas específicas) y protocolos de necesidad.
- Determinación de objetivos. Planificación de actividades acuáticas y de actividades y técnicas complementarias. Determinación del seguimiento y evaluación del protocolo. Registro documental.
*Adaptación de los factores de la prescripción en hidrocinesia a partir del protocolo de
referencia de los diferentes grupos poblacionales (UT5 a UT10) Intensidad, volumen, densidad, carga de entrenamiento y recuperación.
*Responsabilidades del técnico: condiciones de seguridad de su competencia relativos al estado de las instalaciones, los equipamientos y el material.
*Fichas para el registro de incidencias en las instalaciones y los equipamientos.

*Seguridad y prevención de riesgos en las instalaciones acuáticas. Legislación básica.

UT4 Dirección y dinamización de sesiones de hidrocinesia. Técnicas específicas.

* Programas de hidrocinesia: vinculación con las aplicaciones terapéuticas, jerarquía de responsabilidades. Condiciones de desenvolvimiento en el medio para la práctica en hidrocinesia. Adquisición y recuperación de las capacidades condicionales ycoordinativas en hidrocinesia.

*Técnicas de dirección de actividades. Ubicación y desplazamiento del técnico y del grupo. Control de participación de las personas usuarias e interacción técnico/participante. Diversificación de actividades y adaptación por niveles dentro del grupo. Previsión de incidencias y control de contingencias.

*Diversificación de actividades y adaptación por niveles dentro del grupo. Movimientos activos y pasivos. Defectos y errores más comunes en los gestos técnicos.

*Técnicas específicas de representación gráfica y escrita.

*Técnicas de comunicación en la dirección y dinamización de actividades de hidrocinesia.

*Aplicación de sistemas y estilos.

*Fatiga en las actividades y en los ejercicios propios de la hidrocinesia. Síntomas y signos de fatiga general y localizada. La sobrecarga muscular por repetición: medidas y acciones de descarga.

*Técnica de los movimientos característicos de hidrocinesia para los diferentes perfiles de personas usuarias (UT5 a UT9)
-Localización de errores posturales y de ejecución. Información sobre conocimiento de la ejecución y de los resultados. Detección de la fatiga general y localizada. Consignas que ayudan a reinterpretar sensaciones.
- Aspectos clave y variables a considerar, localización muscular, fases, amplitud, dirección, ritmo, intensidad y resistencia a vencer.
- Movimientos activos y pasivos. Defectos y errores más comunes en los gestos
técnicos.
- Técnicas manipulativas básicas. Posiciones de seguridad, elementos y ayudas auxiliares para prevenir daños y lesiones.
- Ayudas Técnicas para déficit de funcionalidad.
- Estrategias de motivación hacia la ejecución. Refuerzo de la percepción de logro.
- Variantes y Técnicas manipulativas en las actividades de hidrocinesia. Ejecución, demostración y descripción de movimientos característicos. Ayudas: manuales, mecánicas, visual y medios audiovisuales.

UT5 Población geriátrica.

*Características y determinantes funcionales en la tercera y cuarta edad.
*Terapia acuática preventiva y retraso del envejecimiento.
*Dolencias reumatoides y objetivos específicos asociados en población geriátrica.
*Trastornos neuromusculares degenerativos más frecuentes.
*Test funcionales y valoraciones específicas. Análisis e interpretación de los datos para el establecimiento de los objetivos.
*Especificaciones de los elementos de la carga en población geriátrica.
*Diversificación de niveles y adecuación de actividades dentro del grupo.
*Puesta en marcha de actividades que favorezcan las relaciones interpersonales y la socialización positivas, adecuadas al perfil poblacional.

UT6 Patologías del raquis.

*Características de la población afectada por patologías en la columna. .
Implicaciones funcionales y patologías asociadas a las patologías más frecuentes: escoliosis, hiperlordosis o cifosis, patologías vertebrales, etc.
* Metodología de trabajo y especificaciones en las diferentes patologías.
* Valoración inicial y localización de errores posturales y déficits funcionales.
*Evaluación y análisis de la evolución individual.

