



**PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA**



<b>MÓDULO</b>	FUNDAMENTOS BIOLÓGICOS, SALUD Y PRIMEROS AUXILIOS.
---------------	--

<b>DEPARTAMENTO</b>	<b>ACTIVIDADES FÍSICAS Y DEPORTIVAS</b>
---------------------	---

<b>PROFESORES/AS</b>	JAVIER MOLINA HEREDIA  Primer curso
----------------------	---

<b>NIVEL</b>	FORMACION PROFESIONAL INICIAL	<b>CURSO</b>	PRIMERO
--------------	-------------------------------	--------------	---------

<b>CURSO ACADÉMICO</b>	<b>2020/21</b>
------------------------	----------------

<b>INTRODUCCIÓN</b>
Después de desarrollar 10 pruebas de valoración de 1 punto cada una podemos concluir que existe un nivel muy básico en el conocimiento del cuerpo humano, sus procesos de adaptación y sobre todo en primeros auxilios.

<b>CORRESPONDENCIA ENTRE COMPETENCIAS PROFESIONALES Y OBJETIVOS GENERALES</b>	
<b>COMPETENCIAS PROFESIONALES</b>	<b>OBJETIVOS GENERALES</b>
<p><i>Analizar la respuesta de los diferentes sistemas y aparatos del organismo durante la práctica de actividades físicas y manejar las principales nociones anatómicas relacionadas con el movimiento humano.</i></p> <p><i>Analizar, y en su caso aplicar, los aspectos que condicionan el nivel de salud en la práctica de actividades físico-deportivas en el medio natural.</i></p> <p><i>Analizar y aplicar los procedimientos y las técnicas de primeros auxilios en función del tipo de accidente o lesión y según los protocolos establecidos.</i></p>	<p><b><u>Implementar actividades de conducción de grupos</u></b> estableciendo la información necesaria sobre la ruta y el itinerario, los medios de transporte, el alojamiento o zona de pernoctación, las visitas y las actividades complementarias, y ajustando el servicio prestado en función de las posibles contingencias e imprevistos que se presenten, con el fin de preparar todas las actuaciones que den respuesta a las necesidades de los clientes.</p>
	<p>Analizar y ejecutar las operaciones necesarias para la <b><u>conducción de clientes a pie por senderos o zonas de montaña</u></b> donde no se precise la utilización de material o técnicas de escalada y alpinismo, garantizando la seguridad propia y de los clientes, motivándolos hacia la práctica de actividades físico-deportivas y la conservación del medio ambiente.</p>



	Analizar y ejecutar las operaciones necesarias para la <b>conducción de clientes en bicicleta por diferentes tipos de terrenos</b> , garantizando la seguridad propia y de los clientes, haciendo las reparaciones de urgencia necesarias y motivando a los participantes hacia la práctica de actividades físico-deportivas y la conservación del medio ambiente.
	Analizar y ejecutar las operaciones necesarias para la <b>conducción de clientes a caballo por diferentes tipos de terrenos</b> , garantizando la seguridad propia, de los clientes y de los caballos, así como el cuidado y manutención de estos últimos, y motivando a los participantes hacia la práctica de actividades físico-deportivas, el cuidado de los animales y la conservación del medio ambiente.
	Evaluar las características y comportamientos de los grupos humanos y aplicar <b>técnicas de dinámica de grupos</b> .
	<b>Verificar la calidad de la actividad</b> realizada, mediante la confrontación de los resultados obtenidos con los resultados previstos, valorando las causas o motivos de las posibles desviaciones respecto al servicio programado, e introduciendo las correcciones oportunas con el fin de que se consigan los objetivos marcados.
	Aplicar en todo momento las <b>normas de seguridad e higiene</b> , identificar y prevenir los riesgos de accidentes y dominar las técnicas de evacuación, rescata acuático y administración de primeros auxilios.
	Comprender el <b>marco legal, económico y organizativo</b> que regula y condiciona las actividades profesionales de conducción, identificando los derechos y obligaciones que se derivan de las relaciones laborales, y adquiriendo la capacidad de seguir los procedimientos establecidos y de actuar con eficacia ante las contingencias que puedan presentarse.
	Establecer una eficaz comunicación verbal, escrita y gestual para transmitir y recibir una correcta <b>información y resolver situaciones conflictivas</b> , tanto en el ámbito de las relaciones en el entorno de trabajo como en las relaciones con los clientes.
	Utilizar y buscar <b>fuentes de información y formación</b> relacionadas con el ejercicio de la profesión que posibiliten el conocimiento y la inserción en el sector de las actividades físicas y/o deportivas, y la evolución y adaptación de las capacidades profesionales propias a los cambios tecnológicos y organizativos que se producirán a los largo de toda la vida activa.
	Conocer <b>el sector de la actividad física y el deporte en Andalucía</b>



