

XEDAPEN OROKORRAK

HEZKUNTZA SAILA

3087

61/2020 DEKRETUA, maiatzaren 12koa, Egokitzapen Fisikoko goi-mailako teknikariaren tituluari dagokion curriculuma ezartzen duena.

Kualifikazioei eta Lanbide Heziketari buruzko ekainaren 19ko 5/2002 Lege Organikoaren 10.1 artikulua ezartzen duenez, Estatuko Administrazio Orokorrak finkatuko ditu Lanbide Kualifikazioen Katalogo Nazionalarekin lotutako Lanbide Heziketako eskaintzak osatuko dituzten profesionaltasun-ziurtagiriak eta -tituluak, Konstituzioaren 149.1.30. eta 7. artikuluan xedatutakoaren arabera eta Lanbide Heziketaren Kontseilu Nagusiari kontsultatu ondoren.

Hezkuntzari buruzko maiatzaren 3ko 2/2006 Lege Organikoaren 39.6 artikulua xedatzen duenez, Espainiako Gobernuak, autonomia-erkidegoei kontsultatu ostean, Lanbide Heziketako ikasketei dagozkien titulazioak ezarriko ditu, baita titulazio horietako bakoitzaren curriculumaren oinarritzko alderdiak ere.

Ekonomia Jasangarriaren martxoaren 4ko 2/2011 Legeak eta Ekonomia Jasangarriaren Legea osatzen duen martxoaren 11ko 4/2011 Lege Organikoak –zeinaren bidez aldatzen baitira Lanbide Heziketaren eta kualifikazioen 5/2002 Lege Organikoa eta Hezkuntzaren 2/2006 Lege Organikoa– ekonomia lehiakorrago eta berritzaileago bat, produkzio-sektore tradizionalak berrituko dituena eta kalitateko enplegu egonkorra eskatzen duten beste jarduera batzuetarako bidea zabalduko duena, sustatzeko eta bizkortzeko behar ziren hainbat lege-aldaketa adierazgarri eragin dituzte.

Hezkuntza Sistemako Lanbide Heziketaren antolamendu orokorra ezartzen duen uztailaren 29ko 1147/2011 Errege Dekretuaren 9. artikuluan definitzen da Lanbide Heziketako tituluen egitura. Horretarako, kontuan hartu dira Lanbide Kualifikazioen Katalogo Nazionala, Europar Batasunak finkatutako jarraibideak eta gizarte-intereseko beste alderdi batzuk.

Titulu horien lanbide-profila zehazten du errege-dekretu horren 7. artikulua. Lanbide-profil horrek barne hartuko ditu konpetentzia orokorra, konpetentzia profesionalak, pertsonalak eta sozialak eta, hala badagokie, Lanbide Kualifikazioen Katalogo Nazionalaren konpetentzia-atalak. Horrenbestez, osatutako lanbide-kualifikazio bat, gutxienez, hartuko du barnean titulu bakoitzak; betiere, helburu hartuta Lanbide Heziketako tituluek eraginkortasunez erantzutea produkzio-sistemaren beharrei eta herritartasun demokratikoa gauzatzeko aukera emango duten balio pertsonal eta sozialei.

651/2017 Errege Dekretua, ekainaren 23koa, Egokitzapen Fisikoko goi-mailako teknikariaren titulua ezarri eta curriculumaren oinarritzko alderdiak finkatzen dituena.

Bestalde, Hezkuntza Sistemako Lanbide Heziketaren antolamendu orokorra ezartzen duen uztailaren 29ko 1147/2011 Errege Dekretuaren 8. artikuluen 2. apartatuan xedatzen da hezkuntza-administrazioek ezarriko dituztela Lanbide Heziketako irakaskuntzen curriculumak, errege-dekretu horretan bertan eta titulu bakoitza erregulatzen duten arauetan xedatzen direnak errespetatuz.

Euskal Autonomia Erkidegoaren berezko eskumenen esparruari dagokionez, Autonomia Estatuaren 16. artikuluan aditzera ematen denez, «Konstituzioaren lehen xedapen gehigarrian ezarritakoa aplikatzeko, irakaskuntza, zabalera, maila, gradu, era eta espezialitate guztietan, Eus-

kal Autonomia Erkidegoaren konpetentziapean dago, Konstituzioaren 27. artikuluan ezarritakoari eta hura garatzen duten Lege Organikoei, eta 149.1.30 artikulua Estatuari ematen dizkion ahalmenei eta hori guztia betetzeko eta bermatzeko behar den goi-inspekzioari kalterik egin gabe».

Euskal Autonomia Erkidegoko Lanbide Heziketari buruzko ekainaren 28ko 4/2018 Legeak, Lanbide Heziketako euskal sistema antolatzen eta arautzen duenak, Euskadik lanbide heziketako sistema egoki bat izan dezan lortzea du helburu, ate-joka ditugun errokei eta etorkizunean etorriko direnei aurre egiteko gai izan gaitzen.

Bestalde, otsailaren 26ko 32/2008 Dekretuak hezkuntza-sistemako Lanbide Heziketaren antolamendu orokorra ezartzen du Euskal Autonomia Erkidegoaren esparrurako.

Azaldutako aurrekarien arabera, Dekretu honen helburua da Egokitzapen Fisikoko goi-mailako teknikariaren tituluari dagozkion Lanbide Heziketako irakaskuntzetarako curriculumak ezartzea, Euskal Autonomia Erkidegoan; betiere, Egokitzapen Fisikoko goi-mailako teknikariaren titulua ezarri eta tituluaren gutxieneko irakasgaiak finkatzen dituen ekainaren 23ko 651/2017 Errege Dekretuan oinarrituta.

Egokitzapen Fisikoko goi-mailako teknikariaren tituluaren curriculumean alderdi hauek deskribatzen dira: alde batetik, tituluak adierazten duen lanbide-profila —kualifikazioak eta konpetentzia-atalak zerrendatzen dira, eta konpetentzia profesionalak, pertsonalak eta sozialak deskribatzen dira—; eta, bestetik, tituluak biltzen dituen helburu orokorren eta lanbide-moduluaren bidez, besteak beste, ezarritako irakaskuntzak —lanbide-modulu bakoitzari dagozkion ikaskuntzaren emaitzak, ebaluazio-irizpideak eta edukiak, eta horiek antolatu eta ezartzeko jarraibideak eta zehaztapenak barne hartuta—.

Helburu orokorrak profileen deskribatzen diren konpetentzia profesional, pertsonal eta sozialetatik aterata dira. Helburu horietan, ikasleak heziketa-zikloaren amaieran eskuratu behar dituen gaitasunak eta lorpenak adierazten dira; hortaz, lehen iturria dira heziketa-zikloa osatzen duten lanbide-moduluetako bakoitzean landu beharreko edukiak eta bereganatu behar dituzten ikaskuntzaren emaitzak lortzeko.

Modulu bakoitzean jasotako edukiak dira irakaskuntza-ikaskuntzako prozesuaren euskarria, eta horien bidez eskuratuko dituen ikasleak trebetasun eta abilezia teknikoak, etorkizun profesionalean aurrera egiteko kontzeptuzko oinarri zabala eta lortu nahi den kualifikazioarekiko lanbide-nortasun koherentea islatuko duten portaerak.

Honako dekretu hau bideratzean, Emakumeen eta Gizonen Berdintasunerako otsailaren 18ko 4/2005 Legearen 19. artikulutik 22. artikulura bitartean xedatzen diren izapideak bete dira.

Hori dela-eta, Hezkuntzako sailburuak proposatuta, Lanbide Heziketako Euskal Kontseiluak emandako txostena eta gainerako aginduzko txostenak aztertuta, Euskadiko Aholku Batzorde Juridikoaren arabera, eta Jaurlaritzaren Kontseiluak 2020ko maiatzaren 12an egindako bilkuran proposamena eztabaidatu eta onartu ondoren, hauxe

XEDATZEN DUT:

I. KAPITULUA

XEDAPEN OROKORRA

1. artikulua.— Xedea eta aplikazio-esparrua.

1.- Dekretu honek Egokitzapen Fisikoko goi-mailako teknikariaren tituluari dagozkion Lanbide Heziketako irakaskuntzetarako curriculumak ezartzen du, Euskal Autonomia Erkidegoan.

2.– Ikastetxeak duen autonomia pedagogikoaren eta antolamendukoaren ildotik, hari dago-kio bere ikastetxearen ikasketa-proiektua ezartzea, eta proiektu horretan ezarriko ditu bere irakaskuntza-lanaren ezaugarriak eta nortasuna zehazteko, eta lanbide-moduluaren programazioak prestatzeari buruzko irizpideak finkatzeko behar diren erabakiak.

3.– Ikastetxearen curriculum-proiektuaren markoan, heziketa-zikloaren ardura duen irakasle-tal-deari, eta zehazki irakasle bakoitzari, dagokie programazioak prestatzea, ezartzen diren helburu orokorrak kontuan hartuta, lanbide-modulu bakoitzean jasotzen diren ikaskuntza-emaitez eta edukiak errespetatuz, eta irakaskuntzen erreferentziazko lanbide-profilaren euskarrian oinarrituta.

II. KAPITULUA

TITULUAREN IDENTIFIKAZIOA ETA LANBIDE-PROFILA

2. artikulua.– Tituluaren identifikazioa.

Egokitzapen Fisikoko goi-mailako teknikariaren titulua elementu hauek identifikatzen dute:

- Izena: Egokitzapen Fisikoa.
- Maila: Goi-mailako Lanbide Heziketa.
- Iraupena: 2.000 ordu
- Lanbide-arloa: Gorputz- eta kirol-jarduerak.
- Irakaskuntzaren Nazioarteko Sailkapen Normalizatuko erreferentea: INSN-5b.
- Goi-mailako hezkuntzako kualifikazioen Espainiako esparruan duen maila: 1. maila, goi-mai-lako teknikaria.

3. artikulua.– Lanbide-profila.

1.– Hauxe da titulu honen konpetentzia orokorra: praktika-gune desberdinetarako egokitzapen fisikoko programak sortzea, koordinatzea, lantzea eta ebaluatzea denetariko erabiltzaileentzat, bai eta jarduerak dinamizatzea eta orientatzea ere, bizi-kalitatea eta osasuna hobetzea helburu harturik, kalitate-irizpideak aplikatuz betiere, bai prozesuan, bai zerbitzuaren emaitzetan.

2.– Konpetentzia profesionalak, pertsonalak eta sozialak.

Hauek dira titulu honen konpetentzia profesionalak, pertsonalak eta sozialak:

a) Egokitzapen fisikoko planak egitea, herritar-multzo bakoitzaren ezaugarriak kontuan hartuta. Horretarako, aintzat hartuko dira lanbide-arlo horretako azken berrikuntzak, eta, egokia bada, aurretik egindako proiektuen jarraipenetik ateratako hobekuntzak, eta, halaber, erakundeen deialdiak baliatuko dira.

b) Egokitzapen fisikoko planen ebaluazio-plana garatu eta erregistratzea, aplikazio-tresnak eta -sekuentzia eta lortutako datuen tratamendua eta helburua zehaztuz, hori guztia informazioaren eta komunikazioaren teknologien laguntzarekin.

c) Egokitzapen fisikoko programak eta ekitaldiak kudeatzea eta abian jartzea, haiek sustatzeko, garatzeko eta ikuskatzeko beharrezkoak diren baliabideak eta ekintzak antolatuz.

d) Egokitzapen fisikoko programetako parte-hartzaileen forma fisikoa, gaitasun motorra eta motibazioak ebaluatzea, datuak programen planteamendurako eta atzeraelikadurarako baliaga-riak izateko moduan tratatuz.

- e) Erabilera anitzeko gelako eta ur-inguruneko egokitzapen fisikoa programatzea, parte hartzaileen, dauden baliabideen eta jarraipen-datuen arabera, entrenamendu-sistema egokiak eskainiz.
- f) Musika-euskarriaren bidezko egokitzapen fisikoa programatzea, taldeen ezaugarrien, dauden baliabideen eta jarraipen-datuen arabera, jarduera koreografiatuen metodologia egokiena eskainiz.
- g) Kontrol posturaleko, ongizateko, mantentze funtzionaleko eta hidrozinesiako jarduerak programatzea, taldeen ezaugarrien, dauden baliabideen eta jarraipeneko datuen arabera, metodologia egokiena eskainiz.
- h) Erabilera anitzeko gelako eta ur-inguruneko egokitzapen fisikoko saioen edo jardueren ariketak diseinatzea eta sekuentziatzea era guztietako parte-hartzaileentzat, saioen faseetan helburuak eta dinamikaren intentsitatea errespetatuz.
- i) Musika-euskarriaren bidez egokitzapen fisikoko saioen edo jardueren ariketak diseinatzea eta sekuentziatzea era guztietako parte-hartzaileentzat, saioen eta jardueren faseetan helburuak eta dinamikaren intentsitatea errespetatuz.
- j) Kontrol posturaleko, ongizateko, mantentze funtzionaleko eta hidrozinesiako ariketak diseinatzea eta sekuentziatzea era guztietako parte-hartzaileentzat, saioen eta jardueren faseetan helburuak errespetatuz.
- k) Erabilera anitzeko gelan eta ur-ingurunean egokitzapen fisikoko programatutako teknikak eta ariketak zuzentzea eta dinamizatzea, jardueraren eta taldearen dinamikara egokituz.
- l) Musika-euskarriaren bidez egokitzapen fisikoko programatutako teknikak eta ariketak zuzentzea eta dinamizatzea, jardueraren eta taldearen dinamikara egokituz.
- m) Kontrol posturaleko, ongizateko, mantentze funtzionaleko eta hidrozinesiako programatutako teknikak eta ariketak zuzentzea eta dinamizatzea, jardueraren eta taldearen dinamikara egokituz.
- n) Egokitzapen fisikoko ekitaldietan eta programetan parte hartzen duten teknikarien lana koordinatzea, eta jardueren arabera antolatzea.
- ñ) Jarduerak gauzatzean istripuak dituzten parte hartzaileei oinarrizko arreta ematea, lehen laguntzak aplikatuz.
- o) Laneko egoera berrietara egokitzea, lanbide-inguruneari buruzko ezagutza zientifikoak, teknikoak eta teknologikoak egunean izanda, bere prestakuntza eta bizialdi osoko ikaskuntzarako dauden baliabideak kudeatuta, eta informazioaren eta komunikazioaren teknologiak erabilia.
- p) Egoerak, arazoak eta gorabeherak konpontzea, ekimenez eta autonomiaz dagokion eskumen-eremuan, eta sormenez, berrikuntzaz eta hobetzeko gogoaz norberaren eta lantaldearen zereginetan.
- q) Lantaldeak arduraz antolatu eta koordinatzea, haien garapena gainbegiratzuz, harreman onak izanez, lidergoa hartuz, eta lantaldean sortzen diren gatazkak konpontzeko aterabideak proposatuz.
- r) Parekoekin, nagusiekin, bezeroekin eta bere ardurapeko pertsonekin komunikatzea, komunikazio-bide eraginkorrak erabiliz, informazioa edo ezagupen egokiak transmitituz, eta dagokion lan-eremuan esku hartzen duten pertsonen autonomia eta eskumenak errespetatuz.

s) Norberaren eta lantaldearen lan-garapenean ingurune seguruak sortzea, laneko eta ingurumeneko arriskuen prebentziarako prozedurak gainbegiratzuz eta aplikatuz, betiere enpresaren arautegian eta helburuetan ezarritakoarekin bat etorritz.

t) Produkzioko edo zerbitzugintzako prozesuetan bildutako lanbide-jardueretan, kalitate-kudeaketarako prozedurak, irisgarritasun unibertsalerakoak eta «denontzako diseinukoak» gainbegiratzea eta aplikatzea.

u) Enpresa txiki bat sortu eta abiarazteko oinarrizko kudeaketa egitea, eta dagokion lanbide-jardueran ekimena izatea, erantzukizun sozialez jokatuta.

v) Dagokion lanbide-jardueraren ondoriozko eskubideak baliatzea eta betebeharrak betetzea, indarrean dagoen legerian ezarritakoaren arabera, eta bizitza ekonomikoan, sozialean eta kulturean aktiboki parte hartuz.

w) Genero-desberdintasunak aztertzea, eta balioespen kritiko bat egitea, eta emakumeen eta gizonen arteko berdintasun erreala eta eraginkorra sustatzea lanaren eta lanbidearen arloan, beren ibilbide akademiko-profesionalak gara ditzaten genero-baldintzatzailek gabe, burujabetasun pertsonala eta erantzukidetasuna izanez.

3.– Titulu honetan biltzen diren Lanbide Kualifikazioen Katalogo Nazionaleko kualifikazioen eta konpetentzia-unitateen zerrenda:

– Osatutako lanbide-kualifikazioak:

a) Egokitzapen fisikoa erabilera anitzeko gelan AFD097_3 (295/2004 Errege Dekretua, otsailaren 20koa. Horren bidez, lanbide-kualifikazio jakin batzuk ezarri eta Lanbide Kualifikazioen Katalogo Nazionalean sartzeko dira eta haiei dagozkien prestakuntza-moduluak Lanbide Heziketako Moduluen Katalogoan sartzeko dira). Tituluak konpetentzia-atal hauek biltzen ditu:

UC0273_3: Erabiltzailearen egoera fisikoa, biologikoa eta motibazionala zehaztea.

UC0274_3: Erabilera anitzeko gela bati dagozkion jarduerak programatzea, erabiltzailearen osasuna eta ongizatea sustatzea irizpide hartuta.

UC0275_3: Egokitzapen fisikoko jarduerak irakatsi eta zuzentzea, erabilera anitzeko gelei dagozkien ekipamendu eta materialak baliatuta.

UC0272_2: Istripu edo larrialdi-egoeretan lehen esku-hartzaile gisa laguntzea.

b) Musika-euskarriaren bidezko taldekako egokitzapen fisikoa AFD162_3 (1087/2005 Errege Dekretua, irailaren 16koa, lanbide-kualifikazio berriak ezartzen dituena, Lanbide Kualifikazioen Katalogo Nazionalean sartzeko direnak; haiei dagozkien prestakuntza-moduluak Lanbide Heziketako Moduluen Katalogoan sartzeko dira, eta, orobat, lanbide-kualifikazio jakin batzuk eguneratzen dira, otsailaren 20ko 295/2004 Errege Dekretuak ezarritakoaren arabera; gero, Errege Dekretu hori azaroaren 16ko 1521/2007 Errege Dekretuaren bidez aldatu zen, eta lanbide-prestakuntzen katalogo nazionala osatu, Gorputz eta Kirol Jardueren lanbide-arloko lau kualifikazioak ezarritz). Konpetentzia-atal hauek biltzen ditu:

UC0273_3: Erabiltzailearen egoera fisikoa, biologikoa eta motibazionala zehaztea.

UC0515_3: Aerobic-aren berezko elementuak, haien aldaerak eta antzeko jarduerak baliatuta koreografiak diseinatu eta egitea.

UC0516_3: Musika-euskarriaren bidezko egokitzapen fisikoko taldekako oinarrizko jarduerak programatzea eta zuzentzea.

UC0272_2: Istripu edo larrialdi-egoeretan lehen esku-hartzaile gisa laguntzea.

c) Uretako fitnessa eta hidrozinesia AFD511_3 (146/2011 Errege Dekretua, otsailaren 4koa, lanbide-kualifikazioen katalogo nazionala osatzen duena, Gorputz eta Kirol Ekintzen lanbide-arloko hamabi lanbide-kualifikazioak ezartzearen bidez, eta otsailaren 20ko 295/2004 Errege Dekretuan, irailaren 16ko 1087/2005 Errege Dekretuan eta azaroaren 16ko 1521/2007 Errege Dekretuan ezarritako zenbait lanbide-kualifikazio eguneratzen dituen), hurrengo kompetentzia-atal hauek biltzen dituena:

UC0273_3: Erabiltzailearen egoera fisikoa, biologikoa eta motibazionala zehaztea.

UC1663_3: Uretako fitnesseko abildadeak eta sekuentziak diseinatu eta egitea.

UC1664_3: Uretako fitnesseko jarduerak programatu, zuzendu eta dinamizatzea.

UC1665_3: Hidrozinesia-protokoloak prestatu eta aplikatzea.

UC0272_2: Istripu edo larrialdi-egoeretan lehen esku-hartzaile gisa laguntzea.

4. artikulua.– Lanbide-ingurunea.

1.– Titulu hau lortzen duten pertsonak eremu publikoan lan egiteko aukera izango dute, bai Estatuko Administrazio Orokorrean, bai autonomia-erkidegokoetan, bai tokikoetan, bai eta erakunde pribatuetan ere, hala nola gimnasioetan, kirol-zerbitzuen enpresetan, kirol-patronatu nahiz udal mailako kirol-elkarreetan, kirol-klubetan, izaera sozialeko klub nahiz elkarteetan, enpresa turistikoen (hotel, kanpaleku eta bainuetxeetan, besteak beste), langileentzako kirol-zerbitzuak dituzten enpresa handietan, zahar-etxeetan nahiz izaera sozialeko egoitzetan, kirol-federazioetan, eta kirol-organismo publikoetan (foru aldundi eta kirol-zuzendaritza nagusietan, besteak beste).

Hauek dira laneratzeko produkzio-sektoreak: egokitzapen fisikoko sektorea, dela fitness alderdia dela wellness alderdia, eta kirolaren sektorea.

2.– Zeregin eta lanpostu aipagarrienak hauek dira:

– Gimnasioetako edo kiroldegietako erabilera anitzeko geletako eta ur-instalazioetako egokitzapen fisikoko entrenatzailea.

– Gimnasioetan, ur-instalazioetan edo kiroldegietan musikaren laguntzaz egiten den taldekako egokitzapen fisikoko entrenatzailea.

– Entrenatzaile pertsonala.

– Hidrozinesiako eta gorputz-zaintzako taldeetako irakaslea.

– Egokitzapen fisikoko jardueren sustatzailea.

– Egokitzapen fisikoko jardueren animatzailea.

– Egokitzapen fisikoko eta hidrozinesiako jardueren koordinatzailea.

– Aerobic-eko, step-eko, indoor zikloko, uretako fitness-eko eta antzeko jardueretako monitorea.

– Kolektibo berezientzako egokitzapen fisikoko jardueretako irakaslea.

III. KAPITULUA

HEZIKETA-ZIKLOAREN IRAKASGAIK, ESPAZIOAK ETA EKIPAMENDUAK, ETA IRAKASLEAK

5. artikulua.– Heziketa-zikloaren irakasgaiak.

1.– Heziketa-zikloaren helburu orokorrak:

a) Egokitzapen fisikoko proiektu baten elementuak eta faktoreak modu koherentean erlazionatzea, haien artean lotura bat dagoela justifikatuta, egokitzapen fisikoko planak egiteko.

b) Egokitzapen fisikoaren arloko jarduketak proposatzea, herritarren osasunean eta bizi-kalitatean onurak izango dituztenak, kolektibo hartzaileen ezaugarriak adierazita eta egokitzapen fisikoko planak egiteko sektorean dauden aurrerapenak baliatuta.

c) Egokitzapen fisikoko planak ebaluatzeko tresnak eta aplikazio-sekuentzia zehaztea, aldagaien tratamenduan informazioaren eta komunikazioaren teknologiak erabilia, ebaluazio-plana garatu eta erregistratzeko.

d) Proiektu bat abian jartzeko egin behar diren jarduketak sekuentziatzea, behar diren baliabideak eta haiek lortzeko modua antolatuta, egokitzapen fisikoko programak eta ekitaldiak abian jartzeko prozesua kudeatzeko.

e) Ebaluazio-teknikak eta -tresnak aplikatzea, lortu nahi diren datu motekin erlazionatuz, betiere egokitzapen fisikoko programetan parte hartzen duten pertsonen egoera fisikoa, kompetentzia motorra eta motibazioak ebaluatzeko.

f) Programazioaren elementuak, entrenamendurako baliabideak eta sistemak ezartzea eta parte-hartzaile izan daitezkeen pertsonekin erlazionatzea, erabilera anitzeko gelan eta ur-ingurunean egokitzapen fisikoa programatzeko.

g) Programazioaren elementuak, baliabideak eta metodologia espezifikoak ezartzea, horietan esku har dezaketen kolektiboen ezaugarriekin erlazionatuta, musika-euskarriaren bidezko egokitzapen fisikoa programatzeko.

h) Programazioaren elementuak, baliabideak, eta metodologia espezifikoak ezartzea, parte-hartzaile izan daitezkeen pertsonen ezaugarriekin erlazionatuta, kontrol posturaleko, ongizateko, mantentze funtzionaleko eta hidrozinesiako jarduerak programatzeko.

i) Jarduera fisikoen praktikan zerikusia duten mekanismo guztiak baloratzea, intentsitate- eta zailtasun-mailak bereizita, erabilera anitzeko gelan eta ur-ingurunean egokitzapen fisikoko saioen edo jardueren ariketak diseinatzeko eta sekuentziatzeko.

j) Jarduera fisikoen praktikan zerikusia duten mekanismo guztiak baloratzea, intentsitate- eta zailtasun-mailak bereizita, musika-euskarriaren bidezko egokitzapen fisikoko saioen edo jardueren ariketak diseinatzeko eta sekuentziatzeko.

k) Musika-euskarriaren bidezko koreografiak diseinatzeko, taldeen ezaugarriak eta eskura ditugun baliabideak kontuan izanda, musika-euskarriaren bidezko egokitzapen fisikoko saioen edo jardueren ariketak diseinatzeko eta sekuentziatzeko.

l) Jarduera fisikoen praktikan zerikusia duten mekanismo guztiak baloratzea, intentsitate- eta zailtasun-mailak bereizita, kontrol posturaleko, ongizateko, mantentze funtzionaleko eta hidrozinesiako saioak edo jarduerak diseinatzeko eta sekuentziatzeko.

m) Metodologia egokiena aplikatzea, ariketak gauzatzekoan egindako akatsak hautemanen eta mugimendu edo postura desagokiak zuzenduz, erabilera anitzeko gelan eta ur-ingurunean egokitzapen fisikoko jarduerak eta programatutako teknikak zuzentzeko eta dinamizatzen.

n) Metodologia egokiena aplikatzea, ariketak gauzatzekoan egindako akatsak hautemanen eta mugimendu edo postura desagokiak zuzenduz, musika-euskarriaren bidezko egokitzapen fisikoko jarduerak eta programatutako teknikak zuzentzeko eta dinamizatzen.

ñ) Metodologia egokiena aplikatzea, mugimendu eta postura desegokiak zuzenduz eta modelo biomekanikoa eredutzat hartuz, kontrol posturaleko, ongizateko, mantentze funtzionaleko eta hidrozinesiako ariketak eta programatutako teknikak zuzentzeko eta dinamizatzen.

o) Lantaldearen esku-hartzeak zehaztea, haren funtzioak eta jardueren eskakizunak aztertuz, egokitzapen fisikoko programetan eta ekitaldietan esku hartzen duten teknikarien lana koordinatzeko.

p) Istripua gertatuz gero, esku hartzeko eta lehen laguntzak emateko prozedurak aplikatzea, ezarritako protokoloak erabiliz, jarduerak gauzatzean istripuak izan dituzten parte-hartzaileei oinarritzko arreta emateko.

q) Sektoreko zein informazioaren eta komunikazioaren teknologia berrien arloko bilakaera zientifikoarekin, teknologikoarekin eta antolamendukoarekin lotutako ikaskuntza-baliabideak eta -aukerak aztertzea eta erabiltzea, eguneratze-espirituari eusteko eta laneko egoera berrietara eta egoera pertsonal berrietara egokitzeko.

r) Sormena eta berrikuntzarako joera lantzea, lanean eta norberaren bizitzako prozesuetan eta antolamenduan agertzen diren erronkei erantzuteko.

s) Erabakiak arrazoituta hartzea, eta, horretarako, uneko aldagaiak aztertzea, hainbat esparrutako jakintzak integratzea, eta arriskuak eta erabaki okerrak hartzeko aukera onartzea, askotariko egoerei, arazoei edo gorabeherari aurre egiteko eta horiek ebazteko.

t) Gidaritzako, motibatzen, gainbegiratzeko eta komunikatzeko teknikak lantzea talde-laneko egoeretan, lantaldeen antolamendua eta koordinazioa errazteko.

u) Komunikazio-estrategiak eta -teknikak aplikatzea eta transmitituko diren edukietara, xedera eta hartzaileen ezaugarrietara egokitzea, komunikazio-prozesuen eraginkortasuna ziurtatzeko.

v) Laneko arriskuen prebentzioko eta ingurumen-babeseko egoerak ebaluatzea, norberaren eta taldearen prebentziorako neurriak proposatuz eta aplikatuz, lan-prozesuetan aplikatzekoa den araudiaren arabera, betiere ingurune seguruak bermatzeko.

w) Irigarritasun unibertsalari eta guztiontzako diseinuari erantzuteko beharrezkoak diren lanbide-ekintzak identifikatzea eta proposatzea.

x) Kalitate-parametroak identifikatzea eta aplikatzea ikaskuntza-prozesuan egindako lanetan eta jardueretan, ebaluazioaren eta kalitatearen kultura baloratzeko eta kalitate-kudeaketako prozedurak gainbegiratzeko eta hobetzeko gai izateko.

y) Ekintzailetzako, enpresako eta ekimen profesionaleko kulturarekin lotzen diren prozedurak erabiltzea, enpresa txiki baten oinarritzko kudeaketa egiteko edo lan bati ekiteko.

z) Baldintza sozialak eta lanekoak arautzen dituen lege-esparrua kontuan izanda, gizarteko agente aktibo gisa dituen eskubideak eta betebeharrak zein diren jakitea, herritar demokratiko gisa parte hartzeko.

Aa) Gizon-emakumeen arteko berdintasuna sustatzen duten egokitzapen fisikoko programak sortzea, denek ere, gizon zein emakume izan, antzeratsuko parte-hartzea izan dezaten jarduera fisikoetan, generoarekin lotutako rol eta estereotipoak gaindituz eta denentzat berdinean balioko duten erreferenteak sortuz.

2.– Honako hau da heziketa-zikloa osatzen duten lanbide-moduluen zerrenda:

- Gizarte-trebetasunak.
- Egoera fisikoa baloratzea eta istripuetan esku hartzea.
- Fitness-a erabilera anitzeko gelan.
- Musika-euskarriaren bidezko egokitzapen fisikoko oinarrizko jarduerak.
- Musika-euskarriaren bidezko egokitzapen fisikoko jarduera espezializatuak.
- Egokitzapen fisikoa uretan.
- Hidrozinesia-teknikak.
- Kontrol posturala, ongizatea eta mantentze funtzionala.
- Egokitzapen fisikoko proiektua.
- Ingeles teknikoa.
- Laneko prestakuntza eta orientabidea.
- Enpresa eta ekimen sortzailea.
- Lantokiko prestakuntza.

I. eranskinean zehazten da lanbide-moduluen ordu-esleipena eta zer kurtsotan eman behar diren.

Hezkuntzaren alorrean eskumena duen sailak araututako heziketa-eskaintzaren arabera egokitu daiteke moduluen ordu-esleipena eta horren arabera zehaztu daiteke moduluak zer kurtsotan emango diren, dekretu honen 11. artikulua arautzen duenarekin bat.

3.– Prestakuntzaldia amaitzean ikasleak lortu beharreko ezagutza, ulermena eta gaitasuna deskribatzen dituzten ikaskuntza-emaitzak ezartzen dira lanbide-modulu bakoitzerako, hala nola ebaluazio-irizpideak eta irakatsi beharreko edukiak. II. eranskinean ezarri da hori guztia.

4.– Lantokiko prestakuntzako modulua, bestalde, bigarren kurtsoko azken hamahiru asteetan garatuko da, eta ikastetxean egindako lanbide-modulu guztien ebaluazio positiboa lortu ondoren egingo da.

5.– Euskal Autonomia Erkidegoko Lanbide Heziketari buruzko ekainaren 28ko 4/2018 Legearen 28. artikuluan arautzen da atzerriko hizkuntzak, batez ere ingelesa, Euskal Autonomia Erkidegoko prestakuntza-prozesuetara eramateko modua.

Europar Batasuneko Kontseiluak 2018ko maiatzaren 22an etengabeko prestakuntzarako oinarriko kompetentziei buruz emandako gomendioei jarraituz eta Kualifikazioei eta Lanbide Heziketari buruzko ekainaren 19ko 5/2002 Lege Organikoaren hirugarren xedapen gehigarrian ezarritakoaren arabera, heziketa-ziklo horretan atzerriko hizkuntza lantzeko Ingeles Teknikoko modulu bat erantsiko da haren curriculumean.

6. artikulua.– Espazioak eta ekipamenduak.

Prestakuntza garatzeko, eta ezarritako emaitzak eta kompetentziak lortzeko gutxieneko espazioak eta ekipamenduak III. eranskinean zehazten dira.

7. artikulua.– Irakasleak.

1.– Heziketa-ziklo hau osatzen duten lanbide-moduluak honako irakaskuntza-kidego hauetako irakasleek emango dituzte: Bigarren Hezkuntzako katedradunen kidegoko irakasleek, Bigarren Hezkuntzako irakasleen kidegoko irakasleek, eta Lanbide Heziketako irakasle teknikoen kidegoko irakasleek, betiere dekretu honen IV. eranskineko 1. apartatuan ezarritako espezialitateen arabera.

2.– Aipatu irakaskuntza-kidegoetako irakasleei eskatzen zaizkien titulazioak, oro har, otsailaren 23ko 276/2007 Errege Dekretuaren 13. artikuluan ezarritakoak dira. Izan ere, errege-dekretu horrek onartzen du Hezkuntzari buruzko maiatzaren 3ko 2/2006 Lege Organikoan aipatzen diren irakasle-kidegoetako espezialitate berrietan sartzeko eta haiek eskuratzeko araudia, eta arautzen du Lege horren hamazazpigarren xedapen iragankorrean adierazten den sarrerako aldi baterako erregimena. Ondorio horietarako, aipatu titulazioen baliokideak —irakaskuntza-espezialitateen arabera— dekretu honen IV. eranskineko 2. apartatuan jasotakoak dira.

3.– Hezkuntzako ez diren beste administrazioen titulartasun pribatuko zein titulartasun publiko ikastetxeetako irakasleentzat, titulua osatzen duten lanbide-moduluak emateko behar diren titulazioak eta eskakizunak dekretu honen IV. eranskinaren 3. apartatuan eman dira aditzera. Nolanahi ere, aditzera emandako titulazio horiek lortzeko irakaskuntzek lanbide-moduluen helburuak bete beharko dituzte. Helburu horiek barnean hartuta ez badaude, titulazioaz gain, lanbide-arlo horrekin lotzen den sektorean gutxienez hiru urteko lan-esperientzia frogatu beharko da «ziurtagiri» baten bidez —ikaskuntzaren emaitzekin inplizituki lotzen diren enpresetan produkzio-jarduerak garatzen hiru urteko esperientzia frogatu beharko du ziurtagiriak—.

Helburu horretarako, eta apirilaren 12ko 4/2007 Lege Organikoko hamabosgarren xedapen gehigarriarekin bat etorritik, dekretu honetako IV. eranskinaren 4. apartatuan jasotzen diren titulazioak gaituko dira lanbide-moduluetarako.

4.– Dagokion sailaren ardura izango da lanbide-moduluak irakasten dituzten irakasleek zehaztutako eskakizunak beten dituztela ziurtatzea, irakaskuntza horien kalitatea bermatzeko.

IV. KAPITULUA

BESTE IKASKETA BATZUETARAKO SARBIDEAK ETA LOTURA. BALIOZKOTZEAK, SALBUESPENAK ETA EGOKITASUNAK. BALIOKIDETASUNAK, ETA ONDORIO AKADEMIKO ETA PROFESIONALAK. URRUTIKO ESKAINTZA ETA BESTELAKO MODALITATEAK

8. artikulua.– Prestakuntza-ziklo honetara sartzeko lehentasuna, batxilergoan ikasitako modalitateak eta ikasgaiak aintzat hartuta.

Batxilergoko edozein modalitate ikasi dutenek izango dute heziketa-ziklo honetara sartzeko lehentasuna.

9. artikulua.– Beste ikasketa batzuetarako sarbideak eta haiekiko lotura.

1.– Egokitzapen Fisikoko goi-mailako teknikariaren tituluak aukera ematen du erdi-mailako zein goi-mailako beste heziketa-ziklo orotara sartzeko, Hezkuntzari buruzko maiatzaren 3ko 2/2006 Lege Organikoaren 44.2 eta 41.3 artikuluetan ezarritakoaren arabera.

2.– Egokitzapen Fisikoko goi-mailako teknikariaren tituluak aukera ematen du unibertsitateko gradu-ikasketetara sartzeko, maiatzaren 3ko 2/2006 Lege Organikoaren 44.3 artikuluan ezarritakoaren arabera.

3.– Hezkuntzaren alorreko eskumena duen Sailak zehaztuko du Egokitzapen Fisikoko goi-mailako teknikari-tituluak eta titulu horrekin lotutako unibertsitate-mailako tituluak baliozkotzeko araubidea. Baliozkotze-araubide hori bideratze aldera, 120 ECTS kreditu esleitu dira dekretu honetan ezarritako ikasketetan, heziketa-zikloaren lanbide-moduluen artean.

10. artikulua.– Baliozkotzeak, salbuespenak eta egokitasunak.

1.– Hezkuntza-sistemako lanbide-heziketako tituluen eta Egokitzapen fisikoko goi-mailako teknikariaren titulurako dekretu honetan ezartzen diren lanbide-moduluen arteko baliozkotzeak V. eranskinean adierazten dira.

2.– Arau honen VI. eranskinean adierazten da zer egokitasun duten Egokitzapen Fisikoko goi-mailako teknikariaren titularen irakaskuntzako lanbide-moduluek eta konpetentzia-atalek —horiek baliozkotzeko edo salbuesteko—, bai eta titulu honetako lanbide-moduluek eta konpetentzia-atalek duten egokitasuna ere —horiek egiaztatzeko—.

3.– Heziketa-zikloa osatzen duten lanbide-moduluetarako baliozkotzeak, salbuespenak eta korrespondentziak 32/2008 Dekretuaren 27. artikuluan biltzen dira (32/2008 Dekretua, otsailaren 26koa, Euskal Autonomia Erkidegoaren esparruan Hezkuntza Sistemako Lanbide Heziketaren antolamendu orokorra ezartzen duena) eta, halaber, ondorio horretarako betetzekoa den gainerrako araudian.

4.– Tituluan barne hartutako konpetentzia-unitate guztiak Laneko esperientziaren bidez eskuraturako lanbide-konpetentziak aintzat harteari buruzko uztailaren 17ko 1224/2009 Errege Dekretuan ezarritako prozeduraren bitartez egiaztatu dituztenek Laneko Prestakuntza eta Orientabidea lanbide-modulua baliozkotzea eskatzeko aukera izango dute, baldin eta:

– urtebeteko lan-esperientzia, gutxienez, egiaztatzen badute.

– prebentzio-jardueraren oinarritzko funtzioak betetzeko ezarritako prestakuntzaren egiaztagiria badute –Prebentzio-zerbitzuen erregelamendua onartzen duen urtarrilaren 17ko 39/1997 Errege Dekretuan xedatutakoaren arabera emandako egiaztagiria izango da–.

11. artikulua.– Urrutiko eskaintza eta bestelako modalitateak.

Hezkuntza Sailak arautuko ditu ziklo honetako irakaskuntzak, eskaintzeko baimena eta haien oinarritzko alderdiak (moduluen iraupena eta sekuentziazioa, esaterako), araubide orokorrean ezarritakoa ez den eskaintza osoaren modalitatean eta urrutiko irakaskuntzan edo beste modalitateetan.

LEHENENGO XEDAPEN GEHIGARRIA.– Titulazio baliokideak eta lanbide-trebakuntzekiko lotespena.

1.– Laneko Prestakuntza eta Orientabidea lanbide-modulurako dekretu honetan xedatutako prestakuntzak gaitasuna ematen du laneko arriskuen prebentzioko oinarritzko mailako jardueretarako Prebentzio-zerbitzuen araudia onartzen duen urtarrilaren 17ko 39/1997 Errege Dekretuan xedatutako lanbide-erantzukizunen baliokideak diren arduetan aritzeko, baldin eta gutxienez 45 eskola-ordu ematen badira.

2.– Dekretu honetan arautzen den prestakuntzak, 1136. lanbide-moduluari dagokienez, hauxe hartzen du barnean: Egoera fisikoaren balorazioa egitea eta istripuetan esku hartzea; eta, 1151.enari dagokionez, berriz, hauxe: Egokitzapen fisikoa uretan, uretako sorospen-zerbitzuak eta lehen laguntzetakoak emateko prestakuntza, Euskal Autonomia Erkidegoan indarrean den araudiarekin bat etorritik, ur-instalazioetan sorosle gisa jarduteko.

2020ko uztailaren 31a, ostirala

BIGARREN XEDAPEN GEHIGARRIA.– Metodologia berrien bidez egindako proiektuak baimentzea.

Ikastetxeek aukera izango dute, beren autonomia pedagogikoaz eta antolamendukoaz baliatuta eta ikasketa-proiektuko aurreikuspenen arabera, dekretu honen eranskinetan lanbide-moduluek duten iraupena zertxobait aldatzea proposatzen duten proiektuak prestatzeko, heziketa-zikloak emateari buruzko estrategietan eta metodologietan oinarrituta. Hori egin ahal izango da, baldin eta ez bada aldatzen haien mailakako banaketa, eta titulua sortzeko errege-dekretuan modulu bakoitzerako ezarri diren gutxieneko ordutegiak errespetatzen badira. Lanbide Heziketaren eskumena duen sailaren baimena beharko dute proiektuek.

AZKEN XEDAPENA.– Indarrean jartzea.

Dekretu hau Euskal Herriko Agintaritzaren Aldizkarian argitaratu eta hurrengo egunean jarriko da indarrean.

Vitoria-Gasteizen, 2020ko maiatzaren 12an.

Lehendakaria,
IÑIGO URKULLU RENTERIA.

Hezkuntzako sailburua,
CRISTINA URIARTE TOLEDO.

2020ko uztailaren 31a, ostirala

MAIATZAREN 12KO 61/2020 DEKRETUAREN I. ERANSKINA

LANBIDE-MODULUEN ZERRENDA, ORDU-ESLEIPENA ETA KURTSOA

Kodea	Lanbide-modulua	Ordu-esleipena	Kurtsoa
0017	Gizarte-trebetasunak.	99	1
1136	Egoera fisikoa baloratzea eta istripuetan esku hartzea.	198	1
1148	Fitness-a erabilera anitzeko gelan.	240	2
1149	Musika-euskarriaren bidezko egokitzapen fisikoko oinarrizko jarduerak.	198	1
1150	Musika-euskarriaren bidezko egokitzapen fisikoko jarduera espezializatuak.	160	2
1151	Egokitzapen fisikoa uretan.	198	1
1152	Hidrozinesia-teknikak.	100	2
1153	Gorputz-jarreraren kontrola, ongizatea eta mantentze funtzionala.	198	1
1154	Egokitzapen fisikoko proiektua.	50	2
E-200	Ingeles teknikoa.	40	2
1155	Laneko prestakuntza eta orientabidea.	99	1
1156	Enpresa eta ekimen sortzailea	60	2
1157	Lantokiko prestakuntza	360	2
GUZTIRA		2.000	

MAIATZAREN 12KO 61/2020 DEKRETUAREN II. ERANSKINA

LANBIDE-MODULUAK: IKASKUNTZAREN EMAITZAK ETA EBALUAZIO-IRIZPIDEAK ETA EDUKIAK

1. lanbide-modulua: Gizarte-trebetasunak.

Kodea: 0017.

Kurtsoa: 1.

Iraupena: 99 ordu.

ECTS kredituetako baliokidetasuna: 6.

A) Ikaskuntzaren emaitzak eta ebaluazio-irizpideak.

1.– Ingurunearekiko komunikazioa eta harreman sozialak errazteko estrategiak eta teknikak ezartzen ditu, eta adimen emozionalaren eta sozialaren printzipioekin lotzen ditu.

Ebaluazio-irizpideak:

- a) Adimen emozionalaren eta sozialaren printzipioak deskribatu ditu.
- b) Gizarte-trebetasunek lan-jardunean duten garrantzia balioetsi du.
- c) Komunikazio-prozesu batean etapa guztiak ezaugarritu ditu.
- d) Komunikazio-estiloak eta haien abantailak eta mugak identifikatu ditu.
- e) Pertsonen arteko harremanetan hitzezko eta hitzik gabeko komunikazioa erabiltzeak duen garrantzia baloratu du.
- f) Zereginak esleitzeko, jarraibideak jasotzeko eta ideiak eta informazioa trukatzeko komunikazio eraginkorra ezarri du.
- g) Egoeraren arabera gizarte-trebetasun egokiak erabili ditu, kultura-aniztasuna aintzat hartuta.
- h) Interesa agertu du pertsonak ez epaitzeko eta haien bereizgarri pertsonalak (hala nola emozioak, sentimenduak, nortasuna...) errespetatzeko.
- i) Aldaketaren eta gertatzen den guztitik ikastearen aldeko jarrera agertu du.
- j) Autokritikak eta autoebaluazioak pertsonen arteko harremanetako eta komunikazioko trebetasun egokiak garatzeko duten garrantzia balioetsi du.

2.– Talde-lana dinamizatzen du, errealitate soziolinguistikoa kontuan hartuz, teknika egokiak aplikatuta eta horien aukeraketa justifikatuta, aintzat hartuta taldearen ezaugarriak, egoera eta helburuak.

Ebaluazio-irizpideak:

- a) Talde baten funtsezko elementuak, egitura, dinamika eta haiek alda ditzaketen faktoreak deskribatu ditu.
- b) Taldeen dinamizazio- eta funtzionamendu-teknikak analizatu eta aukeratu ditu.
- c) Talde-lanak bakarkako lanaren aldean dituen abantailak azaldu ditu.