UT7 Embarazo y post parto.

*Anatomía de la embarazada. Fases del parto y consecuencias relevantes en la realización de actividad física y la fase de recuperación.
* Dificultades y patologías en embarazo y postparto. Aspectos preventivos y contraindicaciones.
*Beneficios y consideraciones del movimiento y la terapia en el medio acuático.
* Técnica de los ejercicios y especificaciones relevantes de estos.
*Estructura de la programación y especificaciones en los diferentes trimestres, según contraindicaciones y particularidades del embarazo y evolución en el postparto.

UT8 Lesiones y readaptación.

*Fases en el proceso de readaptación: reposo relativo y movilización temprana, recuperación de rangos de movilidad, aumento de la carga centrado en volumen, enfocado en la intensidad y recuperación de la fuerza, movimientos específicos de modalidad deportiva.
*Revisión de las limitaciones y necesidades de las lesiones o grupos de estas más frecuentes en terapia acuática.
*Administración de las cargas y evaluación del proceso para la revisión de fases y evolución prevista.

UT9 Hidroterapia y diversidad funcional.

*Tipos y clasificaciones de diversidad funcional: tdah, TEA, discapacidades físicas, psíquicas y sensoriales.
*Características de los tipos de población y terapias acuáticas para los perfiles de población más frecuentes en terapia acuática.
*Especificaciones y metodología en las terapia acuáticas: método Halliwik.
*Aplicación de desestabilizadores y movimientos de rotación del participante en el medio acuático.

UT10 Técnicas de relajación e introspección.

*Adaptación de las técnicas específicas de hidrocinesiterapia.
- Watsu. Movilizaciones pasivas en el agua. o método Bad Ragaz. Fijación del participante, dirección y control de los parámetros de los ejercicios.
- Ai Chi. Realización de Técnicas de taichí adaptadas al medio acuático.
- Feldenkrais acuático. Integración funcional en el agua.

UT11 Evaluación para protocolos de hidrocinesia.

*Procedimientos y pautas de aplicación de instrumentos de evaluación en hidrocinesia.
*Confección de plantillas de registro. Protocolos de aplicación y seguimiento.
*Parámetros e indicadores de la ejecución. Eficacia de estrategias de instrucción, motivación y refuerzo. Rentabilidad de las ayudas y apoyos utilizados y coherencia de las adaptaciones realizadas, entre otros.
* Parámetros e indicadores del nivel de seguridad.
*Parámetros e indicadores en la evaluación de la programación de la sesión.
*Idoneidad de las actividades en relación con los objetivos, adecuación de los espacios, medios previstos, entre otros.
*Valoración del resultado y del proceso, evolución y mejora de las adaptaciones funcionales y control de la calidad del servicio.
*Registro, tratamiento estadístico e interpretación de datos, soportes informáticos aplicados a la evaluación de los programas.
*Memorias de evaluación. Confección de memorias y elaboración de propuestas de mejora.

6. Evaluación y calificación

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

RA1. Analiza los movimientos característicos de las actividades de hidrocinesia, valorando su implicación en la mejora funcional.
a) Se han establecido criterios para determinar el nivel de autonomía en el medio acuático que posibilite el desarrollo de las actividades de hidrocinesia.
b) Se han fundamentado los puntos críticos de los movimientos característicos en hidrocinesia, valorando su aportación en la mejora funcional específica.
c) Se han definido los márgenes de amplitud e intensidad que no deben ser superados en los movimientos y en los ejercicios para prevenir lesiones.
d) Se han descrito los signos y síntomas de fatiga y sobrecarga más frecuentes en este tipo de actividades.
e) Se han valorado técnicas y acciones complementarias a las realizadas en las actividades de hidrocinesia para optimizar el resultado de los protocolos específicos.
f) Se han interpretado símbolos y esquemas gráficos utilizados para representar movimientos y ejercicios relacionados con la hidrocinesia.
g) Se han relacionado las condiciones del medio acuático con los detalles técnicos y posturales de las actividades de hidrocinesia.
h) Se han descrito las características y condiciones de seguridad de los diferentes aspectos de las actividades de hidrocinesia.