## CONTENIDOS GENERALES

### 1. Nuestro sistema orgánico: Óseo-articular y muscular

#### **1. Sistema óseo-articular**

##### 1.1 Sistema óseo

- Estructura: Características generales, el esqueleto y los huesos, tipos de hueso, partes de un hueso, composición, la osificación. Esquema

- Funciones:

##### 1.2 Sistema articular

- Estructura: Características generales, partes de las articulaciones y tipos de articulaciones

- Funciones

##### 1.3 Relación del sistema óseo-articular con otros sistemas del cuerpo humano

##### 1.4 Relación sistema óseo-articular con las actividades físico-deportivas en el medio natural.

#### **2. Sistema muscular**

2.1 Estructura sistema muscular: Características generales, tipos de músculos, partes de un músculo, composición. Esquema

2.2 Funciones del músculo esquelético: Movimiento, excitabilidad, elasticidad, contractilidad y tonicidad

2.3 Relación del sistema muscular con otros sistemas del cuerpo humano

2.4 Relación sistema muscular con las actividades físico-deportivas en el medio natural: Alimentación, desarrollo humano, diferencias individuales, AF y deporte, tipológicas corporales y lesiones o alteraciones funcionales

### 2. Nuestro sistema orgánico: Sistema cardio-respiratorio y nervioso

#### **1. Sistema cardio-respiratorio**

##### 1.1 Estructura y funciones del sistema cardio-respiratorio

- Sistema cardio-circulatorio. La sangre, los vasos y el corazón

- Sistema respiratorio: Las vías respiratorias y los pulmones

##### 1.2 Relación con otros sistemas del cuerpo humano

1.3 Relación con las actividades físico-deportivas en el medio natural: Desarrollo humano, sexos, condición física, AF y deporte, tipológicas corporales y lesiones o alteraciones funcionales y alimentación

#### **2. El sistema nervioso**

2.1 Estructura y funcionamiento del sistema nervioso: Características generales, SN Central, periférico y vegetativo

2.2 Relación del sistema nervioso con el resto de sistemas

2.3 Relación del sistema nervioso con la práctica de actividades físico-deportivas en el medio natural: Periodos evolutivos, condición física, nutrición, temperatura corporal y lesiones

### 3. Ejercicio físico: Adaptación al esfuerzo

3.1 Principios generales del entrenamiento.

3.2 Factores que influyen en la adaptación del organismo al esfuerzo físico

3.3 Adaptación del organismo al esfuerzo físico.

3.4 Concepto de fatiga y recuperación.

3.5 Técnicas de recuperación.



#### 4. Nutrición deportiva

##### **4.1 Nutrición y salud**

- Diferencia entre nutrición y alimentación
- Efectos de la práctica deportiva y la alimentación en la salud

##### **4.2 Clasificación de alimentos**

- Alimentos energéticos o principios inmediatos
- Alimentos plásticos o constructores
- Alimentos reguladores
- Agua
- Fibra alimentaria

##### **4.3 Principios de alimentación optima**

- Características de una buena alimentación.
- Cantidad y calidad de los alimentos.
- Trébol de la alimentación equilibrada.
- Recomendaciones para una alimentación sana.