- d) Talde batean ager daitezkeen rolak eta haien arteko loturak bereizi ditu.
- e) Taldeko komunikazioaren oztopo nagusiak identifikatu ditu.
- f) Jarduteko zenbait estrategia planteatu ditu, gidaritzak eta rolek taldearen egituraren eta funtzionamenduan duten eginkizunaz baliatzeko.
- g) Zereginen banaketa zehaztu du, talde-laneko prozedura gisa.
- h) Taldearen konfiantza bereganatzeko jarrera jasanbera eta enpatia izatearen garrantzia balioetsi du.
- i) Lankidetzako lan-giro lasaia lortu du.
- j) Norberarena ez bezalako iritziak eta taldearen erabakiak errespetatu ditu.

3.– Bilerak zuzentzen ditu, bildutakoen eta testuinguruaren arabera erabil daitezkeen esku-haritze eta antolaketako moduak eta estiloak aztertuta.

Ebaluazio-irizpideak:

- a) Bilera motak eta haien funtzioak deskribatu ditu.
- b) Bilera bat garatzeko etapak deskribatu ditu.
- c) Bilerak moderatzeko teknikak aplikatu ditu, bai eta teknika horiek justifikatu ere.
- d) Ideiak argi eta labur adierazteko gaitasunaren garrantzia egiaztatu du.
- e) Bilera baten arrisku-faktoreak eta sabotaje posibleak deskribatu ditu, eta halakoak ebazteko estrategiak justifikatu.
- f) Bileren deialdia egitean informazio ona eta zabala emateko beharra baloratu du.
- g) Bileretan parte-hartzea lortzeko, motibazioak eta erabilitako estrategiek duten garrantzia deskribatu du.
- h) Bilera baten informazioa biltzeko eta emaitzak ebaluatzeko teknikak aplikatu ditu.
- i) Bilerak zuzentzean, errespetuz eta tolerantziaz aritu da.

4.– Gatazkak kudeatzeko eta arazoak konpontzeko estrategiak ezartzen ditu, estrategia horiek testuinguruaren arabera hautatuta eta eskura dauden ereduak analizatuta.

Ebaluazio-irizpideak:

- a) Taldeko arazo eta gatazken iturri nagusiak aztertu eta identifikatu ditu.
- b) Gatazkak kudeatzeko teknika eta estrategia nagusiak deskribatu ditu.
- c) Arazoen irtenbideak bilatzeko eta ebazteko estrategiarik egokienak identifikatu eta deskribatu ditu.
- d) Erabakiak hartzeko prozesuaren fase guztiak deskribatu ditu.
- e) Arazoak eta gatazkak ebatzi ditu, kasu bakoitzerako prozedura egokiak aplikatuta.
- f) Arazoak eta gatazkak konpontzeko irtenbide posibleei buruz besteek dituzten iritziak errespetatu ditu.

- g) Bitartekaritza- eta negoziazio-teknikak behar bezala aplikatu ditu.
- h) Erabakiak hartzeko prozesuan, erabiltzaileak kontuan hartu ditu, beren adina eta egoera fisiko eta mentala gorabehera.
- i) Erabakiak hartzeko zeregina eta prozesuaren autoebaluazioa planifikatu ditu.
- j) Erabakiak hartzeko unean komunikazio-trukeak duen garrantzia balioetsi du.

5.– Talde-prozesuak ebaluatzen ditu, baita lanbide-funtzioak garatzeko norberaren gizarte-kompetentzia ere, hobetu daitezkeen alderdiak identifikatuta.

Ebaluazio-irizpideak:

- a) Ebaluazio-adierazleak hautatu ditu.
- b) Gizarte-ikerketako teknikak eta teknika soziometrikoak aplikatu ditu.
- c) Profesionalaren abiapuntuko egoera pertsonalari eta sozialari buruzko autoebaluazioa egin du.
- d) Informazioa biltzeko tresnak diseinatu ditu.
- e) Ezarritako euskarrietan erregistratu ditu datuak.
- f) Bildutako datuak interpretatu ditu.
- g) Hobetu beharra duten egoerak identifikatu ditu.
- h) Hobekuntzan bete beharreko jarraibideak ezarri ditu.
- i) Profesionalak gauzatutako prozesuaren amaierako autoebaluazioa egin du.

B) Edukiak:

- 1.– Gizarte-harremana eta komunikazioa erraztuko dituzten estrategiak eta teknikak abiaraztea.
- Komunikazioaren eta bizi-kalitatearen arteko harremana aztertzea jardun-esparruetan.
 - Komunikazio eta gizarte-harremanen printzipioak adimen emozionalaren eta sozialaren printzipioekin lotzea.
 - Zereginak esleitzeko, jarraibideak jasotzeko eta ideiak edo informazioa trukatzeko komunikazio eraginkorra ezartzea.
 - Egoeran egoerako gizarte-trebetasunak erabiltzea.
 - Gizarte-gaitasunak eta haiei loturiko kontzeptuak.
 - Komunikazio-prozesua. Etapak. Hitzezko komunikazioa, hitzik gabekoa eta paralinguistikoa.
 - Komunikazioaren erraztaileak eta oztopoak.
 - Testuinguruaren balorazio komunikatiboa: erraztaileak eta hesiak/oztopoak komunikazioan.
 - Adimen emozionala. Emozioak eta sentimenduak.
 - Hezkuntza emozionala.
 - Adimen soziala.

- Defentsa-mekanismoak.
- Komunikaziorako eta gizarte-trebetasunerako programak eta teknikak.
- Komunikazio-estiloak: estilo erasokorra, estilo inhibitu/pasiboa, estilo asertiboa.
- Egokitzapen fisikoko goi-mailako teknikariaren eta antzeko profilen printzipio deontologikoak.
- Gizarte-trebetasunek lan-jardunean duten garrantzia balioestea.
- Pertsonarteko harremanetan ahozko komunikazioa, ez ahozkoa eta paralinguistikoa egoki erabiltzearen garrantzia nabarmentzea.
- Pertsonen bereizgarriak errespetatzeko eta ez epaitzeko interesa izatea: emozioak, sentimenduak, nortasuna, etab.
- Aldaketaren aldeko eta gertatzen den guztitik ikasteko jarrera agertzea.
- Autokritikak eta autoebaluazioak pertsonen arteko harremanetako eta komunikazioko trebetasun egokiak garatzeko duten garrantzia balioestea.

2.– Talde-lana dinamizatzea.

- Talde-egitura eta -prozesuak aztertzea.
- Talde-egitura eta -dinamika eraldatu dezaketen faktoreak identifikatzea.
- Talde-dinamizaziorako teknika eta tresna egokiak aplikatzea.
- Talde-dinamizazioko tekniken hautaketa arrazoitzea, taldearen ezaugarrien, egoeraren eta helburuen arabera.
- Talde-lanak bakarkako lanarekiko dituen alde onak aztertzea.
- Askotariko jardute-estrategiak aplikatzea, lidergo-funtzioa eta egiturako eta talde-funtzionamenduko rol positiboak aprobeitzatzeko eta negatiboak neutralizatzeko edo zuzentzeko.
- Lan-giro lasaia eta lankidetzakoa lortzea.
- Talde-konfiantza eta -kohesio egokia lortzeko teknikak eta dinamikak aplikatzea.
- Taldea: motak eta ezaugarriak. Taldearen egitura eta dinamika. Talde-garapena.
- Taldeen arteko komunikazioa. Komunikazio-estiloak. Hitzeko eta keinuzko komunikazioa. Bestelako hizkuntzak: ikonikoa, ikus-entzunezkoa, IKTak. Oztopoak.
- Taldeak aztertzekeo teknikak.
- Taldea dinamizatzekeo teknikak.
- Lankidetzak eta lehiakortasuna taldeetan.
- Talde-dinamikak. Talde-dinamikei aplikatutako oinarri psikosozialak.
- Lantaldea. Lankidetzak-lanerako estrategiak. Zereginen antolaketa eta banaketa.
- Bakarlana eta talde-lana.

- Talde-rolak: rol positiboak eta negatiboak. Rol positiboak indartzeko eta negatiboak neutralizatzeko edo zuzentzeko jardute-estrategiak.
- Konfiantza eta kohesioa taldean.
- Taldearen garapenean komunikazioak duen garrantzia baloratzea.
- Motibazioak talde-dinamikan duen eragina baloratzea.
- Talde-lanean banakoen arteko desberdintasunak errespetatzea.
- Taldearen konfiantza lortzeko jarrera tolerante eta enpatikoak duen garrantzia balioestea.
- Norberaren iritziekin bat ez datozenak errespetatzearen garrantziaz ohartzea eta kontzientzia hartzea.
- Euskararen normalizazio-ildoak aplikatzea.

3.– Bilerak gidatzea.

- Bilerako parte-hartzaile motak identifikatzea.
- Bilerak moderatzeko eta dinamizatzeko teknikak modu arrazoituan aplikatzea, parte-hartzaileen eta ingurunearen ezaugarrien arabera.
- Bileretan sor daitezkeen gatazkak ebazteko estrategiak modu arrazoituan aplikatzea.
- Bilera baten informazioa biltzeko eta emaitzak ebaluatzeko teknikak era egokian aplikatzea.
- Talde baten portaeran eragina duten faktoreak aztertzea: boikotatzaileak, laguntzaileak.
- Bilera, talde-lan moduan hartuta.
- Bilera motak eta haien funtzioak.
- Bilera bat garatzeko etapak.
- Bilerak dinamizatzeko eta moderatzeko teknikak.
- Bilera bateko arrisku-faktoreak. Balizko gatazkak. Ebazpen-estrategiak.
- Bilera bati buruzko informazioa biltzeko eta haren emaitzak ebaluatzeko teknikak.
- Ideiak argi eta labur adierazteko gaitasunaren garrantzia balioestea.
- Bilera-deialdietan informazio egokia eta zehatza emateko beharra balioestea.
- Bileretan parte-hartzea lortzeko, motibazioak eta erabilitako estrategiek duten garrantziaz jabetzea.
- Bilerak begirunez eta tolerantziaz gidatzea.

4.– Gatazkak kudeatzeko eta erabakiak hartzeko estrategiak abiaraztea.

- Talde-gatazkak ebazteko teknika eta estrategia egokiak aplikatzea.
- Bitartekaritza- eta negoziazio-teknikak egoki aplikatzea.
- Erabakiak hartzeko prozesua planifikatzea eta horren autoebaluazioa egitea.

- Gatazka: kontzeptua, ezaugarriak eta motak.
- Taldeko arazoak eta gatazkak. Gatazka-iturri nagusiak.
- Gatazkak ebazteko teknikak eta estrategiak.
- Erabakiak hartzeko prozesua. Faseak. Prozesua planifikatzea eta ebaluatzea.
- Taldeko gatazkak kudeatzea.
- Negoziazioa eta bitartekotza. Negoziazio- eta bitartekotza-teknikak.
- Talde-dinamiketan garapena errazten duen elementu positibotzat baloratzea gatazka.
- Arazoak eta gatazkak ebazteko garaian errespetuak eta tolerantziak duten zeregina baloratzea.
- Erabakiak hartzeko unean komunikatzeak duen garrantzia balioestea.

5.– Konpetentzia soziala eta talde-prozesuak ebaluatzea.

- Taldeak aztertzekeo estrategiak eta tresnak analizatzea.
- Informazioa biltzeko tresnak diseinatzea.
- Talde-lanean teknika soziometrikoak eta gizarte-ikerketakoak aplikatzea.
- Lortutako emaitzak interpretatzea.
- Hobekuntza-jarraibide egokiak ezartzea, lortutako emaitzen arabera.
- Profesionalaren hasierako, prozesuan zeharreko eta amaierako egoera pertsonalaren eta sozialaren autoebaluazioa, hobetu daitezkeen alderdiak identifikatuta.
- Gizarte-konpetentziaren ebaluazioa.
- Taldeen egituraren eta prozesuen ebaluazioa.
- Gizarte-ikerketako teknikak.
- Oinarrizko soziometria.
- Datu-bilketa.
- Informazioa biltzeko tresnak. Tresnak diseinatzea.
- Emaitzak aztertzea eta interpretatzea.
- Balizko hobekuntza-jarraibideak ezartzea, lortutako emaitzen arabera.
- Egokitzapen fisikoko teknikariaren hasierako prestakuntzaren eta bizialdi osoko prestakuntzaren azterketa eta prozesua.
- Autoebaluazioa balioestea, gizarte-konpetentzia hobetzeko estrategia gisa.
- Talde-ebaluazioa balioestea, taldeen hobekuntza- eta garapen-estrategia gisa.
- Konfidentziasuna datuen tratamenduan.

2. lanbide-modulua: egoera fisikoa baloratzea eta istripuetan esku hartzea.

Kodea: 1136.

Kurtsoa: 1.º.

Iraupena: 198 ordu.

ECTS kredituetako baliokidetasuna: 12.

A) Ikaskuntzaren emaitzak eta ebaluazio-irizpideak.

1.– Ariketa fisikoaren intentsitate-mailak lotzen ditu bihotz-biriketako sistemaren eta erregulazio-sistemaren moldaketekin, sistema horien portaera aztertuz.

Ebaluazio-irizpideak:

a) Deskribatu du zer-nolako ondorioak dituen ariketa fisikoa sistematizatuta egiteak bihotz-biriketako sistemaren eta erregulazio-sistemaren egiturazko elementuetan eta elementu funtzionaletan.

b) Argudiatu du zer-nolako eragina duen jarduera fisikoa egiteak bizi-kalitatearen hobekuntzan.

c) Bizi-ohitura kaltegarriek osasun-mailan duten eragina zehaztu du.

d) Bihotz-biriketako sistemaren eta erregulazio-sistemaren fisiologia identifikatu du, eta adierazi du zer-nolako elkarreraginak dauden sistema horiek osatzen dituzten egituren artean eta zer ondorio dituzten horiek errendimendu fisikoan.

e) Deskribatu ditu nolako mekanismoak baliatzen dituzten bihotz-biriketako sistemak eta erregulazio-sistemak esfortzu fisikoarekiko moldaketa funtzionala egiteko.

f) Bihotz-biriketako sistemaren eta erregulazio-sistemaren egitura anatomikoak deskribatu ditu, maila makroskopikoan.

g) Neke fisikoko egoera eragiten duten mekanismo fisiologikoak adierazi ditu.

2.– Oinarrizko egokitzapen fisikoko ariketen eta jardueren mekanika lotzen du sistema muskulu-eskeletikoaren biomekanikarekin eta moldaketa fisiologikoekin, haren funtzionamendua aztertuta.

Ebaluazio-irizpideak:

a) Palanka motak lotu ditu gizakiaren gorputzaren giltzadurekin eta muskuluek giltzaduren mugimenduetan duten parte-hartzearekin.

b) Giza gorputzaren giltzadura-mugimendu nagusiak sailkatu ditu, espazio-planoak eta -ardatzak kontuan hartuta.

c) Grabitatearen eragina eta kargaren kokapena lotu ditu ariketak egitean gertatzen den muskulu-uzkurdura motarekin.

d) Ariketak egokitu ditu indarraren garapeneko eta mugimenduaren luzerako maila desberdinetara.

e) Ariketak egitean kontuan hartu behar diren alderdiak eta egon daitezkeen kontraindikazioak definitu ditu.

f) Ereduzko ariketak eta mugimenduak interpretatzeko eta adierazteko sinbolo eta eskema grafikoak erabili ditu.

3.– Oinarrizko egokitzapen fisikoko programak egiten ditu, oinarrizko ahalmen fisikoak hobetzeko sistemetako oinarriak aplikatuta.

Ebaluazio-irizpideak:

a) Kirol-entrenamenduko printzipioak lotu ditu organismoak esfortzu fisikorako egiten dituen egokitzapen-mekanismoekin, egoera fisikoa hobetzeko sistemetan.

b) Gaitasun fisikoak eta pertzeptibo-motorrak garatzean lesiorik edo gainkargarik ez sortzeko kontuan hartu behar diren faktoreak identifikatu ditu.

c) Garatu behar diren gaitasun fisikoak eta hori lortzeko metodo egokienak zehaztu ditu, balorazioko datuen arabera.

d) Gaitasun fisikoak garatzeko ariketen sekuentzia ezarri du.

e) Erakutsi du nola egin behar diren oinarrizko egokitzapen fisikoko ariketak eta gaitasun pertzeptibo-motorrak hobetzeko ariketak.

f) Gaitasun fisikoak eta pertzeptibo-motorrak garatzeko ereduzko ariketetan egiten diren akats ohikoenak adierazi ditu.

g) Egoera fisikoa eta motorra garatzeko ereduzko ekipamendu eta materialak eta haiek izan ditzaketen erabilerak zehaztu ditu.

4.– Egoera fisikoa eta biologikoa zehazteko probak egiten ditu, ebaluatu behar diren parametroetarako egokiak direnak, eta haietako bakoitzean segurtasun-protokoloak aplikatuta.

Ebaluazio-irizpideak:

a) Gaitasun fisikoa eta biologikoa aztertzeko proba-sorta bat prestatu du, erabiltzailearen profilararen eta eskuragarri dauden bitartekoen arabera egokitua, kontuan hartuta zer baldintzatan dagoen kontraindikaturik proba bakoitza.

b) Tresnak eta makinak hautatu ditu, neurtu behar diren parametro morfologikoen eta funtzionalen arabera.

c) Erabiltzaile-profil desberdinek (pertsonek sedentarioak edo kirolariak: adingabeak, gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...) behar dituzten laguntzak eman ditu, autonomia pertsonal txikiena dutenei batik bat.

d) Probak behar bezala nola egin eta egokitzapen fisikoa zenbaterainokoa izan den neurtzeko gailu/tresna eta ekipoak ganoraz nola erabili esplikatuta eta azaldu du, tartean baita zaindu beharreko segurtasun-neurriak ere; eta, horretan, unean-unean eta ahal izan duen neurrian, erabiltzailearen hizkuntza erabili du (euskara, ingelesa, gaztelania...).

e) Arrisku-adierazleak zeinuak identifikatu ditu balorazio kardio-funtzionalerako probak egin aurretik eta egitean.

f) Behatze-prozedurak eta galdetegiak aplikatzekoak baliatu ditu pertsonen eta taldeen (pertsonek sedentarioak edo kirolariak: adingabeak, gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...) banakako beharrak, behar sozialak eta bizi-kalitatearekin lotutako beharrak identifikatzeko.

5.– Egokitzapen fisikoaren gaineko balorazio-probetako emaitzak interpretatu ditu, datuak kontrol-fitxetan erregistratuz eta aztertuz.

Ebaluazio-irizpideak:

- a) Erabiltzaileen (pertsona sedentarioak edo kirolariak: adingabeak, gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...) balorazio-datuen kontrolerako fitxak hautatu edo egokitu ditu.
- b) Balorazio antropometrika, biologiko-funtzionala eta gorputz-jarreraren balorazioa egiteko proben datuak kontrol-fitxetan erregistratu ditu.
- c) Datuak erreferentzia-baremoekin alderatu ditu, eta prebentzio-neurriak hartzea komeni dela adieraz dezaketen desbideratzeak nabarmendu ditu.
- d) Txostenak egin ditu, kontrol-fitxetan erregistratutako datuetatik abiatuta, baliabide informatiko espezifikoak erabiliz.
- e) Kausa-efektu erlazioak ezarri ditu egindako jarduera fisikoaren eta erabiltzaile jakin batek gaitasun fisikoa eta biologikoa aztertzeko ondoz ondo egindako probetako emaitzen artean.

6.– Neurri osagarriak integratzen ditu egoera fisikoa hobetzeko programetan, eta osasuna eta bizi-kalitatea hobetzeko izan dezaketen eragina baloratzen du.

Ebaluazio-irizpideak:

- a) Esfortzu fisikoaren ostean errekupeazioa errazten duten teknikak hautatu ditu.
- b) Mantenugaien proportzioa ezarri du, esfortzu fisikoaren arabera.
- c) Mantenugaiak hartzearen eta jarduera fisikoaren arteko balantze energetikoa kalkulatu du.
- d) Ohitura dietetiko osasungarrien zerrenda egin du.
- e) Neurri osagarri hidrotermalak aplikatzean kontuan hartu behar diren prozedura eta prebentzio-neurriak azaldu ditu, haiek dituzten erabateko kontraindikazioak edo kontraindikazio partzialak azalduta.
- f) Errekupeatzeko masajearen oinarritzko maniobrak egin ditu.

7.– Larrialdi-egoera bati dagokion arretaren hasierako balorazioa egiten du, arriskuak, baliabide erabilgarriak eta eman behar den laguntza mota aztertuz.

Ebaluazio-irizpideak:

- a) Eremua segurtatzeko modua eta istripua izan duen pertsonarengana heltzeko egin behar diren maniobrak justifikatu ditu, heltzeko modu onena proposatuta eta egon daitezkeen arriskuak identifikatuta.
- b) Protokoloaren araberako jarraibideak bete ditu, istripua izan duen pertsonaren hasierako balorazioa egiteko.
- c) Bizi-arriskuko egoerak identifikatu ditu eta haiek eragiten dituzten jarduketak definitu ditu.
- d) Zer kasu eta zirkunstantzian ez den esku hartu behar zehaztu du, bai eta modu autonomoan esku hartzen duen lehen pertsonak inola ere aplikatu behar ez dituen teknikak ere.

- e) Istripua izan duten pertsonak manipulatzeari norbera babesteko erabili beharreko teknikak aplikatu ditu.
- f) Larrialdietako botikinaren gutxieneko edukia, eta produktuen eta sendagaien jarraibideak berrikusi ditu.
- g) Jarduteko lehentasunak zehaztu ditu, lesioen larritasunaren eta tipologiaren arabera, bai eta aplikatu behar diren lehen laguntzetako teknikak zehaztu ere.
- h) Istripu, larrialdi eta doluko egoeretan antsietatea sorrarazten duten faktoreak identifikatu ditu.

8.– Bizi-euskarriko eta lehen laguntzetako teknikak aplikatzen ditu, ezarritako protokoloen arabera.

Ebaluazio-irizpideak:

- a) Aire-bideko buxadura kentzeko teknikak aplikatu ditu.
- b) Bizi-euskarriko teknikak aplikatu ditu, ezarritako protokoloaren arabera.
- c) Bihotz-birikak bizkortzeko oinarrizko teknikak eta teknika instrumentalak aplikatu ditu maniketan, oxigenoterapiako ekipoa eta desfibriladore automatikoa ere erabilia.
- d) Lesio, patologia edo traumatismo esanguratsuenen kausak, sintomak, jarduteko jarraibideak eta prebentzio-alderdiak adierazi ditu, jardueraren ingurunea kontuan hartuta.
- e) Lehen laguntzak aplikatu ditu eragile fisikoek, kimikoek edo biologikoek eragindako larrialdiko patologia organikoen eta lesioen simulazioetan.
- f) Istripua izan duen pertsonarekin eta hari lagun egiten diotenekin komunikatzeko oinarrizko estrategiak aplikatu ditu, egoera emozional desberdinen arabera.
- g) Dolu, antsietate, larritasun edo oldarkortasuneko egoera kontrolatzeko erabili behar diren teknikak zehaztu ditu.

9.– Istripua izan duen pertsona ebakutzeko –hori beharrezkoa izanez gero– mobilizatzeko eta immobilizatzeko metodoak aplikatzen ditu.

Ebaluazio-irizpideak:

- a) Jardun osoan autokontrola izateak eta istripua izan duenari konfiantza eta baikortasuna emateak duten garrantzia baloratu du.
- b) Laguntzean huts egin izana psikologikoki gainditzeko erabili behar diren teknikak zehaztu ditu.
- c) Istripua izan duen pertsona baten erreskatea egiteko oinarrizko metodoak identifikatu eta aplikatu ditu.
- d) Istripua izan duen pertsona lekualdatzea beharrezkoa denerako aplika daitezkeen immobilizatzeko metodoak aplikatu ditu.
- e) Gaixorik dauden pertsonak edo istripua izan dutenak immobilizatzeko eta garraiatzeko ohatilak eta sistemak prestatu ditu, material ohikoekin eta berariazkoak ez direnekin nahiz halabeharrezko baliabideekin.

B) Edukiak:

1.– Ariketaren intentsitatearen eta bihotz-biriketako sistemaren eta erregulazio-sistemaren arteko erlazioa.

- Ingurune hurbilean jarduera fisikorako dauden faktore erabakigarriak aztertzea.
- Eredu anatomikoetan, jarduera fisikoen arloan garrantzia duten bihotz-biriketako sistemako eta erregulazio-sistemako organoak kokatzea.
- Bihotz-biriketako sistemaren eta erregulazio-sistemaren mekanika deskribatzea.
- Bihotz-biriketako sistemak eta erregulazio-sistemak zenbait jarduera fisikotan eta kirol-jardueratan duten parte-hartzea deskribatzea, fitxa deskriptibo batean.
- Osasunaren kontzeptu integrala. Osasunerako jarduera fisikoa. Jarduera fisikorako eta osasunerako planak, EA Eren esparrukoak eta/edo tokian tokikoak.
- Ohitura ez-osasungarriak eta osasunerako arriskutsuak diren jokabideak: tabako-, alkohol- eta droga-kontsumoa, sedentarismoa, estresa...
- Gaixotasun kronikoak eta endekapenezko gaixotasunak, bizi-estilo ez-osasungarrien ondoriozkoak.
- Jarduera fisikoaren oinarritzko faktoreak: indibidualak, sozialak eta ingurune fisikoarekin lotutakoak.
- Bizi-estilo aktiboa. Kontzeptua, motak eta ariketa fisikoarekiko lotura. Efektuak. Behar adina aktiboa den pertsona. Eguneroko bizitzako jarduera fisikoak. Portaera sedentarioa. Jarduerarik eza. Jarduera fisiko arina, neurritsua eta indartsua edo intentsitate handikoa.
- Bihotz-biriketako sistemaren egitura anatomikoa maila makroskopikoan:
 - Bihotz-hodietako sistema. Kokapena, egitura eta funtzionamendua.
 - Arnas sistema. Kokapena, egitura eta funtzionamendua.
 - Sistema kardiobaskularraren eta arnas aparatuen arteko interrelazioa.
- Erregulazio-sistemen egitura anatomikoa maila makroskopikoan:
 - Nerbio-sistemaren antolaketa: nerbio-sistema zentrala eta periferikoa.
 - Sistema endokrinoaren antolaketa: organo endokrinoak eta guruinak (kontuan izan beharreko gizon eta emakumeen arteko aldeak).
 - Termorregulazio-sistemaren antolaketa.
- Metabolismo energetikoa. Adenosina trifosfatoa (ATP). ATPa lortzeko sistema aerobikoa eta anaerobikoa. Sistemen erabilera eta ariketa fisikoaren intentsitatea.
- Bihotz-biriketako sistemak ariketa fisikorako dituen moldaketa akutu eta kronikoak:
 - Birika-edukiera. Oxigeno-kontsumoa (VO_2) eta oxigenoaren gehienezko kontsumoa (VO_{2max} , gehienez).
 - Bihotz-gastua: bihotz-frekuentzia eta bolumen sistolikoa.

- Tentsio arteriala.
 - Beste moldaketa batzuk.
- Erregulazio- eta kontrol-sistemek ariketa fisikorako dituzten moldaketak:
- Nerbio-funtzioa eta hormona-funtzioa jarduera fisikoa egiterakoan, pertsonaren generoa aintzat hartuta. Heltze hormonalak (emakumearen ziklo menstrualak aintzat hartuta) eta jarduera fisikoaren intentsitatea.
 - Gorputz-tenperaturaren moldaketa. Termorregulazioa uretako ingurunean.
- Nekea: neke motak, nekea eragiten duten mekanismo fisiologikoak eta nekea hautemateko irizpideak. Nekearen zeinuak eta sintomak. Aipatutako zeinuen eta sintomen eguneroko eta aldian-aldiko monitorizazioa. Gaintrenamendu-sindromea. Lana/atsedenaldia erlazioa moldaketa fisiologikoetarako faktore gisa.
- Erabateko kontraindikazioak edo kontraindikazio partzialak jarduera fisikoak egiteko/egitean. Jarduera fisikoa egiterakoan aintzat hartu beharreko arrisku-faktoreak, erabiltzaileen arabera (sedentarioak edo kirolariak diren; haurrak, gazteak edo nagusiak diren; emakume erabiltzaileak haurdun dagoen ala ez; erabiltzaileak gaixotasun kronikoak dituen ala ez...).
- Osasun-egoeran eragin positibo zuzena duten bizi-ohiturak balioestea.
- Gorputzeko sistemen egitura eta funtzionamendua nolakoa den jakiteko interesa izatea, egokitzapen fisikorako lana garatzeko oinarria direla aintzat hartuta.

2.– Ariketaren mekanikak eskeleto- eta muskulu-sistemarekin duen erlazioa.

- Pertsonen eta modelo anatomikoen jardueretan tartean diren hezurak, giltzadurak eta giltzaduren mugimenduak identifikatzea eta lokalizatzea.
- Pertsonen eta modelo anatomikoen jardueretan tartean diren muskuluak eta/edo muskulu-multzoak eta muskulu horien mugimenduak identifikatzea eta lokalizatzea.
- Grabitate-zentroa kokatzea giza gorputzaren zenbait gorputz-jarreratan.
- Grafikoki deskribatu diren zenbait ekintza motorren azterketa mekanikoa, muskuluen parte-hartzearen azterketa eta azterketa funtzionala egitea.
- Indarra, malgutasuna eta mugimendua lantzeko jarduera fisikoak diseinatzea, beharrezkoak diren irizpide eta egokitzapenak (mailak, pertsona-kopurua, generoa, helburuak, etab.) eta arriskuei eta kontraindikazioei aurrea hartzeko neurriak kontuan hartuz.
- Indarra eta malgutasuna lantzeko ariketen fitxategia egitea, ariketak zenbait irizpide edo faktoreen arabera sailkatuta eta haiei buruzko deskriptoreak adierazita.
- Behatutako ekintza motorren irudikapen grafikoa egitea eta ereduizko mugimenduak eta ariketak irudikatzen diren sinbologia eta eskema grafikoa interpretatzea.
- Jarrera anatomikoa. Mugimenduaren planoak eta ardatzak, eta noranzko espazialak.
- Giltzadura-mugimendu nagusiak, espazio-planoen eta -ardatzen arabera. Flexioa, estentsioa, biraketa, abdukzioa, adukzioa eta zirkundukzioa.
- Hezur- eta giltzadura-sistemaren anatomia deskribatzailea.

- Eskeletoaren antolaketa eta haren osagai nagusien deskribapena: garezurra, enborra eta adarrak.
 - Hezurak. Hezur-ehuna eta kartilagozko ehuna.
 - Giltzadura: definizioa, osagaiak eta motak. Giltzadura garrantzitsuenak.
- Muskulu-sistemaren anatomia deskribatzailea.
- Ariketa fisikoan garrantzia duten muskuluak.
 - Muskulu-multzo bakoitzaren kokapena eta ekintza espezifikoak:
 - Goiko gorputz-adarrak: sorbalda, besoa eta besaurrea.
 - Enborra: atzekoa eta aurrekoa.
 - Beheko gorputz-adarrak: aldaka, izterra eta zangoa.
 - Muskulu-ehunak: tipologia. Ehun muskulu-eskeletikoaren antolaketa. Muskulu-zuntza.
 - Ehun konektiboa: lotailuak, fasziak eta tendoiak. Egitura.
- Sistema muskulu-eskeletikoaren funtzioak, jokabidea eta egokitzapenak:
- Muskulu-uzkurdura eta -elongazioa. Muskulu-uzkurdurak: motak. Gorputz-jarrerara eta mugimendura aplikatutako printzipio biomekanikoak.
 - Giza gorputzaren palanka-sistema: mugimendu-aukerak. Askatasun fisiologikoko graduak giltzaduren mugimenduetan.
 - Sistema muskulu-eskeletikoa unean uneko jarduera fisikora egokitzeko modu azkar eta kronikoak.
 - Tonuarekin eta luzaketekin lotutako erreflexuak: erreflexu miotatikoa, inhibizio autogenoarena, inhibizio erreziprokoarena eta inhibizio gurutzatuarena.
- Mugimenduaren analisia: ariketen analisi mekanikoa, muskularra eta funtzionala. Mugimenduak irudikatzen dituen sistema.
- Indar-arietak.
- Zenbait maila.
 - Faktoreak: postura globala eta segmentukakoa, fasez fase; ekintza muskularrak, fasez fase; uzkurdura mota; grabitateak uzkurdura motan duen eragina; erritmoa eta abiadura; hedadura; karga mota, eta arnasketa.
 - Binaka edo taldean egiteko arietak. Laguntzak.
 - Hartu beharreko neurriak eta sor daitezkeen kontraindikazioak.
- Mugimenduaren luzera lantzeko arietak.
- Zenbait maila.
 - Faktoreak: giltzaduren luzera-bitartea maila edo ardatz bakoitzean; ariketa mota; ekintza muskularrak, fasez fase; postura bakoitzaren erritmoa; abiadura; luzera, eta arnasketa.

- Kontuan hartzekoak, kokapena, heldulekuak, kanpo-ekintzak.
 - Sentsazio propiozeptiboak interpretatzeko kontsignak.
 - Binaka edo taldean egiteko ariketak. Hartu beharreko neurriak eta sor daitezkeen kontraindikazioak.
- Balioestea zer-nolako erabilgarritasuna duen mugimendua aztertzeak, egokitzapen fisikoko lanerako ariketa egokiak hautatzeko.
- Ekimena izatea indarra eta malgutasuna lantzeko ariketa berriak bilatzeko, egokitzapen fisikoko saioak diseinatzeko lana erraztu ahal izateko.
- Ahalegina egitea mugimendua irudikatzeko sistemak eta sinbologia egokia erabiltzeko, eta, horretan, hitzezko deskribapenak eta errepikapenak saihestea, eta unean-unean eta ahal den neurrian, erabiltzailearen hizkuntza erabiltzea (euskara, ingelesa, gaztelania...).

3.– Oinarrizko egokitzapen fisikoko programak sortzea.

- Entrenamendu-kargekin lotutako alderdiak (bolumena, intentsitatea, atsedendia etab.) jasoko dituen taula bat osatzea, ezarritako entrenamendu-printzipioak betetzen direla bermatzeko.
- Entrenamendu-kargaren kuantifikazioa, haren osagaiak kontuan hartuta (bolumena, intentsitatea, gehienezko ahalmena).
- Erresistentzia, abiadura, espazialtasuna, denborazkotasuna, espazio-denboraren egitura-keta, oreka eta koordinazioa lantzeko ariketen fitxategia egitea, ariketak zenbait irizpide edo faktoreren arabera sailkatuta eta haiei buruzko deskriptoreak adierazita.
- Errendimendua helburu duen egokitzapen fisikoa eta osasuna helburu duena bereiztea, batez ere adinez txikiak diren pertsonen kasuan. Abusuzko esplotazio ororen aurka babestea.
- Oinarrizko egokitzapen fisikoko programa bat egitea zenbait kolektibotarako (pertsona sedentarioak edo kirolariak: gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...), honako atal hauek sartuta:
- Garatu behar diren gaitasun fisikoak eta hori lortzeko metodo egokienak, balorazioko datuen arabera.
 - Egoera fisikoa eta motorra garatzeko ereduak ekipamendu eta materialak eta haiek izan ditzaketen erabilerak.
 - Oinarrizko egokitzapen fisikorako egin behar diren saioen fitxa. Honako hauek izan behar dituzte fitxak:
 - Helburuak eta gaitasun fisikoak garatzeko ariketen sekuentzia.
 - Hutsegite ohikoenak eta irizpideak adieraztea.
- Kargak egokitzea parte-hartzaileen mailalara (pertsona sedentarioak edo kirolariak: adingabeak, gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...).
- Oinarrizko egokitzapen fisikoko programa bateko saioak gidatzea, ariketak egiteko modu zuzena erakutsita, akatsak adierazita eta dagokion informazioa emanda, saioa egin aurretik, bitartean eta ondoren.

- Egoera fisikoa eta motorra: sailkatzeko irizpideak eta haien zehazten dituzten faktoreak. Egoera fisikoa, gaitasun fisikoak, pertzepzio-gaitasunak eta gaitasun motorrak lantzeko printzipio orokorrak.
- Osasunera bideratutako egoera fisikoa eta motorra. Osagaiak. Osasunera bideratutako entrenamenduaren printzipio nagusiak. Kirol-errendimendura bideratutako entrenamenduko aldeak.
- Gaitasun aerobiko eta anaerobikoa: gaitasuna baldintzatzen duten faktoreak. Bihotz-jarduerako eremuak. Entrenamendu-sistemak: jarraituak eta zatikatuak. Entrenamendu-bitartekoak. Ahalmenaren garapenerako entrenamendu-printzipio espezifikoak. Moldaketa espezifikoak. Ahalmen fisikorako eta osasunerako esfortzu-marjinak. Oinarrizko ariketa-programa.
- Indarra: indar motak. Ahalmena zehazten duten faktoreak. Entrenamendu-sistemak: autokargak, binakako lana, eta zenbait material eta tresna motarekin egindakoa. Entrenamendu-bitartekoak. Ahalmenaren garapenerako entrenamendu-printzipio espezifikoak. Moldaketa espezifikoak. Ahalmen fisikorako eta osasunerako esfortzu-marjinak. Oinarrizko ariketa-programa.
- Mugimendu-zabaltasuna: giltzaduren mugikortasuna, muskuluen elastikotasuna. Horien zehazten dituzten faktoreak Entrenamendu-sistemak: aktiboak eta pasiboak. Entrenamendu-bitartekoak. Ahalmenaren garapenerako entrenamendu-printzipio espezifikoak. Moldaketa espezifikoak. Oinarrizko ariketa-programa.
- Abiadura: motak. Ahalmena zehazten duten faktoreak. Entrenamendu-sistemak eta -bitartekoak. Ahalmenaren garapenerako entrenamendu-printzipio espezifikoak. Moldaketa espezifikoak. Oinarrizko ariketa-programa.
- Pertzepzio-gaitasunak eta gaitasun motorrak: propiozepzioa, gorputz-eskema, espazialtasuna, tenporaltasuna, egituraketa espazio-tenporala, oreka eta oreka motak, koordinazioa eta koordinazio motak. Entrenamendu-sistemak eta -bitartekoak. Oinarrizko ariketa-programa.
- Jarduera fisiko osasungarrirako esfortzu-marjinak. Gaitasun fisikoak eta pertzeptibo-motorrak garatzean lesiorik edo gainkargarik ez sortzeko kontuan hartu behar diren faktoreak.
- Beroketa- eta lasaitze-lana: oinarrizko printzipioak.
- Entrenamendua, prozesu zientifiko eta pedagogiko gisa. *Fitness* eta *wellness* kontzeptuak.
 - Kirol-errendimenduaren baldintzatzaileak.
 - Helburuak eta entrenamendu-bitartekoak: egokitzapen fisikoko jardueretan aritzeko motibazioak.
 - Egokitzapena azaltzen duten teoriak: egokitzapen-sindrome orokorra eta atalasearen legea.
 - Egokitzapen fisikorako aplikatu daitezkeen entrenamendu-printzipioak.
 - Esfortzuen dinamika egokitzapen fisikoko lanean.
 - Karga. Barne- eta kanpo-karga. Karga definitzen duten faktoreak: tamaina, intentsitatea, dentsitatea.

- Egokitzapen fisikoaren urteko plangintzarako oinarriak. Plangintzaren periodizazioa: denboraldia, eta metatze-, eraldatze- eta gauzatze-mesozikloak. Mikrozikloak: tipologia.
- Egokitzapen fisikorako jarduerak, autonomia pertsonaleko maila desberdinetara aplikatuta. Adinaren eta generoaren arabera egokitzapen fisikoa eta moldaketak:
 - Gaitasun fisikoen, pertzepzio-gaitasunen eta gaitasun motorren bilakaera denboran zehar.
 - Taldeko egokitzapen fisikoa musikaren laguntza erabiliz egiteko aukerak.
- Esfortzura egokitzearen berezitasunak eta zer kontraindikazio dauden autonomia funtzional mugatuko egoeretan.
- Merkatuan egokitzapen fisikoko jarduerak garatzeko dauden baliabideak eta aukerak: instalazio konbentzionalak eta ez-konbentzionalak, makineria, baliabide osagarriak. Haien osatzen dituzten elementuak eta/edo materialak. Kostuak, tipologia, neurriak, kokapena eta ezaugarri teknikoak eta segurtasunekoak.
- Euskadik eta bertako natura-inguruneak egokitzapen fisikoko lanak egiteko ematen duten aukera. Aire zabalean egiteko jarduerak egokienak.
- Egokitzapen fisiko eta motorrak maila desberdinak dituela ohartzea, eta hori dela eta, indibidualtasun-printzipioa aplikatzea, batik bat adinez txikiak diren pertsonak babesteko.
- Erresistentzia, abiadura, oreka eta koordinazioa lantzeko ariketa-erregistro zabala izatearen beharra baloratzea, egokitzapen fisikorako saioak diseinatzeko lana errazteko.
- Ingurune hurbilak egokitzapen fisikoko jarduerak egiteko eskaintzen dituen baliabideak eza-gutzeko eta erabiltzeko interesa izatea.

4.– Egoera fisiko eta biologikoaren ebaluazioa.

- Ebaluazio antropometrikoa eta gaitasun fisikoa eta biologikoa ebaluatzeko proba sorta bat aplikatzea jarduerak fisikoko zerbitzuen erabiltzaile eta bezeroei (pertsona sedentarioak edo kirolariak: adingabeak, gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...).
- Elkarrizketa pertsonalak egitea, egokitzapen fisikoko jarduerekin lotutako motibazioen berri jakiteko, eta, horretan, unean-unean eta ahal den neurrian, erabiltzailearen hizkuntza erabiltzea (euskara, ingelesa, gaztelania...).
- Tresnak eta/edo makinak hautatzea, neurtu behar diren parametro morfologikoen eta/edo funtzionalen arabera.
- Erabiltzaile-profil bakoitzari (pertsona sedentarioak edo kirolariak: adingabeak, gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...) behar dituen laguntzak ematea, autonomia pertsonal txikiagoa dutenean batik bat.
- Egoera fisikoa neurtzeko aparatuak/tresnak eta ekipoak erabiltzeko modu zuzena azaltzea eta erakustea.
- Hobekuntza-proposamenak prestatzea, prozesu osoan eta ebaluazioan bildutako informazioa eta ateratako ondorioak abiapuntutzat hartuta.

- Gaitasun fisikoa eta osasuna ebaluatzeko esparruak. Testak, probak eta galdetegiak, adinaren eta generoaren arabera. Hasierako balorazioa, eta denbora-epe jakin batean izandako bilakaera.
- Balorazio antropometrikoa egiteko metodoak eta biotipologia.
- Gorputzaren osaeraren balorazioa egiteko prozedurak. Gorputzaren osaeraren erreferentziazko balioak zenbait erabiltzaile eta bezero motatan, adinaren eta sexuaren arabera. Gorputzaren osaeraren eta osasunaren arteko erlazioa.
- Ahalmen pertzeptibo-motorrak neurtzeko probak. Test hauen protokoloak eta aplikazioa: pertzeptzio espaziala, denboraren pertzeptzioa, espazio-denboraren egituraketa, gorputz-eskema, koordinazioa, oreka.
- Elkarrizketa pertsonala egokitzapen fisikoaren arloan. Probetarako protokoloak. Testak egitean gertatzen diren fenomeno fisiologikoak. Arrisku-adierazleak probak egin aurretik eta/edo egin bitartean.
- Proba orokorren eta espezifikoaren multzoa:
 - Ahalmen aerobikoa eta ahalmen anaerobikoa ebaluatzeko probak. Pultsometroa. Zeharkako probak eta landa-laneko testa. Orokorrak eta espezifikoak. Atalaseak. Arrisku-adierazleak.
 - Abiaduraren ebaluaziorako probak. Abiadura mota bakoitzerako proba espezifikoak.
 - Indar-adierazpenen ebaluazio-proba orokorrak eta espezifikoak: indar maximoa, abiadura-indarra eta erresistentzia-indarra.
 - Mugimenduaren luzera ebaluatzeko proba orokorrak eta espezifikoak: giltzaduren mugikortasuna eta muskuluen elastikotasuna. Eskakizunak, protokoloak, neurtzeko tresnak eta gailuak.
- Aplikazio autonomoa edo espezialisten lankidetzat izanda.
- Gorputz-jarrera:
 - Gorputz-jarreraren alterazio ohikoenak.
 - Gorputz-jarrera aztertzeko probak egokitzapen fisikoaren arloan.
- Pertsonen eta taldeen (pertsona sedentarioak edo kirolariak: gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologiak dituzten pertsonak...) historia eta motibazioaren balorazioa egitea, bai eta banakako beharren, behar sozialen eta bizi-kalitatearekin lotutako beharren balorazioa egitea ere.
 - Elkarrizketa pertsonala egokitzapen fisikoaren arloan.
 - Behaketa egokitzapen fisikoko jardueren ebaluazioa egiteko oinarritzko teknika gisa. Gogobetetasun-mailaren jarraipena.
- Medikuntza txostena eta jarduera fisikorako gaitasun-ziurtagiria.
- Jarrera kritikoa hobetu daitezkeen prozesuko alderdiekiko.
- Jardueretan inplikaturik dauden beste pertsona batzuek egindako iradokizunak entzutea eta aintzat hartzea.

