

(AFDA0210) EGOKITZE FISIKOA ERABILERA ANITZEKO ENTRENAMENDU-GELAN

Ikastaro hau Kualifikazio Sistema Nazionalaren Katalogo Modularrekin erlazionatuta dago. Beraz, ikastaro arautua eta ofiziala da.

ORDU KOPURUA: 470

GAITASUN ATALA:

1. MF0273_3: Erabiltzailearen egoera fisikoa, biologikoa eta motibazionala zehaztea.
2. UC0274_3: Erabilera Anitzeko Entrenamendu Gela baten ekintza propioak antolatzea.
3. UC0275_3: Balioanitzeko Entrenamendu Geletako berezko materialarekin jarduerak zuzentzea erabiltzailearen osasun irizpideak eta ingizatea sustatuz.
4. UC0272_2: Istripu edo larrialdi-egoeretan lehen esku-hartzaile gisa laguntzea.

EDUKIAK:

1. **MF0273_3 Gaitasun fisikoen balioespena**
 - UF1703 Testak, probak eta galdera-sortak aplikatzea egoera fisiko, biologiko eta motibaziozkoa balioesteko
 - UF1704 Datuen tratamendua, egoera fisiko, biologiko eta motibaziozkoa balioesteko egindako testak, probak eta galdera-sortak baliatuta.
2. **MF0274_3 Erabilera anitzeko Entrenamendu gelan programazio berezia**
 - UF1709 Lehorreko eta uretako fitness-ekitaldiak
 - UF1710 Fitness-jardueren programazioa eta koordinazioa erabilera anitzeko entrenamendu-gelan
 - UF1711 Entrenamendu-programak erabilera anitzeko entrenamendu-gelan.
3. **MF0275_3 Egokitzen fisikoko jarduerak**
 - UF1712 Gaitasun teknikoak, instalazioak eta segurtasuna erabilera anitzeko entrenamendu-gelan
 - UF1713 Entrenamendu-jardueren zuzendaritza eta dinamizazioa erabilera anitzeko entrenamendu-gelan
 - UF1709 Lehorreko eta uretako fitness-ekitaldiak.
4. **MF0272_2 Lehen laguntzak**

(AFDA0210) ACONDICIONAMIENTO FÍSICO EN SALA DE ENTRENAMIENTO POLIVALENTE

Este curso está asociado al Catálogo Modular del Sistema Nacional de Cualificaciones por lo que es una formación reglada y oficial.

NÚMERO DE HORAS: 470

UNIDAD DE COMPETENCIA:

1. UC0273_3: Determinar la condición física, biológica y motivacional del usuario.
2. UC0274_3: Programar las actividades propias de una Sala de Entrenamiento Polivalente (SEP).
3. UC0275_3: Instruir y dirigir actividades de acondicionamiento físico con equipamientos y materiales propios de Salas de Entrenamiento Polivalentes (SEP), atendiendo a criterios de la salud y el bienestar del usuario.
4. UC0272_2: Asistir como primer interviniente en caso de accidente o situación de emergencia.

CONTENIDOS:

1. **MF0273_3 Valoración de las capacidades físicas**
 - UF1703: Aplicación de tests, pruebas y cuestionarios para la valoración de la condición física, biológica y motivacional
 - UF1704: Tratamiento de datos de una batería de tests, pruebas y cuestionarios de valoración de la condición física, biológica y motivacional.
2. **MF0274_3 Programación específica en Sala de Entrenamiento Polivalente.**
 - UF1709 Eventos en Fitness seco y acuático
 - UF1710 Programación y coordinación de actividades de Fitness en un S.E.P.
 - UF1711 Programas de entrenamiento en S.E.P.s
3. **MF0275_3 Actividades de acondicionamiento físico**
 - UF1712 Dominio técnico, instalaciones y seguridad en Salas de Entrenamiento Polivalente (S.E.P)
 - UF1713 Dirección y dinamización de actividades de Fitness colectivo con soporte musical
 - UF1709 Eventos en Fitness seco y acuático.
4. **MF0272_2 Primeros auxilios**

GAINDITZEKO ARAUTEGIA:

- Derrigorrezko asistentzia ordu guztien %75ean.
- IDATZIZKO PROBA:
- Modulu bakoitzaren amaieran idatzizko proba.
- PROBA PRAKTIKOA:
- Modulu bakoitzaren amaieran proba praktikoa.

PLAZA KOPURUA: 25.

NORMATIVA PARA SUPERACIÓN:

- Asistencia al menos al 75% de las horas del curso.
- PRUEBA ESCRITA:
- Al finalizar cada módulo se hará una prueba escrita.
- PRUEBA PRÁCTICA:
- Al finalizar cada módulo se hará una prueba práctica.

NÚMERO DE PLAZAS: 25.

-
- FECHA DE INICIO: 10-12-2014
 - FECHA DE FINALIZACIÓN: 04-12-2015
 - DIAS DE IMPARTICIÓN: De lunes a viernes.
 - LUGAR DE IMPARTICIÓN: Harrobia (Bilbao).
 - HORARIO: 16:00 a 20:00 (4 horas).