##### **4.4 Gasto, balance y aporte energético.**

- Energía y calorías.
- Conversión alimentos en energía.
- Metabolismo basal.
- Aporte calórico de los alimentos.

##### **4.5 Dieta en la actividad física.**

- Dieta antes de la actividad física.
- Dieta durante la actividad física.
- Dieta después la actividad física.

#### 5. Actividad física y salud

##### **5.1 Efectos de la actividad física sobre la salud.**

- Concepto de salud
- Determinantes de salud.

##### **5.2 Efectos positivos y negativos de la actividad física sobre la salud.**

- Efectos sobre el factor físico.
- Efectos sobre el factor mental
- Efectos sobre el factor social.

##### **5.3 Hábitos saludables y tóxicos.**

- Hábitos saludables.
- Hábitos tóxicos.
- Estilo de vida saludable.
- Contraindicaciones totales y parciales de/en la práctica de actividades físico-deportivas en el medio natural.
- Contraindicaciones totales.
- Contraindicaciones parciales.



6. Primeros auxilios: La teoría: Bases primeros auxilios y aplicación de primeros auxilios ante traumatismo mecánicos.

**6.1 Principios generales de los primeros auxilios.**

- Legislación sobre primeros auxilios
- Concepto de primeros auxilios.
- Objetivos de primeros auxilios.
- Premisas a tener en cuenta por el socorrista.
- Pautas generales de actuación ante un accidente.

**6.2 Actuación ante un accidente.**

- Evaluación inicial de un accidentado: diagnóstico. Técnicas exploratorias básicas.
- Traslado de accidentados.

**6.3 El botiquín de primeros auxilios.**

- Composición del botiquín.
- Uso y conservación del botiquín.

**6.4 Primeros auxilios ante un traumatismo mecánico.**

- Concepto de traumatismo mecánico y principales causas.
- Tipos de traumatismo mecánicos.
- Vendajes.

7. Primeros auxilios: La práctica: Aplicación de primeros auxilios en la práctica de actividades físicas

**7.1 Traumatismos físicos**

- Características generales
- Tipos.
- Hemorragias.
- Heridas.
- Contusiones.
- Cuerpos extraños.
- Congelaciones.
- Primeros auxilios.

**7.2 Traumatismos químicos**

- Características generales.
- Tipos.
- Quemaduras.
- Intoxicaciones de vía digestiva.
- Picaduras
- Mordedura de animales.
- Lesiones por animales marinos.
- Primeros auxilios.

**7.3 Alteraciones de la conciencia**

- Características generales.
- Tipos
- Pérdida de conciencia.
- Lipotimia.
- Sincope.
- Coma.
- Cuadros convulsivos.
- Insolación y golpe de calor.
- Deshidratación.
- Primeros auxilios.

**7.4 Reanimación cardio-pulmonar.**

- Características generales.
- Protocolo de actuación.
- Problemas más frecuentes.
- RCP en lactantes y niños.



**CORRESPONDENCIA DE COMPETENCIAS PROFESIONALES Y TEMPORALIZACIÓN**

6

**PRIMERA EVALUACIÓN – 58H**

BLOQUE	UNIDAD DIDÁCTICA	TÍTULO	TEMPORALIZACIÓN (Señalar nº de horas)
	1	Sistema óseo-articular y sistema muscular	20
	2	Sistema cardio-respiratorio y sistema nervioso	20
	Prácticas	Prácticas	Transversal/Anual

**TOTAL HORAS: 55**

**SEGUNDA EVALUACIÓN – 47H**

BLOQUE	UNIDAD DIDÁCTICA	TÍTULO	TEMPORALIZACIÓN (Señalar nº de horas)
	3	Ejercicio físico: adaptación del organismo	20
	4	Nutrición deportiva	20
	Prácticas	Prácticas	Transversal/Anual