5.– Datuak aztertzea eta interpretatzea:

- Testak, eta balorazio antropometrikoko eta gorpuz-jarreraren baloraziorako probak aplikatzean lortutako emaitzak erregistratzea.
- Galdetegiak, historiako eta beste espezialista batzuen aginduzko txostenetako informazioa aztertzea.
- Lortutako informazioaren integrazioa eta tratamendua.
- Lankidetzak aktiboa eskaintzea kirolariek dagozkien osasun-profesionalen bitartez egin beharreko kontrol medikoetarako.
- Lankidetzak aktiboa izatea dopin-kontrolak egiten eta dopinaren aurkako legedian xedatutako betebeharrak betetzen.
- Datuak erreferentzia-baremoekin alderatzea eta aldagaien arteko alderaketa egitea.
- Txostenak egitea, erregistratutako eta aztertutako datu eta informazioetatik abiatuta.
- Kausa-efektu erlazioak ezartzea egindako jarduera fisikoaren eta ondorengo ondoko balorazio-proben emaitzen artean.
- Lortutako informazioa eta helburuak erabiltzaileari edo bezeroari komunikatzea (pertsonek sedentarioak edo kirolariak: adingabeak, gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...).
- Testak, balorazio-probak eta galdetegiak egokitzapen fisikoaren arloan.
- Informazioa tratatzeko dokumentuen, euskarrien eta fitxen ereduak.
- Ikus-entzunezko baliabideak eta baliabide informatikoak aplikatzea egokitzapen fisikoaren esparruko testak, probak eta galdetegiak baloratzeko eta erregistratzeko:
 - Datuak behatzeko, transkribatzeko eta aztertzeko softwarea: kalkulu-orriak, estatistika-paketeak.
 - Test eta probetan lortutako datuak interpretatzeko estatistikak: emaitzen guztizko maiztasuna, moda, mediana, batez besteko desbideratzea, desbideratze tipikoa eta bariantza. Emaitzen irudikapen grafikoa. Datuak gurutzatzea eta aldagaien arteko erlazioak.
- Txosten espezifikoak eta datuen azterketaren aplikazioak. Beste espezialista batzuek agindutako ariketa fisikoak. Analisia diagnostikoaren oinarritzat erabiltzea, egoera fisiko hobetzeko programak egiteko zenbait motatako erabiltzailearentzat (pertsonek sedentarioak edo kirolariak: adingabeak, gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...).
- Erantzukizuna eta etika-sena informazioa kudeatzean eta ematean.
- Datuen eta informazioen analisi-prozesua baloratzeko, diagnostikorako oinarri gisa.

6.– Egoera fisiko hobetzeko neurri osagarriak txertatzen ditu.

- Esfortzu fisikoaren ostean errehabilitazioa errazten duten teknikak hautatzea.
- Norberak eta beste pertsona batzuek ohiko egun batean egiten duten kaloria-gastua kalkulatzeko.

- Norberak eta beste pertsona batzuek ohiko egun batean behar duen kaloria-ekarpena zein funtsezko mantenu gaien ekarpena kalkulatzeko.
- Kaloria-gastua eta kaloria-ekarpena erlazionatzen dituzten taula espezifikoak erabiltzea.
- Ohiko egun bateko kaloria-gastua, kaloria-ekarpena eta funtsezko mantenu gaien ekarpena alderatzea.
- Egon daitezkeen desorekak eta desoreka horiek zuzentzeko neurriak identifikatzea.
- Errekuperatzeko masajerako oinarrizko maniobrak pertsona bati aplikatzea.
- Erlaxazio-teknikak erabiltzea, egoera fisikoa hobetzeko neurri osagarri gisa.
- Errekuperazioaren oinarri biologikoak. Errekuperaziorako neurriak eta teknikak. Energia-substratuen errekkuperazioa.
- Errekuperazio-bitartekoak eta -metodoak, saio batean bertan eta saioen artean:
 - Masajea: eguneroko bizitzarako eta jarduera fisikorako onurak. Masaje motak: terapeutikoa, higienikoa eta kirol-masajea.
 - Kirol-masajea: beroketako, tartekoa eta errekkuperaziokoa. Errekuperatzeko masajearen onurak. Aplikazioaren unea, teknika eta iraupena.
 - Erlaxazioa: eguneroko bizitzarako eta jarduera fisikorako onurak.
 - Erlaxazio-jolasak, luzaketak eta bibrazioak, arnasketaren kontrola, apurka-apurkako erlaxazioa, entrenamendu autogenoa.
 - Errekuperazio-metodo hidrotermalak. Saunak. Erabateko kontraindikazioak, kontraindikazio erlatiboak, eta abantailak. Saunak, lurrun-bainuak eta bainu termalak aplikatzean kontuan hartu beharreko prebentzio-neurriak.
- Beste errekkuperazio-bitarteko eta -metodo batzuk:
 - Bitarteko naturalak: kinesioterapia aktibo eta pasiboa, loa eta bizi-estiloa.
 - Bitarteko pedagogikoak: entrenamenduaren egitura arrazionala, beroketa, lasaialdia, etab.
 - Bitarteko psikologikoak: teknika eragileak, kognitiboak, autokontrol-teknikak, teknika sozialak eta biofeedback-a. Erlaxazioa. Kognizio-estrategiak, eta jomugak bisualizatzea eta ezartzea.
 - Bitarteko mediko-biologikoak: elikadura-neurriak eta neurri dietetikoak, neurri farmakologikoak, laguntza ergogenikoak, neurri fisioterapeutikoak (elektroestimulazioa eta ultrasoinuak eta hidrotterapia), aeroterapia eta erreflexoterapia.
- Elikadura eta nutrizioa.
 - Elikagai-multzoak: sailkapena.
 - Mantenu gaiak. Elikagaien osaera. Funtz-gaiak. Bitaminak, mineralak eta ura. Ezaugarriak. Sailkapena.

- Kaloria-beharrak, behar funtzionalak eta egiturazko beharrak. Metabolismo basala, kaloria-gastua. Energia-gastua jarduera fisikoko: taulak adinaren eta sexuaren arabera. Kaloria-gastu teorikoa kalkulatzekoak, egindako jardueraren arabera.
 - Dieta orekatua: ahoratutakoaren eta gastatutakoaren arteko balantze energetikoa. RDA gomendioak eta dieta mediterranea. Beste dieta mota batzuk.
 - Elikadura- eta hidratazio-beharrak, ariketa fisikoa egin aurretik, bitartean eta egin ondoren, helburuen arabera.
 - Ohitura dietetiko osasungarriak. Elikadura ez-osasungarriaren ondorioak. Elikadura-nahasmenduak.
- Masaje-teknikak eta antzekoak erabiltzeak errekupeziarako dituen ondorio positiboak baloratzea.
- Jarrera kritikoa izatea egokitzapen fisikoko lan baten ostean atsedenean eta errekupeziarian eragina izan dezaketen ohitura ez-osasungarrien aurrean.
- Jarrera kritikoa izatea kirolariek osasunaren kalterako egiten dituzten jardunbideekiko, dopatzea barne hartuta.
- Fidagarritasuna eta zehaztasuna ohiko egun batean kaloria-gastua eta -ekarpena kalkulatzeko.

7.– Larrialdietako laguntzaren hasierako balorazioa.

- Egon daitezkeen arriskuak, esku-hartze motan eta esku hartzeko behar diren baliabideak baloratzea.
- Esku hartzeko eremuko segurtasuna bermatzeko teknikak aplikatzea.
- Norbera babesteko teknikak identifikatu eta aplikatzea.
- Informazioa transmititzeko teknika egokiak erabiltzea.
- Larrialdi-zerbitzuek istripua izan duen pertsonarengana iristeko egin behar dituzten manio-brak zehaztea.
- Istripua izan duten pertsonekin esku hartzeko lehentasunak zehaztea.
- Istripua izan duen pertsona baten hasierako balorazioa egiteko protokoloa aplikatzea: konorte-mailaren balorazioa, aireztapena egiaztatzea, eta bizi-arriskuko sintomestikiko jarduna.
- Bizkortzeari buruzko nazioarteko koordinazio-batzordeak (ILCOR) xedatutako protokoloaren arabera identifikatzea jardun-sekuentzia.
- Lehen laguntzetako botikinaren oinarrizko materiala erabiltzea, berrikustea eta egoera onean gordetzea.
- Istripuak eta larrialdiak: motak eta ondorioak.
- Larrialdietarako jardun-protokoloaren faseak: hasierako ebaluazioa, jardunaren plangintza, kokapena eta iristeko moduak, egon daitezkeen arriskuak identifikatzea, eremua babestea eta istripua izan duenarengana iristea.
- Lehen esku-hartzailearen jardunaren helburuak eta mugak. BAS jokamoldea (babes-sistemak, abisu-sistemak eta laguntza-sistemak).

- Eremuaren balorazioa egiteko eta eremua babesteko sistemak. Justifikazioa.
- Jarduteko sistematika: konorte-mailaren balorazioa, aireztapena egiaztatzea, eta pertsonen bizi-arriskuko sintomekiko jarduna (helduak, haurrak eta edoskitzaileak).
- Zauritu ugariko istripuetarako jardun-lehentasuna, lesioen larritasuna eta tipologia kontuan hartuta. Triaje sinpleko metodoak. OMEren triaje-proposamena.
- Bizi-arriskuko egoerak: eragiten dituzten jarduketak.
- Lehen laguntzen lege-esparrua: erantzukizun zibil eta penala. Zuhurtziagabekeria. Sorospen-eginbearra ez betetzea. Lehen laguntzak uretako instalazioetan.
- Jokabidearekin lotutako alderdiak: etika profesionala. Komunikazioa larrialdi-egoeretan. Emozioak eta antsietatea kontrolatzea.
- Larrialdi-zerbitzuak: talde eta erakunde orokorrak eta tokian tokikoak. Larrialdi-zerbitzuekin komunikatzean kontuan hartu beharreko alderdiak. Informazio motak eta informazioaren ezaugarriak.
- Istripu, larrialdi eta doluko egoeretan antsietatea sorraraz dezaketen faktoreak.
- Nork bere burua babesteko neurriak eta segurtasun-neurriak, istripua izan duten pertsonekin esku hartzean eta haiek manipulatzean. Neurriak eta ekipoak.
- Lehen sorospenetako botikina: tresnak, sendabide-materiala, oinarrizko sendagaiak. Egoera onean gordetzeko eta ondo erabiltzeko arauak.
- Lasaitasuna ez galtzea jardunean.
- Konfiantza eta segurtasuna jardunean, komunikazioetan eta erabakiak hartzean.
- Esku-hartzeen mugez jabetzea, eta egiten dena protokolo eta aholkuetara egokitzea.

8.– Bizia mantentzeko eta lehen sorospenerako teknikak aplikatzea.

- Istripua izan duen pertsonaren bizi-arriskuko egoerak eta bizi-konstanteak eteten ez direla egiaztatzea.
- Jarrera-tratamendu egokia aplikatzea.
- Airebideetatik oztopoak kentzeko eta haiei irekita eusteko teknikak aplikatzea konortea duten zein konorterik gabe dauden biktimetan.
- Bihotz-biriketako bizkortzerako teknika instrumentalak nahiz bizi-euskarriko teknikak aplikatzea manikietan.
- Oxigenoterapiako ekipoa eta desfibriladore automatikoa edo erdiautomatikoa erabiltzea.
- Eragile fisikoek, kimikoek edo biologikoek eragindako larrialdiko patologia organikoen eta lesioen simulazioetan lehen laguntzak aplikatzea.
- Identifikazio, balorazio eta jardun simulatua, egoera hauen aurrean:
 - Zauriak eta odoljarioak: nola garbitu eta apositu eta hesgailuak nola jarri. Immobilizatzeko bendajeak jartzea.
 - Traumatismoa, konorte-galerarekin eta konortea galdu gabe.

- Konbultsio-krisia.
 - Hasierako arreta larrialdi ohikoenetan. Esku-hartzerako jarraibideak lehen laguntzak aplikatzean: lehentasunak eta teknikak. Esku ez hartzeko irizpideak.
 - Oinarrizko komunikazio-estrategiak erabiltzea istripua izan duen pertsonarekin eta haren lagunekin, eta, horretan, unean-unean eta ahal den neurrian, erabiltzailearen hizkuntza erabiltzea (euskara, ingelesa, gaztelania...). Dolu, antsietate, larritasun edo oldarkortasuneko egoerak kontrolatzeko jarraibideak.
 - Biktima konortedun edo konortegabeen aire-bideak irekitzeko eta oztopogabetzeko teknikak. Protokoloa.
 - Bihotz-biriketako oinarrizko berpizterako oinarriak (OBBB). Metodoak eta oinarrizko teknikak. Pertsona helduekin, emakume haurdunekin, bularreko haurrekin eta umeekin aplikatu beharreko protokoloak. Tresneria. Egoera desberdinak.
 - Kanpoko desfibrilazio erdiautomatikoa (KDA).
 - Aparatu motak, haien autonomiaren arabera.
 - Erabiltzeko argibideak. Teknikak.
 - Ekipoen funtzionamendua eta mantentzea.
 - Egoera bereziak. Informazio-prozedurak. Legedia eta ziurtapen-sistemak.
 - Araudia eta legedia.
 - Aireztapen-sistemei eta oxigenoterapiari laguntzeko osagarriak: Guedel-en kanula, baloi berpiztailea, oxigenoterapia-maleta, jariakin-xurgatzaile elektrikoa.
 - Istripua izan duen pertsonaren lehen eta bigarren mailako balorazioa egiteko protokoloa. Lesioak, gaixotasunak eta traumatismoak hautematea. Kausak, sintomak eta zeinuak: konorte-gorabeherak, sukarra, gonbitoak eta beherakoa, zorabioak, lipotimiak, sinkopeak, shockak, min abdominala, torazikoa eta sabelekoa.
 - Lesio motak. Sailkapena, kausak, sintomak eta zeinuak, eta oinarrizko tratamendua: odoljarioak, zauriak, erredurak, istripu elektrikoak, uretako istripuak eta traumatismoak.
 - Beste larrialdi-egoera batzuk: zirkulazio-gorabeherak, intoxikazioak, krisialdi anafilaktikoak, epilepsia eta konpultsio-sintomak, deshidratazioa, gorputz arraroak azalean, begietan, belarrietan eta sudurrean, traumatismo txikiak, ama-haurrekin lotutako larrialdiak, trafiko-istripuak, etxeko istripuak, beroak eta hotzak eragindako lesioak, ziztadak. Presio-aldaketek eragindako nahasmenduak.
 - Ospitaleratu aurreko esku-hartzeak uretan gertatuko istripuetan: itotze-mailaren arabera esku-hartzeak, muineko lesioengatiko esku-hartzeak.
 - Bendajeak eta aposituak: erabiltzeko jarraibideak, tipologia eta aplikatzeko teknikak. Imobilizatzeko bendajeak zenbait giltzaduratan.
 - Jardun-protokoloak ordenaz eta zehaztasunez aplikatzearen garrantzia baloratzea.
 - Errespetua eta zuhurtzia istripua izan duen pertsonarekiko tratuan.
 - Lasaitasuna ez galtzea jardunean.

– Konfiantzari eta segurtasunari eustea, eta oinarrizko komunikazio-estrategiak erabiltzea, eta, horretan, unean-unean eta ahal den neurrian, erabiltzailearen hizkuntza erabiltzea (euskara, ingelesa, gaztelania...).

9.– Mobilizatzeko eta immobilizatzeko metodoak.

– Immobilizatzeko eta mobilizatzeko metodoak aplikatzea, istripua izan duen pertsona lekualdatu behar izanez gero.

– Istripua izan duen pertsona lekualdatzeko oinarrizko metodoak aplikatzea.

– Gaixorik dauden pertsonak eta/edo istripua izan dutenak immobilizatu eta garraiatzeko ohatilak eta sistemak egitea, material konbentzionalak, berariazkoak ez direnak edo halabeharrezko baliabideak erabiliz.

– Komunikazio-baliabideak erabiltzea min hartuta egon daitekeen pertsona baten senide eta laguntzaileekin.

– Larrialdi kolektiboak eta katastrofeak. Kontzeptuak.

– Bat-batean gaixo jarri den edo istripua izan duen pertsona lekualdatzea erabakitzeke irizpideak. Ebaluazio-metodoa.

– Immobilizatzeko metodo egokienak, patologiaren arabera. Segurtasun- eta itzarote-jarrerak.

– Mobilizatzeko metodo egokienak, patologiaren arabera. Lekualdatzeko gorputz-jarrera seguruak.

– Istripua izan duten pertsonak lekualdatzea.

– Gaixorik dauden pertsonak eta/edo istripua izan dutenak immobilizatu eta garraiatzeko ohatilak eta sistemak eratzea material konbentzional, berariazkoak ez direnak edo halabeharrezko baliabideak erabiliz.

– Laguntza psikologikoko teknikak istripua izan duten pertsonentzat, haien senideentzat eta istripuan esku hartzen ari diren pertsonentzat:

- Istripua izan duen pertsonaren eta haren familiakoen behar psikologikoak. Esku hartzen duen lehen pertsonaren erantzun emozionala.

– Oinarrizko komunikazio-estrategiak erabiltzea, eta, horretan, unean-unean eta ahal den neurrian, erabiltzailearen hizkuntza erabiltzea (euskara, ingelesa, gaztelania...), eta krisi-egoerarako trebetasun sozialak martxan jartzea. Pertsonen arteko komunikazioa errazten duten teknikak.

- Babes psikologikoa eta autokontrola. Autokontrol-teknikak estres-egoerarako: defentsa-mekanismoak.

- Laguntza ematean huts egin izana psikologikoki gaintzeko teknikak.

– Errespetua eta zuhurtzia istripua izandako pertsonari lagun egiten dioten pertsonetarako tratuan.

– Konfiantzari eta segurtasunari eustea, eta oinarrizko komunikazio-estrategiak erabiltzea, eta, horretan, unean-unean eta ahal den neurrian, erabiltzailearen hizkuntza erabiltzea (euskara, ingelesa, gaztelania...).

– Autokontrola estres-egoeren aurrean eta frustrazioa jasateko ahalmena.

3. lanbide-modulua: Fitness-a erabilera anitzeko gelan.

Kodea: 1148.

Kurtsoa: 2.º.

Iraupena: 240 ordu.

ECTS kredituetako baliokidetasuna: 16.

A) Ikaskuntzaren emaitzak eta ebaluazio-irizpideak.

1.– Erabilera anitzeko gela bateko jarduerak antolatzen ditu, baliabideak jardueretarako egokiak direla ziurtatu eta segurtasuna eta espazioaren erabilera egokiena bermatuko duten jarraibideak ezarriz.

Ebaluazio-irizpideak:

- a) Erabilera anitzeko gelaren zuzkidura baloratu du, sektoreko azken joeren arabera egokitzapen fisikorako jarduerak eta ekitaldiek zer eskakizun dituzten aztertuta.
- b) Erabilera anitzeko gela batean egokitzapen fisikoko jardueren eta ekitaldien eskaintza antolatzeko irizpideak zehaztu ditu.
- c) Erabilera anitzeko gela batean egokitzapen fisikoko ekitaldiak, lehiaketak eta txapelketak antolatzeko irizpideak zehaztu ditu.
- d) Plan bat diseinatu du, erabilera anitzeko geletan tartean diren alor desberdinetako teknikiak elkarrekin koordinatzeko.
- e) Erabilera anitzeko gelara sartzeko irisgarritasun-baldintzak baloratu ditu, mugikortasun-ara-
zoak dituzten pertsonak egokitzapen fisikoko jardueretan parte hartu ahal izan dezaten.
- f) Erabilera anitzeko gela bateko zuzkiduran dauden elementu espezifikoaren anomaliak haute-
mateko eta zuzentzeko prozedurak ezarri ditu.
- g) Erabilera anitzeko gela baten funtzionamenduaren kalitatea ebaluatzeko prozedura ezarri
du.

2.– Egokitzapen fisikoko programak prestatzen ditu, erabiltzaileen egoera fisikoaren ebalua-
ziotik ateratako datuak (pertsona sedentarioak edo kirolariak: gazteak, adinekoak, emakume
haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...) eta erabilera anitzeko gelan eskueran dau-
den baliabideak kontuan hartuta.

Ebaluazio-irizpideak:

- a) Egoera fisikoa hobetzera edo mantentzera bideratutako helburuen formulazio-irizpideak
ezarri ditu, programaren bilakaeraren eta eskura dauden baliabideen arabera.
- b) Egokitzapen fisikoko programarako ariketak aukeratu ditu, eta programaren helburuekin lotu
ditu.
- c) Lan-kargaren maiztasunari, bolumenari eta intentsitateari buruzko jarraibideak eman ditu,
egokitzapen fisikoko programan zehaztutako helburuen arabera.
- d) Erabilera anitzeko gela batean egokitzapen fisikoko programa segurtasun-baldintzetan gau-
zatzeko eremuak, ekipamenduak, materiala, ekipo pertsonala eta baliabide osagarriak zehaztu
ditu.

e) Zenbait neurri osagarri ezarri ditu, egokitzapen fisikoko programa motaren eta erabiltzaileen interesen arabera (gazteak, adinekoak, haurdun dauden emakumeak, patologia kronikoak dituzten pertsonak etab.).

f) Irakasteko eta komunikatzeko estrategiak eta haien moldaketak ezarri ditu erabiltzaile mota batzuen eta besteen motibazioa eta haiekiko arreta errazteko (pertsona sedentarioak eta kirolariak, gazteak, adinekoak, haurdun dauden emakumeak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...).

g) Ekipo eta informatika-aplikazio espezifikoak erabili ditu programak prestatzeko.

h) Erabilera anitzeko gelan landutako egokitzapen fisikoko programa ebaluatzeko prozedura definitu du.

3.– Erabilera anitzeko gela batean egokitzapen fisikoko jardueren gauzatze praktikoa eta material ohikoenaren erabilera deskribatzen eta erakusten du, eta lesioei aurrea hartzeko gakoak azpimarratzen ditu.

Ebaluazio-irizpideak:

a) Muskulazio-ariketak deskribatu eta erakutsi ditu, baita horiek egiterakoan kontuan hartu beharreko alderdiak ere.

b) Ahalmen aerobikoa hobetzeko ariketak deskribatu eta erakutsi ditu, baita horiek egiterakoan kontuan hartu beharreko alderdiak ere.

c) Mugimendu-luzera lantzeko ariketak deskribatu eta erakutsi ditu, baita horiek egiterakoan kontuan hartu beharreko alderdiak ere.

d) Erabilera anitzeko gela bateko aparatu eta materialak nola erabiltzen diren erakutsi du, eta horiek erabiltzerakoan zer neurri hartu behar diren azaldu du.

e) Erabilera anitzeko gela bateko tresnak eta makinak behar bezala moldatu ditu, halakoei eusteko, oreka mantentzeko edo mugitzeko arazoak dituzten pertsonak erabiltzeko moduan.

4.– Egokitzapen fisikoko jarduerak zuzentzen ditu, erabilera anitzeko gela batean horiek garatzeko metodologia espezifikoak aplikatuz.

Ebaluazio-irizpideak:

a) Erabilera anitzeko gelako ekipamendu eta materialen funtzionaltasuna eta segurtasun-baldintzak berrikusi ditu.

b) Hizkuntza mota egokia erabili du zer jarduera den eta erabiltzaileek zer profil duten aintzat hartuta (pertsona sedentarioak edo kirolariak: gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...).

c) Erabiltzaileek (pertsona sedentarioak edo kirolariak: gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...) erabilera anitzeko gelako makina, aparatu eta materialen erabilera-gomendioak betetzen dituztela begiratu du, baita zer karga mugitzen duten ere.

d) Proposatutako ariketak gauzatzean hautemandako akatsak zuzendu ditu; akats horien zergatia azaldu, eta zuzen egiteko modua adierazi du.

e) Desgaitasunen bat duten pertsonentzat gauzatzeko zailtasunen bat izan dezaketen jardueren parametroak egokitu ditu.

f) Denetariko pertsonak (pertsona sedentarioak eta kirolariak: gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...) erabilera anitzeko geletako jardueretan modu desinhibituan parte hartzeko estrategiak aplikatu ditu.

g) Erabiltzaileek (pertsona sedentarioak edo kirolariak: gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...) egokitzapen fisikoko beren programako emaitzak optimizatzeko jarrai ditzaketen neurri osagarriak adierazi ditu.

h) Prozesua eta lortutako emaitzak baloratu ditu, ebaluazio-datuak egokitzapen fisikoko programan aurreikusitako zehaztasunen arabera interpretatuz.

5.– Egokitzapen fisikoaren esparruko ekitaldiak antolatzen ditu, ekitaldi horien sustapenean eta segurtasunean eragina duten faktoreak zehaztuta.

Ebaluazio-irizpideak:

a) Egokitzapen fisikoko ekitaldien programak prestatu ditu, instalazio motak eta erabiltzaile-profil desberdinak aintzat hartuta (pertsona sedentarioak edo kirolariak: gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...).

b) Ekitaldiek bai erakundea, bai egokitzapen fisikoko jarduerak, bai babesleen lana sustatzeari begira zer-nolako inpaktua izan dezaketen baloratu du.

c) Informazio mota eta hedatzeko baliabide egokienak proposatu ditu ekitaldia iragartzeko eta erabiltzaileak (pertsona sedentarioak edo kirolariak: gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...) nahiz erabiltzaile ez direnak parte hartzera edo bertaratzera animatzeko.

d) Publikoaren eta une jakin horretan han inguruan dabilen jendearen sarbidea, kokapena eta parte-hartzea errazteko materialak antolatu eta banatu ditu.

e) Egokitzapen fisikoko ekitaldiaren alderdiak gainbegiratzeko eta kontrolatzeko prozedura ezarri du.

f) Sor daitezkeen gorabeherai aurrea hartzeko, zerbitzu osagarriekin komunikatzeko bideak eta beharrezko diren segurtasun-neurriak aurreikusi ditu.

g) Animazio-teknika egokienak proposatu eta baliatu ditu ekitaldia arrakastatsua izan dadin, bai parte hartzeari dagokionez bai partaideen (pertsona sedentarioak edo kirolariak: gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...) gogobetetzeari dagokionez.

6.– Segurtasun-neurriak eta larrialdi-planak aplikatzen ditu erabilera anitzeko gelan, baldintzak eta arrisku-faktoreak aintzat hartuta.

Ebaluazio-irizpideak:

a) Kirol-instalazio baten eta, zehazki, erabilera anitzeko gela baten larrialdi-planak identifikatu eta deskribatu ditu.

b) Erabilera anitzeko gela batean egokitzapen fisikoko jarduerak egiteko bere ardurapekoak diren esparruei dagozkion segurtasuneko eta arriskuen prebentziorako prozedurak ezarri ditu.

- c) Erabilera anitzeko gela baterako larrialdi-plan batean beharrezkoak diren baliabide materialen inbentarioa egin du.
- d) Kirol-instalazio bateko eta, zehazki, erabilera anitzeko gelako langileei esleitutako eginkizunak eta emandako jarraibideak adierazi ditu zerrenda batean.
- e) Erabilera anitzeko gela bat ebakutzeko egoera simulatuak zuzendu ditu.
- f) Erabilera anitzeko gela batean egokitzapen fisikoko jardueretan modu profesionalean jarduteko laneko segurtasunari eta osasunari buruzko oinarritzko legedian kontuan hartu beharrezkoak zehaztu ditu.
- g) Erabilera anitzeko gela batean egokitzapen fisikoko jardueren alderdietako ezaugarriak eta segurtasun-baldintzak deskribatu ditu.

B) Edukiak:

1.– Erabilera anitzeko gelan egitekoak diren jardueren koordinazioa.

- Erabilera anitzeko gelako material- eta ekipamendu-zuzkidura baloratzea.
- Erabilera anitzeko gela bateko material eta ekipamenduaren anomaliak hautemateko eta zuzentzeko prozedurak ezartzea.
- Erabilera anitzeko gelara sartzeko irisgarritasun-baldintzak ebaluatzea.
- Instalazioa, ekipamenduak eta materiala baldintza egokietan jartzea, desgaitasunen bat duten pertsonentzat egokitzea eta gainbegiratzea.
- Eremuak, sarbideak, desplazamendu-fluxuak, kartelak eta informazio-bitartekoak antolatzea.
- Erabilera anitzeko gelan ekitaldiak, lehiaketak eta txapelketak antolatzeko zer izapide egin behar den zehaztea.
- Arlo batzuekin eta besteekin eta teknikariekin koordinatzeko plan bat diseinatzea.
- Erabilera anitzeko gelako jarduerak kudeatzea eta koordinatzea.
 - Jardueren eskaintza elkarbanatzea eta koordinatzea: erabiltzaileen profila (pertsona sedentarioak edo kirolariak: gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...) eta ordutegiak egokitzea, jarduera-esparru/eremuak koordinatzea.
 - Eremuak kudeatzea: egokitzapen-esparruko kirol-eremuak, taldekako saioetarako guneak, uretako fitnesserako eremuak. Ingurune garbia: harrera, sarbideak, bulegoak. Ingurune medikoa: kontsultak, tratamenduak, UVA izpiak. Beste eremu batzuk: kafetegia.
 - Baliabideak antolatzea eta kudeatzea: erabilera anitzeko gelako eta fitnesseko beste eremu batzuetako berezko baliabideak, fitness-instalazioetako materialak.
 - Aurrekontuak prestatzea eta kontrolatzea. Materialak eta biltegiak kudeatzea.
 - Mantentze-lanen kontrola. Lana kontrolatzeko agenda: egindakoen eta egin beharrekoen zerrenda. Urteko jarduera-plana: urtean zehar aintzat hartu beharreko irizpideen interpretazioa. Azpiplanak: prestakuntza, aurrekontuak, arrisku-plana.
- Kalitate-arauak aplikatzea. Erabilera anitzeko gela baten funtzionamenduaren kalitatea ebaluatzeko prozedura ezartzea.

- Erabilera anitzeko gela bateko berezko instalazioak, makinak, aparatuak eta elementuak.
 - Oinarrizko eskakizunak, legedia eta araudia.
 - Egokitzapenerako arloak eta eremuak. Makinen eta aparatuen zuzkidura eta banaketa eremuka:
 - Eremu kardiobaskularra: ezaugarriak, banaketa eta makina espezifikoak (motordunak eta eskuzkoak).
 - Muskulazio-eremua: ezaugarriak, banaketa eta makina espezifikoak (selektorizatuak, pneumatikoak eta bestelakoak).
 - Pisu libreko eremua: ezaugarriak, banaketa eta makina eta aparatu espezifikoak (barrak, diskoak, halterak, euskarriak, palanka-makina konbergenteak, baskulatzailak eta bestelakoak).
 - Luzaketa- eta kalistenia-eremua: ezaugarriak, banaketa eta makina espezifikoak.
 - Beste gune batzuk: taldekako eskoletarako guneak, uretako fitnessa egiteko guneak, gune garbiak (harrera, sarbideak, bulegoak). Ingurune medikoa: kontsultak, tratamenduak, UVA izpiak.
 - Beste gune batzuk: kafetegia, sarbideak, korridoreak eta hesi arkitektonikoak erabilera anitzeko geletan.
- Mantentze prebentibo, operatibo eta zuzentzailerako oinarrizko eragiketak honako hauetan: pisu librea (palanka-makina konbergenteak, makina baskulatzailak, barrak, diskoak, mankuernak, euskarriak eta bankuak, besteak beste), erresistentzia dinamikoko makina selektorizatuak, txirrikak, makina pneumatikoak, makina magnetikoak, makina isozinetikoak, entrenamendu kardiobaskularerako makinak (tapiz birakariak, makina eliptikoak, eskailerak igotzeko simulatzaileak, bizikleta estatikoak, ergometroak eta eski-simulatzaileak, besteak beste), entrenamendu-materialak (gomak, banda elastikoak, dardarazko plataforma, elektroestimulagailuak, trx edo antzekoak) eta bestelako material osagarriak eta teknologia berrikoak.
- Fitnesseko jarduerak planifikatzeko kontzeptuak:
 - Jarduerak planifikatzeko printzipioak.
 - Jardueren eskaintza eta jardueren eta ekitaldien eskaintza antolatzeko irizpideak.
 - Fitnesseko jarduerak hainbat esparrutan planifikatzeko teknikak: eskolako adinean dauden neska-mutilak, helduak (gizonezkoak eta emakumezkoak), 50 urtetik gorakoak, talde bereziak (haurdun dauden emakumeak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...), desgaitasunen bat duten pertsonak, prestakuntza fisiko espezifikoa nahi duten taldeak.
- Erabilera anitzeko gelako berezko giza baliabideak.
- Fitnesseko instalazioetako materialak. Biltegiak.
- Gelaren aurrekontuak.
- Lana kontrolatzeko agenda: egindakoen eta egin beharrekoen zerrenda.
- Urteko ekintza-plana. Azpiplanak: prestakuntza, aurrekontuak, arrisku-plana.

- Mantentze prebentiboa eta zuzentzailea: maiztasuna eta horren ardura duten langileak. Garbiketa eta desinfekzioa: maiztasuna eta horren ardura duten langileak.
- Kalitate-plana. Instalazioaren bikaintasun-eredua. Ebaluazio-prozedurak.
- Jarduerak segurtasunez eta eroso egiteko ekipo pertsonal eta material egokia erabiltzeko konpromisoa hartzea.
- Instalazioak, ekipamenduak eta materialak egoki erabiltzea zer garrantzitsua den baloratzea.
- Jarrera proaktiboa izatea jardueretan erabiltzen den materiala kokatzeko eta jasotzeko orduan.

2.– Erabilera anitzeko gelan egitekoak diren jardueren preskripzioa.

- Egoera fisikoa hobetzeko edo mantentzeko programarako helburuak aukeratzea.
- Egokitzapen fisikoko programaren egitura diseinatzea.
- Egokitzapen fisikoko programarako ariketak aukeratzea eta horiek programako helburuekin lotzea.
- Saioak antolatzea eta zehaztea, erreferentziazko entrenamendu-programa oinarritzat hartuta.
- Arrisku-faktoreak baloratzea eta ezabatzea.
- Beharrezko eremuak, ekipamenduak, materialak, ekipo pertsonala eta baliabide osagarriak aukeratzea.
- Programa garatzeko neurri osagarriak bilatzea.
- Erabiltzaileei (pertsona sedentarioak eta kirolariak: gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...) arreta hobea emateko instrukzio-, komunikazio- eta motibazio-estrategiak aukeratu ditu.
- Ekipo eta aplikazio informatiko espezifikoak erabiltzea programak prestatzeko.
- Egokitzapen fisikoko programa ebaluatzeko prozedura aukeratzea.
- Egoera fisikoari buruzko datuak erabiltzea helburuak berriro zehazteko eta programen orientazioa aldatzeko.
- Erreferentziazko entrenamendu-programak. Funtsezko metodologia-printzipioak.
- Adina kontuan hartuta, egoera fisikoa hobetzeko helburuak.
- Gaitasun fisikoak fitness-programetan. Hobekuntzarako metodo eta faktore espezifikoak. Baliabideak.
- Indar-arietak erabilera anitzeko gela batean.
 - Lotutako kontzeptuak: pixkanakako gainkarga, espezifikotasuna, bariazioa, indarraren hasierako gorakadak sortutako inpaktua.
 - Indarra hobetzeko metodoa. Erabilera anitzeko gelako baliabideak. Entrenamendu-baliabideak bezero-profil desberdinen (pertsona sedentarioak edo kirolariak: gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...) helburuetara eta segurtasunera egokitzeko neurriak. Arrisku-faktoreak.

- Muskulu-multzo handiak, agonista-antagonista binomioaren oreka eta gorputz-jarreraren balantzea.

– Malgutasuna eta mugimendu-luzera (ADM) hobetzeko metodoak. Erabilera anitzeko gelako baliabideak.

– Ahalmen aerobikoa hobetzeko metodoak. Erabilera anitzeko gelako baliabideak. Programak eta mailak entrenamendu kardiobaskularreko makinetan.

– Ahalmen aerobikoa, indarra eta mugimendu-luzera hobetzeko ariketak.

– Erresistentzia, indarra eta mugimendu-luzera lantzeko ariketen sekuentziak eta errutinak.

– Irakaskuntza- eta komunikazio-estrategiak.

– Neurri osagarriak erabilera anitzeko gelako erabiltzaile-profil batzuen eta besteen aurreikuspenen arabera (pertsonek sedentarioak edo kirolariak: gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...).

– Erabilera anitzeko gelan entrenamendu-programak prestatzean aplikatu beharreko baliabide informatikoak.

– Programak ebaluatzeko jarduerak eta bitartekoak.

– Ariketa egiteko gomendioaren idatzizko plangintza egitearen garrantzia baloratzea.

– Saioak aldizka eta prestasunez bidaltzea antolakundeko dagokion arduradunari.

– Preskribatutako jarduerak diseinatzeko sormena lantzea.

3.– Erabilera anitzeko gelatan egitekoak diren egokitzapen fisikoko ariketak deskribatzea eta nola egin erakustea.

– Muskulazio-ariketak deskribatzea eta erakustea.

– Ahalmen aerobikoa hobetzeko ariketak deskribatzea eta erakustea.

– Mugimendu-luzera lantzeko ariketak deskribatzea eta erakustea.

– Erabilera anitzeko gelako makinen, kargen, aparatuen eta materialen erabilera erakustea.

– Ariketa osoak egitea eta gauzatzerakoan kritikoak diren puntuak aztertzea.

– Erabilera anitzeko gela bateko aparatuetan, makinetan eta kargetan beharrezkoak diren mol-daketak egitea.

– Ariketa-ereduak eta aldaerak.

- Muskulazio-ariketak, autokarga, tresnekin, makinekin eta pisu librearekin.

- Luzaketa-ariketak eta giltzaduren mugikortasuna lantzekoak, kalistenikoak, makinekin eta aparatuekin.

- Hobekuntza kardiobaskularrerako jarduera ziklikoak makina sinpleekin edo motordunekin.

– Ariketen teknika.

– Heldulekuak eta laguntza osagarriak.

- Bizkarrezurraren higienerari begira karga jartzerakoan hartu beharreko neurriak: segurtasun-jarrerak, kalteak eta lesioak prebenitzeko elementuak eta laguntza osagarriak, karga axiala. Gauzatzekoan egindako akatsak.
- Muskuluen funtzioak eta lokalizazioa ariketen faseetan: tartean diren muskuluak, funtzioak (agonista, antagonista, finkatzailea eta sinergista) eta uzkurdua mota (zentrokidea, eszentrikoa, isometrikoa).
- Egokitzapen fisikoko ariketetan eta erabilera anitzeko gelako makina eta materialen erabileran desgaitasuna duten pertsonentzat egin beharreko moldaketak.
- Nekea, erabilera anitzeko gela bateko berezko jarduera eta ariketetan:
 - Neke orokorraren eta leku jakin bateko nekearen sintomak eta zantzuak.
 - Errepikapenen ondoriozko muskulu-gainkarga: neurriak eta deskarga-ariketak.
- Esplikazio eta frogapen on batek zer-nolako garrantzia duen ohartzea, eta, horretan, unean-unean eta ahal den neurrian, erabiltzailearen hizkuntza erabiltzea (euskara, ingelesa, gaztelania...).
- Modu aktiboan entzutea eta behatzea.

4.– Entrenamendu-saioak zuzentzea eta dinamizatzea erabilera anitzeko gela batean.

- Erabilera anitzeko gelako ekipamenduak eta materialak berrikustea.
- Kasu bakoitzerako egokia den hizkuntza mota erabiltzea, eta, horretan, unean-unean eta ahal den neurrian, erabiltzailearen hizkuntza erabiltzea (euskara, ingelesa, gaztelania...).
- Erabiltzaileek (pertsona sedentarioak edo kirolariak: gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...) erabilera anitzeko gelako makinak, aparatuak eta materialak modu egokian erabiltzen dituztela kontrolatzea.
- Erabiltzaileek erabilera anitzeko gelan egokitzapen fisikoko ariketak nola egiten dituzten gainbegiratzea eta, beharrezkoa bada, zuzentzea.
- Entrenamendu-gelan zuzendutako jardueretan saioaren ezaugarriak azaltzea.
- Jarduerak egokitzea erabiltzaileen mailaren arabera (pertsona sedentarioak edo kirolariak: gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...).
- Parte-hartzea sustatzen duten estrategiak bilatzea.
- Erabiltzaileei (pertsona sedentarioak edo kirolariak: gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...) orientabidea ematea, beren programaren emaitzak optimizatzeko jarraitu behar dituzten neurri osagarriei buruz.
- Kanpo-feedbacka lortzeko informazio-teknikak eta -indargarriak erabiltzea, eta, horretan, unean-unean eta ahal den neurrian, erabiltzailearen hizkuntza erabiltzea (euskara, ingelesa, gaztelania...).
- Prozesua eta lortutako emaitzak ebaluatzea eta interpretatzea.
- Erabilera anitzeko gelako makinak, ekipoen eta materialen mantentze-lan operatiborako prozedurak.

- Erabilera anitzeko gelako makinen eta materialen erabilera kontrolatzeko prozedurak.
 - Erabiltzaileak (pertsonek sedentarioak edo kirolariak: gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...) makinen eta materialen erabileran arriskukoak izan daitezkeen faktoreen aurrean sentsibilizatzeko estrategiak.
 - Makinekin eta materialekin arriskutsuak izan daitezkeen erabilerak.
- Erabiltzaileak (pertsonek sedentarioak edo kirolariak: gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...) erakartzeko eta fidelizatzeko zerbitzuaren osagaiak.
 - Irudi pertsonala eta komunikazio-testuingurua zaintzea, eta, horretan, unean-unean eta ahal den neurrian, erabiltzailearen hizkuntza erabiltzea (euskara, ingelesa, gaztelania...).
 - Arreta pertsonala eta entzuketa aktiboa.
 - Aurrez, jardueran zehar eta ondoren.
 - Helburuak ezartzea.
- Erabiltzaileak (pertsonek sedentarioak edo kirolariak: gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...) fidelizatzeko teknika espezifikoak.
- Erabilera anitzeko gela batean egokitzapen fisikoko saioak dinamizatzeko esku-hartze teknikak.
 - Saioa dinamizatzeko baliabideak eta metodoak: saioari sarrera emateko eta garapenerako jarduerak.
 - Motibazio-estrategiak, jomugak eta enpatia.
 - Lorpenak hautemateko errefortzuak eta norberaren burua motibatzea, musika fitness-saioetan.
- Komunikazio-teknikak erabiltzaile-profil desberdinen arabera (pertsonek sedentarioak edo kirolariak: gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...). Hitzeko komunikazio-estrategiak erabiltzea, eta, horretan, unean-unean eta ahal den neurrian, erabiltzailearen hizkuntza erabiltzea (euskara, ingelesa, gaztelania...), eta hitzekoa ez den komunikazioa ere zaintzea.
- Erabilera anitzeko gelan egokitzapen fisikoko ariketak nola egiten diren gainbegiratzeko irizpideak.
 - Espazioaren erabilera.
 - Ariketak egitean funtsezkoak diren puntuak.
 - Feedbacka lortzeko informazio-baliabideak eta -teknikak.
- Erakustaldiak baliabide tekniko gisa: erakustaldi isolatua eta ariketen azalpenei loturikoa.
- Puntueltasuna saioa hasteko eta amaitzeko.
- Partaideak (pertsonek sedentarioak edo kirolariak: gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...) eta beste pertsona funtsezko batzuk, egunez egun,

erakartzeko eta haiengan ilusioa pizteko interesa, esfortzuaren, lanaren eta intentsitatearen bidez.

– Pertsonekin inplikatzearen eta elkarreragitearen aldeko jarrera izatea, eta, horretan, unean-unean eta ahal den neurrian, erabiltzailearen hizkuntza erabiltzea (euskara, ingelesa, gaztelania...), eta saioan parte hartzen dutenekiko feedback aproposa erakustea.

– Norberaren irudia zaintzea.

5.– Fitnessaren alorreko ekitaldiak antolatzea eta dinamizatzea.

– Fitnesseko instalazio baterako egokitzapen fisikoko ekitaldien programak prestatzea.

– Ekitaldia erakundearen programazio orokorrean txertatzea.

– Ekitaldiaren fase bakoitzean egingo diren ekintzen kronograma xehakaturia eta zehatza planifikatzea.

– Ekitaldia iragartzeko egokienak diren informazio-baliabide eta hedabideak erabiltzea.

– Sarbidea, kokapena eta parte-hartzea bideratzeko materialak antolatzea eta banatzea.

– Fitnessaren esparruko ekitaldiak antolatzeko giza baliabideak hautatzea eta koordinatzea.

– Ekitaldiaren prozesua eta emaitza neurtzeko adierazleen gainbegiratzea eta kontrola bermatuko duen prozedura ezartzea.

– Sor daitezkeen gorabeherei aurrea hartzeko beharrezkoak diren zerbitzu osagarriak, segurtasun-neurriak eta arriskuak kontrolatzeko neurriak planifikatzea.

– Ekitaldiak animatzeko eta dinamizatzeko teknika egokienak proposatzea eta aplikatzea.

– Ekitaldiaren eta ekitaldiak fitnesseko gelako jardueran izan duen sustapen-eraginaren ebaluazioa.

– Fitnesseko ekitaldi, lehiaketa eta txapelketa motak:

- Fitnesseko ekitaldiak: lehiaketak, txapelketak, erakusketak, ospakizunak, jarduerak, animazio-jolasak eta beste batzuk.

- Sailkapeneko irizpideak: adina, aurreikuspenak, egoera fisikoaren maila, partaide kopurua eta generoa, besteak beste.

– Ekitaldi mota batzuen eta besteen ezaugarriak, helburuak, eginkizunak eta bakoitza noiz aplikatu.

– Erakundearen esku-hartze esparrua eta programazio orokorra.

– Fitnessaren esparruko ekitaldien fitxa eta fitxategia diseinatzeko irizpideak.

– Egokitzapen fisikoko ekitaldiak sustatzeko ekintzak.

- Sustapen-ekintzen helburuak. Sustapenaren eragina eta balorazio ekonomikoa.

- Ekitaldien sustapenerako ohiko euskarriak. Fitnessaren esparruan erabiltzen diren sustapen-tresnak eta horiek erabiltzeko irizpideak. Eskaintzen teknikak eta ekitaldien hedapena.

- Sustapen-ekintzak kontrolatzeko metodoak. Jarraipena egiteko eta ebaluatzeko metodoak.