RA2. Supervisa y prepara el espacio de intervención y los medios materiales, asegurando su buen estado y correcto funcionamiento dentro de los parámetros de uso seguro y eficiente en las actividades de hidrocinesia.
a) Se ha valorado el estado del espacio acuático y de los equipamientos necesarios para el desarrollo de actividades de hidrocinesia.
b) Se han establecido procedimientos para la manipulación, el tratamiento, el almacenaje y el inventario de los recursos materiales existentes para la hidrocinesia.
c) Se han establecido procedimientos para detectar y corregir anomalías en los elementos específicos, los materiales y los equipos utilizados en actividades de hidrocinesia.
d) Se han garantizado las condiciones de accesibilidad a la instalación y al espacio de práctica, valorando los elementos que pueden suponer barreras arquitectónicas y estableciendo las ayudas técnicas.
e) Se ha comprobado el estado de los medios y los recursos propios de los protocolos de seguridad y de prevención de riesgos en su área de responsabilidad.

RA3. Elabora protocolos de hidrocinesia para el cuidado corporal, adecuándolos a las necesidades y expectativas de distintas tipologías de personas usuarias.

a) Se han relacionado las actividades específicas de hidrocinesia con las características y los déficits de funcionalidad de los perfiles de personas usuarias concretas.

b) Se han formulado objetivos intermedios y finales de los protocolos de hidrocinesia, valorando los registros de nivel funcional, motivacional y de condición física y biológica de las personas usuarias.

c) Se han seleccionado actividades, ejercicios y técnicas específicas de hidrocinesia, en función de sus efectos y del momento de aplicación.

d) Se ha determinado la distribución temporal de cargas y ejercicios en función de la evolución estimada.

e) Se han determinado los medios y las ayudas técnicas necesarias en las actividades de hidrocinesia y las adaptaciones que permiten la participación en las mismas a las personas con discapacidad.

f) Se han establecido las técnicas manipulativas de fijación, corrección y movilidad pasiva que deben emplearse en los ejercicios de hidrocinesia.

g) Se han establecido pautas para optimizar las relaciones interpersonales entre quienes participan en las actividades de hidrocinesia, promoviendo su integración.

h) Se han utilizado técnicas de documentación, redacción, registro y presentación de los protocolos de hidrocinesia.

RA4. Dirige sesiones de hidrocinesia, instruyendo y aplicando técnicas específicas de apoyo conforme a la estructura y metodología expresadas en el protocolo de referencia.

a) Se ha proporcionado información sobre la estructura y finalidad de la sesión, sobre los aspectos generales de prevención y los que facilitan la realización de los ejercicios.

b) Se ha explicado la ejecución, los objetivos y la utilización de los materiales en los ejercicios, resaltando las sensaciones que deben percibirse, los límites que no se deben sobrepasar, las pautas para la recuperación y los posibles errores de ejecución.

c) Se ha demostrado el uso y manejo de los aparatos y del material y la ejecución de los diferentes ejercicios, así como la aplicación de las ayudas manuales en los casos en los que resulten necesarias.

d) Se han adaptado los parámetros de las actividades de hidrocinesia, ajustando el nivel de ejecución de los ejercicios a los límites de seguridad que requiere cada perfil de participante.

e) Se han utilizado las técnicas específicas para la corrección de errores de ejecución.

f) Se han detectado signos y síntomas de fatiga, sobrecarga y dolor durante la ejecución de los ejercicios.

g) Se ha supervisado el cumplimiento de las recomendaciones de uso de los materiales por parte de las personas participantes.

h) Se ha utilizado una metodología en la práctica que favorece la participación y la desinhibición.