**TOTAL HORAS: 40**

**TERCERA EVALUACIÓN – 42H**

BLOQUE	UNIDAD DIDÁCTICA	TÍTULO	TEMPORALIZACIÓN (Señalar nº de horas)
	5	Ejercicio físico y salud.	25
	6	Primeros auxilios 1	20
	7	Primeros auxilios 2	10
	Prácticas	Prácticas	Transversal/Anual

**TOTAL HORAS: 40**

Las prácticas de clase supondrán un contenido más dentro de las UD programadas. Se programarán prácticas de Actividad física individual que supondrá una UD más de la evaluación final de Junio. Su evaluación será continua durante las 3 evaluaciones y solo se tendrá en cuenta en la evaluación final de junio



## METODOLOGÍA

Partiendo de que cada alumno construya su propio aprendizaje, debemos buscar que las actividades sean significativas y funcionales, es decir, que los alumnos encuentren aplicación práctica a las mismas y relación directa con la actividad profesional teniendo en cuenta las siguientes orientaciones:

Partir de los conocimientos previos del alumnado.

Favorecer la motivación por el aprendizaje.

Asegurarse de que el alumno sabe lo que hace y por qué lo hace (encontrarle sentido a la tarea).

Adoptar un planteamiento metodológico que sea flexible, eligiendo las estrategias más adecuadas en cada caso.

Realizar una evaluación formativa del proceso, en función de los resultados, modificar la ayuda pedagógica (intervención del profesor, aspectos organizativos, duración temporal, etc).

### ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS.

Sobre el tipo de actividades que se desarrollaran en el aula y sobre el modo de organizarlas o secuenciarlas destacando las siguientes:

Clase expositiva.

Exploración bibliográfica.

Experiencias de cátedra.

Discusiones en pequeño / gran grupo.

Diseño y realización de trabajos prácticos.

Resolución de problemas.

Trabajos de campo.

Visitas.

Simulaciones.

Elaboración de informes.

### ACTIVIDADES.

Sobre las tareas a realizar por los alumnos con la finalidad de adquirir los aprendizajes diferenciando tres momentos o fases en la presentación de las actividades:

**ACTIVIDADES DE INICIACIÓN:** introducción-motivación, de conocimientos previos.

**ACTIVIDADES DE DESARROLLO:** aprendizaje y consolidación.

Introducción de conceptos y procedimientos a partir de las ideas previas de los alumnos.

Aplicación de conceptos y procedimientos a diversos contextos y situaciones.

Elaboración e interpretación de representaciones gráficas.

Establecimiento de conexiones entre conceptos.

Establecimiento de semejanzas y diferencias.

Establecimiento del dominio de aplicación o campo de validez de un procedimiento.

Análisis crítico de proposiciones.

Emisión y comprobación de hipótesis sobre situaciones problemáticas.

Diseños experimentales.

Resolución de problemas.

Realización de trabajos prácticos.

Realización de simulaciones.

Manejo de bibliografía.

Elaboración de informes.

Análisis de las relaciones tecnología-sociedad.

**ACTIVIDADES DE ACABADO:** recuperación, ampliación. Entre otras:

Elaboración de síntesis.

Esquemas.

Mapas conceptuales.



### MATERIALES Y RECURSOS DIDÁCTICOS

(Reflejar libro de texto)

#### INSTALACIONES:

- AULA DEL CICLO INFORMATIZADA.
- RESTO AULAS: INFORMATICA, AUDIOVISUALES, GIMNASIO, PISTA EXTERIORES DEPORTIVAS.
- TALLER- ALMACEN MATERIAL.
- MEDIO NATURAL ENTORNO.

#### MATERIAL:

ORDENADORES.  
TAQUILLAS.  
BICICLETAS.  
MATERIAL REPARACIÓN Y MANTENIMIENTO BICICLETAS.  
MATERIAL VARIADO.  
BIBLIOTECA DEL AULA.