- Baliabideen antolamendua eta kudeaketa.
 - Oinarrizko administrazio-prozedurak. Baimenak, zerbitzu osagarriekin koordinatzea. Instalazioak eta baliabide materialak egokitzea.
 - Jardueren eremuak eta denborak. Gainbegiratzeko eta kontrolatzeko aurreikuspena eta prozedurak.
 - Oinezkoen eta materialen zirkulazioa. Gainbegiratzeko eta kontrolatzeko aurreikuspenak eta prozedurak.
 - Fitnessaren esparruko ekitaldiak antolatzeko giza baliabideak.
 - Hautaketarako eta koordinaziorako estrategiak eta teknikak.
 - Fitnessaren esparruko ekitaldiak dinamizatzeko teknikak.
 - Langileen estrategiak eta jarrerak.
 - Langileen eginkizunak eta esku hartzeko faseak.
 - Ekitaldietako jarduerak aurkeztea.
 - Animazio-proiektuen eta ekitaldien ebaluaziorako teknikak eta tresnak:
 - Metodologia, baliabideak eta teknikak.
 - Datuak behatzea eta jasotzea: erregistroa eta eskalak.
 - Jardueraren ebaluazioa: datuen analisisa.
 - Fitnessaren esparruko ekitaldien garapenerako segurtasun eta prebentzio arloko arauak eta neurriak: gorabeherak, esku hartzeko neurriak.
 - Ekitaldiaren edo jardueraren kronograma planifikatzean zorrotz jokatzeta.
 - Ekitaldiaren sustapen egokiaren garrantzia baloratzea.
 - Ekitaldia egiten den bitartean jarrera proaktiboa izatea.
- 6.– Segurtasuna eta prebentzioa erabilera anitzeko gelan.
- Kirol-instalazioetarako eta erabilera anitzeko geletarako larrialdi-planaren berri ematea, Euskadiko bi hizkuntza ofizialak erabiliz: euskara eta gaztelania.
 - Teknikariaren ardurapeko esparruari dagozkion segurtasuneko eta arriskuen prebentziorako prozedurak aplikatzea erabilera anitzeko gelan.
 - Erabilera anitzeko gela baterako larrialdi-plan batean beharrezkoak diren baliabide materialen inbentarioa egitea.
 - Kirol-instalazio bateko eta, zehazki, erabilera anitzeko gela bateko langileei eginkizunak eta jarraibideak ematea.
 - Erabilera anitzeko gela bat ebakutzeko egoera simulatuak zuzentzea.
 - Erabilera anitzeko gela bateko egokitzapen fisikoko jardueretan laneko segurtasunari eta osasunari buruzko oinarrizko legedia aplikatzea.

– Larrialdi-plana:

- Larrialdi-planaren helburuak. Eraginkortasun-printzipioak.
- Ebakuazio-plana: diseinua eta praktikan jartzea (simulakroak). Informazio-euskarriak (gure autonomia-erkidego hizkuntza ofizialak erabiliz: euskara eta gaztelania).
- Beste profesional eta zerbitzu batzuekin koordinatzea.
- Larrialdi-planean tartean dauden giza baliabideak, eta larrialdi-planaren arabera funtzioak banatzea.
- Ebakuazio motak.
- Desgaitasunen bat duten pertsonentzako neurri bereziak larrialdi- eta ebakuazio-kasuetan.
- Larrialdi-planean baliatzen diren ekipoak eta materialak.
- Gainbegiratze-prozedurak. Bitarteko materialen inbentarioa (su-itzalgailuak, ekipatutako sute-ahoak).
- Larrialdi-planaren ebaluazioa.

– Prebentzioa eta segurtasuna:

- Erabilera anitzeko geletako segurtasunari eta prebentzioari buruzko oinarrizko legedia eta legedi espezifikoak.
- Erabilera anitzeko gela baten segurtasun-ezaugarriak eta -baldintzak.
- Pertsonen, ondasunen eta jardueren segurtasuna erabilera anitzeko gela batean.
- Erabilera anitzeko gela batean dauden arrisku motak: teknologikoak, pertsonen eragindakoak, lanekoak, kirol-zerbitzuen erabilerak eragindakoak, entrenatzeko baliabideen erabilera okerrak eragindakoak, informaziorik eza.
- Erabilera anitzeko gela batean segurtasun arloan aplikatzekoa den araudia.
- Arriskuen prebentziorako neurriak kirol-instalaketetan.
- Erabilera anitzeko gela baten arriskuen prebentziorako neurri espezifikoak.
- Mantentze prebentziorako plana: ikuskapenen maiztasuna, inbentario teknikoak, segurtasun-zuzkidura, egoera anomaloen diagnostikoa.
- Ingurumena eta laneko segurtasuna eta osasuna babesteko neurriak.

– Zorroztasuna araudia aplikatzean.

– Instalazioak, ekipamenduak eta materialak egoki erabiltzea zer garrantzitsua den baloratzea.

– Jarduerak segurtasunez eta eroso egiteko ekipo pertsonal eta material egokia erabiltzeko konpromisoa hartzea.

4. lanbide-modulua: musika-euskarriaren bidezko egokitzapen fisikoko oinarrizko jarduerak.

Kodea: 1149.

Kurtsoa: 1.º.

Iraupena: 198 ordu.

ECTS kredituetako baliokidetasuna: 12.

A) Ikaskuntzaren emaitzak eta ebaluazio-irizpideak.

1.– Musika-euskarriaren bidezko egokitzapen fisikoko oinarrizko jardueren ezaugarriak aztertzen ditu, eta gorputzean sortzen dituzten moldaketa-prozesuekin lotzen ditu.

Ebaluazio-irizpideak:

a) Musika-euskarriaren bidezko egokitzapen fisikoko oinarrizko jarduerak eta modalitateak martxan jartzeko teknikak deskribatu ditu, tartean baita zailtasunak, intentsitatea eta hutsegite ohikoenak ere.

b) Musika-euskarriaren bidezko egokitzapen fisikoko oinarrizko jardueretan gorputz-jarreraren kontrolak duen garrantzia baloratu du.

c) Musika-euskarriaren bidezko egokitzapen fisikoko oinarrizko jardueretan landutako egokitzapen fisiologikoak aztertu ditu.

d) Horrelako jardueretan sarrien izaten diren neke eta gainkarga zantzu eta sintomak deskribatu ditu.

e) Musika-euskarriaren bidezko egokitzapen fisikoko oinarrizko jardueren modalitate eta estilo desberdinak praktikatzeko dauden erabateko kontraindikazioak eta kontraindikazio partzialak zerrendatu ditu.

f) Musika-euskarriaren bidez egokitzapen fisikoa taldean egiteko oinarrizko jarduerak eta erabiltzaile mota eta maila ohikoenak izan daitezkeenak lotu ditu (pertsonek sedentarioak edo kirolariak: gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...).

g) Musika-euskarriaren bidez egokitzapen fisikoa taldean egiteko oinarrizko jardueren alderdi batzuen eta besteen ezaugarriak eta segurtasun-baldintzak deskribatu ditu.

2.– Musika-euskarriaren bidez egokitzapen fisikoa taldean egiteko oinarrizko jarduerak programatzen ditu, erabiltzaileen beharrezkoak (pertsonek sedentarioak edo kirolariak: gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...) eta esku hartzeko eremuak kontuan hartuta.

Ebaluazio-irizpideak:

a) Musika-euskarriaren bidez egokitzapen fisikoa taldean egiteko oinarrizko jardueretan egoera fisikoa hobetzeko prozedurak eta programazio- eta periodizazio-teknikak aplikatu ditu.

b) Egoera fisikoa hobetzeko edo mantentzeko helburuen formulazio-irizpideak ezarri ditu, musika-euskarriaren bidez egokitzapen fisikoa taldean egiteko oinarrizko jardueren programaren bilakaera eta eskueran dauden baliabideak kontuan izanda.

c) Intentsitate eta zailtasun mailaren arabeko koreografia-serieak ezarri ditu, moldaketa fisiologikoko mekanismoak eta musika-euskarriaren bidez egokitzapen fisikoa taldean egiteko oinarrizko jardueretan jokoan sartzen diren aldagaiak kontuan hartuta.

d) Musika-euskarriaren bidez egokitzapen fisikoa taldean egiteko oinarrizko jardueren programak eta ekitaldiak egiteko eta horietan segurtasuna bermatzeko beharrezkoak diren eremuak, ekipamenduak, materialak, ekipo pertsonala eta baliabide osagarriak zehaztu ditu.

e) Irakasteko eta komunikatzeko estrategiak eta horien moldaketak ezarri ditu erabiltzaile mota batzuen eta besteen motibazioa eta haiekiko arreta errazteko (pertsona sedentarioak eta kirolariak: gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...).

f) Musika-euskarriaren bidez egokitzapen fisikoa taldean egiteko oinarrizko jardueren programa baten segurtasun-, egokitasun- eta eraginkortasun-irizpideak zehaztu ditu, baita programa gauzatzeko lesiorik eta gainkargarik ez sortzeko kontuan hartu behar diren faktoreak ere.

g) Zerbitzuaren kalitatea, hala prozesuan nola emaitzetan, eta kalitate horren ebaluazioa zehazteko adierazleak, tresnak eta teknikak deskribatu ditu.

h) Ekipo eta informatika-aplikazio espezifikoak erabili ditu programak prestatzeko.

3.– Koreografia errazak diseinatzen ditu, saio baten helburu eta edukietara eta hautatutako musikara moldatuta.

Ebaluazio-irizpideak:

a) Sekuentziaren edo koreografia-konposizioaren eta saioaren estilo, intentsitate eta iraupenera moldatzen den musika-euskarria hautatu du.

b) Modalitatea edo estiloa aintzat hartuta, oinarrizko koreografia-konposizioak edo -sekuentziak prestatzerakoan oinarrizko pausoak eta horien aldaerak konbinatu ditu.

c) Irizpide fisiologikoak, biomekanikoak eta motibaziozkoak aplikatu ditu pauso, mugimendu, ariketa eta konposizioen sekuentzian, gaitasun fisikoak hobetzeko helburuak saioaren fase bakoitzeko bolumenarekin, intentsitatearekin eta zailtasunarekin lotuta.

d) Koreografia lantzen ari diren taldekideen gaitasun motorra aintzat hartzeko modukoak izan litezkeen egokitzapenak prestatu ditu.

e) Koreografiak irakasteko erabiltzen den metodologia zehaztu du.

f) Musika-euskarriaren bidezko egokitzapen fisikoko oinarrizko jarduera bakoitzaren ezaugarrien arabera materialak prestatu ditu.

g) Adierazpen grafikoko edo idatzizko teknika espezifikoak erabili ditu pausoak, mugimenduak, ariketak eta konposizioak jasotzeko eta erregistratzeko.

h) Saioaren garapena ebaluatzeko kontuan hartu behar diren parametroak zehaztu ditu.

4.– Musika-euskarriaren bidez egokitzapen fisikoa taldean egiteko oinarrizko jardueren saioak zuzentzen ditu, horien garapenerako metodologia espezifikoak aplikatuta.

Ebaluazio-irizpideak:

a) Musika-euskarriaren bidez egokitzapen fisikoa taldean egiteko oinarrizko jarduerak segurtasun-baldintzetan egiteko praktika-eremuen irisgarritasuna eta beharrezko baliabideak eskura izatea ziurtatu du.

b) Saioa nolakoa izango den, zer aparatu eta material erabiliko diren eta zer jantzi eta osagarri behar diren jakinarazi du.

- c) Proposatutako jarduerari eta aparatu eta materialen erabilerari buruzko azalpenak eman ditu eta horien erakustaldia egin du, ariketetan eta sekuentzietan eta koreografia-konposizioetan espezifikoak diren irakaskuntza- eta komunikazio-estrategikoak erabilia.
- d) Jardueren intentsitate- eta zailtasun-maila partaideen ezaugarrietara moldatu du (pertsonek sedentarioak eta kirolariak: gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...).
- e) Erabiltzaileek (pertsonek sedentarioak eta kirolariak: gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...) zer jantzi eta osagarri mota daramatzaten gainbegiratu du, funtzionaltasuna, erosotasuna eta segurtasuna bermatzeko.
- f) Neke eta gainkargen zantzuak eta sintomak eta urratsetan egindako akatsak hauteman ditu, eta horiek zuzentzeko argibide egokiak eman .
- g) Keinu- nahiz hitz-kodeak erabili ditu taldekideei jarraibideak transmititzeko, musika-euskarriaren bidezko egokitzapen fisikoko oinarritzko jardueren saioa eten gabe.
- h) Musika-euskarriaren bidezko jardueretarako geletan, bere ardurako alorrarekin lotutako arriskuei aurre egiteko segurtasun- eta prebentzio-elementu espezifikoaren egoera gainbegiratu du.
- i) Saioa ebaluatzeko baliabideak aplikatu dira.

5.– Musika-euskarriaren bidezko jardueren gelan jarduerak antolatzen ditu, baliabide espezifikoak antolatzeko jarraibideak ezarrita, horien bidez moldakortasuna, eraginkortasuna eta segurtasuna bermatzeko.

Ebaluazio-irizpideak:

- a) Musika-euskarriaren bidezko jardueren gelako zuzkidura baloratu du, sektoreko azken jenerazioaren arabera musika-euskarriaren bidezko taldeko egokitzapen fisikoko ekitaldiek eta jarduerak zer eskakizun bete behar dituzten aztertuta.
- b) Ekitaldien eta musika-euskarriaren bidezko egokitzapen fisikoko jardueren ordutegiak eta beste sail batzuetako teknikariekiko koordinazioarekin lotutako xehetasunak antolatzeko irizpideak definitu ditu, segurtasuna bermatuz eta gune zein materialen erabilera doitu.
- c) Musika-euskarriaren bidezko taldeko egokitzapen fisikoko ekitaldiak, lehiaketak eta jarduerak antolatzeko irizpideak aurreikusi ditu.
- d) Musika-euskarriaren bidezko taldeko egokitzapen fisikoko jarduerak egiteko gelaren irisgarritasun-baldintzak aztertu ditu, mugikortasun murriztua duten pertsonen parte hartu ahal izan dezaten musika-euskarriaren bidezko egokitzapen fisikoko jarduerak horietan.
- e) Musika-euskarriaren bidezko jardueren gelako zuzkiduran musika-euskarriaren bidezko egokitzapen fisikoko jarduerak horiek egiteko elementu espezifikoaren anomaliak hautemateko eta zuzentzeko prozedurak ezarri ditu.
- f) Musika-euskarriaren bidezko egokitzapen fisikoko jardueren gela bateko funtzionamendua kalitatea ebaluatzeko prozedura ezarri du.

6.– Musika-euskarriaren bidezko egokitzapen fisikoko jardueren gelan larrialdi-planak aplikatzen ditu, baldintzak eta arrisku-faktoreak aintzat hartuta.

Ebaluazio-irizpideak:

- a) Kirol-instalazio bateko eta bereziki musika-euskarriaren bidezko egokitzapen fisikoko jardueren gela bateko larrialdi-planak identifikatu eta deskribatu ditu.
- b) Musikaz lagundutako jardueren gela batean musika-euskarriaren bidezko egokitzapen fisikoko jardueretan bere ardurapeko esparruari dagozkion segurtasuneko eta arriskuen prebentziorako prozedurak ezarri ditu.
- c) Musikaz lagundutako jardueren gela baterako larrialdi-plan batean beharrezkoak diren baliabide materialen inbentarioa egin du.
- d) Oro har, kirol-instalazio bateko eta, bereziki, musika-euskarriaren bidezko jardueren gela bateko langileei esleitutako eginkizunen eta jarraibideen zerrenda egin du.
- e) Musika-euskarriaren bidezko jardueren gela bat ebakutzeko egoera simulatuak zuzendu ditu.
- f) Musika-euskarriaren bidezko jardueren gela batean egokitzapen fisikoko jardueretan modu profesionalean jarduteko laneko segurtasunari eta osasunari buruzko oinarrizko legedian kon-tuan hartu beharrekoak zehaztu ditu.

B) Edukiak:

1.– Musika-euskarriaren bidezko egokitzapen fisikoko oinarrizko taldekako jarduerak.

- Euskaditik hurbil eskaintzen diren musika-euskarriaren bidezko egokitzapen fisikoko taldekako oinarrizko jarduerak eta kanpotik datozen joera berriak zerrendatzea eta aztertzea.
- Musika-euskarriaren bidez egokitzapen fisikoa taldean egiteko oinarrizko jardueren eta bezero moten arteko erlazioa (pertsonek sedentarioak eta kirolariak: gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...).
- Musika-euskarriaren bidez egokitzapen fisikoa taldean egiteko jarduerak espezializatu bakoitzaren berezko teknikak gauzatzeko zailtasunak aztertzea.
- Musika-euskarriaren bidezko egokitzapen fisikoko oinarrizko jardueretan eginiko lanerako moldaketa fisiologikoak aztertzea.
- Musika-euskarriaren bidezko taldeko oinarrizko jarduerak egokitzapen fisikorako sistema gisa. Musika-euskarriaren bidezko jardueren historia eta haien bilakaera. Egungo joerak.
- Erabiltzaileen profilen bilakaera (pertsonek sedentarioak edo kirolariak: gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...).
- Musika-euskarriaren bidez egokitzapen fisikoa taldean egiteko oinarrizko jardueren elementu teknikoak, honako irizpide hauen arabera aukeratuak: ingurunearen beharrianak, enpresen eskakizunak, programen alderdi prebentiboa eta beste batzuk (oinarrizko pausoak, loturak, besoen mugimenduak, ariketak) Gauzatze teknikoko irizpideak, segmentuz segmentuko lerrokatzea, pisuaren euskarriak eta banaketa egoera estatikoetan eta dinamikoetan. Deskribapena.
- Musika-euskarriaren bidez egokitzapen fisikoa taldean egiteko oinarrizko jarduerak hautatuen alderdien ezaugarriak eta segurtasun-baldintzak.

- Musika-euskarriaren bidez egokitzapen fisikoa taldean egiteko oinarrizko jarduera hautatuen artean, keinu teknikoetan, tonifikazio-ariketetan, erritmoetan, dantzaren ingurunetik eratorritako keinu teknikoetan eta abarretan egiten diren akats eta hutsegite ohikoenak.
 - Jarrera eta ariketa jakin batzuetan egiten diren akatsen eragin patologikoak. Horiek haute-mateko jarraibideak.
 - Musika-euskarriaren bidez egokitzapen fisikoa taldean egiteko oinarrizko jarduera hautatuek egoera fisikoaren hobekuntzan eta osasunean duten eragina. Horrelako jardueretan izaten diren neke eta gaitasun gaitzespenak eta sintoma ohikoenak.
 - Gaitasun baldintzatzaileen garapenerako metodo espezifikoak musika-euskarriaren bidezko oinarrizko jarduera hautatuen bidez. Oinarrizko aerobika, tonifikazioa, erritmo latinoak, dantza-aren ingurunetik eratorritako keinu teknikoak eta antzeko modalitateak. Serie koreografiatuak.
 - Musika-euskarriaren bidez egokitzapen fisikoa taldean egiteko oinarrizko jarduerak egiteko erabateko kontraindikazioak edo kontraindikazio partzialak. Giltzaduretan sortutako eragina, gorputz-jarreraren biomekanika egokia.
 - Jarduera koreografiatuen aldagaiak, intentsitatea baldintzatzen dutenak: musikaren abiadura, mugimenduaren abiadura eta luzera, parte hartzen duten muskulu-multzoak, besoen desplazamendua eta mugimenduak, besteak beste. Egokitzapen fisikoaren musika-euskarria eta aldagaiak.
 - Musika-euskarriaren bidez egokitzapen fisikoa taldean egiteko oinarrizko jarduerak egiteko segurtasun-irizpideak.
 - Musika-euskarriaren bidez egokitzapen fisikoa taldean egiteko oinarrizko jarduerak egiteko jantzi pertsonalak aukeratzeko irizpideak.
 - Musika-euskarriaren bidezko taldeko jarduera fisikoen testuinguruari buruzko interesa izatea.
 - Musika-euskarriaren bidezko taldeko jarduera fisikoen eskaintzaren eta haren ezaugarrien ikerketan ekimena izatea.
 - Musika-euskarriaren bidezko egokitzapen fisikoko oinarrizko jardueretan gorputz-jarreraren kontrolak duen garrantzia aintzat hartzea.
- 2.– Musika-euskarriaren bidezko egokitzapen fisikoko taldekako oinarrizko jardueren programazioa.
- Musika-euskarriaren bidez egokitzapen fisikoa taldean egiteko oinarrizko jarduera hautatuetan egoera fisikoa hobetzeko programazio- eta periodizazio-prozedurak eta -teknikak aplikatzea.
 - Musika-euskarriaren bidez egokitzapen fisikoa taldean egiteko oinarrizko jardueretan egoera fisikoa hobetzeko edo mantentzeko helburuak ezartzea.
 - Serie koreografiatuak prestatzea, jardueren intentsitate eta zailtasun mailaren arabera.
 - Zailtasun- eta intentsitate-aldagaien arteko konbinazioa.
 - Ekitaldiak eta programak garatzeko eta horietan segurtasuna bermatzeko beharrezkoak diren eremuak, ekipamenduak, materialak, ekipo pertsonala eta baliabide osagarriak zehaztea.
 - Irakasteko eta komunikatzeko estrategiak ezartzea arreta eta motibazioa hobetzeko.

- Musika-euskarriaren bidez egokitzapen fisikoa taldean egiteko oinarrizko jarduerak erabiltzaile guztiek gauzatu ahal izateko moduan egokitzea (pertsonek sedentarioak eta kirolariak: gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...).
 - Musika-euskarriaren bidezko egokitzapen fisikoko taldekako oinarrizko jarduerak egokitzea behar bereziak dituzten kolektiboen zirkunstantzietara.
 - Ekipo eta aplikazio informatiko espezifikoak erabiltzea programak prestatzeko.
 - Zerbitzuaren kalitatearen ebaluazioa zehazten duten adierazleak, tresnak eta teknikak diseinatzea.
 - Programazioaren elementuak. Musika-euskarriaren bidezko taldeko egokitzapen fisikoaren esparruko programazio-tekniken teoria eta praktika (fitnessa). Periodizazioa.
 - Musika-euskarriaren bidezko taldeko egokitzapen fisikoko programa espezifikoak: progresio sekuentziala prestatzea. Kirol-jardueretan eta jarduera fisikoetan aplikatutako baliabide informatikoak. Entrenamenduko software espezifikoak eta egoera fisikoa hobetzeko programak prestatzea eta egokitzea, musika-euskarriaren bidezko taldeko egokitzapen fisikora aplikatuta. Ofimatika egokitua.
 - Zailtasun- eta intentsitate-aldagaiak. Koreografiaren zailtasuna, koordinaziorako intentsitate- eta zailtasun-irizpideak kontuan hartuta. Erabiltzaileen profil motetara egokitzea (pertsonek sedentarioak edo kirolariak: gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...).
 - Programak optimizatzeko neurriak. Kirol-entrenamenduko programaren neurri osagarriak.
 - Ariketak egiterakoan lesiorik eta gainkargarik ez izateko kontuan hartu behar diren faktoreak.
 - Jarduera koreografiatuak irakasteko estrategiak.
 - Musika-euskarriaren bidez egokitzapen fisikoa taldean egiteko oinarrizko jardueren programa batek bete beharreko segurtasun-, egokitasun- eta eraginkortasun-irizpideak.
 - Musika-euskarriaren bidezko taldeko egokitzapen fisikoko jardueren segurtasun-elementu espezifikoak. Eremuaren okupazio-indizea eta gainazal euskarrien lerratze maila, besteak beste.
 - Musika-euskarriaren bidezko egokitzapen fisikoko programak ebaluatzeko sistema. Emaitzak interpretatzeko adierazleak, tresnak, teknikak, aplikazio-sekuentziak eta prozedura.
 - Programazioaren idatzizko plangintza egitearen garrantzia baloratzea.
 - Programazioaren jarduerak sormenez diseinatzea.
- 3.– Musika-euskarriaren bidezko egokitzapen fisikoko taldekako oinarrizko jarduerekin lotutako koreografiak sortzea.
- Saioko sekuentzia edo konposizio koreografikoaren intentsitate eta iraupenarekin bat datozen musika-euskarria aukeratzea.
 - Oinarrizko pausoak eta horien aldaerak konbinatzea oinarrizko koreografia-sekuentziak edo -konposizioak prestatzean.

- Irizpide fisiologikoak, biomekanikoak eta motibazioari loturikoak aplikatzea pausoen, mugimenduen, ariketen eta konposizioen sekuentzian.
- Koreografia lantzen ari diren taldekideen gaitasun motorra aintzat hartzeko modukoak izan litezkeen egokitzapenak bilatzea.
- Koreografiak irakasteko erabiliko den metodologia aukeratzea.
- Adierazpen grafikoko edo idatzizko teknika espezifikoak erabiltzea pausoak, mugimenduak, ariketak eta konposizioak jasotzeko eta erregistratzeko.
- Saioaren garapena ebaluatzeko kontuan izan behar diren parametroak aukeratzea.
- Musika, musika-euskarriaren bidezko taldeko egokitzapen fisikoko jardueretan. Musikaren egitura. Azentu edo beat ahulak eta ozenak. Musika-esaldiak eta -serieak. Berezko erritmoaren egokitzapenak.
- Musika-hutsuneak. Musikaren abiadura estiloaren eta modalitatearen arabera. Musikaren aplikazioak haren erabilera irekirako edo itxirako.
- Musika-euskarriaren bidezko egokitzapen fisikoko saioaren egitura.
- Progresio koreografiatua saioaren egituren: beroketa, saioaren muina (koreografia-sekuentzia eta -konposizioak) eta berriro ere lasaitzea.
- Gorputza bizkortzeko ariketak eta luzaketak.
- Metodologia-estrategia espezifikoak: erakusteko eta komunikatzeko teknikak ispilua erabilia.
- Koreografia bidezko progresioen egitura, gorputza bizkortzeko ariketekin lotuta: tarteak, zirkuituak. Saio espezifikoak: goiko gorputz-atalak, beheko gorputz-atalak, GAH eta abdomena. Azken joerak.
- Hainbat kirol-modalitatetara egokitutako keinu teknikoak, dantzaren inguruetik eratorritako keinu teknikoak, gimnasia arinetatik eratorritako keinu teknikoak eta mugimenduak.
- Koreografiak, estiloak eta modalitateak. Koreografiak prestatzeko baliabide teknikoak. Bariazioak eta konbinazioak oinarrizko urratsekin: orientazioa, desplazamenduak, erritmo-aldaketak, biraketak eta besoen mugimenduak. Estiloak eta modalitateak.
- Koreografia-elementuak: elementuen arteko loturak, inpaktu motak, aukera sinplea, aukera bikoitza, aukera multiplea serieka edo esaldika.
- Ikus-entzunezko bitartekoak. Baliabide informatikoak. Koreografiaren adierazpen grafikoa eta idatzizkoa.
- Saioa ebaluatzean aintzat hartu beharreko parametroak.
- Saioaren idatzizko plangintza egitearen garrantzia baloratzea.
- Saioak aldizka eta prestasunez bidaltzea antolakundeko edo eskola-zentroko dagokion arduradunari.
- Saioko jarduerak sormenez diseinatzea.

4.– Saioen zuzendaritza.

- Eremuetako irisgarritasuna bermatzea eta behar diren baliabideak eskura daudela kontrolatzea.
- Aparatu eta materialen erabilera gainbegiratzea.
- Partaideen jantziak eta osagarriak gainbegiratzea, funtzionaltasuna, erosotasuna eta segurtasuna bermatzeko.
- Musika-euskarrien bidezko jardueretarako geletan, bere ardurako alorrarekin lotutako arriskuei aurre egiteko segurtasun- eta prebentzio-elementu espezifikoak gainbegiratzea.
- Proposatutako jardueri, aparatu eta materialen erabilerari eta behar diren jantzi eta osagarrii buruzko azalpenak ematea eta horien erakustaldia egitea.
- Jarduera koreografiatuen elementu teknikoak gauzatzea.
- Elementu teknikoen erakustaldia honako hauekin bateratzea: partaideek (pertsonek sedentarioak eta kirolariak: gazteak, nagusiak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...) ariketak nola egiten dituzten behatzearekin, akatsak hautematearekin eta jarraibideak ematearekin.
- Jardueren intentsitate- eta zailtasun-maila partaideen ezaugarrietara egokitzea (pertsonek sedentarioak eta kirolariak: gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...).
- Nekearen eta gainkargen zantzuak eta sintomak eta pausoak gauzatzerakoan eginiko akatsak hautematea eta modu egokian zuzentzea.
- Keinu bidezko edo hitzezko kodeak erabiltzea taldekideei jarraibideak emateko (pertsonek sedentarioak eta kirolariak: gazteak, nagusiak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...).
- Saioa ebaluatzeko adierazleak, tresnak eta teknikak aplikatzea.
- Musika-euskarriaren bidez egokitzapen fisikoa taldean egiteko oinarrizko jardueren berezko instalazioak, aparatuak eta elementuak mantentzea. Segurtasun- eta erabilera-baldintzak egiaztatzeko prozedurak.
- Jarduera koreografiatuetako elementu teknikoak: aerobiceko oinarrizko pausoak eta aldaerak, erritmo latinoak, dantzaren inguruetatik eta antzeko modalitateetatik eratorritako keinu teknikoak, tonifikazio-ariketen eta luzaketen sekuentziak, besteak beste.
- Erritmoa lantzeko jardueren instrukzio-prozesu eta -estrategiak: mailak dibertsifikatzea, zereginak aztertzea, komunikazio-sistemak eta -bideak bermatzea, erabiltzaileekin erlazionatzeko ereduak prestatzea, hasierako edo erreferentziatzeko informazioa ematea, exekuzioaren eta emaitzen berri jakitea...
- Sekuentzia koreografiatua gauzatzeko intentsitatea egokitzeko jarraibideak.
- Komunikazio-sistema espezifikoak musika-euskarriaren bidezko egokitzapen fisikoko jarduerak zuzentzeko. Keinu bidezko hizkuntza, ahozko errefortzuak. Desgaitasunen bat duten pertsonentzako egokitzapenak.
- Jarduerak gauzatzeko motibazioa hobetzeko jarraibideak.

- Koreografia-sekuentziak eta -konposizioak ikasteko metodologia espezifikoa: serie koreografiatuak irakasteko progresioen eredia, eredu librea, eredu koreografiatuak, joera berriak, besteak beste.
- Musika-euskarriaren bidezko egokitzapen fisikoko saioaren elementuak ebaluatzeko erregistroak.
- Puntueltasuna saioa hasteko eta amaitzeko.
- Parte-hartzaileak edo beste pertsona giltzarri batzuk egunez egun erakartzeko eta ilusionatzeko interesa izatea, esfortzua, lana eta intentsitatea baliatuta.
- Saioan, inplikatzeko, taldean elkarreraginean aritzeko eta banakako zein talderako feedback ugari emateko jarrera izatea.

5.– Musika-euskarriaren bidezko jardueren gelako saioak antolatzea.

- Musika-euskarriaren bidez zuzendutako jardueren gelako eta inguruan antolatzen diren ekitaldietako zuzkidura gainbegiratzea.
- Beste esparru eta teknikari batzuekin koordinatzea.
- Musika-euskarriaren bidezko taldeko egokitzapen fisikoko ekitaldiak, lehiaketak, txapelketak eta jarduerak antolatzeko izapideak planifikatzea.
- Mugikortasun murriztua duten pertsonak musika-euskarriaren bidez zuzendutako jardueren gelara sartu ahal izateko irisgarritasun-baldintzak gainbegiratzea.
- Musika-euskarriaren bidezko taldeko egokitzapen fisikoko jardueren elementu espezifikoetako anomaliak hautemateko eta zuzentzeko prozedurak ezartzea.
- Ekitaldi- eta jarduera-eskaintzen interakzio eta koordinazioa.
- Musika-euskarriaren bidez zuzendutako jardueren gela bateko funtzionamenduaren kalitatea ebaluatzeko prozedura ezartzea.
- Kalitate-arauak aplikatzea.
- Musika-euskarriaren bidezko taldeko egokitzapen fisikoko jardueren berezko instalazioak, aparatuak eta elementuak.
- Oinarrizko eskakizunak, legedia eta araudia.
- Musikaz lagunduta zuzendutako jardueren gela baten barneko sarbideak, desplazamenduak eta oztopo arkitektonikoak.
- Instalazioa eta baliabideak prest jartzea.
- Sarbideen eta desplazamenduen egokitasuna gainbegiratzeko protokoloak, oztopo arkitektonikoak kentzea, kartelak eta informazio-bitartekoak.
- Ekitaldi eta jardueren eskaintza motak.
 - Partaideen profila (pertsona sedentarioak eta kirolariak: gazteak, nagusiak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...) eta jardueren ordutegi egokituak.
 - Ekitaldi eta jardueren ordutegiak antolatzeko irizpideak.

- Sustapen-ekitaldiak jardueren planifikazioan. Ekitaldien antolakuntzako faseak eta izapideak.
- Baliabideak antolatzeko eta kudeatzeko protokoloak:
- Ekipoak, materialak eta biltegiak koordinatzeko eta kudeatzeko.
 - Kirola egiteko hainbat eremu dituzten instalazioetan espazio partekatuen erabilera koordinatzeko (aldagelak, saunak, gunek garbia eta gunek medikoa, besteak beste).
 - Gainerako fitness-sailtako teknikariak elkarrekin koordinatzeko.
- Kontroleko eta mantentze-lanetarako protokoloak:
- Prebentziozko eta zuzenketazko mantentze-lanetarako: periodikotasuna eta langile tekniko arduradunak.
 - Garbitasun- eta desinfekzio-lanetarako: periodikotasuna eta langile tekniko arduradunak.
- Kalitate-arauak. Instalazioaren bikaintasun-eredua. Ebaluazio-prozedurak.
- Zorroztasuna eremu-, jarduera eta ordutegi-koadranteak ezartzean.
- Instalazioak, ekipamenduak eta materialak egoki erabiltzea zer garrantzitsua den baloratzea.
- Jarrera proaktiboa izatea jardueretan erabiltzen den materiala kokatzeko eta jasotzeko orduan.
- 6.– Segurtasun- eta prebentzio-neurriak musika-euskarriaren bidezko jardueren gelan.
- Oro har kirol-instalazioetarako eta batik bat aerobik-geletarako edo erabilera anitzeko geletarako larrialdi-planaren berri ematea, Euskadiko bi hizkuntza ofizialak erabiliz: euskara eta gaztelania.
- Bere ardurapeko arloari dagozkion segurtasuneko eta arriskuen prebentziorako prozedurak ezartzea.
- Aerobiceko edo musikaren laguntzaz zuzendutako jardueren gela baterako larrialdi-plan batean beharrezkoak diren bitarteko materialen inbentarioa egitea.
- Oro har, kirol-instalazio bateko eta, bereziki, aerobiceko edo musikaren laguntzaz zuzendutako jardueren gela bateko langileei dagozkien eginkizunak eta jarraibideak ematea.
- Aerobiceko edo musikaren laguntzaz zuzendutako jardueren gela bat ebakutzeko egoera simulatuak zuzentzea.
- Musika-euskarriaren bidezko egokitzapen fisikoko jardueretan laneko segurtasunari eta osasunari buruzko oinarritzko legedia aplikatzea.
- Larrialdi-plana:
- Larrialdi motak.
 - Larrialdi-planaren helburuak.
 - Planaren eraginkortasun-printzipioak.
 - Larrialdi-planean baliatzen diren ekipoak eta materialak.

- Gainbegiratze-prozedurak. Bitarteko materialen inbentarioa (su-itxalgailuak, ekipatutako sute-ahoak).
- Larrialdi-planean tartean diren giza baliabideak; instalakuntzetako langileen prestakuntza; eta aerobik-gelako eta musika-euskarriaren bidezko jardueren gelako langileei larrialdi-planarekin lotutako funtzioak banatzea.
- Ebakuazio-plana: diseinua eta praktikan jartzea (simulakroak).
- Informazio-euskarriak (gure autonomia-erkidegoko hizkuntza ofizialak erabiliz: euskara eta gaztelania).
- Ebakuazio motak erabiltzaileen tipologiaren arabera (pertsonek sedentarioak edo kirolariak: gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...), desgaitasunen bat duten pertsonentzako neurri bereziak larrialdi- eta ebakuazio-kasuetarako.
- Beste langile eta zerbitzu batzuekiko koordinazioa.
- Larrialdi-planaren ebaluazioa.

– Prebentzioa eta segurtasuna:

- Aerobiceko edo musikaren laguntzaz zuzendutako jardueren gela bateko segurtasunari eta prebentzioari buruzko oinarritzko legedia eta legedi espezifikoak.
- Aerobiceko edo musikaren laguntzaz zuzendutako jardueren gela bateko pertsonen, ondasunen eta jardueren segurtasuna.
- Aerobiceko gela batean dauden arrisku motak: teknologikoak, pertsonen eragindakoak, lanekoak, kirol-zerbitzuen erabilerak eragindakoak, entrenatzeko baliabideen erabilera okerrak eragindakoak, informazio-faltak eragindakoak.
- Aerobiceko edo musikaren laguntzaz zuzendutako jardueren geletan aplikatzeko den segurtasun arloko araudia.
- Arriskuen prebentziorako neurriak kirol-instalakuntzetan.
- Arriskuen prebentziorako neurri espezifikoak aerobiceko edo musikaren laguntzaz zuzendutako jardueren geletan.
- Mantentze prebentziorako plana, ikuskapenen maiztasuna, inbentario teknikoak, segurtasun-zuzkidura, egoera anomaloen diagnostikoa.
- Ingurumena eta laneko segurtasuna eta osasuna babesteko neurriak.

– Zorroztasuna araudia aplikatzean.

- Instalazioak, ekipamenduak eta materialak egoki erabiltzea zer garrantzitsua den baloratzea.
- Jarduerak segurtasunez eta eroso egiteko ekipo pertsonal eta material egokia erabiltzeko konpromisoa hartzea.

5. lanbide-modulua: musika-euskarriaren bidezko egokitzapen fisikoko jarduera espezializatuak.

Kodea: 1150.

Kurtsoa: 2.º.

Iraupena: 160 ordu.

ECTS kredituetako baliokidetasuna: 7.

A) Ikaskuntzaren emaitzak eta ebaluazio-irizpideak.

1.– Musika-euskarriaren bidez egokitzapen fisikoa taldean egiteko jarduera espezializatuen ezaugarriak aztertzen ditu, jarduera horiek gorputzean sortzen dituzten moldaketa-prozesuak aintzat hartuta.

Ebaluazio-irizpideak:

- a) Musika-euskarriaren bidez egokitzapen fisikoa taldean egiteko jarduera espezializatuen alderdi teknikoak eta eraginak baloratu ditu.
- b) Musika-euskarriaren bidez egokitzapen fisikoa taldean egiteko jarduera espezializatu bakoitzaren berezko teknikak gauzatzeko zailtasuna aztertu du.
- c) Musika-euskarriaren bidezko egokitzapen fisikoko jarduera espezializatuetan eginiko lane-rako moldaketa fisiologikoak aztertu ditu.
- d) Horrelako jardueretan sarrien izaten diren neke eta gainkarga zantzu eta sintomak deskribatu ditu.
- e) Modalitate eta estilo batzuk eta besteak egiteko erabateko kontraindikazioak eta kontraindikazio partzialak adierazi ditu.
- f) Musika-euskarriaren bidez egokitzapen fisikoa taldean egiteko jarduera espezializatuak eta erabiltzaile mota eta maila ohikoenak izan daitezkeenak lotu ditu.
- g) Musika-euskarriaren bidez egokitzapen fisikoa taldean egiteko jarduera espezializatuak gauzatzeko ekipo eta materialen erabileran kontuan hartu beharreko segurtasun-parametroak zehaztu ditu.

2.– Musika-euskarriaren bidez egokitzapen fisikoa taldean egiteko oinarrizko jarduerak programatzen ditu, erabiltzaileen beharrianak (pertsonek sedentarioak edo kirolariak: gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...) eta jarduera bakoitzaren elementu espezifikoak kontuan hartuta.

Ebaluazio-irizpideak:

- a) Musika-euskarriaren bidez egokitzapen fisikoa taldean egiteko jarduera espezializatuetan, egoera fisikoa hobetzeko prozedurak eta programazio- eta periodizazio-teknikak aplikatu ditu.
- b) Egoera fisikoa hobetzeko edo mantentzeko helburuen formulazio-irizpideak ezarri ditu, musika-euskarriaren bidez egokitzapen fisikoa taldean egiteko jarduera espezializatuen programaren bilakaera eta eskueran dauden baliabideak kontuan izanda.
- c) Intentsitate- eta zailtasun-mailaren arabeko koreografiak prestatu ditu, eta, horretan, kontuan izan ditu egokitzapen fisiologikoko mekanismoak eta musika-euskarriaren bidezko egokitzapen fisikoko jarduera espezializatuetan tartean diren aldagaiak.
- d) Musika-euskarriaren bidezko taldeko egokitzapen fisikoko jarduera espezifikoaren programak eta ekitaldiak egiteko eta horietan segurtasuna bermatzeko beharrezkoak diren eremuak, ekipamenduak, materialak, ekipo pertsonala eta baliabide osagarriak zehaztu ditu.

e) Irakasteko eta komunikatzeko estrategiak eta horien moldaketak ezarri ditu, pertsona mota batzuen eta besteen arreta eta motibazioa errazteko.

f) Musika-euskarriaren bidez egokitzapen fisikoa taldean egiteko jarduera espezifikoen programa baten segurtasun-, egokitasun- eta eraginkortasun-irizpideak zehaztu ditu, baita programa gauzatzeko lesiorik eta gaitzirik ez sortzeko kontuan hartu behar diren faktoreak ere.

g) Zerbitzuaren kalitatea, hala prozesuan nola emaitzetan, eta kalitate horren ebaluazioa zehazteko adierazleak, tresnak eta teknikak deskribatu ditu.

h) Ekipo eta informatika-aplikazio espezifikoak erabili ditu programak prestatzeko.

3.– Musika-euskarriaren bidez egokitzapen fisikoa taldean egiteko jarduera espezializatuen koreografiak diseinatzen ditu, erabiltzaileen beharrezkoak (pertsona sedentarioak edo kirolariak: gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...) eta modalitate bakoitzaren estiloa kontuan hartuta.

Ebaluazio-irizpideak:

a) Sekuentziaren edo koreografia-konposizioaren eta saioaren estilo, intentsitate eta iraupenera moldatzen den musika-euskarria hautatu du.

b) Musika-euskarriaren bidezko egokitzapen fisikoko taldekako jarduera espezializatuekin lotutako sekuentzia eta konposizio koreografikoen oinarriko urratsak eta haien aldaerak ondo konbinatu ditu.

c) Irizpide fisiologiko, biomekaniko eta motibazionalak aplikatu ditu urrats-, mugimendu-, ariketa- eta konposizio-sekuentzietan, eta, horretan, gaitasun fisikoak hobetzeko helburuak erlazionatu ditu saioko fase bakoitzaren intentsitate eta zailtasunarekin.

d) Zer egokitzapen egin aurreikusi du, koreografian parte hartzekoak diren taldeetako kideek (pertsona sedentarioak edo kirolariak: gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...) zer gaitasun motor dituzten kontuan hartuta.

e) Koreografiak irakasteko erabiltzen den metodologia zehaztu du.

f) Saioaren garapena ebaluatzeko kontuan hartu behar diren parametroak zehaztu ditu.

g) Materialak zehaztu ditu, musika-euskarriaren bidezko taldeko egokitzapen fisikoko jarduera espezifikoko bakoitzaren ezaugarriak kontuan hartuta.

h) Adierazpen grafikoko edo idatzizko teknika espezifikoak erabili ditu pausoak, mugimenduak, ariketak eta konposizioak jasotzeko eta erregistratzeko.

4.– Koreografiak diseinatzen ditu musika-euskarriaren bidezko taldeko egokitzapen fisikoko makina ziklikoekin, erabiltzaileen maila eta modalitate bakoitzaren estiloa kontuan hartuta.

Ebaluazio-irizpideak:

a) Musika-euskarri egokia hautatu du makina ziklikoekin eginiko saioaren estiloa, intentsitatea eta fase bakoitzaren iraupena kontuan izanda.

b) Irizpide fisiologikoak, biomekanikoak eta motibaziozkoak aplikatu ditu makina ziklikoekin eginiko sekuentzian, gaitasun fisikoak hobetzeko helburuak saioaren fase bakoitzeko bolumenarekin, intentsitatearekin eta zailtasunarekin lotuta.

2020ko uztailaren 31a, ostirala

- c) Intentsitate-mailei eta horien aldaerei loturiko mugimenduak eta posizioak zehaztu ditu, makina ziklikoekin eginiko sekuentziak edo konposizioak prestatzean.
- d) Zenbait moldaketa aurreikusi ditu, koreografia-konposizioa zer talderi bideratuta dagoen eta bakoitzak nolako konpetentzia motorra duen, taldekide guztiei erantzuteko.
- e) Saioaren garapena ebaluatzeko kontuan hartu behar diren parametroak zehaztu ditu.

5.– Musika-euskarriaren bidez egokitzapen fisikoa taldean egiteko jarduera espezializatuak zuzentzen ditu, hautatutako gauzatze-teknikak erakutsita.

Ebaluazio-irizpideak:

- a) Musika-euskarriaren bidez egokitzapen fisikoa taldean egiteko jarduera espezializatuak segurtasun-baldintzetan egiteko praktika-eremuen irisgarritasuna eta beharrezko baliabideak eskura izatea ziurtatu du.
- b) Saioa nolakoa izango den, zer aparatu eta material erabiliko diren eta zer jantzi eta osagarri behar diren jakinarazi du.
- c) Ariketen teknika zuzena eta ariketak gauzatzekoan egiten diren akats arruntenak azaldu ditu eta erakutsi ditu, ariketetan eta sekuentzietan eta koreografia-konposizioetan irakasteko eta komunikatzeko estrategia espezifikoak aplikatuta.
- d) Aparatuak eta materiala gainbegiratu ditu eta horiek nola erabiltzen diren erakutsi du, sortutako gorabeherak hautemanda.
- e) Intentsitate- eta zailtasun-maila parte-hartzaileen ezaugarrien arabera (pertsona sedentarioak edo kirolariak: gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...) egokitu ditu, espazioak, materiala eta transmititzen den informazioa aldatuta.
- f) Erabiltzaileek (pertsona sedentarioak eta kirolariak: gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...) zer jantzi eta osagarri mota daramatzaten gainbegiratu du, funtzionaltasuna, erosotasuna eta segurtasuna bermatzeko.
- g) Neke- eta gainkarga-zeinu eta -sintomak identifikatu ditu, bai eta urratsak aplikatzean egingandako hutsak ere, eta halakoak zuzentzeko jarraibideak eman ditu.
- h) Keinu- nahiz hitz-kodeak erabili ditu taldekideei jarraibideak transmititzeko, saioa eten gabe.
- i) Musika-euskarriaren bidezko jardueren gelan, bere ardurapeko arloaren segurtasunarekin eta arriskuen prebentzioarekin lotutako elementu espezifikoaren egoera egiaztatu du.
- j) Saioa ebaluatzeko tresnak aplikatu ditu.