RA5. Evalúa el proceso y los resultados obtenidos en el desarrollo de protocolos de hidrocinesia, verificando la calidad del servicio, el grado de consecución de los objetivos y la satisfacción de quienes han participado.

a) Se ha establecido el procedimiento de evaluación de la calidad del funcionamiento del espacio acuático.
b) Se han definido los parámetros para evaluar el desarrollo de la sesión de actividades de hidrocinesia, atendiendo a los objetivos previstos en la programación.
c) Se han seleccionado instrumentos de evaluación del progreso, de la evolución, de los resultados, del grado de satisfacción y de la motivación en actividades de hidrocinesia.
d) Se han determinado los instrumentos, las técnicas y la secuencia temporal de evaluación del proceso y del resultado, en función de las características de cada protocolo de hidrocinesia y de las previsiones de evolución.
e) Se han registrado e interpretado los datos obtenidos, utilizando técnicas estadísticas elementales.
f) Se han planteado propuestas de mejora de los programas de actividades de control postural, bienestar y mantenimiento funcional, a partir de la interpretación de los datos.
g) Se han elaborado memorias del procedimiento de evaluación desarrollado, según un modelo establecido y en soportes informáticos.

B. CALIFICACIÓN

- Trabajo teórico-práctico (20%): 1.c/1.e/1.g/3.a/3.c/3.d
- Coevaluación (20%) 5.a/ 5.b/ 5.c/ 5.d/ 5.e/ 5.f
- Elaboración protocolos hidrocinesia (5%): 3.a/ 3.b/ 3.c/ 3.d/ 3.e/ 3.f
- Dirección y dinamización de protocolos (10%): 4.a/
- Trabajos varios (15%)
- Examen (30%)

7. Aspectos metodológicos, materiales y recursos didácticos Metodología

La organización y desarrollo del proceso de enseñanza aprendizaje tendrá lugar a través de las sesiones de tipo teórico y práctico desarrolladas en el aula y en las distintas instalaciones deportivas del centro (aulas polivalentes,gimnasio, pistas, etc.) y como se detallará más adelante, en distintas instalaciones municipales y privadas. Hay que señalar que en algunas ocasiones se adaptará el uso de determinadas instalaciones convencionales del centro (espacios exteriores anexos a los distintos edificios del centro, aulas, etc.) para su uso en el desarrollo de actividades físico-deportivas
Se utilizarán distintos estilos de enseñanza en función de determinados condicionantes (mayor o menor autonomía del alumnado, dificultad de los contenidos, etc.), aunque siempre se intentará la consecución de aprendizajes significativos y de la participación activa del alumnado.

El alumno/a deberá mostrar una actitud receptiva y de participación en todas las clases, intentando crear un ambiente idóneo para el aprendizaje.
En las sesiones de clase los contenidos de enseñanza y aprendizaje se desarrollarán entre otras, a través de los siguientes tipos de actividades:

a) En el aula:
• Exposiciones de tipo teórico-conceptual por parte del profesor, así como del alumnado
• Experimentación y práctica de ejercicios, tareas, circuitos, sesiones, progresiones, entrenamientos, planificaciones, metodologías, técnicas y todo tipo de actividades necesarias para el desarrollo de las habilidades necesarias para alcanzar de forma satisfactoria los trabajados.
• Situaciones de reflexión y análisis colectivo de cuestiones relativas a los contenidos del módulo.
• Preparación y exposición de temas, apuntes, diferentes materiales etc. por parte de los alumnos/as a sus compañeros y compañeras de clase.
• Búsqueda de información, etc.
• Debates o discusiones en grupo sobre contenidos del módulo.
• Situaciones de práctica docente (un alumno o alumna desarrolla una sesión de clase preparada previamente por encargo del profesor o profesora), que pueden ser desarrollados con alumnado del propio instituto o de la comunidad educativa de la localidad.
• Todas actividades que sean necesarias para el adecuado desarrollo del proceso de enseñanza- aprendizaje