#### MATERIAL NECESARIO PARA ASISTENCIA A CLASES:

##### OBLIGATORIO: (no adquirir ningún material hasta recomendación del profesorado)

1. DOCUMENTACION EN FORMATO PAPEL
2. IMPERMEABLE – CHUBASQUERO.
3. ROPA DEPORTIVA: CHÁNDAL Y ZAPATILLAS..
4. MEMORIA EXTERNAS ORDENADOR( MINIMO 16 GB)
5. GAFAS DE SOL. CATEGORIA 3 O SUPERIOR.
6. GORRA O SIMILAR.

##### RECOMENDABLE: ( no adquirir ningún material hasta recomendación del profesorado)

1. ROPA DE ABRIGO: GUANTES, SUDADERAS, ABRIGOS, ETC
2. PULSOMETRO O MEDIDOR DE FRECUENCIA CARDIACA.

### CRITERIOS GENERALES DE EVALUACIÓN

- La evaluación de los aprendizajes será **continua y se realizara por módulos profesionales**. Requiere la asistencia regular a clase y su participación en las actividades programadas por cada modulo.
- Por motivos derivados del Covid19 y teniendo como referencia la CIRCULAR DE 3 DE SEPTIEMBRE DE 2020, DE LA VICECONSEJERÍA DE EDUCACIÓN Y DEPORTE, RELATIVA A MEDIDAS DE FLEXIBILIZACIÓN CURRICULAR Y ORGANIZATIVAS PARA EL CURSO ESCOLAR 2020/2021. Establecemos para este curso 2.020-21 la siguientes variantes :
  1. El modelo organizativo educativo será semipresencial para todas las asignaturas con rotación semanal del 50% de alumnado, excepto para las asignaturas prácticas, siempre que lo estime oportuno el equipo docente, tales como DESPLAZAMIENTOS, CGC, CGB, DGR, FUNDAMENTOS Y AFD.
  2. Es decir, los alumnos se dividirán en 2 grupos por orden alfabético que realizarán dicha rotación estando un grupo en clase presencial y otro grupo realizando actividades en casa organizadas por el profesorado.
  3. Dichas clases prácticas presenciales se realizarán con el 100% del alumno en su





**horario lectivo por motivos de salidas al medio, actividades fuera del Centro, utilización de materiales varios del Departamento, etc.**

9

- **En cada módulo** el profesorado para la evaluación del alumnado tendrá en cuenta los resultados de aprendizaje, los criterios de evaluación y contenidos, así como las competencias y objetivos generales asociadas a es modulo. En modulo de fct colaborara también el tutor designado por la empresa. Durante el curso académico el alumnado dispondrá de una convocatoria única para superar los módulos profesionales, y dos convocatorias en el curso para superar el modulo de fct. Para superar un modulo se podrá utilizar como máximo 4 convocatorias.
- En cada modulo se realizara una **prueba de evaluación inicial** del alumnado del 15 a 30 de septiembre con el fin de conocer los conocimientos tanto teóricos como prácticos que tiene el alumnado con respecto a los contenidos del mismo. Dicha prueba es solo de carácter orientativo no de calificación. La prueba constara de 10 puntos de carácter práctico y teórico.
- La calificación de cada modulo se dividirá en **unidades didácticas**, siendo imprescindible superar todas las unidades para superar el modulo. A la hora de la entrega de las calificaciones trimestrales con carácter orientativo, se establecerá como calificación la media de dichas unidades y en caso de no superar alguna la calificación trimestral siempre será de 4.
- **Se entregarán** tres calificaciones parciales correspondiendo con los tres trimestres del curso, dichas calificaciones tiene carácter informativo, siendo la calificación definitiva la que se entregara a finales de junio.
- En caso de no aprobar alguna unidad didáctica durante el curso tendrá que superarla en una prueba final que se desarrollara a finales de junio. Para superar una unidad didáctica la calificación debe ser 5 o superior. Se establecerá un redondo al alza en la calificación que sea igual o superior a 5,5 pasando a ser 6, así hasta la máxima calificación. Este redondeo al alza no se realizara con una calificación que sea inferior a 4,9.