B) Edukiak:

1.– Musika-euskarriaren bidezko egokitzapen fisikoko taldekako jarduera espezializatuak.

– Ingurune hurbilean eta hortik kanpo egiten diren musika-euskarriaren bidez egokitzapen fisikoa taldean egiteko jarduera espezializatuaren zerrenda.

– Musika-euskarriaren bidez egokitzapen fisikoa taldean egiteko oinarrizko jarduerak eta bezero motak lotzea.

– Musika-euskarriaren bidez egokitzapen fisikoa taldean egiteko jarduera espezializatu bakoitzaren berezko teknikak gauzatzeko zailtasunak aztertzea.

- Musika-euskarriaren bidezko egokitzapen fisikoko jarduera espezializatueta eginiko lanerako moldaketa fisiologikoak aztertzea.
 - Fitnesseko joera berriak. Fitnessaren eta musika-euskarriaren bidezko egokitzapen fisikoko jardueren esparruko foro baimenduak, argitalpenak, aldizkariak eta beste bibliografia-iturri eta sareko iturri batzuk.
 - Fitnessaren eta musika-euskarriaren bidezko taldeko egokitzapen fisikoko jardueren esparruko erreferentziako antolakundeak.
 - Fitnessaren eta musika-euskarriaren bidezko taldeko egokitzapen fisikoko jardueren esparruko ekitaldi, biltzar eta topaketa esanguratsuenak, nazionalak nahiz nazioartekoak.
 - Berrikuntzak musika-euskarriaren bidez egokitzapen fisikoa taldean egiteko jarduera espezializatueta. Proposamen berrien eta lehendik daudenen arteko aldeak. Espezialitate bakoitzaren elementu teknikoak. Espezialitate bakoitzeko musika-euskarriaren estiloak.
 - Erabiltzaileen profilak (pertsone sedentarioak edo kirolariak: gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...) eta musika-euskarriaren bidez egokitzapen fisikoa taldean egiteko jarduera espezializatueta proposamen berriak. Indoor zikloa, krinking, cross training, aerobik aurreratua, steps, aerobox eta hip hop, besteak beste.
 - Musika-euskarriaren bidez egokitzapen fisikoa taldean egiteko jarduera espezializatueta proposamen berriek ekarritako motibaziozko alderdiak.
 - Musika-euskarriaren bidez egokitzapen fisikoa taldean egiteko jarduera espezializatueta proposamen berrien eskakizun fisiologikoak eta biomekanikoak. Zailtasun-mailak. Teknika espezifikoa eta lesioak sor ditzaketen gauzatzeko moduak.
 - Musika-euskarriaren bidez egokitzapen fisikoa taldean egiteko jarduera espezializatuak egiteko erabateko kontraindikazioak eta kontraindikazio partzialak. Nekearen eta gainkargen zantzu eta sintoma ohikoenak.
 - Musika-euskarriaren bidez egokitzapen fisikoa taldean egiteko jarduera espezializatuetaerako ekipo eta material espezifikokoak.
 - Segurtasun-parametroak ekipoak eta materialak erabiltzean eta jarduera espezializatuak egitean.
 - Erabilera seguruko parametroak.
 - Musika-euskarriaren bidez egokitzapen fisikoa taldean egiteko jarduera espezializatuak egiteko baldintzatzaileak.
 - Jarduera fisikoko musikaz lagunduta egiteko testuinguruari buruzko interesa izatea.
 - Ekimena izatea ikertzeko nolako eskaintza dagoen musika-euskarriaren bidezko jarduera fisikoko egiteko eta jarduera horiek zer ezaugarri dituzten.
 - Musika-euskarriaren bidezko egokitzapen fisikoko oinarrizko jardueretan gorputz-jarreraren kontrolak duen garrantzia aintzat hartzea.
- 2.– Musika-euskarriaren bidezko egokitzapen fisikoko taldekako jarduera espezializatueta programazioa.
- Egoera fisikoa hobetzeko edo mantentzeko helburuen formulazio-irizpideak aukeratzea.

- Koreografia-sailak aukeratzea, intentsitate- eta zailtasun-mailaren arabera.
- Segurtasuna bermatzeko eta ekitaldiak eta jardueren programak egiteko eremuak, ekipamenduak, materialak, ekipo pertsonala eta baliabide osagarriak zehaztea.
- Irakasteko eta komunikatzeko estrategiak aukeratzea erabiltzaile mota batzuen eta besteen motibazioa eta haiekiko arreta hobetzeko (pertsona sedentarioak eta kirolariak: gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...).
- Musika-euskarriaren bidez egokitzapen fisikoa taldean egiteko jarduera espezializatuak egokitzea erabiltzaileek (pertsona sedentarioak edo kirolariak: gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...) jarduera horiek gauzatzeko izan dezaketen ahalmenaren arabera.
- Musika-euskarriaren bidezko egokitzapen fisikoko taldekako jarduera espezializatuak egokitzea behar bereziak dituzten kolektiboen zirkunstantzietara.
- Ekipo eta aplikazio informatiko espezifikoak erabiltzea programak prestatzeko.
- Zerbitzuaren kalitatearen ebaluazioa zehazten duten adierazleak, tresnak eta teknikak diseinatzea.
- Gaitasun baldintzatzaileak garatzeko metodoak, musikaz lagundutako jarduera espezializatu bidez. Helburu espezifikoak.
- Musika-euskarriaren bidez egokitzapen fisikoa taldean egiteko jarduera espezializatuaren proposamen berriak lan-zentroko eskaintzan sartzeko irizpideak.
- Zailtasun- eta intentsitate-aldagaiak musika-euskarriaren bidez egokitzapen fisikoa taldean egiteko jarduera espezializatuetan.
- Jarduera-programa baten segurtasun-, egokitasun- eta eraginkortasun-irizpideak.
- Ariketak egiterakoan lesiorik eta gaitasun-arazirik ez izateko kontuan hartu behar diren faktoreak.
- Jarduera koreografiatuak eta makina ziklikoekin eginikoak irakasteko estrategiak.
- Musika-euskarriaren bidezko egokitzapen fisikoko taldekako jarduera espezializatuaren parte hartzekoak diren denetarik erabiltzaileentzako sarbide eta praktika-guneak. Oztopo arkitektonikoak eta horiek kentzea.
- Musika-euskarriaren bidezko egokitzapen fisikoko programak ebaluatzeko sistemak. Emaitzak interpretatzeko adierazleak, tresnak, teknikak, aplikazio-sekuentziak eta prozedura.
- Musika-euskarriaren bidez egokitzapen fisikoa taldean egiteko jarduera espezializatuak programatzeko «software» espezifikoak.
- Musika-euskarriaren bidez egokitzapen fisikoa taldean egiteko jarduera espezializatuaren berezko instalazioak, aparatuek eta elementuek.
- Programazioaren idatzizko plangintza egitearen garrantzia baloratzea.
- Jarduera edo proposamen berrietan berrikuntzak sartzeko interesa.
- Programazioaren jarduerak sormenez diseinatzea.

3.– Musika-euskarriaren bidezko egokitzapen fisikoko taldekako jarduera espezializatuekin lotutako koreografiak sortzea.

- Sekuentziaren edo koreografia-konposizioaren eta saioaren estilo, intentsitate eta iraupenarekin bat datorren musika-euskarria hautatzea.
- Irizpide fisiologikoak, biomekanikoak eta motibaziozkoak aplikatzea pausoen sekuentzian, mugimenduetan, ariketetan eta konposizioetan.
- Jarduera espezializatuekin lotutako sekuentzia eta konposizio koreografikoen oinarrizko urratsak eta haien aldaerak ondo konbinatu ditu.
- Musika-euskarriaren bidez egokitzapen fisikoa taldean egiteko jarduera espezializatuen saio bereizgarriak diseinatzea.
- Koreografiak aldatzea, beroketaren, saioaren muinaren eta berriro ere lasaitasunera itzultzearen eskakizunetara egokitzeko.
- Zenbait moldaketa bilatzea, koreografia-konposizioa zer talderi bideratuta dagoen eta bakoitzak nolako konpetentzia motorra duen, taldekide guztiei erantzuteko (pertsonek edo kirolariak: gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...).
- Koreografiak irakasteko erabiliko den metodologia aukeratzea.
- Materialak aukeratzea jarduera espezifikoko bakoitzaren ezaugarrien arabera.
- Saioaren garapena ebaluatzeko kontuan hartu behar diren parametroak aukeratzea.
- Saioa ebaluatzeko adierazleak eta tresnak aukeratzea.
- Musika-euskarria. Abiadura eta estiloa, taldeko egokitzapen fisikoko jarduera espezializatu motaren arabera.
- Musika-euskarriaren bidez egokitzapen fisikoa taldean egiteko jarduera espezializatuen koreografia, estilo eta modalitate espezifikokoak. Azken joerak.
- Saioaren egitura, musika-euskarriaren bidez egokitzapen fisikoa taldean egiteko jarduera espezializatuetan. Musika-euskarriaren bidez egokitzapen fisikoa taldean egiteko jarduera espezializatuen saio bereizgarriak.
- Koreografiak aldatzeko jarraibideak, beroketaren, saioaren muinaren eta berriro ere lasaitasunera itzultzearen eskakizunetara egokitzeko.
- Musika-euskarriaren bidez egokitzapen fisikoa taldean egiteko jarduera espezializatuen koreografiak irakasteko metodologia espezifikoa.
- Koreografiak estilo batetik bestera moldatzeko aldaketa teknikoak.
- Musika-euskarriaren bidez egokitzapen fisikoa taldean egiteko jarduera espezializatuen bariazio eta konbinazio espezifikokoak.
- Ikus-entzunezko bitartekoak. Baliabide informatikoak. Musika-euskarriaren bidez egokitzapen fisikoa taldean egiteko jarduera espezializatuen koreografiak grafikoki eta idatziz adieraztea.
- Saioa ebaluatzeko adierazleak eta tresnak.

- Saioaren idatzizko plangintza egitearen garrantzia baloratzea.
- Saioak aldizka eta prestasunez bidaltzea antolakundeko dagokion arduradunari.
- Saioko jarduerak sormenez diseinatzea.

4.– Makina ziklikoekin egitekoak diren koreografiak sortzea.

- Makina ziklikoekin eginiko saioaren eta fase bakoitzaren estiloarekin, intentsitatearekin eta iraupenarekin bat etorriko den musika-euskarria aukeratzea.
- Irizpide fisiologikoak, biomekanikoak eta motibaziozkoak aplikatzea makina ziklikoekin eginiko sekuentzian.
- Makina ziklikoekin eginiko sekuentziak edo konposizioak prestatzean intentsitate-mailei eta horien aldaerei loturiko mugimenduak eta posizioak aukeratzea.
- Makina ziklikoekin egokitzapen fisikoko jardueren sekuentziak konposatzea.
- Mugimenduak eta gauzatze-erritmoak intentsitate desberdinetara moldatzea: igoerak, jaitsierak eta zelaiguneak.
- Zenbait moldaketa bilatzea, koreografia-konposizioa zer talderi bideratuta dagoen eta bakoitzak nolako kompetentzia motorra duen, taldekide guztiei erantzuteko.
- Saioaren garapena ebaluatzeko kontuan hartu behar diren parametroak aukeratzea.
- Musikaren abiadura eta estiloa, makina ziklikoekin eginiko saioaren fase bakoitzaren arabera.
- Egokitzapen fisikoko jardueren sekuentziak makina ziklikoekin. Intentsitatearen modulazio-aldagaiak.
- Mugimenduak eta gauzatze-erritmoak intentsitate desberdinetara moldatzea: igoerak, jaitsierak eta zelaiguneak.
- Musikaz lagunduta makina ziklikoekin eginiko taldeko egokitzapen fisikoko jardueren mugimendu eta gauzatze-erritmo espezifikoak.
- Koreografiak aparatu batetik bestera aldatzeko moldaketa teknikoak.
- Saioaren idatzizko plangintza egitearen garrantzia baloratzea.
- Saioak aldizka eta prestasunez bidaltzea antolakundeko edo eskola-zentroko dagokion arduradunari.
- Saioko jarduerak sormenez diseinatzea.

5.– Musika-euskarriaren bidezko egokitzapen fisikoko jarduera espezializatuekin lotutako saioak zuzentzea.

- Praktika-eremuetako irisgarritasuna eta beharrezko diren baliabideak eskura daudela kontrolatzea.
- Saioa nolakoa izango den, zer aparatu eta material erabiliko diren eta zer jantzi eta osagarri behar diren jakinaraztea.
- Ariketak egiteko teknika egokia eta horiek gauzatzerakoan izaten diren akats ohikoenak azaltzea eta erakustea.

- Jardueren intentsitate- eta zailtasun-maila partaideen ezaugarrien arabera egokitzea.
- Partaideen jantziak eta osagarriak gainbegiratzea, funtzionaltasuna, erosotasuna eta segurtasuna bermatzeko.
- Nekearen eta gainkargen zantzuak eta sintomak eta pausoak gauzatzerakoan eginiko akatsak hautematea eta zuzentzea.
- Aparatuak eta materiala nola erabiltzen diren erakustea eta gainbegiratzea.
- Saioa ematen duen bitartean partaideei behatzea (pertsona sedentarioak edo kirolariak: gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...), zuzenketak egitea eta argibideak ematea.
- Keinu- eta hitz-kodeak erabiltzea, eta, horretan, unean-unean eta ahal den neurrian, erabiltzailearen hizkuntza erabiltzea (euskara, ingelesa, gaztelania...), taldekideei jarraibideak transmititzeko.
- Saioa ebaluatzeko adierazleak, tresnak eta teknikak aplikatzea.
- Makina ziklikoak erabiliz egitekoak diren jardueretarako tresneriaren mantentze-lanak egitea.
- Gauzatze sistematika, egitura, aldaerak eta ariketak egiterakoan izaten diren akatsak.
- Autokarga-ariketak eta tresnekin egindakoak, luzaketa-ariketak eta aparatuekin giltzaduren mugikortasuna lantzekoak, jarduera ziklikoak edo koordinatuak hobekuntza kardiobaskularrerako. Gorputz-jarrera eta ariketa jakin batzuen eragin patologikoak. Kontraindikazioak.
- Step, aerobox, hip hop, indoor, kranking, crost training, aerobik aurreratua eta antzeko modalitateetako keinu teknikoetan ohikoenak diren hutsegite eta akatsak identifikatzea. Horiek hautemateko jarraibideak.
- Musika-euskarriaren bidez egokitzapen fisikoa taldean egiteko jarduera espezializatuak irakasteko estrategiak.
 - Indoor zikloa, kranking-a, cross training-a eta antzeko modalitateak.
 - Aerobic aurreratua, step-a, aerobox-a, hip hop-a eta antzeko modalitateak.
- Progresioen ereduak serie koreografiatuak irakasteko. Eredu konplexuak. Eredu aurreratuak. Joera berriak.
- Autonomia pertsonala. Komunikazio-estrategiak erabiltzea, eta, horretan, unean-unean eta ahal den neurrian, erabiltzailearen hizkuntza erabiltzea (euskara, ingelesa, gaztelania...).
- Puntueltasuna saioa hasteko eta amaitzeko.
- Partaideak (pertsona sedentarioak edo kirolariak: gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...) eta beste pertsona funtsezko batzuk, egunez egun, erakartzeko eta haiengan ilusioa pizteko interesa, esfortzuaren, lanaren eta intentsitatearen bidez.
- Saioan, inplikatzeko, taldean elkarreraginean aritzeko eta banakako zein talderako feedback ugari emateko jarrera izatea.

6. lanbide-modulua: Egokitzapen fisikoa uretan.

Kodea: 1151.

Kurtsoa: 1.º.

Iraupena: 198 ordu.

ECTS kredituetako baliokidetasuna: 11.

A) Ikaskuntzaren emaitzak eta ebaluazio-irizpideak.

1.– Uretako fitness-jardueren ezaugarriak aztertzen ditu, eta gorputzean sortzen dituzten moldaketa-prozesuekin lotzen ditu.

Ebaluazio-irizpideak:

- a) Fitness-jardueretako alderdien ezaugarriak eta segurtasun-baldintzak deskribatu ditu.
- b) Uretako fitness-jarduerak egiteko teknika eta gakoak deskribatu ditu.
- c) Uretako fitness-jardueren gorputz-jarrereri loturiko osagai prebentiboa baloratu du.
- d) Bihotz-biriketako sistemak, sistema metabolikoak eta muskulu-eskeletikoak uretako fitness-jardueretan eginiko esfortzuei zer erantzun ematen dien aztertu du.
- e) Horrelako jardueretan sarrien izaten diren neke eta gainkarga zantzu eta sintomak deskribatu ditu.
- f) Modalitate eta estilo batzuk eta besteak egiteko dauden arriskuak eta erabateko kontraindikazioak eta kontraindikazio partzialak aztertu ditu.
- g) Uretako fitness-jarduerak lotu ditu halakoetan parte hartu ohi duten erabiltzaileen tipologia eta mailekin.
- h) Ur-ingurunearen baldintzen eta uretako fitness-jardueren xehetasun tekniko eta gorputz-jarrerazkoen arteko lotura egin du.

2.– Uretako fitness-ekitaldietan eta -programetan eta uretako sorospenean inplikaturako baliabideak antolatzen ditu, segurtasun-, moldakortasun- eta eraginkortasun-irizpideak definituta.

Ebaluazio-irizpideak:

- a) Ur-eremuaren zuzkidura eta uretako fitness-jardueren eta -ekitaldien eskakizunak lotu ditu, sektoreko azken joerak aintzat hartuta.
- b) Ekitaldien eta uretako fitness-jardueren ordutegiak eta beste sail batzuetako teknikariekiko koordinazioarekin lotutako xehetasunak antolatzeko irizpideak definitu ditu, segurtasuna bermatuz eta gune zein materialen erabilera doituz.
- c) Uretako fitness-ekitaldiak, -lehiaketak, -txapelketak eta -jarduerak egiteko izapideak aurreikusi ditu.
- d) Uretako ingurunera sartzeko irisgarritasun-baldintzak baloratu ditu, mugikortasun-arazoak dituzten pertsonen uretako fitness-jardueretan parte hartu ahal izan dezaten.
- e) Uretako inguruneke zuzkiduran uretako fitness-jarduerak egiteko dauden elementu espezifikoan anomaliak hautemateko eta zuzentzeko prozedurak ezarri ditu.

f) Uretako eremuaren funtzionamenduaren kalitatea ebaluatzeko prozedura ezarri du.

3.– Uretako fitness-jarduerak programatzen ditu, erabiltzaileen beharrak eta jarduteko espazioak kontuan izanik.

Ebaluazio-irizpideak:

a) Egoera fisikoa hobetzera edo mantentzera bideratutako helburuen formulazio-irizpideak ezarri ditu, uretako fitness-programaren bilakaeraren eta eskura dauden baliabideen arabera.

b) Programen esfortzu-mailak ezarri ditu, moldaketa fisiologikoko mekanismoak eta uretako fitness-jardueretan jokoan sartzen diren aldagaiak kontuan hartuta.

c) Beharrezko laguntzak aurreikusi ditu, desgaitasuna duten pertsonak uretako fitness-jardueretan parte hartu ahal izan dezaten.

d) Uretako fitness-ekitaldiak eta programak egiteko beharrezkoak diren eremu, ekipamendu, material, ekipo pertsonal eta baliabide osagarriak zehaztu ditu, jarduera bakoitzaren helburuak aintzat hartuta eta segurtasun-baldintzak bermatuta.

e) Irakasteko eta komunikatzeko estrategiak eta horien moldaketak ezarri ditu erabiltzaile mota batzuen eta besteen motibazioa eta haiekiko arreta errazteko (pertsona sedentarioak eta kirolariak: gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...).

f) Uretako fitness-programa baten segurtasun-, egokitasun- eta eraginkortasun-irizpideak zehaztu ditu, baita programa gauzatzean lesiorik eta gainkargarik ez sortzeko kontuan hartu behar diren faktoreak ere.

g) Zerbitzuaren kalitatea, hala prozesuan nola emaitzetan, eta kalitate horren ebaluazioa zehazteko adierazleak, tresnak eta teknikak deskribatu ditu.

h) Ekipo eta informatika-aplikazio espezifikoak erabili ditu programak prestatzeko.

4.– Uretako fitness-saioak diseinatzen ditu, erreferentziazko helburuetara eta eskueran dauden baliabideetara egokituta.

Ebaluazio-irizpideak:

a) Jardueren gauzatzea uretako fitness-saioaren helburuetara egokitzeko aukera ematen duen musika-euskarria hautatu du.

b) Uretako fitnesseko baliabide espezifikoak aplikatu ditu, oinarrizko pausoetatik abiatuta aldaerak lortzeko, printzipio hidrodinamikoak kontuan izanda.

c) Irizpide fisiologikoak eta motibaziozkoak aplikatu ditu pauso, mugimendu, ariketa eta konposizioen sekuentzian eta saioaren fase bakoitzeko kargaren dinamikan.

d) Saioaren helburuak, materiala, komunikazio-bideak eta metodologia definitu ditu, programa-zio orokorrarekin bat etorriz.

e) Sekuentzia koreografiatuen eta pausoen, mugimenduen eta ariketen progresioak eta moldaketak ezarri ditu, zailtasunaren eta partaideen ezaugarrien arabera (pertsona sedentarioak edo kirolariak: gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...).

f) Materialetan eta lan-eremuetako sarbideetan moldaketak aurreikusi ditu, desgaitasuna duten pertsonen parte-hartzea errazteko.

g) Adierazpen grafikoko edo idatzizko teknika espezifikoak erabili ditu uretako fitness-saioaren pausoak, mugimenduak, ariketak eta konposizioak jasotzeko eta erregistratzeko.

h) Saioaren garapena ebaluatzeko kontuan hartu behar diren parametroak zehaztu ditu.

5.– Uretako fitness-jarduerak zuzentzea, esku-hartzea jardueraren eta taldearen dinamikara egokituz.

Ebaluazio-irizpideak:

a) Uretako fitness-jardueretan bere ardurapeko arloaren segurtasunarekin eta arriskuen prebentzioarekin lotutako elementu espezifikoen egoera egiaztatu du.

b) Uretako fitness-jarduerak segurtasun-baldintzetan egiteko praktika-eremuen irisgarritasuna eta beharrezko baliabideak eskura izatea ziurtatu du.

c) Uretako fitness-jardueraren garapen-fase bakoitzera egokitutako informazioa eman du, erabiltzaile bakoitzaren profila aintzat hartuz (pertsona sedentarioak eta kirolariak: gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...) eta unean-unean egokia zen hizkuntza-mota erabiliz.

d) Proposatutako jarduerak nola egin erakutsi du, ariketen eta sekuentzien eta koreografia-konposizioen garapenerako irakaskuntza-estrategia egokienak aplikatuta.

e) Mugimenduetan edo gorputz-jarreretan hautemandako akatsak zuzendu ditu, eta akatsak eragin ditzaketen kausetan eta une egokietan esku hartu du.

f) Uretako fitness-jardueretan esku hartzeko estrategiak aplikatu ditu partaideek (pertsona sedentarioak edo kirolariak: gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...) parte har dezaten eta lotsarik gabe jardun dezaten bultzatzeko.

g) Intentsitate- eta zailtasun-maila parte-hartzaileen ezaugarrien arabera (pertsona sedentarioak edo kirolariak: gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...) egokitu ditu, espazioak, materiala eta transmititzen den informazioa aldatuta.

h) Materialen eta ekipamenduen erabilera kontrolatu du eta sortu diren gorabeherak konpondu ditu.

i) Saioa ebaluatzeko tresnak aplikatu ditu.

6.– Uretako ingurunean erreskateko teknika espezifikoak baliatzen ditu simulatutako istripu-kasuetan eta larrialdi-egoeretan, sorospeneko eta salbamenduko protokolei jarraituz.

Ebaluazio-irizpideak:

a) Zenbait aldaketa proposatu ditu uretako instalazio batean egon daitezkeen arriskuak gainbegiratzeko protokoloa aplikatzean hautemandako arriskuak saihesteko edo murrizteko.

b) Sorosleak uretako instalakuntza bateko erabiltzaileen jokabide potentzialki arriskutsuen aurrean zer-nolako neurriak aplikatu beharko lituzkeen adierazi du.

c) Zaintza-, prebentzio- eta jarduketa-lanei eusteko protokoloak eta teknikak definitu ditu, uretako zentroaren osasungarritasun-baldintzak aldatzen diren edo istripua gertatzen den kasuetarako.

d) Jardun-protokoloetako entsegu- eta jardun-programa diseinatu du, izan daitezkeen biktima mota, ebakuazio eta bestelakoei aurre egiteko.

e) Zer esku-hartze eta maniobra praktikatu behar diren erabaki du, ustez istripua izan duen pertsonaren, gainerako pertsonen, instalakuntzen eta norberaren egoera aintzat hartuz.

f) Uretan sartzeko, biktimarengana hurbiltzeko, harekin kontaktua egiteko, hura kontrolatzeko, lekualdatzeko eta uretatik ateratzeko maniobrak egitean, planteatutako suposiziorako material egokiak erabili ditu.

g) Honako teknika hauek egin ditu, segurtasunez eta eraginkortasunez:

– Uretan sartzea, uraren ezaugarrien, irisgarritasunaren eta hurbiltasunaren arabera.

– Istripua izan duen pertsonarengana hurbiltzeko igeriketa-teknikak.

– 300 metro igeri librean, galtza eta elastiko eta guzti, gehienez ere zortzi minutuan.

– Uretan flotatzen egotea, besoak altxatuta, ukondoak uraren gainazaletik gora izanda, lekutik mugitu gabe.

– Biktimari eusteko eta hura atoian eramateko teknikak, haren arnasbideak uretik kanpo izanda.

– Uretara buruz botatzea, berrogeita hamar metro baino gehiago igeri egitea, estilo librean, eta gutxienez bi metroko sakonerara arte murgiltzea, lehiaketa-maniki bat hartzeko eta berrogeita hamar metro atoian eramateko, ondo lotuta; eta hori guztia gehienez 3 minutu eta 30 segundoko denboran egitea.

– Min hartuta egon daitekeen pertsona bat atoian eramatea, 100 metroz, hegatsik gabe, lau teknika eginenez; hori guztia, 4 minutuko denboran, gehienez.

– Tarteko pisua eta flotagarritasuna duen eta min hartuta egon daitekeen pertsona bat atoian eramatea, 100 metroz, hegatsekin, teknika libre bakar bat erabiliz, 3 minutu eta 45 segundoko denboran, gehienez.

– Min hartuta egon daitekeen pertsona bat, bere kordean edo korderik gabe dagoela eta bizkarrezur-muinean kalterik ez duela, uretatik ateratzea, protokoloak betez eta dagokion teknika behar bezala aplikatuz, 100 metroz atoian eraman ondoren.

– Lankide bat min hartuta dagoen pertsona bat balitz bezalako itxura bat egiten ari dela, hura salbatzeko material egokiak erabiltzea, 2 edo 3 lagunez osatutako sorospen-talde bat antolatuz, protokoloekin bat etorriz eta teknikak behar bezala aplikatuz.

h) Egindako suposizio bakoitzean, azterketa kritikoa eta ebaluazioa egin ditu, eta hobekuntza-proposamenak egin eta justifikatu ditu.

B) Edukiak:

1.– Uretako fitness-jarduerak.

– Ingurune hurbilean eta hortik kanpo egiten diren uretako fitness-jardueren zerrenda.

– Uretako Inguruneko baldintzen eta uretako fitness-jardueren xehetasun teknikoen eta gorputz-jarrerazkoen artean dauden loturak azaltzea.

– Bihotz-biriketako sistemak, sistema metabolikoak eta sistema muskulu-eskeletikoak uretako fitness-jarduerak egitean nola erantzuten duten aztertzea.

- Modalitate eta estilo batzuk eta besteak egiteko arriskuen eta erabateko kontraindikazioen eta kontraindikazio partzialen analisia egitea.
- Uretako fitnessa eta antzeko jarduerak: historia eta eboluzioa. Gaur egungo eta etorkizuneko joerak.
- Uretako fitness oinarrizkoa eta aurreratua. Uretako fitness-jarduerak egiteko teknika eta gakoak.
- Uretako fitness-modalitate- eta -joerak ur sakon eta ez-sakonetan: aquaerobik-a, aquagym-a, aquabox-a, uretako hip hop-a, aquarunning-a, aquabike-a, aquabuilding-a, aquastep-a, aquastretching-a eta erritmo latindarrak, besteak beste. Mugimendu espezifikoak. Musika-euskarriaren eragina. Partaideen profilak.
- Uretako fitness-jardueren elementu teknikoak, horien aldaerak eta antzeko jarduerak. Arraun-kerak, oldarraldiak, guraizeak, biraketak eta partaideen profiletara egokitzeko tarteak:
 - Esekitzeko eta lekualdatzeko teknikak. Segmentuz segmentuko gauzatzea eta lerrokatzea, gorputz-jarrera, flotatzen eta bermatuta, euskarriak eta pisuaren banaketa egoera estatikoetan eta dinamikoetan, grabitate-zentroa aldatzea material osagarriarekin, gorputz-sakonera eta gorputz-jarrera.
 - Oinarrizko posizioak berreskuratzea eta norabide-aldaketak.
- Keinu teknikoetan egin ohi diren akats eta oker ohikoenak.
- Antzeko jarduerak: hainbat kirol-modalitatetara egokitutako keinu teknikoak, dantzaren esparrutik eratorritako keinu teknikoak, gimnasia leunen esparrutik eratorritako keinu tekniko eta mugimenduak.
- Erabateko kontraindikazioak eta kontraindikazio partzialak uretako fitness-jarduerak egiteko. Nekearen zantzuak. Gorputz-jarrera eta ariketa jakin batzuen eragin patologikoak.
- Gorputzaren moldaketak uretako ingurunean eginiko esfortzura. Uretako fitness-modalitate eta -joerek egoera fisikoan eta osasunean eragiten duten hobekuntza (muskulu-erresistentzia, erresistentzia kardiobaskularrak, muskulu-indarra, malgutasuna, oreka, oreka eta erlaxazioa uretan).
- Uretako ingurunea eta mugimendua. Uretako fitness-jardueren eraginak: flotatzea, mugimenduaren aurreko erresistentzia, termoerregulazioa.
- Uretako ingurunean egonkortzeko eta lekualdatzeko teknikak eta horiei loturiko arnasketa: esekidurazko posizioak, irristatzea, propulsiokoak, palanken luzera eta posizioa, elementu erraztaileak eta eragozleak, arnasketarako mugimenduak eta uneak.
- Intentsitatea baldintzatzen duten mugimenduen aldagaiak: bultzatze-gainazalak, gauzatze-abiadura, laneko jarrera (errobotea, neutroa, esekia), mugimendu segmentarioaren luzera, exekuzio-planoak, espazioan lekualdatzea.
- Uretako ingurunean esfortzuaren intentsitatea baloratzeko probak. Intentsitatearen adierazleak uretako ingurunean. Borg-eskala, hizketa-testa. Bihotz-taupaden maiztasunaren eta intentsitatearen arteko lotura uretako ingurunean.
- Uretako fitness-jardueren alderdi batzuen eta besteen ezaugarriak eta segurtasun-baldintzak.

- Uretako egokitzapen fisikoaren esparruko modalitate berriak ezagutzeko interesa izatea.
- Uretako egokitzapen-jardueretako eskaintzaren eta haren ezaugarrien ikerketan ekimena izatea.
- Uretako fitness-jardueren gorputz-jarrereri loturiko osagai prebentiboa baloratzea.

2.– Uretako fitness-jardueren antolaketa.

- Eskueran dagoen uretako eremua uretako fitness-jardueren eta -ekitaldien eskakizunetara egokitzea.
- Ekitaldi eta jardueren ordutegiak antolatzeko eta beste sail eta teknikari batzuekin koordinatzeko irizpideak definitzea. Eremu eta materialen erabilera eta segurtasun-baldintzak optimizatzea.
- Uretako fitnesseko ekitaldiak, lehiaketak eta jarduerak egiteko izapideak planifikatzea.
- Uretako eremura sartzeko irisgarritasun-baldintzak gainbegiratzea.
- Uretako fitness-jardueretako elementu espezifikoien anomaliak hautemateko eta zuzentzeko prozedurak ezartzea.
- Uretako guneen funtzionamendu eta kalitatea ebaluatzeko prozedurak inplementatzea.
- Uretako fitnessa egiteko eta uretako sorospenerako instalazioak eta materialak.
 - Instalazioak: motak eta ezaugarriak. Funtzionaltasuna, giroko tenperatura eta uraren tenperatura, zoru mota eta igerileku mota.
 - Arkitektura-oztopoak eta instalazioen moldaketa.
 - Uretako instalazioen eraikuntzarekin eta mantentze-lanekin lotutako araudiak.
- Uretako kirol-instalazioak segurtasun handieneko baldintzetan erabiltzeko eta gozatzeko eta erabilera eta gozamen hori optimizatzeko irizpideak. Praktika-denboren eta espazioen antolaketa. Uretako fitness-jarduerak sustatzeko eta hedatzeko ekitaldiak, lehiaketak eta txapelketak. Egiteko baldintzak.
- Uretako fitness-ekitaldi eta -jarduerak antolatzeko material lagungarria: flotagarritasun indibidualekoak (gerrikoak, zilindroak eta txalekoak, besteak beste), murgilketakoak (uztaiak, pikak eta eraztunak, besteak beste), astungarrizkoak (orkatilakoak, gerrikoak), erresistentziazkoak (zerrenda elastikoak, eskuzorroak, plantxak eta halterak, besteak beste), step-ak, bizikleta estatikoak, material puzgarriak eta hegatsak, besteak beste.
- Uretako fitness-jardueretako eta antzeko beste jarduera batzuetako materiala eta aparatuek erabiltzeko jarraibideak. Ohiko aparatuek eta materialak erabiltzean kontuan izan behar diren neurriak eta manipulazio-akats ohikoenak.
- Uretako fitness-jardueretan eta uretako sorospenean erabilitako materialak gainbegiratzeko eta haien mantentze-lanak egiteko protokoloak.
- Inbentarioa. Materialen kokapena, biltegitratze-kondizioak. Ohiko aparatu eta materialetan sarrien izaten diren anomaliak. Horiek hautemateko eta zuzentzeko prozesua.

- Salbamendu-postua. Uretako salbamendurako materialak: komunikaziokoak, biktimarengana iristekoak, harekin harremanetan jartzekoak, babestekoak, eta biktima uretatik ateratzeko eta ebakutzekoak. Mantentzea.
- Instalazioetan eta ekipamenduetan sortutako gorabeherak erregistratzeko fitxak.
- Uretako fitness-jarduerak eta uretako sorospena modu seguruan eta erosoan egiteko jantziak eta osagarriak.
- Uretako instalazioetako segurtasuna eta arriskuen prebentzioa.
 - Uretako fitness-jardueretan aplikatzekoak diren prebentzioko eta segurtasuneko oinarrizko irizpideak. Uretako ingurunean jarduerak egitean pertsonen jokabideei loturiko arriskuak.
 - Uretako instalazio bateko aparatu eta makinatarako segurtasun- eta gainbegiratze-sistemak.
 - Uretako fitnesserako instalazioen eraikuntzarekin eta mantentze-lanekin lotutako araudiak.
 - Uretako instalazioetako segurtasuneko eta arriskuen prebentzioko oinarrizko legedia. Uretako fitness-jarduerak egiteko eremuek bete behar dituzten oinarrizko segurtasun-baldintzak.
- Teknikarien eta sorosleen erantzukizunak: haien eskumeneko segurtasun-alderdiak, instalazioen, ekipamenduen eta materialaren egoerarekin lotuta.
- Antolaketa-lanaren gainerako erantzukizuna, lorpenak eta hutsegiteak aintzat hartuz.
- Instalazioak, ekipamenduak eta materialak egoki erabiltzea zer garrantzitsua den baloratzea.
- Jarrera proaktiboa izatea jardueretan erabiltzen den materiala kokatzeko eta jasotzeko orduan.

3.– Uretako fitness-jardueren programazioa.

- Egoera fisikoa hobetzeko edo mantentzeko helburuen formulazio-irizpideak aukeratzea.
- Jardueren, ekitaldien eta baliabide materialen eskaintza antolatzea eta koordinatzea.
- Erabiltzaileen egoera fisikoa baloratzeko txostenak interpretatzea (pertsona sedentarioak edo kirolariak: gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...).
- Uretako fitness-programen esfortzu-mailak eta intentsitate-aldagaiak aukeratzea eta egokitzea.
- Desgaitasuna duten pertsonen uretako fitness-jardueretan parte hartu ahal izateko beharrezkoak diren laguntzak prestatzea eta bilatzea.
- Uretako fitnesserako ekitaldietarako eta programetarako beharrezkoak diren eremuak, ekipamenduak, materialak, ekipo pertsonala eta baliabide osagarriak aukeratzea.
- Irakasteko eta komunikatzeko estrategiak eta horien moldaketak ezartzea erabiltzaile mota batzuen eta besteen motibazioa eta haiekiko arreta errazteko.
- Uretako fitness-programa baten segurtasun-, egokitasun- eta eraginkortasun-irizpideak zehaztea.
- Zerbitzuaren kalitatearen ebaluazioa zehazten duten adierazleak, tresnak eta teknikak diseinatzea.

- Ekipo eta aplikazio informatiko espezifikoak erabiltzea programak prestatzeko.
 - Uretako fitnesseko baliabideak. Zerbitzugune osagarriak, lan-eremu lehorrak eta ontziak. Uretako fitness-jardueren eskaintza.
 - Programazioaren elementuak. Uretako fitnessaren esparruko programazio-teknikak. Funtzionaltasuna programazioko faktore gisa.
 - Uretako fitness-programak: erresistentzia hobetzeko programak, tresnekin eta tresnarik gabe; erresistentzia hobetzeko programak, musika-euskarriarekin eta musika-euskarririk gabe; muskuen tonua eta indarra hobetzeko programak; mugimendua hobetzeko programak eta programa mistoak. Sekuentziak prestatzeko eta horien progresioa zehazteko jarraibideak.
 - Balorazio-txostenak. Programei eta erabiltzaileen profiei buruzko orientabidea (pertsonek sedentarioak edo kirolariak: gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...).
 - Desgaitasun motorra, psikikoa eta sensoriala duten pertsonen ezaugarri psikoafektiboak.
 - Uretako fitness-programarako neurri osagarriak: teknika berrosagarriak uretan, erlaxazioa, giltzaduretako deskarga, besteak beste.
 - Uretako fitness-ekitaldiak: uretako fitnessen egin ohi diren ekitaldiak, langileak eta funtzioak, dokumentazioa eta publizitatea, jolas-sistemak eta lehiaketak, uretako fitnesseko animazio-teknikak eta protokolozko ekintzak, arauak eta erregelamenduak.
 - Jarduera fisikoetan eta kirol-jardueretan aplikatutako baliabide informatikoak, egokitzapen fisikoko software espezifikoak. Egoera fisikoa hobetzeko informatika-programak, uretako fitnessera aplikatuak. Egokitzapenak. Ofimatika egokitua.
 - Uretako fitnessa eta behar bereziak. Uretako fitness-jardueretan onargarriak diren disfuntzionaltasun motak. Jardueren egokitzea, kontraindikazioak, desgaitasun motaren arabera mugimendua mugatzen duten faktoreak eta uretako fitness-jardueretan parte hartzeko aukerak. Ariketak egiterakoan lesiorik eta gainkargarik ez izateko kontuan hartu behar diren faktoreak.
 - Uretako fitness-programa baten segurtasun-, egokitasun- eta eraginkortasun-faktoreak.
 - Uretako fitnessaren esparruan jarduteko baliabideak: baliabideak eta ekipoak egokitzeko orientabide orokorrak, jolasak eta aisialdiko jarduerak egokitzea.
 - Jarrera ordenatua eta metodikoa izatea eta etsi gabe jardutea jardueren programazioa egitean.
 - Jardueren programa prestatzean beste pertsona batzuek egindako iradokizunak entzutea eta aintzat hartzea.
 - Saioaren idatzizko plangintza egitearen garrantzia baloratzea.
 - Programazioaren jarduerak sormenez diseinatzea.
- 4.– Uretako fitness-saioen diseinua.
- Musika-euskarria aukeratzea, jarduerak uretako fitness-saioaren helburuetara egokitzeko.
 - Uretako fitnessaren baliabide espezifikoak aplikatzea, oinarrizko pausoetatik abiatuta aldaerak eskuratzeko.

- Irizpide fisiologikoak eta motibaziozkoak aplikatzea pauso, mugimendu, ariketa eta konposizioen sekuentzian eta saioaren fase bakoitzeko kargaren dinamikan.
- Saioaren helburuak, materiala, komunikazio-bideak eta metodologia aukeratzea, programazio orokorrarekin bat etorriz.
- Sekuentzia koreografiatuen, eta pausoen, mugimenduen eta ariketen progresioak eta moldaketak prestatzea.
- Materialak eta lan-eremuetarako sarbideak egokitzea.
- Adierazpen grafikoko edo idatzizko teknika espezifikoak erabiltzea uretako fitness-saioaren pausoak, mugimenduak, ariketak eta konposizioak jasotzeko eta erregistratzeko.
- Saioaren garapena ebaluatzeko kontuan hartu behar diren parametroak aukeratzea.
- Uretako fitness-saioa. Egitura: beroketa, saioaren muina (ariketak, sekuentziak eta koreografia-konposizioak) eta berriro ere lasaitzea.
- Uretako fitness-saioaren eta horren aldaeren faseen ezaugarriak:
 - Beroketa: aktibazio-lanak, egitura eta progresioa.
 - Zati nagusia: lana hobekuntza-atalaseetan, egitura eta progresioa, ariketak eta koreografia eta oreka psiko-fisikoko elementuak.
 - Berriro lasaitzea: bizi-konstanteak hasierako balioetara jaitea (bihotz-taupaden eta arnasketaren maiztasuna, aktibazio psikologikoaren alderdiak), modalitateak.
- Funtsezko alderdiak lesioen prebentzioan.
- Ariketen adierazpen grafikoa eta idatzizkoa. Nomenklatura espezifikoa. Adierazpen grafikoko eta idatzizko teknika espezifikoak uretako fitnessaren eta antzeko jardueren pausoak, besoen mugimenduak, biraketak, orientazioa, lekualdatzeak eta konposizioak transkribatzeko. Eredu eta euskarri egokienak. Idazteko eta marrazteko baliabideak. Ikus-entzunezko baliabideak, baliabide informatikoak. Koreografia-sekuentzien eta -konposizioen katalogoa.
- Uretako fitnesseko ariketen eta koreografiaren koordinazio-zailtasuna eta intentsitate-mailak:
 - Saio bateko ariketa-sekuentzien eta koreografiaren elementu edo serie kopurua.
 - Materialak erabiltzea.
- Koreografia-konposizioak:
 - Bariazioak eta konbinazioak oinarrizko ariketa, pauso, lotura eta mugimenduekin.
 - Bariazioak sakontasunean, orientazioan, lekualdatzeetan, erritmo-aldaketetan, biraketetan, besoen mugimenduetan, flotatzeko euskarrien erabileran, palanken luzeran eta bultzatzeko gainazalean, besteak beste.
- Musika uretako fitnessen. Uretako lanera egokitutako estiloak eta kadentziak. Bariazioak sakoneraren arabera.
- Musikaren aplikazioak haren erabilera irekirako edo itxirako.

- Sekuentzia/konposizio koreografiatuak irakasteko metodologia. Irakasteko teknikak, metodoak eta estiloak: serie koreografiatuak irakasteko progresioen ereduak, eredu librea, eredu koreografiatuak, eredu konplexuak, eredu aurreratuak eta uretako fitnesseko joera berriak.
- Uretako fitness-jardueren irakaskuntza-prozesua: mailen dibertsifikazioa, zereginen azterketa, eta komunikazio-sistemak eta -bideak; eta, horretan, unean-unean eta ahal den neurrian, erabiltzailearen hizkuntza erabiltzea (euskara, ingelesa, gaztelania...); erabiltzaileekin erlazionatzeko ereduak prestatzea, hasierako edo erreferentziazko informazioa ematea, exekuzioaren eta emaitzen berri jakitea. Desgaitasunen bat duten pertsonentzako egokitzapenak.
- Jarduerak egitera motibatuzeko estrategiak. Lorpenaren pertzepzioa indartzea.
- Komunikazio-estrategiak erabiltzea, eta, horretan, unean-unean eta ahal den neurrian, erabiltzailearen hizkuntza erabiltzea (euskara, ingelesa, gaztelania...). Keinu bidezko hizkuntza.
- Uretako fitness-jardueren saioetan kontuan hartu beharreko oinarrizko segurtasun-arauak. Parte-hartzaileen kokapena (pertsona sedentarioak eta kirolariak: gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...) eta beren arteko distantzia ariketa bakoitzean. Materialeetan eta ekipamenduetan sor daitezkeen gorabeherak.
- Sormena, saioaren jarduerak diseinatzean monotonia saihesteko.
- Saio on bat emateko norberaren gaitasunean konfiantza izatea.
- Saio bat diseinatzeko lanean, hobetzeko jarrera erakustea.
- Saioak aldizka eta prestasunez bidaltzea antolakundeko dagokion arduradunari.

5.– Uretako fitness-jarduerak zuzentzea.

- Bere ardurapeko esparruan segurtasunarekin eta arriskuen prebentzioarekin lotutako elementuen egoera egiaztatzea.
- Uretako fitness-jardueretako sarbideak, edukierak eta zerbitzu osagarriak eta beharrezkoak diren baliabideen eskuragarritasuna kontrolatzea.
- Uretako fitness-jardueretan partaideekin esku hartzea eta haiei arreta ematea (pertsona sedentarioak edo kirolariak: gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...).
- Uretako fitness-jardueraren garapen-fase bakoitzera egokitutako informazioa ematea, eta, horretan, unean-unean eta ahal den neurrian, erabiltzailearen hizkuntza erabiltzea (euskara, ingelesa, gaztelania...), erabiltzaile bakoitzaren profila aintzat hartuz (pertsona sedentarioak eta kirolariak: gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...).
- Jardueraren eta ekitaldien arabera, talde egokiak osatzea.
- Proposatutako jarduerak erakustea.
- Irakasteko estrategia egokienak erabiltzea.
- Koreografiak erreproduzitzea, egokitzea eta moldatzea erabiltzen diren uretako jardueretan.
- Mugimenduetan eta posturetan hautemandako akatsak zuzentzea.