b) En cualquiera de las instalaciones deportivas antes descritas:
• Presentación, explicación, demostración y realización de tareas motrices para el aprendizaje y perfeccionamiento de las habilidades necesarias para alcanzar de forma satisfactoria los contenidos trabajados.
• Experimentación y práctica de ejercicios, tareas, circuitos, sesiones, progresiones, entrenamientos, planificaciones, metodologías, técnicas y todo tipo de actividades necesarias para el desarrollo de las habilidades necesarias para alcanzar de forma satisfactoria los contenidos trabajados.
• Realización de pruebas específicas de carácter físico
• Elaboración, análisis, exposición, experimentación, organización, puesta en práctica, dirección por parte de los alumnos/as de ejercicios, tareas, circuitos, sesiones, progresiones, entrenamientos, planificaciones, metodologías, técnicas y todo tipo de actividades necesarias para el desarrollo de las habilidades necesarias para alcanzar de forma satisfactoria los contenidos trabajados.
Análisis y reflexión sobre las prácticas realizadas.
Debates o discusiones en grupo sobre contenidos del módulo.
Planteamiento de situaciones de enseñanza recíproca y de coevaluación.
Situaciones de práctica docente (un alumno o alumna desarrolla una sesión de clase preparada previamente por encargo del profesor o profesora).
Situaciones de observación y corrección.

Tipos de actividades
- Iniciales: debates, visionado de vídeos, pruebas iniciales, juegos y dinámicas de grupo.
- De desarrollo:
* De demostración: docencia directa, visita de expertos, visionado de vídeos y asistencia a conferencias.
* De investigación: búsqueda en la web, lectura de artículos y libros específicos.
* De aplicación: actividades de clase, trabajos prácticos, proyectos de grupo y prácticas docentes.
- De refuerzo y ampliación: actividades de recuperación, trabajos alternativos, técnicas
de estudio, MOOC y programas individualizados.
* Complementarias y extraescolares: semanas temáticas, prácticas en centros deportivos
concertados y colaboraciones externas.
*De evaluación: pruebas teóricas y prácticas, test físicos, exposiciones orales, fichero de actividades, trabajos y prácticas docentes.

Materiales
- Didácticos:
- Audiovisual: ordenadores, proyector, tableta digital y teléfono móvil.
- Didáctico impreso: libros de texto, artículos de revistas especializadas y plantillas para prácticas.
- Deportivo: específico de entrenamiento y Educación Física.
- TIC: Google G-Suite, App de móviles
- Curriculares:
*Bibliografía especializada de consulta.
*Material curricular existente en páginas web específicas de Formación profesional y de entrenamiento deportivo.
*Apuntes elaborados por el profesor

8. Actividades complementarias y extraescolares

Visitas a diferentes instalaciones como:
• Visita a Balnearios y/o Spa.
• Visita a un centro de Talasoterapia
• Centro de alto rendimiento deportivo de Sevilla o Sierra Nevada.
• Visita a piscina del centro Aprona.
• Charlas y prácticas de nuevas técnicas, entrenamientos o equipamientos de fitness acuático en centros deportivos de la localidad. Visita a centros deportivos de la localidad para recibir formación específica en cuanto a técnicas, estrategias, metodología, material, equipamientos, etc. que tengan relación directa con alguno de los módulos del ciclo.

9. Atención a pendientes y medidas de recuperación

La atención a pendientes y la recuperación de aprendizajes no adquiridos constituye un elemento clave dentro del proceso de evaluación continua del módulo. De acuerdo con la Ley Orgánica 3/2022, el Real Decreto 659/2023 y la Orden de 18 de septiembre de 2025, las medidas de recuperación deben garantizar la posibilidad de que el alumnado acredite la adquisición de los resultados de aprendizaje (RA) en distintos momentos del curso, priorizando estrategias personalizadas y continuas frente a evaluaciones extraordinarias aisladas.

Este apartado recoge las medidas de atención a la diversidad, los procedimientos de recuperación trimestral y final, así como las actuaciones previstas para el alumnado con módulos pendientes de cursos anteriores.

9.1. Medidas de atención a la diversidad

De acuerdo con la normativa vigente, se adoptarán las medidas necesarias para garantizar la equidad y la inclusión educativa, priorizando las adaptaciones metodológicas y organizativas frente a las curriculares. Estas medidas estarán orientadas a facilitar el acceso y la participación de todo el alumnado en las actividades formativas del módulo, ajustando los contenidos teórico- prácticos, la metodología o la temporalización en aquellos casos que así lo requieran.