<u>Instrumentos de evaluación</u>	<u>Valoración (%)</u>
<p>Preguntas clase, trabajos, actitud y asistencia a clase</p> <p><b>NIVEL DE CONDICION FÍSICA</b></p> <p><b>PROGRESIÓN.</b> A lo largo del curso se realizarán prueba de carácter físico, necesarias para el desempeño de las funciones como técnico, por tanto el nivel físico del alumnado deberá adecuarse a los mínimos de cada unidad didáctica de cada modulo.</p> <p><b>EVALUACION NEGATIVA POR RENDIMIENTO FISICO- TECNICO.</b> Uno de los criterios de evaluación en algunas unidades didácticas será una valoración del rendimiento físico- técnico a través de una serie de pruebas de carácter físico y técnico, por tanto se considera importante un estado físico óptimo, teniendo en cuenta el perfil profesional de este título.</p>	<p>50% de la calificación total, a realizar durante el desarrollo de cada unidad didáctica. *El alumno debe tener una calificación mima del 50%, para poder ser evaluado</p>
<p>Pruebas de carácter teórico-practico</p>	<p>50% de la calificación total, a realizar al final de la unidad didáctica. *El alumno debe tener una calificación mima del 50%, para poder ser evaluado</p>
<p>Actitud, comportamiento, colaboración en tareas de clases, asistencia, puntualidad, cumplimiento de normas, etc. (En caso de que el alumno/a sea amonestado por el profesor/a de un módulo al tutor perdería este 20%</p>	<p>Hasta un 20% se puede modificar la calificación final durante el desarrollo</p>



directamente en la calificación de la unidad didáctica.)

de la unidad didáctica.

10

**Medidas de refuerzo y recuperación**

Medidas de refuerzo:

Recuperación  
alumnado evaluado  
negativamente en  
cada periodo:

La organización de actividades de recuperación para el alumnado con unidades didácticas pendientes de evaluación positiva. Recuperación de unidades didácticas pendientes de superar durante el curso se desarrollaran las diferentes unidades didácticas dentro de cada modulo profesional obteniendo el alumnado su calificación final dentro de cada unidad didáctica, en caso de no superar alguna unidad didáctica tendrá que superarla en una prueba final que se desarrollara a finales de junio, antes del 22 de junio. Indicar que para que el alumnado supere un modulo debe superar todas las unidades didácticas, pudiendo superar el modulo con alguna unidad didáctica pendiente a criterios del equipo educativo cuando se desarrollo la evaluación final del modulo.

**ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD**

**TEMAS TRANSVERSALES**

**FOMENTO DE LA LECTURA**

Se establecerá un libro de lectura para cada alumno/a relacionado con los contenidos del modulo profesional para este modulo el titulo será: artículos deportivos de internet. Estos se integraran en las UD como trabajos de clase evaluados y calificados en cada UD.

**ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS**

**Visitas y practicas deportivas de diferentes modalidades en instalaciones propias y ajenas dentro de la ciudad de BAEZA, UBEDA y la comarca**

**Asistencia a piscina cubierta y centros deportivos cercanos con posibilidad de transporte urbano y personal**



**MECANISMOS PARA LA REVISIÓN, SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN DE LA PROGRAMACIÓN**

En las diferentes reuniones de departamento se revisaran el desarrollo de los contenidos establecidos, así como la planificación posterior del resto de contenidos, pudiendo realizar modificaciones.

Baeza, Octubre de 2020

Fdo. Javier Molina Heredia

INSTITUTO  
SANTÍSIMA  
TRINIDAD