- Esku hartzeko estrategiak aplikatzea erabiltzaileek (pertsonek sedentarioak edo kirolariak: gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...) jardueren parte har dezaten eta lotsarik gabe jardun dezaten bultzatzeko.
- Jardueren intentsitate- eta zailtasun-maila partaideen ezaugarrietara egokitzea (pertsonek sedentarioak edo kirolariak: gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...).
- Materialen eta ekipamenduen erabilera kontrolatzea eta sortutako gorabeherak konpontzea.
- Saioa eta ekitaldia ebaluatzeko tresnak aplikatzea.
- Sarbideak, edukierak eta zerbitzu osagarriak.
- Taldeak osatzeko jarraibideak (pertsonek sedentarioak edo kirolariak: gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...). Egoera fisikoaren eta gaitasun pertzeptibo-motorren mailaren arabera taldeak. Jarduerak mailen arabera egokitzeke jarraibideak. Taldearen barnean jarduerak dibertsifikatzeko estrategiak.
- Koreografiak. Jarduerak sakontasun mailaren arabera egokitzeke jarraibideak. Moldakortasuna, orientazioa, lekualdatzeak, erritmo-aldaketak, intentsitatea eta estiloak. Kateatzeak. Materialen erabilera, musikaren abiadura-bariazioak, sakontasuna eta oinak bermatuta edo esekita/flotatzen edukitzea.
- Uretako fitnessa irakaskuntza-teknikak: banakako eta taldeko arreta-egoeretan eta eskuzko laguntzekin eta laguntza mekanikoekin, besteak beste.
- Serie koreografiatuak irakasteko progresioak. Irakaskuntza-metodoak: gehikuntza bidezkoa, blokeak, patroï osagarria, piramideak, bariozioak eta ordezkatzeta, besteak beste.
- Uretako fitnessseko mugimenduak, pausoak eta konbinazioak egiteke sistematika. Tonifikazio-arietak, luzaketak eta giltzaduren mugikortasuna lantzeke arietak, kalistenikoak eta aparatuekin eginikoak, jarduera ziklikoak edo koordinatuak hobekuntza kardiobaskularrerako, horiek guztiak uretako ingurunean.
- Komunikazio-kodeak jarduerak zuzentzean. Hitzezko komunikazio-estategiak erabiltzeke, eta, horretan, unean-unean eta ahal den neurrian, erabiltzailearen hizkuntza erabiltzeke (euskarra, ingelesa, gaztelania...), eta keinuzko kodeak ere zaintzeke. Inguruneke interferentziak gaintzeke estategiak. Desgaitasuna duten pertsonekin komunikatzeko teknikak.
- Informazioaren euskarria, kopurua eta informazio mota bera partaideen ezaugarrietara egokitzeke jarraibideak (pertsonek sedentarioak edo kirolariak: gazteak, nagusiak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...).
- Jarreretan eta arietak gauzatzean egiten diren akatsak. Sentsazioak berrinterpretatzen laguntzen duten argibideak. Gauzatzeari buruzko informazioa emateke.
- Jarduerak egitera motibatzeke estategiak.
- Ikasle eta erabiltzaileekin (pertsonek sedentarioak edo kirolariak: gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...) merezi duten sentiberatasun eta enpatiaz jokatzeta.
- Jarrera positiboa eta energia egokia erabiltzeke saio-modalitate desberdinetan.

- Puntualtasuna saioa hasteko eta amaitzeko.
- Partaideak (pertsona sedentarioak edo kirolariak: gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...) eta beste pertsona funtsezko batzuk, egunez egun, erakartzeko eta haiengan ilusioa pizteko interesa, esfortzuaren, lanaren eta intentsitatearen bidez.
- Saioan, inplikatzeko, taldean elkarreraginean aritzeko eta banakako zein talderako feedback ugari emateko jarrera izatea (pertsona sedentarioak edo kirolariak: gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...).
- Zuzentzeko teknikak hobetzeko ekimen pertsonala agertzea.

6.– Ur-instalazioetan erreskateak egiteko teknikak.

- Instalazioaren erabiltzaileek izan ditzaketen portaera arrisku-eragileen aurrean hartu beharreko neurriak identifikatzea.
- Uretako instalazio jakin batean egon daitezkeen arriskuak aztertzea, eta arrisku horiek murrizteko neurriak proposatzea.
- Instalakuntzetako sorosleek denetariko egoerei nola aurre egin argitzen duten protokolo nahiz prozedurak interpretatzea eta betearaztea.

Zer esku-hartze eta maniobra praktikatu behar diren erabakitzea, ustez istripua izan duen pertsonaren, gainerako pertsonen, instalakuntzen eta norberaren egoera aintzat hartuz.

- Material egokiak erabiltzea jardun-prozedurako fase guztietan.
- Simulatutako egoerak edo kasuak ebaluatzea. Hobekuntza-proposamenak definitzea.
- Uretako inguruneke erreskatearekin loturiko teknikak aplikatzea. Lan horien artean dira, besteak beste:

- Uretan sartzea.
- Istripua izan duen pertsonarengana hurbiltzeko igeriketa-teknikak.
- Igeri librea arroparekin.
- Uretan flotatzen egotea, besoak altxatuta, ukondoak uraren gainazaletik gora izanda, lekutik mugitu gabe.
- Biktimari eusteko eta atoian eramateko teknikak.
- Jardun hauen konbinazioak: buruz murgiltzea, igeriketa librea, maniki bat jasotzeko murgiltzea eta atoian eramatea.
- Min hartuta egon daitekeen pertsona bat atoian eramatea, hegatsekin eta hegatsik gabe.
- Min hartuta egon daitekeen, konortea duen edo konorterik ez duen, eta muina onik duen pertsona bat uretatik ateratzea.

– Atoian eramateko sistemen eta nola jokatu jakiteko protokoloen autoentrenamendu-programa espezifikoa diseinatzea.

- Uretako sorospena:
 - Uretako sorospenaren ezaugarriak: kontzeptua, motak, helburuak, jardunaren aukerak eta mugak.
 - Sorosle-lana egiten duen pertsona: profila, jarrerak eta gaitasunak, funtzioak.
 - Erantzukizun zibil eta penala.
 - Erreferentziako araudia. Administrazio eskuduna.
 - Lanbide-gaixotasunak, jarduneko arriskuak eta arriskuen prebentzioa.
 - Beste kolektibo profesional batzuekin koordinatzea.
- Uretako inguruneko arrisku-egoera ohikoenak:
 - Uren ezaugarriengatiko arriskuak.
 - Arropa eta oinetakoak gaizki erabiltzeagatiko arriskuak.
 - Jardunbide txarregatiko arriskuak: portaera desegokiak, murgiltze arriskutsuak, apnea behartuak, gehiegizko esfortzuko jarduerak egitea, kontrolik gabeko jolasak eta beste batzuk.
 - Uretan gertatu ohi diren lesio espezifikoak: beroak edo hotzak eragindako lesioak, uretan gertatu ohi diren traumatismoak, urak azalean, begietan, belarrietan sudurrean eta ahoan eragindako zauri eta lesioak.
- Uretako instalazioa gainbegiratzeko protokoloak: gainbegiratu behar diren elementuak, gainbegiratzearen ordena eta maiztasuna, arriskuen hierarkizazioa.
- Jardun-protokoloak eta larrialdi-planak: zaintzakoak, komunikaziokoak, lekualdatzeak egitekoak, ebakuaziokoak.
- Zaintza. Zaintza-postuak, zaintza-arauak eta -teknikak. Postuaren kokapena, zaintza estatikoa eta/edo dinamikoa, uretako zaintza-teknikak, eremua kontrolatzeko estrategiak, zaintza-txandak, alderdi psikologikoak (estresa eta higadura psikikoa, estresa kontrolatzeko estrategiak).
- Sorospenaren antolaketako etapak:
 - Arazoa hautematea: hautematearen funtsezko elementuak.
 - Egoera aztertzea.
 - Erabakiak hartzea.
 - Erreskate-ekintzak egitea.
 - Bost itotze-mailetako edozeini aurre egiteko ospitaleratu aurreko esku-hartzeak.
 - Muineko lesioei aurre egiteko ospitaleratu aurreko esku-hartzeak.
- Uretako erreskateko teknika espezifikoak:
 - Kokatze-teknikak, erreferentzia-puntuak eta zer-nolakoak aztertzea.
 - Uretan sartzekoak.

- Biktimarengana hurbiltzekoak.
 - Biktimarekin kontaktua egin, hura kontrolatu eta haren balorazioa egitekoak.
 - Uretako ingurunean lekualdatzekoak.
 - Atoian eramatekoak.
 - Biktima traumatikoa uretan maneiatzekoak.
 - Uretan berpiztekoak.
 - Biktima ateratzekoak.
 - Ebakutzekoak. Beste baliabide batzuekin koordinatzea.
 - Uretako erreskaterako materiala erabiltzea.
- Espezifikazioak, erreskatatu beharreko pertsonaren profilaren arabera.
- Erreskateko fase kritikoko alderdi psikologikoak.
- Itotzen ari dela uste duen pertsonaren portaera. Soroslearen jokabide eta erantzunak.
 - Egoerari aurre egiteko modua.
- Jarrera ordenatua eta metodikoa protokoloak aplikatzean.
- Erreskate-teknikak hobetzeari begira entrenatzeko ekimen pertsonala.
- Lasaitasuna eta irmotasuna erabiltzaileen aurrean, eta konfiantza transmititzeko interesa.

7. lanbide-modulua: hidrozinesia-teknikak.

Kodea: 1152.

Kurtsoa: 2.º.

Iraupena: 100 ordu.

ECTS kredituetako baliokidetasuna: 8.

A) Ikaskuntzaren emaitzak eta ebaluazio-irizpideak.

1.– Hidrozinesia-jardueren mugimendu bereizgarriak aztertzen ditu, hobekuntza funtzionalean zer eragin duten baloratuta.

Ebaluazio-irizpideak:

- a) Uretan zer autonomia-maila duen zehazteko irizpideak ezarri ditu, hidrozinesia-jarduerak garatu ahal izateko.
- b) Hidrozinesiako mugimendu bereizgarrien puntu kritikoen oinarria zehaztu du, eta mugimendu horiek hobekuntza funtzional espezifikoan zer eragin duten baloratu du.
- c) Mugimenduetan eta ariketetan, lesiorik ez sortzeko gainditu behar ez diren luzera- eta intentsitate-tarteak zehaztu ditu.
- d) Horrelako jardueretan sarrien izaten diren neke eta gainkarga zantzu eta sintomak deskribatu ditu.

2020ko uztailaren 31a, ostirala

- e) Hidrozinesia-jardueretan eginikoen aldean beste teknika eta ekintza osagarri batzuk aztertu ditu, protokolo espezifikoaren emaitza optimizatzeko.
- f) Hidrozinesiarekin loturiko mugimendu eta ariketak adierazteko erabili ohi diren sinboloak eta eskema grafikoak interpretatu ditu.
- g) Uretako ingurunearen baldintzak eta hidrozinesia-jardueren xehetasun teknikoak eta gorputz-jarrerarekin loturikoak erlazionatu ditu.
- h) Hidrozinesia-jardueretako alderdien ezaugarriak eta segurtasun-baldintzak deskribatu ditu.

2.– Jarduteko eremua eta baliabide materialak gainbegiratu eta prestatzen ditu, egoera onean daudela eta ondo funtzionatzen dutela ziurtatuta, hidrozinesia-jardueretan erabilera seguru eta eraginkorreko parametroen barnean.

Ebaluazio-irizpideak:

- a) Uretako ingurunea eta hidrozinesia-jarduerak egiteko beharrezkoak diren ekipamenduak zer egoeratan dauden aztertu du.
- b) Hidrozinesiarako dauden baliabide materialak manipulatzeko, tratatzeko, biltegitratzeko eta horien inbentarioa egiteko prozedurak ezarri ditu.
- c) Hidrozinesia-jardueretan erabiltzen diren elementu espezifikoetan, materialetan eta ekipoe-tan anomaliak hautemateko eta zuzentzeko prozedurak ezarri ditu.
- d) Instalaziora eta praktika-eremura sartzeko irisgarritasun-baldintzak bermatu ditu, oztopo arkitektoniko izan daitezkeen elementuak aztertuta eta laguntza teknikoak ezarrita.
- e) Bere ardurapeko esparruaren segurtasuneko eta arriskuen prebentzioko protokoloen berezko bitartekoak eta baliabideak zer egoeratan dauden egiaztatu du.

3.– Hidrozinesiako protokoloak prestatzen ditu gorputza zaintzeko, eta erabiltzaile moten beharrezanetara eta helburuetara egokitzen ditu (pertsona sedentarioak edo kirolariak: gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...).

Ebaluazio-irizpideak:

- a) Hidrozinesia-jarduera espezifikoak eta erabiltzaile jakinen profilen ezaugarriak eta funtzio-naltasun-hutsuneak lotu ditu.
- b) Hidrozinesia-protokoloen erdibideko eta amaierako helburuak formulatu ditu, erabiltzaileen maila funtzionala, motibaziozkoa eta egoera fisikoa eta biologikoa aintzat hartuta.
- c) Hidrozinesiako jarduera, ariketa eta teknika espezifikoak hautatu ditu, horiek zer eragin duten eta noiz aplikatuko diren kontuan hartuta.
- d) Kargak eta ariketak denboran nola banatuko diren zehaztu du, aurreikusitako bilakaeraren arabera.
- e) Hidrozinesia-jardueretan behar diren bitartekoak eta baliabideak eta desgaitasuna duten pertsonen horietan parte hartu ahal izateko beharrezkoak diren moldaketak zehaztu ditu.
- f) Hidrozinesia-jardueretan erabili behar diren finkatzeko, zuzentzeko eta mugikortasun pasi-boko manipulazio-teknikak ezarri ditu.

g) Hidrozinesia-jardueretan parte hartzen duten pertsonen arteko harremanak optimizatzeko eta haien integrazioa sustatzeko jarraibideak ezarri ditu.

h) Hidrozinesia-protokoloak dokumentatzeko, idazteko eta aurkezteko teknikak erabili ditu.

4.– Hidrozinesia-saioak zuzentzen ditu, erreferentziazko protokoloan aipatzen diren egiturak eta metodologiak oinarri dituzten teknika espezifikoak aplikatuz.

Ebaluazio-irizpideak:

a) Beharrezko den informazioa eman du saioaren egiturari eta helburuari buruz, prebentzioko alderdi orokorreari buruz eta ariketak egiteko jarraibideei buruz.

b) Ariketen gauzatzea, helburuak eta materialen erabilera esplikatu ditu, zer sentipen haute-man behar diren, zer muga gainditu behar ez diren, berrosatzeko zer irizpide aplikatu behar diren eta horretan zer-nolako hutsegite egin daitezkeen nabarmenduz.

c) Aparatuak eta materialak nola erabiltzen diren eta ariketak nola egiten diren erakutsi du, baita eskuzko laguntzak nola aplikatzen diren ere, horrelakoak beharrezkoak diren kasuetan.

d) Hidrozinesia-jardueren parametroak egokitu ditu, ariketak egiteko maila partaideen profilak eskatzen duen segurtasun-mugara egokituta.

e) Jarduerak gauzatzean izaten diren akatsak zuzentzeko teknika espezifikoak erabili ditu.

f) Nekearen, ginkargen eta minaren zantzuak eta sintomak hauteman ditu jarduerak egiterakoan.

g) Partaideek (pertsonea sedentarioak eta kirolariak: gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...) materiala erabiltzeko emandako gomendioak betetzen dituztela gainbegiratu du.

h) Partaideek parte har dezaten eta lotsarik gabe jardun dezaten bultzatzeko metodologia erabili du.

5.– Hidrozinesia-protokoloen prozesua eta horren garapenean lortutako emaitzak ebaluatzen ditu, zerbitzuaren kalitatea, helburuak zenbateraino bete diren eta partaideen gogobetetzea egiaztatuta.

Ebaluazio-irizpideak:

a) Hidrozinesia-jardueren saioa zer-nola joan den ebaluatzeko parametroak zehaztu ditu, programazioan aurreikusitako helburuak aintzat hartuta.

b) Hidrozinesia-jardueren bilakaera, eboluzioa, emaitzak, gogobetetze-maila eta motibazioa ebaluatzeko tresnak hautatu ditu.

c) Prozesua eta emaitza ebaluatzeko tresnak, teknikak eta denbora-sekuentzia zehaztu ditu, hidrozinesia-protokolo bakoitzaren ezaugarriak eta eboluzio-aurreikuspenak kontuan izanda.

d) Lortutako datuak erregistratu eta interpretatu ditu oinarrizko estatistika-teknikak erabiliz.

e) Gorputz-jarreraren kontrolaren, ongizatearen eta mantentze funtzionalaren alorreko jardueren programak hobetzeko proposamenak egitea, eskura dauzkan datuak interpretatuz.

f) Ebaluazio-prozeduraren memoriak egin ditu, ezarritako eredu bati jarraituz eta euskarri informatikoak baliatuz.

g) Uretako eremuaren funtzionamenduaren kalitatea ebaluatzeko prozedura ezarri du.

B) Edukiak:

1.– Hidrozinesia-mugimenduak aztertzen ditu.

– Uretako ingurunean hidrozinesia-jarduerak egin ahal izateko autonomia-maila zehazteko irizpideak aukeratzea.

– Ariketen fitxekin osatutako katalogo bat erabiltzea hidrozinesia-saioetan izan daitezkeen helburuei begira.

– Hidrozinesiarekin zerikusia duten mugimenduak eta ariketak adierazteko erabiltzen diren sinboloak eta eskema grafikoak interpretatzea.

– Hidrozinesiaren oinarriak. Aplikazio-eremua eta kontraindikazioak. Hidrozinesiako mugimendu bereizgarrien puntu kritikoak eta luzera- eta intentsitate-tarteak.

– Hidrozinesia-jarduerak kolektibo hauentzat dira aproposak: emakume haurdunak, 50 urtetik gorako pertsonak, pertsona lodiak, estresa dutenak, bizkarrezurra mindua eta errehabilitazioa eginga dutenak, uretan ibiltzeko autonomia duten baina desgaitasunen bat duten pertsonak, besteak beste. Ohiko ezaugarriak eta disfuntzioak. Garapen, eboluzio eta inboluzio motorra eta organikoa.

– Hidrozinesia-programak: aplikazio terapeutikoekin duten loturak. Erantzukizunen hierarkia. Hidrozinesia-jarduerak egiteko ingurunean moldatzeko baldintzak. Gaitasun baldintzatzaileak eta koordinaziokoak hidrozinesian. Erantzun sistemikoa hidrozinesia-programetan.

– Hidrozinesia-jardueren eragina gaitasun fisikoetan eta pertzeptibo-motorretan. Uretako ingurunearen propietateen erabilera espezifikoa hidrozinesia-programetan:

- Uraren tenperatura, ongizate-sentsazioen eta erlaxazio-mailaren iturri.
- Presio hidrostatikoa, biskositatea eta estimulu hidrozinetikoa, egokiak diren aldetik odol-itzulera hobetzeko, giltzaduren karga arintzeko eta mugimenduak estimulatzeko, errazteko eta haiei erresistentzia eragiteko.
- Beste zenbait ondorio.

– Hidrozinesiako mugimendu bereizgarrien teknika. Alderdi nagusiak: muskuluen lokalizazioa, faseak, zabaltasuna, norabidea, erritmoa eta intentsitatea.

– Mugimendu aktiboak eta pasiboak. Keinu teknikoetan egin ohi diren akats eta oker ohikoenak.

– Hidrozinesiako berezko jarduerak eta ariketek eragindako nekea. Neke orokorraren eta leku jakin bateko nekearen sintomak eta zantzuak. Errepikapenen ondoriozko muskulu-gainkarga: neurriak eta deskarga-ariketak.

– Segurtasun-baldintzak. Hidrozinesia-jarduerekin lotutako alderdien segurtasun-ezaugarri eta -kondizioak.

– Psikologiako eta soziologiako oinarriak hidrozinesian. Arreta berezien beharra. Motibazioa, interakzioa eta jarreraren bilakaera hidrozinesia-jardueretan. Ura eta buruko osasuna.

– Gorputzaren zaintza uraren bidez: termalismoa, uretako ingurunea eta gizakiok mugitzeko dugun beharra.

– Teknika eta ekintza osagarriak hidrozinesia-protokoloetan:

- Bainu motak: tenperaturaren arabera (hotzak, beroak, hotzetik berorakoak, biotermikoak), erabilitako teknikaren arabera (sinpleak, partzialak, lurruneak, zurrumbilodunak, galbanikoak edo Stanger deritzenak, hidromasaje termala).
- Dutxa motak: mukitsua, euritsua, filiformea, eskoziarra biotermikoa eta nebulizatua.
- Txorrota motak: presiorik gabeak, presiodunak eta urpekoak.
- Bilgarri motak: hotzak, hezeak eta beroak, enplastuak eta konpresak.
- Garbiketak, talasoterapia, SPA teknikak, prestatzeko eta errekueratzeko masaje-teknikak, sauna eta jacuzzia.
- Beste teknika osagarri batzuk.

– Hidrozinesiaren esparruko modalitate berriak ezagutzeko interesa izatea.

– Hidrozinesia-jardueren eskaintzaren eta haren ezaugarrien ikerketan ekimena izatea.

– Hidrozinesia-jardueren gorputz-jarrerei loturiko alderdien osagai prebentiboa baloratzea.

2.– Hidrozinesiako instalakuntzak eta baliabideak gainbegiratzeko eta prestatzeko dituzte.

– Uretako ingurunea eta beharrezko ekipamenduak zer egoeratan dauden egiaztatzea.

– Instalazioetan eta praktika-eremuan sartzeko irisgarritasun-baldintzak eta laguntza teknikoaren beharra gainbegiratzeko.

– Uretako eremuen eta jardueretako ekipamenduen ezaugarriak eta baldintzak diseinatzea.

– Hidrozinesiarako dauden baliabide materialak manipulatzeko, tratatzeko, biltegitzeko eta horien inbentarioa egiteko prozedurak aplikatzea.

– Hidrozinesia-jardueretan erabiltzen diren elementu espezifikoen, materialetan eta ekipoen anomaliak hautemateko eta zuzentzeko prozedurak aplikatzea.

– Segurtasuneko eta arriskuaren prebentzioko protokoloen berezko bitartekoak eta baliabideak zer egoeratan dauden egiaztatzea bere ardurapeko esparruan.

– Hidrozinesia-jardueretarako uretako ingurunea. Irisgarritasuna eta funtzionaltasuna. Moldaketak ohiko uretako eremuetan. Giroko tenperatura eta uraren tenperatura, zoru mota eta ontzi mota, besteak beste.

– Segurtasun-baldintzak. Instalazioetan eta ekipamenduetan sortutako gorabeherak erregistratzeko fitxak.

– Baliabide eta material espezifikoen eta laguntza osagarria ematen dutenak:

- Flotagarritasuna handitzen duten osagarriak: kortxozko burbuilak, mahukak, buiak, igeriketako taulak, lepoko flotagailuak, txurroak, barra-buiak eta eskuetako flotagailuak, besteak beste.
- Flotagarritasuna dutelako erresistentzia sortzen duten osagarriak: hegatsak, igeriketako eskularruak, eskuko paletak, oinetako taulak, kanpaiak, pisuak eta beste batzuk.
- Flotatzeko osagarrien eta aparatuen egonkortzearen konbinazioa.

- Beste laguntza tekniko eta osagarriak.

- Hidrozinesia-jardueretan erabilitako baliabide materialak kontserbatzeko, gainbegiratzeko eta mantentzeko prozedurak.
- Teknikari profesionalaren erantzukizunak: bere eskumeneko segurtasun-alderdiak, instalazioen, ekipamenduen eta materialaren egoerarekin lotuta.
- Biltegiratzeko baldintzak. Ohiko aparatu eta materialetan sarrien izaten diren anomaliak. Horiek hautemateko eta zuzentzeko prozesua.
- Uretako instalazioetako segurtasuna eta arriskuen prebentzioa. Uretako instalazioetako segurtasuneko eta arriskuen prebentzioko oinarrizko legedia.
- Euskadiko Uretako Instalakuntzen Erregelamendua. Autonomia-erkidegoaren eta udalen eskumenak. Uretako instalazioa irekitzea. Dokumentazioa eta izapideak.
- Jarduerak segurtasunez eta eroso egiteko ekipo pertsonal eta material egokia erabiltzeko konpromisoa hartzea.
- Instalazioak, ekipamenduak eta materialak egoki erabiltzea zer garrantzitsua den baloratzea.
- Jarrera proaktiboa izatea jardueretan erabiltzen den materiala kokatzeko eta jasotzeko orduan.

3.– Hidrozinesia-protokoloak egiten ditu.

- Uretako jarduerak, helburuake ta protokoloak aukeratzea: ariketa espezifikoak.
- Hidrozinesiako ariketa eta teknika espezifikoak eta osagarriak aukeratzea eta dibertsifikatzea.
- Parte-hartzaileen balorazio funtzionala egitea (pertsona sedentarioak edo kirolariak: gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...).
- Protokoloak eta ariketa espezifikoak partaide guztien mailara egokitzea (pertsona sedentarioak edo kirolariak: gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...).
- Hidrozinesia-jardueretan parte-hartzea areagotzeko eta pertsonen arteko harremanak sendotzeko aukera ematen duten bitartekoak, laguntza teknikoak eta moldaketak bilatzea.
- Hidrozinesia-jardueretan finkatzeko, zuzentzeko eta mugikortasun pasiboko manipulazio-teknikak aukeratzea.
- Protokoloaren jarraipena eta ebaluazioa zehaztea.
- Hidrozinesia-protokoloekin lotutako dokumentazioa biltzea, idaztea, erregistratzea eta aurkeztea.
- Hidrozinesia-protokoloak: protokolo orokorrak (prebentziorako preskripzioak), profilezko protokoloak (mailak, mugimenduak eta teknika espezifikoak) eta beharrezko protokoloak, besteak beste.
- Hidrozinesia-saioen helburuak. Uretako jarduerak eta teknika osagarriak.
- Uretako jardueren eta hidrozinesiako ariketa eta teknika espezifikoen sailkapena, haien eraginaren arabera (erresistentzia kardiobaskularra, indarra, malgutasuna eta koordinazioa,

propiozepzioa eta beste batzuk) eta aplikatzeko unearen arabera (beroketa, zati nagusia edo berriro lasaitzea).

– Uretako ingurunean eginiko ariketak, honako hauek hobetzeko: propiozepzioa, muskulu-tonifikazioa, malgutasuna, koordinazioa eta erresistentzia kardiobaskularra.

– Uretako zentroetan merkaturatzen diren produktu itxiak eta programak.

– Ariketak eta haien banaketa. Esfortzuaren iraupena eta intentsitatea hidrozinesia-lanean. Errekuperazioa eta kontzentratzeko gaitasuna.

– Parte-hartzaileen profilak: emakume haurdunak, 50 urtetik gorako pertsonak, pertsona lodiak, estresa dutenak, bizkarrezurra mindua eta errehabilitazioa egina dutenak, uretan ibiltzeko autonomia duten baina desgaitasunen bat duten pertsonak, besteak beste. Profil bakoitzarentzat protokolo egokienak.

– Parte-hartzaileak (pertsona sedentarioak eta kirolariak: gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...) funtzionalki baloratzeko teknikak. Proba espezifikoa eta txostenak interpretatzea.

– Hidrozinesia-jardueren garapena, aplikazioak, izan daitezkeen kontraindikazioak eta moldaketak.

– Protokoloaren jarraipena eta ebaluazioa egiteko jarraibideak. Dokumentu-erregistroa. Irakaskuntza-, eboluzio- eta hobekuntza-prozesua.

– Funtzionaltasun-defizita duten pertsonentzako laguntza teknikoak.

– Manipulazio-teknikak. Kalteak edo lesioak prebenitzeko segurtasun-posizioak, elementuak eta laguntza osagarriak.

– Jarduerak egitera motibatuzko estrategiak. Lorpenaren pertzepzioa indartzea.

– Komunikazio-estrategiak erabiltzea, eta, horretan, unean-unean eta ahal den neurrian, erabiltzailearen hizkuntza erabiltzea (euskara, ingelesa, gaztelania...). Keinu bidezko hizkuntza.

– Nomenklatura espezifikoa. Adierazpen grafikoko eta idatzizko teknika espezifikoa. Hidrozinesia-protokoloak dokumentatzeko, idatzeko, erregistratzeko eta aurkezteko teknikak.

– Etengabe hobetzeko eta sormena lantzeko jarrera izatea protokoloak eta saioak hobetzeko, ariketa berriak planteatuta.

Protokoloen idatzizko plangintza egitearen garrantzia baloratzea.

4.– Hidrozinesia-jarduerak zuzentzen eta dinamizatzen ditu.

– Saioaren egitura eta helburua zein izango den jakinaraztea eta prebentzioko alderdi orokorren, ariketak egitea errazteko jarraibideen eta horiek gauzatzeari eta emaitzei buruzko argibideak ematea.

– Ariketak nola egiten diren, baliabide materialak nola erabiltzen diren, zer ariketa egin litezkeen eta beharrezko eskuzko laguntzak nola baliatu daitezkeen azaltzea eta erakustea.

– Hidrozinesia-jarduerak partaideen profil bakoitzera egokitzeko tresnak eta baliabideak erabiltzea (pertsona sedentarioak edo kirolariak: gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...).

- Saioetan erabiltzen diren jarduerak dibertsifikatzea.
- Jarduerak gauzaten eginiko akatsak zuzentzeko teknika espezifikoak erabiltzea.
- Komunikazio-sistemak, -metodologiak eta -estiloak modu egokian erabiltzea hidrozinesia-jarduerak zuzentzeko eta dinamizatzeko.
- Gorputz-jarrera okerrak eta ariketak gauzatzean eginiko akatsak, eta nekearen, gainkargen eta minaren sintomak hautematea ariketak gauzatzekoan.
- Erabiltzaileek (pertsonek sedentarioak edo kirolariak: gazteak, adinekoak, emakume haurduak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...) materialak erabiltzeko gomendioak betetzen dituztela gainbegiratzea.
- Komunikazio-teknikak, hidrozinesia-jarduerak zuzentzeko eta dinamizatzeko. Hitzeko komunikazio-estrategiak erabiltzea, eta, horretan, unean-unean eta ahal den neurrian, erabiltzailearen hizkuntza erabiltzea (euskara, ingelesa, gaztelania...), eta keinuzko kodeak ere zaintzea. Informazio kopurua eta mota, jardura motaren arabera.
- Espazioak eta materialak: materiala eta haren egokitzapenak. Mantentze operatiborako jarraibideak.
- Jarduerak zuzentzeko teknikak eta aplikatu beharreko irizpideak: teknikariaren eta taldearen kokapena, erabiltzaileen parte-hartzearen kontrola; horretan, unean-unean eta ahal den neurrian, erabiltzailearen hizkuntza erabiltzea (euskara, ingelesa, gaztelania...); eta parte-hartzaileen eta profesionalen arteko interakzioa, intzidentzien aurreikuspena eta kontingentzien kontrola, besteak beste.
- Taldearen barnean partaideen mailaren arabera jarduerak dibertsifikatzeko eta egokitzeko jarraibideak. Motibatzeko estrategiak.
- Ohikoak diren gorputz-jarrera okerrak eta jarduerak gauzatzean egiten diren akatsak. Neke orokorraren eta leku jakin bateko nekearen zantzuak. Sentsazioak berrinterpretatzen laguntzen duten argibideak.
- Hidrozinesia gomendatzeko faktoreak egokitzea erreferentziazko protokoloan oinarrituta. Intentsitatea, bolumena, trinkotasuna, entrenamendu-karga eta errekupeazioa.
- Ariketak, aldaerak eta manipulazio-teknikak hidrozinesia-jardueretan. Laguntzak: eskuzkoak, mekanikoak, bisuala eta ikus-entzunezko hedabideak.
- Hidrozinesia-teknika espezifikoaren ezaugarriak.
 - Bad Ragaz metodoa. Partaideak finkatzea, ariketen parametroak zuzentzea eta kontrolatzea.
 - Taichi-a: uretara egokitutako taichi-teknikak aplikatzea.
 - Uretako PNF. Ariketa aktiboak, lagunduak eta erresistentziarekin eginikoak.
 - Uretako feldenkrais-a. Integrazio funtzionala uretan.
 - Halliwick metodoa. Parte-hartzaileari desegonkortasun- eta errotazio-mugimenduak aplikatzea.
 - Watsu mugimenduak. Mobilizazio pasiboak.
 - Merkaturatzen diren beste teknika eta programa batzuk.

- Partaideak (pertsonek sedentarioak edo kirolariak: gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...) eta beste pertsona funtsezko batzuk, egunez egun, erakartzeko eta haiengan ilusioa pizteko interesa, esfortzuaren, lanaren eta intentsitatearen bidez.
- Saioan, inplikatzeko, taldean elkarreaginean aritzeko eta banakako zein talderako feedback ugari emateko jarrera izatea.
- Jarrera positiboa eta konfiantzazkoa izatea ariketak erakustean.
- Zuzentzeko teknikak hobetzeko ekimen pertsonala agertzea.

5.– Hidrozinesia-jardueren ebaluazioa eta jarraipena egiten du.

- Hidrozinesia-jardueren saioa zer-nola joan den ebaluatzeko parametroak aukeratzea.
- Adierazle egokiak ebaluatzeko unean uneko tresnak aukeratzea.
- Ebaluatzeko adierazleak, tresnak eta sistemak prestatzea eta aplikatzea.
- Prozesuari eta emaitzei buruz eskuratutako datuak erregistratzea, baloratzea eta interpretatzea.
- Hidrozinesia-programak hobetzeko proposamenak lantzea.
- Garatutako ebaluazio-prozesuaren memoriak prestatzea.
- Uretako eremuaren funtzionamenduaren kalitatea ebaluatzeko prozedura aplikatzea.
- Ebaluatzeko prozedurak eta tresnen erabilerarako jarraibideak hidrozinesian. Erregistro-txantiloak. Aplikatzeko protokoloak. Kontrolen aldizkakotasuna.
- Saioaren programazioa ebaluatzeko parametroak eta adierazleak. Jarduerak egokiak izatea, besteak beste, helburuekiko, eremuen egokitasunarekiko eta aurreikusitako baliabideekiko.
- Gauzatzearen parametroak eta adierazleak. Irakasteko, motibatze eta indartzeko estrategien eraginkortasuna. Hutsegitean identifikazio-lana, eta teknikariaren aldetiko feedback osagarria. Erabilitako laguntzen eta euskarrien errentagarritasuna eta eginiko egokitzapenen koherentzia, besteak beste.
- Segurtasun-mailaren parametroak eta adierazleak.
- Prozesua eta emaitza: moldaketa funtzionalen eboluzioa eta hobekuntza eta zerbitzuaren kalitatea kontrolatzea.
- Datuak erregistratzea, estatistika aldetik tratatzea eta interpretatzea: programen ebaluazioan aplikatutako euskarri informatikoak.
- Ebaluazio-txostenak. Memoriak egiteko eta hobekuntza-proposamenak lantzeko jarraibideak.
- Atazan eta xehetasunetan kontzentratzea.
- Zorroztasuna ebaluazio-tresnen aplikazioan.

8. lanbide-modulua: gorputz-jarreraren kontrola, ongizatea eta mantentze funtzionala.

Kodea: 1153.

Kurtsoa: 1.º.

Iraupena: 198 ordu.

ECTS kredituetako baliokidetasuna: 12.

A) Ikaskuntzaren emaitzak eta ebaluazio-irizpideak.

1.– Gorputz-jarreraren kontrola, ongizatea eta mantentze funtzionala lantzeko jarduerak programatzen ditu, kontuan izanda, batetik, erabiltzaileen profila (pertsonek sedentarioak edo kirolariak: gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...) eta, bestetik, eskura dauden baliabideak.

Ebaluazio-irizpideak:

- a) Gorputz-jarreraren kontrolaren, ongizatearen eta mantentze funtzionalaren alorreko ariketetan erabilitako teknikak aztertu ditu, bai eta horiek modu jarraituan praktikatzeak erabiltzaileengan duen eragina ere.
- b) Gorputz-jarreraren kontrola, ongizatea eta mantentze funtzionala lantzeko jardueren programak zer helburu zango duten planteatu du, partaideen ezaugarri funtzionalak, motibaziozkoak eta egoera fisikoa eta biologikoa oinarritzat hartuta.
- c) Konpetentzia pertzeptibo-motorra eta kontzentratzeko eta erlaxatzeko gaitasuna baloratzeko prozedurak diseinatu ditu, eta gorputz-jarrera kontrolatzeko tekniken ikasketarekin eta exekuzioarekin lotu ditu.
- d) Programetan parte hartzekoak diren taldeak osatzeko irizpideak zehaztu ditu, parte-hartzaileen eta langileen arteko proportzioa eta erabiltzaileen ezaugarriak errespetatuz.
- e) Espazioarekin, oinarritzako ekipamenduarekin, material lagungarriarekin eta gorputz-jarreraren kontrolaren, ongizatearen eta mantentze funtzionalaren alorreko jardueren garapenarekin lotuta zer-nolako beharrak dauden identifikatu du, erabiltzaile bakoitzaren profila eta maila funtzionala aintzat hartuz.
- f) Gorputz-jarreraren kontrola, ongizatea eta mantentze funtzionala lantzeko jarduerak egiteko behar diren giza baliabideak zehaztu ditu.
- g) Praktika-eremuen moldaketak proposatu ditu autonomia pertsonalean mugak dituzten partaideei begira.

2.– Gorputz-jarreraren kontrola, ongizatea eta mantentze funtzionala lantzeko jardueren garapenerako eremua eta baliabide materialak gainbegiratzen eta prestatzen ditu, erabilera-parametroak baloratuta.

Ebaluazio-irizpideak:

- a) Gorputz-jarreraren kontrola, ongizatea eta mantentze funtzionala lantzeko jardueren garapenerako gelaren eta ekipamenduen ezaugarriak eta baldintzak ezarri ditu.
- b) Bere ardurapeko esparruaren segurtasuneko eta arriskuen prebentzioko protokoloen berezko bitartekoak eta baliabideak zer egoeratan dauden egiaztatu du.
- c) Gorputz-jarreraren kontrola, ongizatea eta mantentze funtzionala lantzeko jardueretan erabiltzen diren elementu espezifikoetan, materialetan eta ekipoetan anomaliak hautemateko eta zuzentzeko prozedurak ezarri ditu.

d) Ohiko material eta ekipoa zenbait moldaketa egin ditu, desgaitasuna duten pertsonak gorputz-jarreraren kontrola, ongizatea eta mantentze funtzionala lantzeko jarduerak egin ahal izan ditzaten.

e) Instalakuntzara eta ariketak egiteko gunera sartzeko kondizioak bermatu ditu, hesi arkitektonikoak izan litezkeenak identifikatuz eta laguntza teknikoak eskainiz.

3.– Gorputz-jarreraren kontrola, ongizatea eta mantentze funtzionala lantzeko saioak diseinatzeko, erreferentziazko programazioarekin bat etorri.

Ebaluazio-irizpideak:

a) Programazio orokorrarekin bat etorri, helburuak, materialak, egokitzapenak, komunikazio-bideak eta saiorako metodologia definitu ditu.

b) Gorputz-jarreraren kontrola, ongizatea eta mantentze funtzionala lantzeko jarduerak funtzionaltasunaren hobekuntzan duten eragina eta erabiltzaileen profilen arabera ezaugarriak (pertsona sedentarioak edo kirolariak: gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...) eta funtzionaltasun-defizitak lotu ditu.

c) Irizpide fisiologikoak, konpentsaziokoak eta motibaziozkoak aplikatu ditu gorputz-jarreraren kontrola, ongizatea eta mantentze funtzionala lantzeko ariketen sekuentzian, kontzentrazio- eta segurtasun-baldintzak bermatuko dituzten errehabilitazio-jarraibideak errespetatuta.

d) Gorputz-jarreraren kontrola antzeko jardueren moldaketak eta gauzatze-progresioak ezarri ditu, eredu biomekanikoa eta jardun pertsonalizatua aintzat hartuta, modu horretara autonomia pertsonalean mugak dituzten pertsonak parte hartu ahal izan dezaten.

e) Ariketan zehar langile teknikoak non egongo diren zehaztu du, erabiltzaileak (pertsona sedentarioak eta kirolariak: gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...) etengabeko feedback-a izan dezaten.

f) Gorputz-jarreraren kontrola, ongizatea eta mantentze funtzionala lantzeko ariketetan behar izanez gero erabili behar diren finkatzeko, zuzentzeko eta mugikortasun pasiboko manipulazio-teknikak ezarri ditu.

g) Gorputz-jarreraren kontrolaren, ongizatearen eta mantentze funtzionalaren alorreko jardueretarako zer gune, bitarteko eta laguntza tekniko behar litezkeen zehaztu du, desgaitasunen bat duten pertsonak ere parte hartzeko aukera izan dezaten.

4.– Gorputz-jarreraren kontrola, ongizatea eta mantentze funtzionala lantzeko saioak zuzentzen ditu, horiek garatzeko metodologia espezifikoak aplikatuta.

Ebaluazio-irizpideak:

a) Beharrezkoa den informazioa eman du helburuei, proposatutako teknikan egin daitezkeen moldaketei, saioaren dinamikari, behar diren jantziei eta segurtasunarekin loturiko gaiei buruz.

b) Makinak eta materialak nola erabiltzen diren eta ariketak nola egiten diren azaldu du, alderdi garrantzitsuenak eta horien praktikak sortzen dituen onurak azpimarratuta.

c) Jardueren parametroak egokitu ditu, ariketen gauzatze-maila partaideen ezaugarrietara doituta.

d) Jarduerak gauzatzean eginiko akatsak zuzentzeko teknika espezifikoak erabili ditu, horien eragile izan daitezkeen arrazoietan une egokian esku hartuz, jarduera motaren arabera.

e) Zenbait jarraibide eman ditu parte-hartzaileek (pertsonek sedentarioak edo kirolariak: gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...) ariketetan erabiltzen dituzten material osagarrien moldaketak egin ditzaten eta, modu horretara, intentsitatea beren ezaugarrietara eta gauzatze zuzenera doitu ahal izan dezaten.

f) Parte-hartzea eta lotsarik gabe jardutea bultzatzen duen metodologia erabili du.

g) Gainbegiratu du partaideek (pertsonek sedentarioak eta kirolariak: gazteak, nagusiak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...) makinak, aparatuak eta materialak erabiltzeko gomendioak betetzen dituztela.

5.– Gorputz-jarreraren kontrola, ongizatea eta mantentze funtzionala lantzeko jarduerak ebatzen ditu, honako hauek egiaztatuta: zerbitzuaren kalitatea, helburuak zenbateraino bete diren eta partaideen gogobetetze-maila (pertsonek sedentarioak edo kirolariak: gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...).

Ebaluazio-irizpideak:

a) Gorputz-jarreraren kontrola, ongizatea eta mantentze funtzionala lantzeko jardueren ebaluazio-irizpideak zehaztu ditu, erreferentziazko programazioan adierazitako helburuak aintzat hartuta.

b) Erabiltzailearen asebetetze- eta motibazio-maila eta zerbitzuaren kalitatea ebaluatzeko baliabideak hautatu ditu.

c) Gorputz-jarreraren kontrola, ongizatea eta mantentze funtzionala lantzeko jardueren ebaluazio-prozedurak deskribatu eta aplikatu ditu, prozesua bera eta emaitzak aintzat hartuta.

d) Saioaren garapena ebaluatzeko kontuan hartu behar diren parametroak zehaztu ditu.

e) Lortutako datuak erregistratzea eta interpretatzea oinarritzko estatistika-teknikak erabiliz.

f) Gorputz-jarreraren kontrolaren, ongizatearen eta mantentze funtzionalaren alorreko jardueren programak hobetzeko proposamenak egitea, eskura dauzkan datuak interpretatuz.

g) Erabilitako ebaluazio-prozedurei buruzko txostenak egin ditu, eredu jakin bati jarraituz eta euskarri informatikoak erabiliz.

B) Edukiak:

1.– Gorputz-jarreraren kontrola, ongizatea eta mantentze funtzionala lantzeko jarduerak programatzea.

– Gorputz-jarrera eta funtzionaltasun-defizitekiko erlazioa ebaluatzea.

– Gorputz-jarreraren eta funtzionaltasunaren oinarriak bateratzea eta hainbat teknikatan aplikatzea.

– Euskal Autonomia Erkidegoan bertan edo bertatik gertu eskaintzen diren gorputz-jarreraren, ongizatearen eta mantentze funtzionalaren alorreko jarduerak programatzea, eta kanpotik zer joera berri datozen jakitea.

