

# Egokitze Fisikoa



GOI-MAILAKO ZIKLOA  
2000 ORDU - Euskaraz



## LANBIDE-PROFILA

Titulu honen konpetentzia orokorra da egokitzapen fisikoko programak planifikatzea, prestatzea, koordinatzea, garatzea eta ebaluatzea, erabiltzaile mota guztientzako eta praktikatzeko eremu desberdinetarako (uretarako, fitness aretorako, erabilera anitzeko gelarako), jarduerak dinamizatzuz eta bizi-kalitatea eta osasuna hobetzerako bideratuz, segurtasuna bermatuz eta kalitate-irizpideak aplikatuz, bai prozesuan bai zerbitzuaren emaitzetan.

Gainera gaitasun hauek lortuko dituzu:

- Uretako instalazioetako soroslea
- Eskola Kiroleko Monitore Laguntzailea

## LAN-AUKERAK

- Kirol Zuzendaria egokitzapen fisikoko jardueretan eta kirol-zentroetan.
- Entrenatzaile pertsonala.
- Kirol-eskolako entrenatzailea, profil profesionaleko jardueretan.
- Ur-instalazioetako soroslea.
- Kirol-monitorea:
  - Taldeentzako edo banakako egokitzapen fisikoko jarduerak.
  - Musikarekin egiten diren jarduerak.
  - Kolektibo berezientzako egokitzapen fisikoko jarduerak.
  - Gimnasia leunak eta gorputz-zaintzako jarduerak.
  - Ur-jarduera fisikoak eta igeriketa.
  - Eskolaz kanpoko jarduerak (txikiritmo, aerobic...).

## PRESTAKUNTZA ENPRESAN

- |                 |                     |               |              |
|-----------------|---------------------|---------------|--------------|
| · Metropolitano | · Crossfit Indautxu | · Feel Well   | · Last Fight |
| · Altafit       | · Crossfit Leioa    | · Bibarre     | · Urban Box  |
| · Vivagym       | · Crossfit Basauri  | · Kige        | · Hazi       |
| · Curves        | · Hera Crossfit     | · Nagusia 2.0 | · Ikaika     |

## ZIKLO HAU BUKATU ETA GERO

- Unibertsitateko gradu bat ikastea: Jarduera Fisikoa eta Kirolaren Zientziak...
- HARROBIAko beste goi-mailako ziklo bat ikastea:
  - Marketina eta Publizitatea.
- Beste goi-mailako ziklo bat ikastea:
  - Gizarte- eta Kirol-Irakaskuntza eta -Animazioa...
- Kirol irakaskuntzak egitea (Surf, Igeriketa, Waterpolo...).
- Ziurtagiri profesionalak egitea (Jarduera Fisikoak eta Kirolak).
- Arlo publikoan zein izaera pribatuko entitateetan lan egitea.
- Zure enpresa sortzea.

## IKASTEKO EREDUA: ETHAZI

Erronketan oinarritutako ikaskuntza kolaboratiboa:

- |                   |   |                                            |
|-------------------|---|--------------------------------------------|
| · Irakaslea       | → | · Coach bihurtzen da.                      |
| · Klase teorikoak | → | · Klase praktikoak erronketan oinarrituta. |
| · Banakako lana   | → | · Talde-lana.                              |
| · Azterketak      | → | · Konpetentzien garapena.                  |

## IKASKETA PLANA

### 1-MAILA

|                                               |                                                                                |
|-----------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|
| 1136                                          | Egoera fisikoa baloratzea eta istripuetan esku hartzea (198 h)                 |
| 1149                                          | Musika-euskarriaren bidezko egokitzapen fisikoko oinarritzko jarduerak (198 h) |
| 1151                                          | Egokitzapen fisikoa uretan (198 h)                                             |
| 1153                                          | Kontrol posturala, ongizatea eta mantentze funtzionala (198 h)                 |
| 1665                                          | Produktzio-sektoreei aplikatutako digitalizazioa (60 h)                        |
| 1709                                          | Enplegararritasunerako ibilbide pertsonala I (120 h)                           |
| Prestakuntza Dual Orokorra Enpresan (16 egun) |                                                                                |

### 2-MAILA

|                                               |                                                                                  |
|-----------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|
| 0017                                          | Gizarte-trebetasunak (99 h)                                                      |
| 1148                                          | Fitness-a erabilera anitzeko gelan (240 h)                                       |
| 1150                                          | Musika-euskarriaren bidezko egokitzapen fisikoko jardura espezializatuak (160 h) |
| 1152                                          | Hidrojesia-teknikak (100 h)                                                      |
| 1708                                          | Produktzio-sistemari aplikatutako iraunkortasuna (42 h)                          |
| 1710                                          | Enplegararritasunerako ibilbide pertsonala II (63 h)                             |
| 0179                                          | Ingeles profesionala (63 h)                                                      |
| Hautazko modulua (84 h)                       |                                                                                  |
| 1154                                          | Modulu arteko proiektua (50 h)                                                   |
| Prestakuntza Dual Orokorra Enpresan (60 egun) |                                                                                  |

## HARROBIA +

Tutoretza

Orientazio-Zerbitzua

Ikastaroak: Euskara (C1) + Ingelesa (B2)

Prestakuntza Dual Intentsiboa

Erasmus +

Aukera gehiago

Enplegu Agentzia  
Lehen Aukera  
Urrats Bat