En el curso 2025-2026, no se ha detectado inicialmente ningún caso que requiera adaptaciones curriculares significativas. No obstante, el profesorado aplicará las adaptaciones necesarias en función de las necesidades sobrevenidas, garantizando siempre la consecución de los resultados de aprendizaje establecidos en el currículo oficial.

9.2. Proceso de recuperación trimestral durante el curso

El módulo de Fitness en Sala de Entrenamiento Polivalente se rige por un modelo de evaluación continua y formativa. En coherencia con la Orden de 18 de septiembre de 2025, el alumnado dispondrá de mecanismos de recuperación integrados a lo largo del curso, que permitirán acreditar los aprendizajes no adquiridos sin necesidad de esperar a la evaluación final.

Cuando sea necesario, se elaborará una Propuesta de recuperación, que incluirá:

- Descripción esquemática de las actividades o pruebas de recuperación planteadas.
- Vía de comunicación con el alumnado (iPasen)
- Plazos y condiciones de entrega.
- Fecha y hora de la prueba escrita o práctica, en caso de que proceda.
- Ámbito de la recuperación (1.o, 2.o y/o 3.o trimestre).

La comunicación será siempre fehaciente y quedará registrada, conforme establece la normativa autonómica.

9.3. Concreción de las actividades de recuperación

Las actividades de recuperación se diseñarán en función de los resultados de aprendizaje (RA) no superados y podrán incluir:
Pruebas escritas de los contenidos teóricos no superados.
Entrega o subsanación de actividades no realizadas o no superadas durante el trimestre correspondiente.
Pruebas prácticas de ejecución o de diseño, en el caso de RA vinculados a habilidades técnicas, metodológicas o de dirección de actividades en sala.
En todos los casos, los instrumentos de evaluación se corresponderán con los criterios y ponderaciones establecidos en los mapas curriculares del módulo.

9.4. Recuperación final en junio

El alumnado que no haya superado algún RA durante el curso dispondrá de una oportunidad final concentrada en el mes de junio para acreditar los aprendizajes esenciales. Esta recuperación final consistirá en una propuesta única e integrada, que podrá combinar:

Pruebas teóricas específicas.
Ejecución práctica y análisis técnico de ejercicios en sala.
Entrega de tareas o trabajos complementarios vinculados a los RA no adquiridos.

La recuperación final se calificará aplicando las ponderaciones correspondientes a cada RA.

9.5. Alumnado repetidor

El alumnado que repite el módulo deberá cursarlo en su totalidad, sin conservar calificaciones parciales de resultados de aprendizaje (RA) superados en cursos anteriores.
Aunque la Orden de 18 de septiembre de 2025, por la que se regula la evaluación del alumnado que cursa enseñanzas de Formación Profesional en Andalucía, contempla la posibilidad de mantener la calificación de los RA aprobados en convocatorias anteriores, en esta programación se establece expresamente que no se conservarán los RA superados.
Esta decisión responde a la naturaleza eminentemente práctica y procedimental del módulo de Fitness en Sala de Entrenamiento Polivalente, en el que la competencia profesional exige una participación activa, continuada y actualizada en todas las unidades de trabajo. Se considera pedagógicamente necesario que el alumnado repetidor vuelva a desarrollar íntegramente el módulo, tanto en su vertiente teórica como práctica, para garantizar la

adquisición, consolidación y actualización de las competencias profesionales vinculadas.

En consecuencia, el alumnado repetidor deberá asistir regularmente a clase, realizar todas las actividades propuestas y superar las evaluaciones correspondientes a cada resultado de aprendizaje durante el nuevo curso académico.

En las actas de evaluación, se consignará la calificación obtenida en el nuevo proceso de enseñanza-aprendizaje, sin que se mantengan calificaciones parciales de cursos anteriores, de acuerdo con lo establecido en esta programación.