- Hainbat esparrutan eta testuinguru espezifikotan gorputz-jarreraren kontrola, ongizatea eta mantentze funtzionala lantzeko jardueren programak prestatzea.
- Jarduera-programen helburuak aukeratzea.
- Erabiltzaileek (pertsonek sedentarioak eta kirolariak: gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...) zenbaterainoko pertzepzio-gaitasuna, gaitasun motorra, kontzentrazio-gaitasuna eta erlaxazio-gaitasuna duten aztertzeko prozedurak hautatzea.
- Jarduera-programetan parte hartuko dutenen taldeak (pertsonek sedentarioak edo kirolariak: gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...) osatzeko irizpideak aplikatzea.
- Jarduera-programa gauzatzeko behar diren eremu, oinarrizko ekipamendu, material osagarri eta laguntzak planifikatzea.
- Praktika-eremuen moldaketak planifikatzea, autonomia pertsonalean mugak dituzten pertsonen parte hartu ahal izan dezaten.
- Jarduera-programa garatzeko beharrezkoak diren giza baliabideak hautatzea.
- Gorputz-jarreraren kontrola, ongizatea eta mantentze funtzionala lantzeko jardueren aplikazio-printzipioak eta hobetzeko esparruak. Gorputz-kontzientzia, indartze muskularra eta malgutasun handiagoa lortzea.
- Gorputz-jarreraren printzipioak eta horien lotura ongizatearekin eta mantentze funtzionalarekin. Gorputz-jarrera hobetzearekin lotuta aintzat hartu beharreko faktoreak.
- Gorputz-jarreraren kontrola, ongizatea eta mantentze funtzionala lantzeko jardueretan aplikatutako teknika eta biomekanika: giltzaduren mekanika eta mekanika estatikoa, zinetikoa eta zinetikoa, arnasketa-mekanika, muskulu-kateak, konpentsazio eta desblokeo biomekanikoak.
- Gorputz-jarreraren kontrola, ongizatea eta mantentze funtzionala lantzeko jardueren egitura anatomikoetan eta norberaren buruaren pertzepzioan eta autoestiman duten eragina. Gorputz-jarrera eta anatomia emozionala.
- Parte-hartzaileen profila (pertsonek sedentarioak eta kirolariak: gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...) gorputz-jarreraren, ongizatearen eta mantentze funtzionalaren alorreko jarduera-programetan.
- Gorputz-jarreraren ohiko disfuntzioak. Pelbisaren eta eskapulen ezegonkortzea. Bizkarrezurraren alterazioak eta desoreka muskularrak.
- Gorputz-jarrera lantzeko jarduera-programak aplikatzeko irizpideak. Gorputz-jarreraren disfuntzioen eta funtzionaltasun-defiziten arteko antzekotasunak. Taldeak osatzeko irizpideak. Jarduerak profilaren arabera egokitze irizpideak (pertsonek sedentarioak edo kirolariak: gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...). Jarduerak eta baliabideak egokitze faktoreak, desgaitasuna duten pertsonen gorputz-jarreraren kontrola, ongizatea eta mantentze funtzionala lantzeko saioetan parte hartu ahal izan dezaten.
- Gorputz-jarrerarekin loturiko maila propiozeptiboak baloratzeko probak, gorputz-jarreraren funtzioak eta egonkortze-funtzioak kontrolatzeko probak. Somatognosia, mekanognosia eta ikonognosia.

– Gorputz-jarrera kontrolatzeko eta mantentze funtzionaleko metodo eta diziplinen jatorria eta bilakaera, ingurunearen beharrezan, enpresa-eskakizunaren eta beste irizpide batzuen araberako aukeratuak. Adibideak eta aplikazioak.

- Gimnasia zuzentzailea. Programak indibidualizatzea. Gorputz-jarrera berriro hezteko eta jarreraren konpentsazioak.
- Taichia. Helburuak eta printzipioak. Bizi-energia, gorputzaren erlaxazioa, armonia eta koordinazioa: tentsio-arazoaren konponbidea.
- Pilates metodoa. Printzipioak: kontzentrazioa, kontrola, mugimendu-arintasuna, zorrotasuna, arnasketa, zentralizazioa, lerrokatzea. Modalitateak.
- Yoga. Helburuak eta printzipioak: erlaxazioa, arnasketa, gorputz-jarrerak, kontzentrazioa eta barnea askatzea.
- Alexander metodoa. Organismoaren, gorputz-jarreraren eta mugimenduaren ikuspegi integrala. Koordinazioa, mugimendu-arintasuna, oreka eta arnasketa, tentsio organiko eta emozionalaren kontrola, norberaren gaitasunak erabiltzea, mugimenduaren kontzientzia eta mugitzeari uztea, eta beharrezkoak ez diren tentsioak. Onurak.
- Eutonia. Pertzepzioaren integrazioa. Gorputz-jarreraren eta mugimenduaren alderdi adierazkorra.
- Feldenkrais metodoa. Berreziketa somatikoa, norberaren gorputza ekinean ezagutzeko, eta esfortzuaren eraginkortasuna.
- Ezartzen, indar hartzen eta merkaturatzen ari diren beste metodo batzuk.

– Material eta tresna espezifikoak. Erabiltzaileen profilararen araberrako egokitzapenak (pertsonek sedentarioak edo kirolariak: gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...).

– Gorputz-jarreraren eta mantentze funtzionalaren esparruko modalitate berriak ezagutzeko interesa izatea.

– Gorputz-jarreraren eta mantentze funtzionalaren esparruko alderdien osagai prebentiboa aintzat hartzea.

– Parte-hartzaileek (pertsonek sedentarioak edo kirolariak: gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...) zer motibazio dituzten jakiteko interesa izatea.

2.– Gorputza-jarreraren kontrola, ongizatea eta mantentze funtzionala lantzeko gelak eta baliabideak gainbegiratzen eta prestatzen ditu.

– Gorputz-jarreraren kontrola, ongizatea eta mantentze funtzionala lantzeko jardueraren programak garatzeko gela eta ekipamenduak prestatzea.

– Gorputz-jarreraren kontrola, ongizatea eta mantentze funtzionala lantzeko jardueraren programak garatzeko eremuak eta instalazioak gainbegiratzea.

– Jardueraren programetan erabilitako elementu espezifikoak, material eta ekipamenduan anomaliak hautemateko eta zuzentzeko prozedurak ezartzea.

– Ohiko material eta ekipamenduan moldaketak egitea, desgaitasuna duten pertsonen jardueraren programak egin ahal izan dituzten.

- Instalazioan eta praktika-eremuan sartzeko irisgarritasun-baldintzak zaintzea.
 - Bere ardurapekoak diren alorreko arriskuei aurre egiteko segurtasun- eta prebentzio-protokolei dagozkien bitarteko eta baliabideen egoera aztertzea.
 - Gorputz-jarreraren kontrola eta mantentze funtzionala lantzeko jarduera-programak egiteko eremuen ezaugarriak eta baldintzak (inguruneko beharrianen, enpresa-eskariaren edo beste irizpide batzuen arabera aukeratuko dira programa horiek). Adibidez, gimnasia zuzentzailean, taichi-an, Pilates metodoan, yogan, Alexander metodoan, eutonian, Feldenkrais metodoan, eta merkaturatuz doazen programa eta metodoetan.
 - Jarduera-programak garatzeko instalazioen arrisku bereizgarriak. Ohiko eremuak, alternatiboak eta egokituak.
 - Eremu, material eta aparatuen moldaketak, desgaitasuna duten pertsonak jarduera-programak egin ahal izan ditzaten. Sarbideak eta lekualdatzeak, oztopo arkitektonikoak, kartelak eta informazio-euskarriak.
 - Segurtasun-protokoloen berezko baliabideak zer egoeratan dauden ikuskatzeko prozedurak. Instalakuntzetako arriskuei aurre egiteko segurtasun- eta prebentzio-neurriei buruzko araudia, instalakuntzetako lan-arriskuak prebenitzeko neurri orokorrak, eta araudi aplikagarria.
 - Aparatu eta materialen egoera kontrolatzeko sistemak. Aparatuen eta materialen erabileran segurtasunerako alderdi esanguratsuak, gorputz-jarreraren kontrola eta mantentze funtzionala lantzeko jardueretan (inguruneko beharrianen, enpresa-eskariaren edo beste irizpide batzuen arabera aukeratuko dira jarduera horiek). Adibidez, gimnasia zuzentzailean, taichi-an, Pilates metodoan, yogan, Alexander metodoan, eutonian, Feldenkrais metodoan, eta merkaturatuz doazen programa eta metodoetan.
 - Ohiko materiala eta egokitutako beste material batzuk. Mantentze prebentiboa, operatiboa eta zuzentzailea.
 - Gorputz-jarreraren, ongizatearen eta mantentze funtzionalaren alorreko jardueren garapen-eremuak.
 - Jarduerak segurtasunez eta eroso egiteko ekipo pertsonal eta material egokia erabiltzeko konpromisoa hartzea.
 - Instalazioak, ekipamenduak eta materialak egoki erabiltzea zer garrantzitsua den baloratzea.
 - Jarrera proaktiboa izatea jardueretan erabiltzen den materiala kokatzeko eta jasotzeko orduan.
- 3.– Gorputz-jarreraren, ongizatearen eta mantentze funtzionalaren alorreko saioak diseinatzen ditu.
- Jarduera-programa batekin lotutako saioen metodologiaren helburuak, materialak, egokitza-penak eta komunikazio-bideak hautatzea, eta, horretan, unean-unean eta ahal den neurrian, erabiltzailearen hizkuntza erabiltzea (euskara, ingelesa, gaztelania...).
 - Saioaren sekuentziak, garapenak eta zatiak modu justifikatuan diseinatzea.
 - Ariketan zehar langile teknikoak non egongo diren zehaztea, erabiltzaileak (pertsona sedentarioak eta kirolariak: gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...) etengabeko feedback-a izan dezan.

- Saioan erabili behar diren finkatzeko, zuzentzeko eta mugikortasun pasiboko manipulazio-teknikak aurreikustea.
- Saioan behar diren eremua, baliabideak eta laguntza teknikoak zehaztea.
- Desgaitasuna duten pertsonen saioetan parte hartu ahal izateko moldaketak aurreikustea.
- Saioan gorputz-jarreraren kontrola lantzeko erabilitako jarduerak gauzatzean beharrezkoak diren moldaketak eta progresioak ezartzea.
- Gorputz-jarreraren kontrola, ongizatea eta mantentze funtzionala lantzeko jardueren saioak diseinatzeko irizpideak. Irizpide fisiologikoak, konpentsazioak eta motibazioak saioen jardueren sekuentzian.
- Saioaren egitura: aktibazioa, zati nagusia eta lasaitasunera itzultzea.
- Gorputz-jarrera kontrolatzeko saioan lortu nahi diren onurak eta hobekuntzak, erabiltzaileen profilararen arabera (pertsona sedentarioak edo kirolariak: gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...).
- Esfortzua eta errekupeazioa lan neuromuskularrean eta kontzentrazio-gaitasunean.
- Gorputzaren eta gorputz-jarreraren kontzientzia, malgutasuna eta tonifikazioa lantzeko jarduerak saioan zehar banatzeko irizpideak.
- Garapen organiko harmoniatsua eta deskompentsazioak orekatzeko jarduerak.
- Eguneroko bizimoduan gorputz-jarreraren eskema berriak integratzea xede duten jarduerak.
- Gorputz-jarrera zuzentzearekin lotutako metodoak eta diziplinak.
- Oinarri fisiologikoak, mekanikoak eta psikologikoak. Metodo bakoitzarekin lotutako metodologia eta estrategia didaktiko espezifikoak. Banakako jardueretarako eta taldeko jardueretarako proposamen metodologikoak, ingurune beharrezkoak, enpresa-erakundearen edo beste irizpide batzuen arabera aukeratutako jardueren programetan. Adibidez:
 - Gimnasia zuzentzailea. Disfuntzio espezifikoetarako manipulazio-tekniken eta progresioen jardueren sortak. Gorputz-jarreraren disfuntzioaren eboluzioa kontrolatzeko sistemak.
 - Taichia. Errutinak, gauzatze-erritmoa, arnasketa. Sekuentzia aplikatzearen eraginak.
 - Pilates metodoa. Errutinak. Mailak. Ariketen eraginak. Ariketa bakoitzean errefortzu propioetarako estrategiak, argibideak eta terminologia espezifikoak.
 - Alexander metodoa. Gorputzaren berezko oreka eta askatasuna lortzeko gida, erraztasun handiagoz mugitzen ikasteko. Metodoa aplikatzearen eraginak.
 - Eutonia. Sentimena eta pertzepzioa, norberaren gorputzaren sentipen-erperientzia, norberaren gorputzaren kontzientzia-maila eta zinetesia. Norberari buruzko irudia. Efectuak.
 - Feldenkrais metodoa. «Mugimenduaren bidez kontzientzia hartzea» eta «Integratze funtzionala».
 - Merkaturatutako beste metodo eta programa batzuk.
- Ariketetan inplikaturako aldagaiak: lerrokatzea, egonkortzea, mugikortasun-graue-erritmoak, konpentsazioa, arnasketa-faseak, materiadunak eta -planoak, ekintza muskular motak eta

horien kontrola, gauzatalak eta aparatuak laguntzarako erabiltzea, sinplifikatzea edo erronka. Desgaitasunen bat duten pertsonentzako egokitzapenak.

– Gorputz-jarrera berrezteko prozesua:

- Disfuntzioaren pertzepzioa.
- Muskuluen eta giltzaduren balantzea hobetzeko lana.
- Dauden sinergiak banantzea.
- Orekaren pertzepzioari buruzko heziketa eta gorputz-eskema hobetzea.
- Gorputz-jarreraren eskema berria automatizatzea.
- Gorputz-jarreraren eskema eguneroko bizimoduko keinu estatiko eta dinamikoetan txertatzea.

– Jarduerak egitera motibatuzeko estrategiak. Lorpenaren pertzepzioa indartzea.

– Saioan erabiltzeko komunikazio-teknikak eta gorputz-hizkuntza.

– Segurtasuneko oinarritzko arauak gorputz-jarrera lantzeko saioetan.

– Partaideak banatzea (pertsona sedentarioak edo kirolariak: gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...). Posizioa eta distantzia ariketa bakoitzean. Materialekin eta ekipamenduekin sor daitezkeen gorabeherak.

– Saioaren idatzizko plangintza egitearen garrantzia baloratzea.

– Saioak aldizka eta prestasunez bidaltzea antolakundeko edo eskola-zentroko dagokion arduradunari.

– Saioko jarduerak sormenez diseinatzea.

4.– Gorputz-jarreraren, ongizatearen eta mantentze funtzionalaren alorreko saioak zuzentzen ditu.

– Komunikazio-sistema eta -estilo espezifikoak aplikatzea gorputz-jarreraren kontrola, ongizatea eta mantentze funtzionala lantzeko jarduera-programak zuzentzean eta dinamizatzean.

– Erabiltzaileei jakinaraztea saioaren helburuak zein izango diren, jarduerak nola gauzatuko diren, proposatutako tekniketara zer moldaketa izan daitezkeen, saioaren dinamika nolakoa izango den, zer jantzi beharko duten, zer emaitza izango den eta segurtasunari dagokionez zer eduki beharko duten kontuan.

– Saioak irauten duen denboran terminologia espezifikoa erabiltzea.

– Gorputz-jarreraren kontrola, ongizatea eta mantentze funtzionala lantzeko jardueretan baliatzen diren aparatu, makina eta materialak nola erabiltzen diren azaltzea eta erakustea.

– Ariketen teknikak eta gauzatze-maila erabiltzaileen ezaugarrietara egokitzea (pertsona sedentarioak edo kirolariak: gazteak, nagusiak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...). Eskuzko laguntzak eta laguntza mekanikoak eta segurtasun-posizioak erabiltzea.

- Banakako arreta eta taldekoa, jarduerak dibertsifikatuz eta taldearen barnean mailaren arabera egokituz.
- Partaideek gorputz-jarreretan eta jarduerak gauzatzean dituzten akatsak identifikatzea (pertsonek sedentarioak edo kirolariak: gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...).
- Jarduerak gauzatzeko egokiko akatsak zuzentzeko teknika espezifikoak erabiltzea.
- Partaideek parte har dezaten eta lotsarik gabe jardun dezaten bultzatzeko metodologia erabiltzea.
- Partaideek makinak, aparatuak eta materialak erabiltzeko gomendioak betetzen dituztela gainbegiratzea.
- Gorputz-jarreraren, ongizatearen eta mantentze funtzionalaren alorreko jarduerak zuzentzeko eta dinamizatzeko komunikazio-sistemak eta -estiloak hautatzea, eta, horretan, unean-unean eta ahal den neurrian, erabiltzaileen hizkuntza erabiltzea (euskara, ingelesa, gaztelania...).
- Desgaitasuna duten pertsonekin komunikatzeko teknikak. Informazio kopurua eta mota, erabiltzaileen profilararen eta jardueraren motaren arabera.
- Gorputz-jarreraren, ongizatearen eta mantentze funtzionalaren alorreko jardueretarako tresnak eta materialak. Deskribapena, frogapena eta mantentze-lan operatiboa.
- Gorputz-jarreraren, ongizatearen eta mantentze funtzionalaren alorreko jarduerekin lotutako ariketak, aldaerak eta manipulazio-teknikak, inguruaren, enpresa-eskariaren eta beste irizpide batzuen beharren arabera aukeratuak. Egokitzapenak. Terminologia espezifikoak. Adibidez:
 - Gimnasia zuzentzailea. Besteak beste, bizkarrezurreko gorputz-jarrera disfuntzioak, deskonpentsazio muskularrak, malgutasun falta eta tonu falta hobetzeko ariketak. Mailaren arabeko progresioak eta egokitzapenak. Mugimendu pasiboak, zuzenketak eta finkapenak. Gorputz-jarreraren disfuntzionaltasunen bilakaera kontrolatzea.
 - Taichia. Giltzadurak irekitzeko eta muskulu eta tendoiak luzatzeko ariketak, arreta eta arnasketa zentratzeko ariketak. Posizio eta mugimenduen sekuentzia. Luzaketak, erlaxazio- eta arnasketa-ariketak, eserita edo luzatuta.
 - Pilates metodoa. Pilates Mat errutinak materialarekin eta gabe, mailak. Pilates makinetako ariketak. Pilates metodoaren berezko jarraibideak eta egokitzapenak.
 - Alexander metodoa. Norberaren pisua aprobetxatuz egitekoak diren jarduerak, eta norberaren espazioaz eta partekatutako espazioaz jabetzekoak Gorputz-jarrerarekin eta mugimenduekin lotutako norberaren ohiturak. Gogoeta-prozesuak. Metodoa aplikatzearen eraginak.
 - Eutonia. Sentsazioak aztertzekeo jarduerak eta horiek integratzea, materialak eta kontaktua erabiltzea sentiberatasun gutxiko eremuak hautemateko, mobilizazio pasiboak, luzaketak, tentsiotik erlaxaziora modu naturalean igarotzea.
 - Feldenkrais metodoa. «Mugimenduen bidez kontzientzia hartzea» eta «Integrazio funtzionala».
 - Merkaturatutako beste metodo eta programa batzuk.

- Partaideekin esku hartzeko irizpideak (pertsona sedentarioak edo kirolariak: gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...), banakako arreta eta taldekoa, eskuzko laguntzekin eta laguntza mekanikoekin eta segurtasun-posizioekin eginiko esku-hartzeak.
- Partaideei (pertsona sedentarioak edo kirolariak: gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...) intentsitatea norberaren ezaugarrietara eta gauzatze zuzenera egokitzeko aukera ematen dieten jarraibideak.
- Taldearen barnean jarduerak dibertsifikatzeko eta mailaren arabera egokitzeko jarraibideak (pertsona sedentarioak edo kirolariak: gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...) Motibatzekeo estrategiak.
- Jarreretan eta ariketak gauzatzean egiten diren akatsak. Neke orokorra eta leku jakin bateko nekea. Sentsazioak berrinterpretatzen laguntzen duten argibideak.
- Puntualtasuna saioa hasteko eta amaitzeko.
- Partaideak (pertsona sedentarioak edo kirolariak: gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...) eta beste pertsona funtsezko batzuk, egunez egun, erakartzeko eta haiengan ilusioa pizteko interesa, esfortzuaren, lanaren eta intentsitatearen bidez.
- Saioan, inplikatzeko, taldean elkarreraginean aritzeko eta banakako zein talderako feedback ugari emateko jarrera izatea (pertsona sedentarioak edo kirolariak: gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...).

5.– Gorputz-jarreraren, ongizatearen eta mantentze funtzionalaren alorreko jardueren programazioak ebaluatzen ditu.

- Gorputz-jarreraren, ongizatearen eta mantentze funtzionalaren alorreko jardueren programazioak ebaluatzeko prozedurak aplikatzea.
- Ebaluazio-adierazleak zehaztea.
- Partaideen (pertsona sedentarioak edo kirolariak: gazteak, adinekoak, emakume haurdunak, patologia kronikoak dituzten pertsonak...) gogobetetzea eta zerbitzuaren kalitatea baloratzeko tresnak hautatzea.
- Emaitzak eta parte-hartzea erregistratzeko txantiloiak prestatzea eta baliatzea.
- Saioaren garapena ebaluatzeko kontuan hartu behar diren parametroak zehaztea.
- Lortutako datuak erregistratu eta interpretatu ditu oinarrizko estatistika-teknikak erabiliz.
- Gorputz-jarreraren kontrola, ongizatea eta mantentze funtzionala lantzeko jarduera-programen hobekuntzarako proposamenak planteatzea.
- Egindako ebaluazio-prozeduraren memoriak prestatzea euskarri informatikoak baliatuta.
- Programaren helburuak, ebaluaziorako erreferentzia gisa, adierazleak eta irizpideak.
- Ebaluazio-tresnak aplikatzeko prozedurak eta jarraibideak. Programaren zer unetan aplikatuko diren. Protokoloak.
- Prozesua eta programaren emaitzak ebaluatzeko tresnak. Erregistro-txantiloiak.

- Zuzendutako jardueretan parte-hartzea kontrolatzeko tresnak.
- Gorabeherak eta, besteak beste, instalazioaren, gelaren, ekipamenduaren eta materialaren erabilera kontrolatzeko tresnak.
- Datuak erregistratzea, estatistika aldetik tratatzea eta interpretatzea. Programen ebaluazioan aplikatutako euskarri informatikoak. Besteak beste, planteatutako beharrianen, eremuen, baliabideen, laguntzen eta erabilitako euskarrien, irakaskuntza-estrategien, motibazioaren eta errefortzuen eta segurtasun-neurrien arabera jardueren egokitasuna baloratzeko interpretazio-teknikak.
- Ebaluazio-memoriak eta hobetzeko proposamenak.
- Atazan eta xehetasunetan kontzentratzea.
- Zorroztasuna ebaluazio-tresnen aplikazioan.
- Emaizten komunikazio eraginkorra.

9. lanbide-modulua: egokitzapen fisikoko proiektua.

Kodea: 1154.

Kurtsoa: 2.º.

Iraupena: 50 ordu.

ECTS kredituetako baliokidetasuna: 5.

A) Ikaskuntzaren emaitzak eta ebaluazio-irizpideak.

1.– Produkzio-sektorearen beharrak identifikatzen ditu, eta behar horiek ase ditzaketen eredu-erazko proiektuekin lotzen ditu.

Ebaluazio-irizpideak:

- a) Sektorereko enpresak antolamendu-ezaugarrien arabera eta eskaintzen duten produktuaren edo zerbitzuaren arabera sailkatu ditu.
- b) Erreduzko enpresen ezaugarriak zehaztu ditu eta, horretarako, sail bakoitzaren eginkizunak eta antolamendu-egitura eman du aditzera.
- c) Enpresei gehien eskatzen zaizkien beharrak identifikatu ditu.
- d) Sektorerean aurreikus daitezkeen negozio-aukerak baloratu ditu.
- e) Aurreikusten diren eskariei arreta egiteko behar den proiektu mota identifikatu du.
- f) Proiektuak izan behar dituen berriarazko ezaugarriak zehaztu ditu.
- g) Zerga-betebeharrak, lanekoak eta arriskuen prebentziokoak, eta horiek aplikatzeko baldintzak zehaztu ditu.
- h) Proposatzen diren produkzioko edo zerbitzuko teknologia berriak txertatzeko jaso daitezkeen laguntzak edo dirulaguntzak identifikatu ditu.
- i) Proiektua lantzeko jarraitu beharreko lan-gidoia landu du.

2.– Tituluan adierazitako konpetentziekin lotutako proiektuak diseinatzen ditu, eta horiek osatzen dituzten faseak barne hartu eta garatzen ditu.

Ebaluazio-irizpideak:

- a) Proiektuan jorratuko diren alderdiei buruzko informazioa bildu du.
- b) Bideragarritasun teknikoari buruzko azterlana egin du.
- c) Proiektua osatzen duten faseak edo zatiak eta horien edukia identifikatu ditu.
- d) Lortu nahi diren helburuak ezarri ditu eta horien irismena identifikatu du.
- e) Proiektua egiteko beharrezkoak diren baliabide naturalak eta pertsonalak aurreikusi ditu.
- f) Dagokion aurrekontu ekonomikoa egin du.
- g) Abian jartzeko finantzaketa-beharrak identifikatu ditu.
- h) Diseinatzeko beharrezko dokumentazioa definitu eta landu du.
- i) Proiektuaren kalitatea ziurtatzeko kontrolatu beharreko alderdiak identifikatu ditu.

3.– Proiektua gauzatzea planifikatzen du, eta esku hartzeko plana eta dagokion dokumentazioa zehazten ditu.

Ebaluazio-irizpideak:

- a) Jarduerak sekuentziatu ditu, eta inplementazio-beharren arabera antolatu ditu.
- b) Jarduera bakoitzerako beharrezko baliabideak eta logistika finkatu ditu.
- c) Jarduerak gauzatzeko baimenen beharrak identifikatu ditu.
- d) Jarduerak gauzatzeko edo jarduteko prozedurak finkatu ditu.
- e) Inplementazioaren berezko arriskuak identifikatu ditu, eta arriskuei aurrea hartzeko plana eta behar diren bitartekoak eta ekipoak definitu ditu.
- f) Baliabide materialak, giza baliabideak eta gauzatze-denborak esleitzeko plangintza egin du.
- g) Inplementatzearen baldintzei erantzuten dien balorazio ekonomikoa egin du.
- h) Proiektua inplementatzeko edo gauzatzeko beharrezko dokumentazioa zehaztu eta prestatu du.

4.– Proiektua gauzatzean, haren jarraipena eta kontrola egiteko prozedurak definitzen ditu, eta erabilitako aldagaiak eta tresnak hautatu izana justifikatzen du.

Ebaluazio-irizpideak:

- a) Jarduerak edo esku-hartzeak ebaluatzekeo prozedura definitu du.
- b) Ebaluazioa egiteko kalitate-adierazleak definitu ditu.
- c) Jarduerak egitean sor daitezkeen gorabeherak eta egon litekeen konponbidea ebaluatzekeo eta horiek erregistratzeko prozedura definitu du.

d) Baliabideetan eta jardueretan izan daitezkeen aldaketak kudeatzeko prozedura definitu du, horiek erregistratzeko sistema barne.

e) Jarduerak eta proiektua ebaluatzeko beharrezko dokumentazioa definitu eta landu du.

f) Erabiltzaileei edo bezeroei buruzko ebaluazioan parte hartzeko prozedura ezarri du, eta berriazko dokumentuak prestatu ditu.

g) Proiekturako baldintza-agiria dagoenean hura beteko dela ziurtatzeko sistema bat ezarri du.

5.– Proiektua aurkezten eta defendatzen du, eta proiektua egitean eta heziketa-zikloko ikas-kuntza-prozesuan eskuratutako kompetentzia teknikoak eta pertsonalak eraginkortasunez erabiltzen ditu.

Ebaluazio-irizpideak:

a) Proiektuari buruzko memoria-dokumentua egin du.

b) Proiektuaren aurkezpena prestatu du, informazioaren eta komunikazioaren teknologia berriak erabiliz.

c) Proiektua azaldu du, helburuak eta eduki nagusiak deskribatuz eta bertan jasotako ekintza-proposamenen aukeraketa justifikatuz.

d) Azalpenean komunikazio-estilo egokia erabili du, eta, ondorioz, azalpen antolatua, argia, atsegina eta eraginkorra lortu du.

e) Proiektua defendatu du, eta behar bezala arrazoituta erantzun die ebaluazio-taldeak eginiko galderei.

10. lanbide-modulua: ingeles teknikoa.

Kodea: E200.

Kurtsoa: 2.º.

Iraupena: 40 ordu.

A) Ikaskuntzaren emaitzak eta ebaluazio-irizpideak.

1.– Tituluaren lanbide-esparruarekin, prestakuntza pertsonalarekin eta eskainitako produktuarekin/zerbitzuarekin lotutako ahozko informazioa interpretatu eta erabiltzen du, eta haren ezaugarriak eta propietateak, enpresa motak eta haien kokapena identifikatu eta deskribatzen du.

Ebaluazio-irizpideak:

a) Zuzeneko mezuak, telefono bidezkoak edo entzunezko beste bitarteko baten bidez emanda-koak zer xede duen identifikatu du.

b) Egoera jakin batzuk ebazteko ahozko mezu zehatzak igorri ditu: hitzordua, produktu bat bidaltzeko/jasotzeko datak eta baldintzak, makina/aparatu baten oinarrizko funtzionamendua.

c) Ahozko argibideak identifikatu ditu, eta enpresaren testuinguruan emandako argibideei jarraitu die.

d) Sektorearen berezko produktuak edo zerbitzuak deskribatzeko termino tekniko zehatzak erabili ditu.

- e) Mezu bat bere elementu guztiak ulertu beharrik gabe orokorrean konprenitzea zeinen garrantzitsua den konturatu da.
- f) Emandako informazioen ideia nagusiak laburbildu ditu bere hizkuntza-baliabideak erabilita.
- g) Beharrezkotzat jo duenean diskurtsoa edo horren zati bat berriz formulatzeko eskatu du.
- h) Laneko elkarrizketa baterako aurkezpen pertsonala prestatu du.
- i) Lan-ingurunean garatu beharreko kompetentziak deskribatu ditu.

2.– Sektorearen eta nazioarteko merkataritza-transakzioen berezko dokumentu idatziak interpretatu eta betetzen ditu: ezaugarri eta funtzionamenduari buruzko eskuliburua, eskabide-orria, jasotze- edo bidaltze-orria, fakturak, erreklamazioak.

Ebaluazio-irizpideak:

- a) Berriazko informazioa atera du eskainitako produktuarekin edo zerbitzuarekin lotutako mezuetatik (publizitate-liburuxkak, funtzionamenduari buruzko eskuliburua) eta bizitza profesionalarekin zerikusia duten eguneroko alderdietatik.
- b) Merkataritza-transakzioei buruzko dokumentuak identifikatu ditu.
- c) Euskarri telematikoen bitartez (posta elektronikoa, faxa, besteak beste) hartutako mezua interpretatu du.
- d) Sektoreko webgune bateko oinarritzko informazioak identifikatu ditu.
- e) Dagokion lanbide-esparruko merkataritza-dokumentazioa eta berriazko dokumentazioa bete ditu.
- f) Lanbidearen berezko terminologia eta hiztegia zuzen erabili ditu.
- g) Aurkezpenetan eta agurretan, prestatu beharreko dokumentuaren berezko adeitasun-formulak erabili ditu.
- h) Bere lanbide-ingurunearekin erlazionatutako testuen laburpenak egin ditu.
- i) Profilararekin lotutako okupazioak eta lanpostuak identifikatu ditu.
- j) Bere kompetentziako lan-prozesu bat deskribatu eta sekuentziatu du.
- k) Lan-ingurunean garatu beharreko kompetentziak deskribatu ditu.
- l) Curriculum vitae egiteko, norberaren prestakuntza eta kompetentzia profesionalak aurkezteko Europako herrialdeetan erabiltzen diren jarraibideak bete ditu.

3.– Komunikazio-egoeretan jarrera eta portaera profesionalak identifikatu eta aplikatzen ditu, herrialde bakoitzarekin ezarritako protokolo-arauak eta haren ohiturak errespetatuz.

Ebaluazio-irizpideak:

- a) Atzerriko hizkuntza hitz egiten den gizarteko ohitura eta usadioen ezaugarri esanguratsuenak identifikatu ditu.
- b) Herrialdearen berezko gizarte- eta lan-harremanetako protokoloak eta arauak deskribatu ditu.

- c) Sektorearen berezko alderdi sozio-profesionalak identifikatu ditu edozein testu motatan.
- d) Atzerriko hizkuntza hitz egiten den herrialdearen berezko gizarte-harremanetako protokoloak eta arauak aplikatu ditu.
- e) Beste herrialdearen berezko balioak eta ohiturak identifikatu eta bere jatorrizko herrialdekoe-kin lotu ditu, antzekotasunak eta desberdintasunak ezartzearen.

B) Edukiak:

1.– Profilarekin lotutako ahozko mezuak ulertu eta sortzea.

- Sektoreko mezu profesionalak eta egunerokoak ezagutzea.
- Zuzeneko mezuak, telefono bidezkoak eta grabatutakoak identifikatzea.
- Ideia nagusia eta bigarren mailako ideiak bereiztea.
- Beste hizkuntza-baliabide batzuk ezagutzea: gustuak eta lehentasunak, iradokizunak, arrazoibideak, jarraibideak, baldintzaren eta zalantzaren adierazpena eta bestelakoak.
- Ahozko mezuak igortzeko erabiltzen diren erregistroak hautatzea.
- Ahozko diskurtsoa mantentzea eta jarraitzea: sostengua ematea, ulertzen dela erakustea, argitzeko eskatzea, eta bestelakoak.
- Intonazioa, ahozko testuaren kohesio-baliabide gisa.
- Mezua behar beste ulertzeko moduko soinuak eta fonemak egoki sortzea.
- Gizarte-harremanen markatzaile linguistikoak, adeitasun-arauak eta erregistro-desberdintasunak hautatzea eta erabiltzea.
- Laneko elkarrizketa bat prestatzea, bere prestakuntza eta motibazio pertsonalak aurkezteko.
- Sektoreko terminologia espezifikoa.
- Gramatika-baliabideak: aditz-denborak, preposizioak, adberbioak, lokuzio preposizionalak eta adberbialak, boz pasiboaren erabilera, erlatiboak, perpausak, zehar-estiloa eta bestelakoak.
- Hots eta fonema bokalikoak eta kontsonantikoak. Konbinazioak eta elkarteak.
- Lan-elkarrizketa baten gaikako atalak.
- Atzerriko hizkuntzak lanbide-munduan duen garrantziaz konturatzea.
- Errespetuz jokatzeko eta ulertzeko zein ulertarazteko interesa izatea.
- Informazio-trukean bete-betean parte hartzea.
- Atzerriko hizkuntzan komunikatzeko norberaren gaitasunaz jabetzea.
- Hizkuntza bakoitzaren berezko adeitasun-arauak eta erregistro-desberdintasunak errespetatzea.

2.– Profilarekin lotutako idatzizko mezuak interpretatu eta igortzea.

- Mezuak askotariko formatuetan ulertzea: eskuliburuak, liburuxkak, eta oinarrizko artikulua profesionalak eta egunerokoak.

- Ideia nagusia eta bigarren mailako ideiak bereiztea.
- Erlazio logikoak ezagutzea: aurkakotasuna, kontzesioa, konparazioa, baldintza, kausa, helburua, emaitza.
- Denbora-erlazioak bereiztea: aurrekotasuna, gerokotasuna, aldiberekotasuna.
- Sektoreko berezko testu erraz profesionalak eta egunerokoak lantzea.
- Puntuazio-markak erabiltzea.
- Lexikoa hautatzea, egitura sintaktikoak hautatzea, horiek egoki erabiltzeko eduki adierazgarria hautatzea.
- Testu koherenteak egitea.
- Bere lan-ingurunearekin lotura duen lan-eskaintza baten iragarkiaren atalak ulertzea.
- Bere profilarekin lotutako lan-eskaera prestatzea: curriculum eta motibazio-gutuna.
- Euskarri telematikoak: faxa, posta elektronikoa, burofaxa, webguneak.
- Hizkuntzaren erregistroak.
- Nazioarteko transakzioekin lotutako dokumentazioa: eskabide-orria, jasotze-orria, faktura.
- Europako Curriculum Vitaearen eredua.
- Heziketa-zikloarekin lotutako kompetentziak, lanbideak eta lanpostuak.
- Errespetuz jokatzeko eta ulertzeko zein ulertarazteko interesa izatea.
- Beste kultura batzuetako alderdi profesionalekiko interesa agertzea.
- Beste kultura eta gizarteetako ohiturak eta pentsamoldea errespetatzea.
- Testuaren garapenean koherentziaren premia baloratzea.

3.– Herrialdearen berezko errealitate soziokulturala ulertzea.

- Komunikazio-egoera bakoitzerako kultura-elementurik esanguratsuenak interpretatzea.
- Enpresaren irudi ona proiektatzeko portaera sozioprofesionala eskatzen duten egoeretan, baliabide formalak eta funtzionalak erabiltzea.
- Atzerriko hizkuntza (ingelesa) mintzatzen den herrialdeetako gizarte eta lan arloko elementu esanguratsuenak.
- Nazioarteko harremanetan, arau soziokulturalak eta protokolokoak balioestea.
- Bestelako usadioak eta pentsamoldeak errespetatzea.

11. lanbide-modulua: laneko prestakuntza eta orientabidea.

Kodea: 1155.

Kurtsoa: 1.º.

Iraupena: 99 ordu.

ECTS kredituetako baliokidetasuna: 5.

A) Ikaskuntzaren emaitzak eta ebaluazio-irizpideak.

1.– Laneratzeko eta bizialdi osoko ikaskuntzarako aukerak identifikatu ondoren, lan-aukerak hautatzen ditu.

Ebaluazio-irizpideak:

- a) Etengabeko prestakuntzaren garrantzia baloratu du, enplegatze aukerak zabaltzeko eta produkzio-prozesuaren eskakizunetara egokitzeko funtsezko faktore gisa.
- b) Hizkuntza ofizialak jakitearen garrantzia baloratu du, enplegurako aukera den aldetik.
- c) Tituluaren lanbide-profilari lotutako prestakuntza-ibilbidea eta ibilbide profesionala identifikatu ditu.
- d) Profilari lotutako lanbide-jarduerarako eskatzen diren gaitasunak eta jarrerak zehaztu ditu.
- e) Tituludunarentzako enplegu-hobi eta laneratzeko gune nagusiak identifikatu ditu.
- f) Enplegua bilatzeko prozesuan erabilitako teknikak zehaztu ditu, genero-estereotipoek nortasun pertsonala eta soziala eraikitzean eta erabakiak hartzean duten eragina aztertuz.
- g) Tituluari lotutako lanbide-sektoreetan autoenplegurako hautabideak aurreikusi ditu.
- h) Erabakiak hartzeko nortasuna, helburuak, jarrerak eta norberaren prestakuntza baloratu ditu.

2.– Talde-laneko estrategiak aplikatzen ditu, eta erakundearen helburuak lortzeko duten eraginkortasuna baloratzen du.

Ebaluazio-irizpideak:

- a) Profilari lotutako lan-egoeretan talde-lanak dituen abantailak balioesten ditu.
- b) Benetako lan-egoera batean osatu daitezkeen lantaldeak identifikatu ditu.
- c) Lantalde ez-eraginkorraren aldean, talde eraginkorrak zer ezaugarri dituen zehaztu du.
- d) Taldekideek beren gain hartutako eginkizunetan eta iritzietan nahitaez izaten den aniztasuna balioetsi du.
- e) Taldekideen artean gatazkak sortzeko aukera erakundearen alderdi bereizgarritzat onartu du.
- f) Gatazka motak eta horien sorburuak identifikatu ditu.
- g) Gatazkak konpontzeko prozedurak zehaztu ditu.

3.– Lan-harremanen ondoriozko eskubideak baliatu eta betebeharrak betetzen ditu, eta gaitasuna dauka horiek lan-kontratuetan aurkitzeko.

Ebaluazio-irizpideak:

- a) Lan-zuzenbidearen oinarriko kontzeptuak identifikatu ditu.
- b) Enpresaburuen eta langileen arteko harremanetan esku hartzen duten erakunde nagusiak bereizi ditu.

- c) Laneko harremanaren ondoriozko eskubideak eta betebeharrak zehaztu ditu.
- d) Pertsonen lan-harremanetan dituzten hizkuntza-eskubideak identifikatu ditu.
- e) Kontratazio modalitate nagusiak sailkatu ditu, eta kolektibo jakin batzuk kontratatzea sustatzeko neurriak identifikatu ditu.
- f) Lan-bizitza eta familia-bizitza bateragarri egiteko indarrean dagoen legeriak xedatutako neurriak baloratu ditu.
- g) Laneko harremanak aldatu, eten eta azkentzearen arrazoiak eta ondorioak identifikatu ditu.
- h) Soldata-ordainagiria aztertu du, eta haren osagai nagusiak identifikatu ditu.
- i) Gatazka kolektiboko neurriak eta gatazkak ebazteko prozedurak aztertu ditu.
- j) Tituluarekin zerikusia duen lanbide-sektore bati aplikatzekoa zaion hitzarmen kolektiboan adostutako lan-baldintzak zehaztu ditu.
- k) Lan-antolamenduaren ingurune berrien ezaugarriak identifikatu ditu.

4.– Estalitako kontingentzien aurrean, Gizarte Segurantzako sistemaren babes-ekintza zehazten du, eta prestazio mota guztiak identifikatzen ditu.

Ebaluazio-irizpideak:

- a) Herritarren bizi-kalitatea hobetzeko funtsezko oinarri gisa baloratu du Gizarte Segurantzaren eginkizuna.
- b) Gizarte Segurantzak estaltzen dituen kontingentziak zerrendatu ditu.
- c) Gizarte Segurantzako sisteman dauden araubideak identifikatu ditu.
- d) Gizarte Segurantzako sistemaren barruan enpresaburuaren eta langilearen irudiak dituen betebeharrak identifikatu ditu.
- e) Suposizio simple batean, langilearen kotizazio-oinarriak, eta langileari eta enpresaburuari dagozkien kuotak identifikatu ditu.
- f) Gizarte Segurantzako sistemaren prestazioak sailkatu eta eskakizunak identifikatu ditu.
- g) Legez egon daitezkeen langabezia-egoerak zehaztu ditu.
- h) Oinarrizko kontribuzio-mailari dagokion langabezia-prestazioaren iraupena eta kopurua kalkulatu ditu.

5.– Bere lanak dakartzan arriskuak ebaluatzen ditu, lan-inguruneke lan-baldintzak eta arrisku-faktoreak aztertuta.

Ebaluazio-irizpideak:

- a) Enpresaren esparru eta jarduera guztietan prebentzioaren kulturak duen garrantzia baloratu du.
- b) Lan-baldintzak langilearen osasunarekin erlazionatu ditu.
- c) Jardueraren arrisku-faktoreak eta horien ondoriozko kalteak sailkatu ditu.
- d) Tituluaren lanbide-profilari lotutako lan-inguruneetan ohikoenak diren arrisku-egoerak identifikatu ditu.

e) Enpresan dauden arriskuak ebaluatu ditu.

f) Lanbide-profilari lotutako lan-inguruneetan, prebentziorako garrantzitsuak diren lan-baldintzak zehaztu ditu.

g) Tituluaren lanbide-profilari lotutako kalte profesionalen motak sailkatu eta deskribatu ditu, bereziki lan-istripuei eta lanbide-gaixotasunei dagokienez.

6.– Enpresa txiki batean, Arriskuen Prebentziorako Plana egiten laguntzen du, inplikaturako agente guztien erantzukizunak identifikatuta.

Ebaluazio-irizpideak:

a) Laneko arriskuen prebentzioko eskubide eta betebeharrak nagusiak zehaztu ditu.

b) Enpresan prebentzioa kudeatzeko moduak sailkatu ditu, laneko arriskuen prebentzioari buruzko araudian ezarritako irizpideen arabera.

c) Arriskuen prebentzioari dagokionez, enpresan langileak ordezkatzeko moduak zehaztu ditu.

d) Laneko arriskuen prebentzioarekin zerikusia duten erakunde publikoak identifikatu ditu.

e) Enpresan, larrialdirik izanez gero jarraitu beharreko jardun-sekuentziak barne hartuko duen prebentzio-plana izatearen garrantzia baloratu du.

f) Tituludunaren lanbide-sektorearekin lotutako lantoki baterako prebentzio-planaren edukia zehaztu du.

g) Enpresa txiki edo ertain baten larrialdi- eta ebakuazio-plan bat pentsatu du.

7.– Prebentzio- eta babes-neurriak aplikatzen ditu, eta Egokitzapen Fisikoko goi-mailako teknikariaren lan-inguruneeko arrisku-egoerak aztertzen ditu.

Ebaluazio-irizpideak:

a) Kalteak sorburuan saihesteko eta, saihestezinak badira, haien ondorioak ahalik eta gehien murrizteko aplikatu behar diren prebentzio-teknikak, eta norbera eta taldea babestekoak zehaztu ditu.

b) Mota guztietako segurtasun-seinaleen esanahia eta hedadura aztertu ditu.

c) Larrialdietarako jardun-protokoloak aztertu ditu.

d) Larrialdietan, larritasun-maila desberdinetako biktimak daudenean, zaurituak sailkatzeko teknikak identifikatu ditu.

e) Istripuaren lekuan bertan hainbat kalteren aurrean aplikatu beharreko lehen sorospenetako oinarrizko teknikak identifikatu ditu, baita botikinaren osaera eta erabilera ere.

f) Langileen osasuna zaintzeko eskakizunak eta baldintzak zehaztu ditu, eta prebentzio-neurri gisa duten garrantzia adierazi du.

B) Edukiak:

1.– Lanean hasteko eta bizitza osoan ikasteko prozesua.

– Lan-ibilbiderako interes, konpetentzia eta motibazio pertsonalak aztertzea.

– Tituluari lotutako prestakuntza-ibilbideak identifikatzea.

– Tituluaren lanbide-sektorea definitzea eta aztertzea.

- Norberaren ibilbidea planifikatzea:
 - Beharrekin eta hobespeneekin bateragarriak izango diren epe ertain eta luzerako lan-helburuak ezartzea.
 - Uneko eta gerorako pentsatutako prestakuntzarekiko helburu errealistak eta koherenteak.
- Ibilbide-planaren, prestakuntzaren eta helburuen arteko koherentzia norberak egiaztatzeko zerrenda bat ezartzea.
- Laneratzeko beharrezkoak diren dokumentuak betetzea (aurkezpen-gutuna, curriculum vitae...), eta test psikoteknikoak eta elkarrizketa simulatuak egitea.
- Lana bilatzeko teknikak eta tresnak.
- Erabakiak hartzeko prozesua.
- Sektoreko enpresa txiki, ertain eta handietan lana bilatzeko prozesua.
- Europan ikasi eta enplegatzeko aukerak. Europass, Ploteus.
- Tituludunaren lan- eta lanbide-ibilbiderako etengabeko prestakuntzak duen garrantzia baloratzea.
- Norberaren ikaskuntzaz arduratzea. Eskakizunak eta aurreikusitako emaitzak ezagutzea.
- Genero-estereotipoek nortasun pertsonal eta sozialaren eraikuntzan duten eragina aztertzea.
- Autoenplegua lan-mundura sartzeko hautabidetzat balioestea.
- Lan-munduan egoki txertatzeko lan-ibilbideak baloratzea.
- Lanarekiko konpromisoa. Lortutako trebakuntza baliaraztea.

2.– Gatazkaren eta lantaldeen kudeaketa.

- Antolakunde bat pertsona-talde gisa aztertzea.
- Antolamendu-egiturak aztertzea.
- Kideek lantaldean izan ditzaketen eginkizunak aztertzea.
- Antolakundeetako gatazken sorrera aztertzea: espazioak, ideiak eta proposamenak partekatzea.
- Gatazka motak, esku-hartzaileak eta horien abiapuntuko jarrerak aztertzea.
- Gatazkek ebazteko moduak, bitartekotza eta jardunbide egokiak aztertzea.
- Lantaldeen sorrera aztertzea.
- Enpresa baten antolamendu-egitura, xede bat lortzeko pertsona-talde gisa.
- Talde motak sektoreko industrian, dituzten eginkizunen arabera.
- Lantaldeen sorrera aztertzea.
- Komunikazioa, taldeak sortzean arrakasta lortzeko oinarrizko elementu gisa.
- Lantalde eraginkorraren ezaugarriak.

- Gatazka definitzea: haren ezaugarriak, sorburuak eta etapak.
- Gatazkak ebazteko edo ekiditeko metodoak: bitartekaritza, adiskidetzea eta arbitrajea.
- Erabakiak hartzerakoan norberak dituen interesak eta gaitasunak aztertzea.
- Proiektu profesionala eta bizitza-proiektua. Erantzunkidetasuna.
- Lanean ari diren pertsonen genero-indarkeriarik gabeko lan-giroaz gozatzeko duten eskubidea.
- Berdintasun-eskubidea, baztertua ez izatekoa, osotasun morala, intimitatea, lana eta duintasuna gordetzeko.
- Enpresa-helburuak lortzeko pertsonen ekarpena balioestea.
- Antolamenduaren eraginkortasunean talde-lanak dituen abantailak eta eragozpenak balioestea.
- Komunikazioa talde-lanerako funtsezko faktoretzat baloratzea.
- Lantaldeetan sortu daitezkeen gatazkak ebazteko partaidetzazko jarrera izatea.
- Gatazkak ebazteko sistemak aztertzea.

3.– Lan-kontratuaren ondoriozko lan-baldintzak.

- Lan-arloko zuzenbidearen iturriak aztertzea eta hierarkiaren arabera sailkatzea.
- Langileen Estatutuari buruzko Legearen Testu Bateginean arautzen diren lan-jardueren ezaugarriak aztertzea.
- 6/2003 Legearen 14. artikuluan ezarritakoaren arabera, ondasunei eta zerbitzuei buruzko informazioa euskaraz eta gaztelaniaz jasotzeko pertsonen duten eskubidea aztertzea.
- Kontratu-modalitate ohikoenak formalizatu eta alderatzea, haien ezaugarrien arabera.
- Nomina interpretatzea.
- Dagokion lanbide-jarduerako sektorerako hitzarmen kolektiboa aztertzea.
- Lan-zuzenbidearen oinarrizko iturriak: Konstituzioa, Europar Batasunaren zuzentarauak, Langileen Estatutua, Hitzarmen Kolektiboa.
- Lan-kontratua: kontratuaren elementuak, ezaugarriak eta formalizazioa, gutxieneko edukiak, enpresaburuaren betebeharrak, enpleguari buruzko neurri orokorrak.
- Kontratu motak: mugagabeak, prestakuntzakoak,aldi baterakoak, lanaldi partzialekoak.
- Lanaldia: iraupena, ordutegia, atsedenaldiak (laneko egutegia eta jaiegunak, oporrak, baimenak).
- Soldata: motak, ordainketa, egitura, aparteko ordainsariak, soldataz kanpoko eskuratzeak, soldata-bermeak.
- Soldata kenkariak: kotizazio-oinarriak eta ehunekoak, PFEZa.
- Kontratua aldatu, eten eta deuseztatzea.

- Ordezkaritza sindikala: sindikatuaren kontzeptua, sindikatzeko eskubidea, enpresa-elkar-teak, gatazka kolektiboak, greba, ugazaben itxiera.
- Hitzarmen kolektiboa. Negoziatio kolektiboa.
- Lan-antolamenduaren ingurune berriak: kanpora ateratzea, telelana...
- Lana arautzeko beharra baloratzea.
- Bere jarduera profesionalari dagokion sektorearen lan-harremanetan aplikatzen diren arauak ikasteko interesa izatea.
- Aurreikusitako legezko bideak laneko gatazken ebazpide gisa aintzat hartzea.
- Langileen kontratazioan etika eskaseko eta legez kanpoko jardunak baztertzea, batez ere premia handienak dituzten kolektiboetara dagokienez.
- Sindikatuen eginkizuna aintzat hartu eta balioestea, gizartea hobetzeko eragile diren aldetik.

4.– Gizarte Segurantzaren enplegua eta langabezia.

- Gizarte Segurantzaren sistema orokorra unibertsalak zer garrantzi duen aztertzea.
- Gizarte Segurantzaren prestazioei buruzko kasu praktikoak ebaztea.
- Gizarte Segurantzaren sistema: aplikazio-eremua, egitura, araubideak, erakunde kudeatzaileak eta laguntzaileak.
- Enpresaburuen eta langileen betebeharrak nagusiak Gizarte Segurantzaren arloan: afiliazioak, altak, bajak eta kotizazioa.
- Babes-ekintza: osasun-asistentzia, amatasuna, aldi baterako ezintasuna eta ezintasun iraunkorra, baliaezintasun gabeko lesio iraunkorrak, erretiroa, langabezia, heriotza eta biziraupena.
- Prestazio motak, eta horien eskakizunak eta kopurua.
- Langileei beren eskubideen eta betebeharren inguruan aholkua emateko sistemak.
- Herritarren bizi-kalitatea hobetzeko Gizarte Segurantzaren eginkizuna aintzat hartzea.
- Gizarte Segurantzaren kotizazioan zein prestazioetan iruzurrezko jokabideak gaitzestea.

5.– Arrisku profesionalak ebaluatzea.

- Lan-baldintzak aztertu eta zehaztea.
- Arrisku-faktoreak aztertzea.
- Segurtasun-baldintzei lotutako arriskuak aztertzea.
- Ingurumen-baldintzei lotutako arriskuak aztertzea.
- Baldintza ergonomikoei eta psikosozialei lotutako arriskuak aztertzea.
- Enpresaren arrisku-esparruak identifikatzea.
- Lanbide-eginkizunaren arabera arrisku-protokoloa ezartzea.
- Lan-istripuaren eta lanbide-gaixotasunaren artean bereiztea.

- «Arrisku profesionala» kontzeptua.
- Enpresan arriskuak ebaluatzea, prebentzio-jardueraren oinarritzko elementu gisa.
- Profilarri lotutako lan-ingurunearen berariazko arriskuak.
- Antzemandako arrisku-egoeren ondorioz langilearen osasunean eragin daitezkeen kalteak.
- Lanbide-jardueraren fase guztietan prebentzioaren kulturak duen garrantzia.
- Lanaren eta osasunaren arteko lotura balioestea.
- Prebentzio-neurriak hartzeko interesa agertzea.
- Enpresan prebentziorako prestakuntza ematearen garrantzia balioestea.

6.– Enpresan arriskuen prebentzioa planifikatzea.

- Planifikazio- eta sistematizazio-prozesuak bideratzea, oinarritzko prebentzio-tresna gisa.
- Laneko Arriskuen Prebentzioari buruzko oinarritzko arauak aztertzea.
- LAParen arloko egitura instituzionala aztertzea.
- Lan-ingurunerako larrialdi-plan bat egitea.
- Zenbait larrialdi-plan bateratu eta aztertzea.
- Lanak giza osasunean eta segurtasunean dituen ondorioak.
- Eskubideak eta betebeharrak laneko arriskuen prebentzioaren arloan.
- Erantzukizunak laneko arriskuen prebentzioaren arloan.
- LAPean eta osasunean esku hartzen duten eragileak eta horien eginkizunak.
- Prebentzioaren kudeaketa enpresan.
- Langileen ordezkariak prebentzioaren arloan (laneko arriskuen prebentzioko oinarritzko teknikaria).
- Laneko arriskuen prebentzioarekin zerikusia duten erakunde publikoak.
- Prebentzioaren plangintza enpresan.
- Larrialdi- eta ebakuazio-planak lan-inguruneetan.
- LAParen garrantzia eta beharra baloratzea.
- LAPeko eta Laneko Osasuneko (LO) eragile gisa duen posizioa baloratzea.
- Erakunde publikoek eta pribatuek LO errazago eskuratzeko egindako aurrerapenak baloratzea.
- Bere ezagutza baloratzea eta dagokion kolektiboaren larrialdi-planetan jasotzea.

7.– Enpresan prebentzio- eta babes-neurriak aplikatzea.

- Norbera babesteko teknikak identifikatzea.

- Norbera babesteko neurriak erabiltzeko garaian enpresek eta banakoek dituzten betebeharrak aztertzea.
- Lehen laguntzako teknikak aplikatzea.
- Larrialdi-egoerak aztertzea.
- Larrialdietarako jardun-protokoloak egitea.
- Langileen osasuna zaintzea.
- Banako eta taldeko prebentzio- eta babes-neurriak.
- Larrialdi-egoera batean jarduteko protokoloa.
- Larrialdi medikoa / lehen laguntzak. Oinarrizko kontzeptuak.
- Seinale motak.
- Larrialdien aurreikuspena balioestea.
- Osasuna zaintzeko planen garrantzia balioestea.
- Proposatutako jardueretan bete-betean parte hartzea.

12. lanbide-modulua: enpresa eta ekimen sortzailea.

Kodea: 1156.

Kurtsoa: 2.º.

Iraupena: 60 ordu.

ECTS kredituetako baliokidetasuna: 4.

A) Ikaskuntzaren emaitzak eta ebaluazio-irizpideak.

1.– Ekimen sortzaileari lotutako trebetasunak ezagutu eta aintzat hartzen ditu, eta lanpostuen eta enpresa-jardueren ondoriozko eskakizunak aztertzen ditu.

Ebaluazio-irizpideak:

- a) Berrikuntzaren kontzeptua, eta gizartearen aurrerabidearekin eta gizabanakoen ongizatearekin duen lotura identifikatu du.
- b) Kultura ekintzailearen kontzeptua, eta enpleguaren eta gizarte-ongizatearen sorburu gisa duen garrantzia aztertu du.
- c) Norberaren ekimenaren, sormenaren, prestakuntzaren eta lankidetzaren garrantzia baloratu du, jarduera ekintzailean arrakasta lortzeko ezinbesteko eskakizun diren aldetik.
- d) Sektoreko enpresa txiki eta ertain bateko enpleguaren lanerako ekimena aztertu du.
- e) Sektorean hasten den enpresaburu baten jarduera ekintzailea nola garatzen den aztertu du, eta horretan, aintzat hartu du gizon eta emakumeek aukera-berdintasun berberak izan behar dituztela, biak ere enpresa-kulturaren parte diren aldetik.
- f) Jarduera ekintzaile ororen elementu saihestezintzat aztertu du arriskuaren kontzeptua.

g) Enpresaburuaren kontzeptua, eta enpresa-jarduera garatzeko beharrezko eskakizunak eta jarrerak aztertu ditu.

2.– Enpresa txiki bat sortzeko aukera zehazten du; enpresa-ideia aukeratzen du, eta haren bideragarritasuna oinarritzen duen merkatu-azterketa egiten du, jardun-ingurunearen gaineko eragina baloratuta eta balio etikoak barneratuta.

Ebaluazio-irizpideak:

a) Negozio-ideiak sortzeko prozesu bat garatu du.

b) Tituluarekin lotutako negozioaren esparruan ideia jakin bat hautatzeko prozedura sortu du.

c) Hautatutako negozio-ideiaren inguruko merkatu-azterketa egin du.

d) Merkatu-azterketatik ondorioak atera ditu, eta garatu beharreko negozio-eredua ezarri du.

e) Negozio-proposamenaren balio berritzaileak zehaztu ditu.

f) Enpresen gizarte-erantzukizunaren fenomeno eta enpresa-estrategiaren elementu gisa duen garrantzia aztertu ditu.

g) Inguruko eta kontsumitzaile eta erabiltzaileen hizkuntza-errealitatea eta euskaraz behar den dokumentazioa identifikatu ditu.

h) Tituluarekin zerikusia duen enpresa baten balantze soziala egin du, eta sorrarazten dituen kostu eta mozkin sozial nagusiak deskribatu ditu.

i) Sektoreko enpresetan, balio etikoak eta sozialak gaineratzen dituzten ohiturak identifikatu ditu.

j) Tituluarekin zerikusia duen enpresa txiki eta ertain baten bideragarritasun ekonomiko eta finantzarioari buruzko azterketa egin du.

k) Enpresa-estrategia deskribatu du eta enpresaren helburuekin lotu du.

3.– Enpresa-plan bat egiteko eta, ondoren, hura abiarazi eta eratzeko jarduerak egiten ditu. Dagokion forma juridikoa hautatzen du eta, horren arabera, legezko betebeharrak identifikatzen ditu.

Ebaluazio-irizpideak:

a) Enpresa baten oinarrizko funtzioak deskribatu ditu, eta enpresari aplikatutako sistemaren kontzeptua aztertu du.

b) Enpresaren ingurune orokorraren osagai nagusiak identifikatu ditu; batik bat, ingurune ekonomiko, sozial, demografiko eta kulturalarenak.

c) Berriazko ingurunearen osagai nagusi diren heinean, bezeroekiko, hornitzaileekiko eta lehiakideekiko harremanek enpresa-jardueran duten eragina aztertu du.

d) Sektoreko ETE baten ingurunearen elementuak identifikatu ditu.

e) Enpresa-kulturaren eta irudi korporatiboaren kontzeptuak, eta horiek enpresa-helburuekin duten lotura aztertu ditu.

f) Enpresaren forma juridikoak aztertu ditu.

- g) Hautatutako forma juridikoaren arabera, enpresaren jabeek legez duten erantzukizun-maila zehaztu du.
- h) Enpresen forma juridikoetarako ezarritako tratamendu fiskala bereizi du.
- i) Indarrean dagoen legeriak ETE bat eratzeko exijitutako izapideak aztertu ditu.
- j) Erreferentziazko herrian sektoreko enpresak sortzeko dauden laguntza guztiak bilatu ditu.
- k) Enpresa Planean barne hartu du forma juridikoa aukeratzearekin, bideragarritasun ekonomiko eta finantzarioarekin, administrazio-izapideekin, dirulaguntzekin eta bestelako laguntzekin zerikusia duen guztia.
- l) ETE bat abian jartzeko dauden kanpoko aholkularitza eta administrazio-kudeaketako bideak identifikatu ditu.

4.– ETE baten oinarrizko kudeaketa administratibo eta finantzarioko jarduerak egiten ditu: kontabilitate- eta zerga-betebehar nagusiak identifikatzen ditu, eta dokumentazioa betetzen du.

Ebaluazio-irizpideak:

- a) Kontabilitatearen oinarrizko kontzeptuak eta kontabilitate-informazioa erregistratzeko teknikak aztertu ditu.
- b) Kontabilitate-informazioa aztertzeko oinarrizko teknikak deskribatu ditu, batez ere, enpresaren kaudimenari, likidezari eta errentagarritasunari dagokienez.
- c) Tituluarekin zerikusia duen enpresa baten zerga-betebeharrak azaldu ditu.
- d) Zerga-egutegian zerga motak bereizi ditu.
- e) Sektoreko enpresa txiki eta ertain batentzako merkataritza eta kontabilitateko oinarrizko dokumentazioa bete du (fakturak, albaranak, eskabide-orriak, kanbio-letrak, txekeak eta beste-lakoak), eta dokumentazio horrek enpresan egiten duen bidea deskribatu du.
- f) Banku-finantzaketako tresna nagusiak identifikatu ditu.
- g) Dokumentazio hori Enpresa Planean barne hartu du.

B) Edukiak:

1.– Ekimen sortzailea.

- Tituluari lotutako sektorearen jardueran berrikuntzak dituen ezaugarri nagusiak aztertzea (materialak, teknologia, prozesuaren antolamendua, etab.).
- Ekintzaileen faktore garrantzitsuenak aztertzea: ekimena, sormena, lidergoa, komunikazioa, erabakiak hartzeko ahalmena, plangintza eta prestakuntza.
- Jarduera ekintzaileko arriskua ebaluatzea.
- Sektoreko berrikuntza eta garapen ekonomikoa.
- Kultura ekintzailea gizarte-behar gisa.
- «Enpresaburua» kontzeptua.
- Kirolen esparruko enpresa-ekimenak, emakumeek lideratuak.

- Ekintzaileen jarduna sektoreko enpresa bateko enplegatu gisa.
- Ekintzaileen jarduna enpresaburu gisa.
- Ekintzaileen arteko lankidetzak.
- Enpresa-jardueran aritzeko eskakizunak.
- Negozio-ideia lanbide-arloaren esparruan.
- Kultura ekintzaileari lotutako jardunbide egokiak tituluari dagokion jarduera ekonomikoan eta toki-esparruan.
- Izaera ekintzailea eta ekintzailetzaren etika baloratzea.
- Ekimena, sormena eta erantzukizuna balioestea ekintzailetzaren bultzatzaile gisa.

2.– Enpresa-ideiak, ingurunea eta haien garapena.

- Enpresa-ideiak zehazteko tresnak aplikatzea.
- Internet bidez, sektoreko enpresei buruzko datuak bilatzea.
- Garatu beharreko enpresaren ingurune orokorra aztertzea.
- Lanbide-arloko ereduazko enpresa bat aztertzea.
- Ahuleziak, mehatxuak, indarrak eta aukerak identifikatzea.
- Merkatu-azterketaren ondorioetatik abiatuta, negozio-eredua ezartzea.
- Erabakitako ideia gainean berrikuntza-eraketak egitea.
- Enpresaren betebeharrak berariazko ingurunearekiko eta gizarte osoarekiko (garapen jasagarria).
- 6/2003 Legearen 14. artikuluan ezarritakoaren arabera, ondasunei eta zerbitzuei buruzko informazioa euskaraz eta gaztelaniaz jasotzeko pertsonak duten eskubidea aztertzea.
- Lan-bizitza eta familia-bizitza bateragarri egitea.
- Sektoreko enpresen erantzukizun soziala eta etikoa.
- Merkatu-azterketa: ingurunea, bezeroak, lehiakideak eta hornitzaileak.
- Enpresaren Balantze Soziala aintzat hartu eta baloratzea.
- Genero-berdintasuna errespetatzea.
- Enpresa-etika baloratzea.

3.– Enpresa baten bideragarritasuna eta abiaraztea.

- Marketin-plana ezartzea: komunikazio-politika, prezioen politika eta banaketaren logistika.
- Produkzio-plana prestatzea.
- Sektoreko enpresa baten bideragarritasun teknikoa, ekonomikoa eta finantzarioa aztertzea.
- Enpresaren finantzaketa-iturriak aztertzea eta haren aurrekontua egitea.

- Forma juridikoa hautatzea. Tamaina eta bazkide kopurua.
- «Enpresa» kontzeptua. Enpresa motak.
- Enpresa baten funtsezko elementuak eta arloak.
- Zergen arloa enpresetan.
- Enpresa bat eratzeko administrazio-izapideak (ogasuna eta gizarte-segurantza, besteak beste).
- Lanbide-arloko enpresentzako dirulaguntzak, bestelako laguntzak eta zerga-pizgarriak.
- Enpresaren jabeek duten erantzukizuna.
- Proiektuaren bideragarritasun teknikoa eta ekonomikoa zorrotasunez ebaluatzea.
- Administrazio- eta legezko izapideak betetzea.

4.– Administrazio-funtzioa.

- Kontabilitate-informazioa aztertzea: diruzaintza, emaitzen kontua eta balantzea.
- Dokumentu fiskalak eta lanekoak betetzea.
- Merkataritza-dokumentuak betetzea: fakturak, txekueak, letrak eta abar.
- Kontabilitatearen kontzeptua eta oinarrizko ideiak.
- Kontabilitatea, egoera ekonomikoaren irudi zehatz gisa.
- Enpresen legezko betebeharrak (fiskalak, lanekoak eta merkataritzakoak).
- Dokumentu ofizialak aurkezteko eskakizunak eta epeak.
- Sortutako administrazio-dokumentuei dagokienez, antolamendua eta ordena baloratzea.
- Administrazio- eta legezko izapideak betetzea.

13. lanbide-modulua: Lantokiko prestakuntza.

Kodea: 1157.

Kurtsoa: 2.º.

Iraupena: 360 ordu.

ECTS kredituetako baliokidetasuna: 22.

A) Ikaskuntzaren emaitzak eta ebaluazio-irizpideak.

1.– Enpresaren egitura eta antolamendua identifikatzen ditu, enpresak ematen duen zerbitzu motarekin lotuta.

Ebaluazio-irizpideak:

- a) Enpresaren antolamendu-egitura eta arlo bakoitzaren eginkizunak identifikatu ditu.
- b) Enpresaren egitura sektorean dauden eredu- enpresa-antolamenduekin alderatu du.
- c) Zerbitzuaren ezaugarriak eta bezero mota enpresa-jardueraren garapenarekin lotu ditu.

- d) Zerbitzugintza garatzeko lan-prozedurak identifikatu ditu.
- e) Jarduera behar bezala garatzeko giza baliabideen beharrezko kompetentziak baloratu ditu.
- f) Jarduera honetan ohikoenak diren hedabideen egokitasuna identifikatu du.

2.– Lanbide-jarduera garatzean ohitura etikoak eta lanekoak aplikatzen ditu, lanpostuaren ezau-garrien eta enpresan ezarritako prozeduren arabera, eta berdintasunerako, baztertua ez izateko, integritate moralerako eta pertsonen intimitaterako eskubideak betez.

Ebaluazio-irizpideak:

a) Aintzat hartu eta justifikatu ditu:

- Lanpostuan beharrezkoa den langileen eta denboraren eskuragarritasuna.
- Lanposturako beharrezkoak diren jarrera pertsonalak (puntueltasuna, enpatia, besteak beste) eta profesionalak (besteak beste, ordena, garbitasuna eta erantzukizuna).
- Jarrerazko eskakizunak lanbide-jarduerak dituen arriskuen prebentzioaren aurrean.
- Lanbide-jardueraren kalitatearekin zerikusia duten jarrerazko eskakizunak.
- Lantalde barruko eta enpresan xedatutako hierarkiekiko harreman-jarrerak.
- Lanaren esparruan egiten diren jardueren dokumentazioarekin zerikusia duten jarrerak.
- Profesionalaren jardun egokiarekin lotuta, esparru zientifikoan eta teknikoan lan-mundura-tzeko eta berriro laneratzeko prestakuntza-beharrak.

b) Lanbide-jardueran aplikatzekoak diren Laneko Arriskuen Prebentzioari buruzko arauak eta Laneko Arriskuen Prebentzioari buruzko Legearen oinarritzko alderdiak identifikatu ditu.

c) Lanbide-jarduerak dituen arriskuen arabera eta enpresaren arauen arabera jarri du abian norbera babesteko ekipamendua.

d) Ingurumena errespetatzeko jarrera izan du egindako jardueretan.

e) Ondo antolatuta, garbi eta oztoporik gabe erabili du lanpostua edo jarduera egiteko eremua.

f) Eman zaion lanaren erantzukizuna hartu du, eta interpretatu eta bete egin ditu eman zaizkion aginduak.

g) Komunikazio eraginkorra ezarri du egoera bakoitzean ardura duen pertsonarekin eta gainerako taldekideekin.

h) Gainerako taldekideekin koordinatu da, eta sortzen diren gertakaririk adierazgarrienak komunikatu ditu.

i) Bere jardueraren garrantzia eta zereginen aldaketetara egokitzeko beharra baloratu ditu.

j) Lana garatzean arauak eta prozedurak aplikatzeaz arduratu da.

3.– Egokitzapen fisikoko programetako parte-hartzaileen forma fisikoa, kompetentzia motorra eta motibazioak ebaluatzen ditu datuak programen planteamendurako eta atzeraelikadurarako baliagarriak izateko moduan tratatuz.

2020ko uztailaren 31a, ostirala

Ebaluazio-irizpideak:

- a) Egoera fisikoa eta biologikoa egiaztatzeko tresna eta ekipoen mantentze-lan prebentiboko prozesua egin du.
- b) Tresnak eta makinak hautatu ditu, neurtu behar diren parametro morfologikoen eta funtzionalen arabera.
- c) Erabiltzaileei azaldu die egoera fisikoa eta biologikoa neurtzeko tresnak eta makinak erabiltzeko modu zuzena zein den.
- d) Erabiltzaileen motibazioei buruzko datuak eskuratu ditu, behaketaren eta elkarrizketaren bidez.
- e) Antropometria, alderdi biologiko-funtzionalak eta gorputz-jarrera ebaluatzeko probetako datuak erregistratu ditu kontrol-fitxetan, bai eta motibazioarekin lotutakoak ere.
- f) Txostenak egin ditu, kontrol-fitxetan erregistratutako datuetatik abiatuta, baliabide informatiko espezifikoak erabiliz.

4.– Egokitzapen fisikoko jarduerak programatzen, zuzentzen eta dinamizatzen ditu, jardueraren eta taldearen dinamikara egokituta eta, istripurik gertatuz gero, beharrezko neurriak hartuta.

Ebaluazio-irizpideak:

- a) Egokitzapen fisikoko jarduera-programazioaren elementuak eskueran dauden datuetara eta partaideen edo taldearen ezaugarrietara egokitu ditu.
- b) Informazio argia eta zehatza eman du saioaren helburuei eta edukiei buruz, kasuan-kasuan hizkuntza egokia erabiliz (hitzezkoa eta keinu bidezkoa, besteak beste).
- c) Erabiltzailearekiko edo taldearekiko kokapena eta jarrera zaindu ditu, haiekiko komunikazioa errazagoa izateko eta parte-hartzea kontrolatzeko eta motibatuzko.
- d) Teknika zuzena azaldu eta erakutsi du, proposatutako mugimenduak eta ariketak erakusteko tresna gisa.
- e) Partaideei jakinarazi die jarduerak gauzatzean zer aurrerapen egin duten eta zer akats egingen dituzten.
- f) Desgaitasuna duten erabiltzaileek jarduerak gauzatzean izan ditzaketen zailtasunak identifikatu ditu, horiek prebenitzeko eta zuzentzeko.
- g) Gaitasun fisikoak eta pertzeptibo-motorrak hobetzeko lanean lesioak edo gainkargak sor ditzaketen faktoreak kontrolatu ditu jardueren praktikan.
- h) Istripu edo larrialdiei aurre egiteko jarraibideei jarraitu die, ezarritako protokoloa aplikatuta.

5.– Gorputz-jarreraren kontrola, ongizatea eta suspertze funtzionala lantzeko eta hidrozinesiako jarduerak programatzen, zuzentzen eta dinamizatzen ditu, jardueraren eta taldearen dinamikara egokituta eta istripurik izanez gero beharrezko neurriak aplikatuta.

Ebaluazio-irizpideak:

- a) Gorputz-jarreraren kontrol, ongizate eta suspertze funtzionaleko eta hidrozinesiako jarduera-programazioaren elementuak doitu ditu eskueran dauden datuetara eta erabiltzaileen edo taldearen ezaugarrietara.

b) Informazio argia eta zehatza eman du saioaren helburuei eta edukiei buruz, kasuan-kasuan hizkuntza egokia erabiliz (hitzezkoa eta keinu bidezkoa, besteak beste).

c) Hidrozinesiako eta gorputz-jarreraren kontrola, ongizatea eta suspertze funtzionala lantzeko ariketak azaldu ditu, prebentzio-alderdiekin loturiko informazioa nabarmenduta.

d) Hidrozinesiako eta gorputz-jarreraren kontrola, ongizatea eta suspertze funtzionala lantzeko jardueren intentsitatea, materialen erabilera eta egokitasuna kontrolatu ditu, partaide bakoitzak eginiko saioan.

e) Mugimendu eta gorputz-jarrera okerrak hauteman eta zuzendu ditu, biomekanika aldetik eredu egokiena erreferentziatzen hartuta.

f) Gaitasun fisikoak eta pertzeptibo-motorrak garatzean lesiorik edo gainkargarik ez sortzeko kontuan hartu behar diren faktoreak identifikatu ditu.

g) Hidrozinesiako eta gorputz-jarreraren kontrola, ongizatea eta suspertze funtzionala lantzeko jardueren garapeneko datu esanguratsuenak erregistratu ditu.

h) Istripu edo larrialdiei aurre egiteko jarraibideei jarraitu die, ezarritako protokoloa aplikatuta.

6.– Lantaldeak koordinatzen ditu eta jarduerak dakartzaten arriskuak ebaluatzen ditu, horiek gauzatzeko dauden baldintzak eta arrisku-faktoreak aztertuta.

Ebaluazio-irizpideak:

a) Lantaldeen funtzionamendua koordinatu du, harremanen jariora mantenduz eta taldean sortutako gatazkei konponbidea emanez.

b) Zereginak banatzea talde-lanerako oinarritzko prozedura dela identifikatu du.

c) Jarduerak gauzatzeko beharrezkoak diren baliabideak daudela ziurtatu du, beharrezkoak diren espazioen, ekipoen eta materialen erabilera koordinatuta.

d) Jarduera bakoitzaren arrisku-faktoreak eta horien ondoriozko kalteak baloratu ditu.

e) Egokitzapen fisikoko goi-mailako teknikari-lanarekin lotuta egitekoak diren jardueretan sor litezkeen arriskuei aurrea hartzeko irizpideak zehaztu ditu.

f) Egokitzapen Fisikoko goi-mailako teknikariaren lanbide-sektorearekin lotutako lantoki baterako prebentzio-planaren edukia zehaztu du.

2020ko uztailaren 31a, ostirala

MAIATZAREN 12KO 61/2020 DEKRETUAREN III. ERANSKINA

GUTXIENEO ESPAZIOAK ETA EKIPAMENDUAK

1. idatzi-zatia.– Espazioak.

Prestakuntza-espazioa	Azalera (m ²) / 30 ikasle	Azalera (m ²) / 20 ikasle
Erabilera anitzeko gela	60	40
Kirol-jarduera fisikoko ikasgela teknikoa, biltegia duena	180	120
(*) 480 m ² -ko gimnasioa, aldagelak, dutxak eta biltegia dituena	480	480
(*) Igerileku klimatizatua (25 metro luze eta 2 metro sakon)	5 kale	3 kale
(*) Erabilera anitzeko gela		

(*) Eremu berezia (ez du zertan prestakuntza-zentroan egon).

Prestakuntza-espazioa	Ekipamendua
Erabilera anitzeko gela.	Eskola-altzariak: mahaiak, aulkiak, armairuak eta arbela. Tresneria eta bitarteko informatikoak (ordenagailuak sarean, berariazko programak). Ikus-entzunezko tresneria eta baliabideak.
Kirol-jarduera fisikoko ikasgela teknikoa, biltegia duena	Argazki digitalak erregistratzeko materiala: grabazio-kamera eta tripodea. Ikus-entzunezko ekipamenduak: DVDA, proiektzio-kanoia, monitorea eta audio-erreproduzigailu eramangarria. Sarean instalatutako PCak eta honako hauetarako software espezifikoak: – Egoera fisikoa eta biologikoa baloratzea. – Entrenamendu-programak egiteko: entrenamenduaren periodizazioa, programazioa, agenda eta kronogramak. – Irudien tratamendua egiteko. Honako hauek baloratzeko materialak: – Egoera fisikoa: zinta metrikoa, kronometroa, pultsometroa, metronomoa, indarra-abiadura profila neurtzeko gailuak, erresistentzia-makinak eta dinamometroak. – Egoera biologikoa: azal-tolesturetarako pintza, bioinpedantzia-aparatua, baskula, antropometroa eta plomua. – Alderdi psikosozialak: galdetegi sortak. Lehen laguntzako materialak. – Botikina. – Immobilizatze ferula puzgarrien joko osoa, lepoko doigarriak, lepoko zurrunak (neurri anitzekoak), bizkarrezurrerako ohola, hutseko koltxoia, ohatila finkoak (behin erabiltzeko azalekoak), ohatila eramangarri tolesgarria, guraize-ohatila, immobilizatu eta lekualdatzeak egiteko ohatila zurruna eta mantak. – BBBrako manikia, oxigenoterapiako ekipoa, desfibriladore erdi-automatikoa eta automatikoa, gelditzeetarako orgak (helduentzat eta pediatrikoak), xurgagailua eta kateterrak, BBBrako maskara eta aurpegi-babesa. Aulkiak.
480 m ² -ko gimnasia-aretoa (aldagelak, dutxak eta biltegia izan beharko ditu).	Ispiluak. Musika euskarriaren bidezko taldeko egokitzapen fisikoko jardueretako tresna espezifikoak. Eremu handietarako soinu-ekipoa (gutxienez 500 w), automatikoki anplifikatzen diren bozgorailuekin. Agertokia argiztatzeko oinarrizko ekipoa. Horma-barrak. Lastairak Fitness-eko eta wellness-eko materiala: – Banda elastikoak, flex band delakoak. – Pilotak eta baloiak (egonkortasunekoak, diametro handikoak eta txikikoak, pisudunak, aparrezkoak eta beste batzuk). – Erruloak, arrabolak edo aparrezko barrak. Yogako blokeak. – Egonkortzeko plataformak. Pilates-metodarako materiala: uztaiak. Biltegiratzeko osagarriak: armairuak, euskarriak, saskiak eta orgak.

2020ko uztailaren 31a, ostirala

Prestakuntza-espazioa	Ekipamendua
(*) Igerileku klimatizatua (25 metro luze eta 2 metro sakon).	<p>Flotagarritasuna handitzeko osagarriak: kortxoak, burbuilak, mahukak, buiak, igeriketako taulak, lepoko flotagailuak, txurroak, pullbuoy edo barra-buiak eta eskuetako flotagailuak</p> <p>Erresistentzia sortzen duten osagarriak: hegatsak, igeriketako eskularruak, eskuko paletak, oinetako taulak, kanpaiak, pisuak, arraunak, orkatiletako eta eskumuturreko lastatuak.</p> <p>Flotatzeko osagarrien eta aparatu egonkortzaileen arteko konbinazioa, alboko heldulekuak dituzten txalekoak.</p> <p>Beste material batzuk: goma elastikoak, tapiz flotagarriak eta beste egitura batzuk, uretako step-ak, aqua fitness-eko barrak.</p> <p>Uretako bizikletak uretako ziklo indoor-erako.</p> <p>Biltegitratzeko osagarriak: armairuak, saskiak eta orgak.</p> <p>Uretako salbamendurako materialak: herrestan eramateko manikia, salbamendu-uztairako estatxa, erreskate- eta salbamendu-hodiak.</p>
(*) Erabilera anitzeko gela.	<p>Kardiobaskularrak:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bizikleta estatikoak. - Banku mugikorrekiko arraun aerobikoak. - Tapiz birakaria. - Eskailerak igotzeko simulatzailea. Makina kardiobaskular eliptikoa. <p>Muskularrak:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Muskulu multzo jakin bat lantzeko makinak. - Fondera. - Beso-flexioak egiteko euskarria. - Multipower-makina. - Diametro olinpikoko diskoak (1,25 kg eta 20 kg artekoak). - Barrak olinpikoak, z barrak, mankuernak. - Laneko bankuak: finkoa, artikulatua, banka horizontaleko press-erako euskarriak dituztenak, press miliitarrerako bankuak bizkarralde bertikalarekin. - Gerialdea babesteko hainbat neurritako gerrikoak. - Goma elastikoak. - Sentadillak egiteko euskarriak dituen kaiola. <p>Luzaketak egiteko:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lastairak. Erabilera anitzeko makina luzaketak egiteko. - Diametro handiko baloiak. - Horma-barrak.

(*) Eremu berezia (ez du zertan prestakuntza-zentroan egon).

MAIATZAREN 12KO 61/2020 DEKRETUAREN IV. ERANSKINA

IRAKASLEAK

1. idatzi-zatia.– Irakasleen espezialitatea eta irakasteko eskumena Egokitzapen Fisikoko goi-mailako teknikariaren heziketa-zikloko lanbide-moduluetan.

Lanbide-modulua	Irakasleen espezialitatea	Kidegoa
0017. Gizarte-trebetasunak.	Gorputz Hezkuntza. Gizarte esku-hartzea.	Bigarren Hezkuntzako irakasleak.
1136. Egoera fisikoa baloratzea eta istripuetan esku hartzea.	Gorputz Hezkuntza.	Bigarren Hezkuntzako irakasleak.
1148. Fitness-a erabilera anitzeko gelan.	Gorputz Hezkuntza.	Bigarren Hezkuntzako irakasleak.
1149. Musika-euskarriaren bidezko egokitzapen fisikoko oinarriko jarduerak.	Gorputz Hezkuntza.	Bigarren Hezkuntzako irakasleak.
1150. Musika-euskarriaren bidezko egokitzapen fisikoko jarduera espezializatuak.	Gorputz Hezkuntza.	Bigarren Hezkuntzako irakasleak.
1151. Egokitzapen fisikoa uretan.	Gorputz Hezkuntza.	Bigarren Hezkuntzako irakasleak.
1152. Hidrozinesia-teknikak.	Gorputz Hezkuntza.	Bigarren Hezkuntzako irakasleak.
1153. Gorputz-jarreraren kontrola, ongizatea eta mantentze funtzionala.	Gorputz Hezkuntza.	Bigarren Hezkuntzako irakasleak.
1154. Egokitzapen fisikoko proiektua.	Gorputz Hezkuntza.	Bigarren Hezkuntzako irakasleak.
E-200. Ingeles teknikoa.	Ingelesa.	Bigarren Hezkuntzako irakasleak.
1155. Laneko prestakuntza eta orientabidea.	Laneko prestakuntza eta orientabidea.	Bigarren Hezkuntzako irakasleak.
1156. Enpresa eta ekimen sortzailea	Laneko prestakuntza eta orientabidea.	Bigarren Hezkuntzako irakasleak.
1157. Lantokiko prestakuntza	Gorputz Hezkuntza.	Bigarren Hezkuntzako irakasleak.

edo arauetan ager litekeen beste edozein irakasle-espezialitate.

2. idatzi-zatia.– Titulazio baliokideak irakaskuntzaren ondorioetarako.

Kidegoa	Espezialitatea	Titulazioak
Bigarren Hezkuntzako irakasleak.	Laneko prestakuntza eta orientabidea.	Enpresa-zientzietan diplomaduna. Lan-harremanetan diplomaduna. Gizarte-lanean diplomaduna. Gizarte-hezkuntzan diplomaduna. Kudeaketa eta administrazio publikoan diplomaduna.
	Gizarte arloko esku-hartzea	Irakaslea, espezialitate guztietan. Gizarte-hezkuntzan diplomaduna. Gizarte-lanean diplomaduna.

edo araudian ager daitekeen beste edozein titulazio.

2020ko uztailaren 31a, ostirala

3. idatzi-zatia.– Titulua osatzen duten lanbide-moduluak emateko beharrezko titulazioak, hezkuntzakoaz bestelako administrazioetako titulartasun pribatuko nahiz publikoko ikastetxeentzat.

Lanbide-moduluak	Titulazioak
0017. Gizarte-trebetasunak.	Lizentziaduna, ingeniaria, arkitektoa edo dagokion graduko titulua, edo horien baliokidetzat jotako bestelako tituluak.
1136. Egoera fisikoa baloratzeta eta istripuetan esku hartzea.	
1148. Fitness-a erabilera anitzeko gelan.	
1149. Musika-euskarriaren bidezko egokitzapen fisikoko oinarrizko jarduerak.	
1150. Musika-euskarriaren bidezko egokitzapen fisikoko jarduera espezializatuak.	
1151. Egokitzapen fisikoa uretan.	
1152. Hidrozinesia-teknikak.	
1153. Gorputz-jarreraren kontrola, ongizatea eta mantentze funtzionala.	
1154. Egokitzapen fisikoko proiektua.	
1155. Laneko prestakuntza eta orientabidea.	
1156. Enpresa eta ekimen sortzailea	
E-200. Ingeles teknika.	

edo araudian ager daitekeen beste edozein titulazio.

4. idatzi-zatia.- Titulua osatzen duten lanbide-moduluak irakasteko beharrezko titulazioak hezkuntzakoaz besteko administrazioetako titulartasun pribatuko ikastetxeetarako, eta hezkuntza-administrazioetarako orientabideak.

Lanbide-moduluak	Titulazioak
0017. Gizarte-trebetasunak	Irakaslea, espezialitate guztietan. Gizarte Hezkuntzan diplomaduna. Gizarte Lanean diplomaduna.
1155. Laneko prestakuntza eta orientabidea. 1156. Enpresa eta ekimen sortzailea	Enpresa Zientzietan diplomaduna. Lan Harremanetan diplomaduna. Gizarte Lanean diplomaduna. Gizarte Hezkuntzan diplomaduna. Kudeaketa eta Administrazio Publikoan diplomaduna.

MAIATZAREN 12KO 61/2020 DEKRETUAREN V. ERANSKINA

BALIOZKOTZEAK

1. idatzi-zatia.– urriaren 3ko 1/1990 Lege Organikoaren (LOE) xedapenez ezarritako titulueta lanbide-moduluen eta maiatzaren 3ko 2/2006 Lege Organikoa oinarri duten Egokitzapen Fisikoko goi-mailako teknikariaren tituluko lanbide-moduluen arteko baliozkotzeak.

Jarduera fisikoen eta kirol-jardueren heziketa-zikloko lanbide-moduluak (LOGSE, 1/1990)	Egokitzapen fisikoko heziketa-zikloko lanbide-moduluak (LOE, 2/2006)
Taldeen dinamika eta animazioa	0017. Gizarte-trebetasunak.
Egokitzapen fisikoaren funts biologikoak eta oinarriak Lehen laguntzak eta uretako sorospena	1136. Egoera fisikoa baloratzea eta istripuetan esku hartzea.
Denbora libreko eta gizarte-heziketako jardueretako enpresa txikien antolamendua eta kudeaketa	1156. Enpresa eta ekimen sortzailea

Animazio soziokulturaleko heziketa-zikloko lanbide-moduluak (LOGSE, 1/1990)	Egokitzapen fisikoko heziketa-zikloko lanbide-moduluak (LOE, 2/2006)
Taldeen dinamika eta animazioa	0017. Gizarte-trebetasunak.
Denbora libreko eta gizarte-heziketako jardueretako enpresa txikien antolamendua eta kudeaketa	1156. Enpresa eta ekimen sortzailea

Haur-hezkuntzako heziketa-zikloko lanbide-moduluak (LOGSE 1/1990)	Egokitzapen fisikoko heziketa-zikloko lanbide-moduluak (LOE, 2/2006)
Taldeen dinamika eta animazioa	0017. Gizarte-trebetasunak.

Animazio turistikoko heziketa-zikloko lanbide-moduluak (LOGSE, 1/1990)	Egokitzapen fisikoko heziketa-zikloko lanbide-moduluak (LOE, 2/2006)
Denbora libreko eta gizarte-heziketako jardueretako enpresa txikien antolamendua eta kudeaketa	1156. Enpresa eta ekimen sortzailea

2. idatzi-zatia.– Maiatzaren 3ko 2/2006 Lege Organikoaren xedapenez ezarritako titulueta lanbide-moduluen eta Egokitzapen Fisikoko goi-mailako teknikariaren tituluko lanbide-moduluen arteko baliozkotzea.

Beste titulu batzuetako lanbide-moduluak (LOE 2/2006)	Egokitzapen fisikoko heziketa-zikloko lanbide-moduluak (LOE, 2/2006)
1124. Talde-dinamizazioa	0017. Gizarte-trebetasunak.

2020ko uztailaren 31a, ostirala

3. idatzi-zatia.– Egokitzapen Fisikoko goi-mailako teknikariaren tituluko lanbide-moduluen eta maiatzaren 3ko 2/2006 Lege Organikoaren xedapenez ezarritako beste edozein oinarri dituztenen arteko baliozkotzea.

Egokitzapen fisikoko heziketa zikloko lanbide moduluak (LOE, 2/2006)	Beste titulu batzuetako lanbide-moduluak (LOE 2/2006)
0017. Gizarte-trebetasunak.	1328. Taldeei arreta ematea
0017. Gizarte-trebetasunak.	0211. Gizarte-trebetasunak
1136. Egoera fisikoa baloratzeko eta istripuetan esku hartzea.	0020. Lehen laguntzak

2020ko uztailaren 31a, ostirala

MAIATZAREN 12KO 61/2020 DEKRETUAREN VI. ERANSKINA

KONPETENTZIA-ATALEN BAT-ETORTZEA LANBIDE-MODULUEKIN, HORIEK BALIOZKOTZEKO, ETA LANBIDE-MODULUEN BAT-ETORTZEA KONPETENTZIA-ATALEKIN, HORIEK EGIAZTATZEKO

1. idatzi-zatia.– Kualifikazioei eta Lanbide Heziketari buruzko ekainaren 19ko 5/2002 Lege Organikoaren 8. artikuluan ezarritakoaren arabera egiaztatzen diren konpetentzia-atalen egokitasuna lanbide-moduluekin.

Konpetentzia-atala	Lanbide-modulua
UC0273_3: Erabiltzailearen egoera fisiko, biologiko eta motibaziozkoa mugatu. UC0272_2: Istripu edo larrialdi-egoeraren bat gertatuz gero lehen parte-hartzaile gisa jardutea.	1136 Istripuetan egoera fisikoa baloratzea eta esku-hartzea.
UC0274_3 Entrenamendurako erabilera anitzeko gela bati dagozkion jarduerak programatu, erabiltzailearen osasuna eta ongizatea sustatzea irizpide hartuta. UC0275_3 Egokitzapen fisikorako jarduerak irakatsi eta zuzendu, erabilera anitzeko gelei dagozkien ekipamendu eta materialak baliatuta.	1148. Fitness-a erabilera anitzeko gelan.
UC0515_3 Aerobic-aren berezko elementuak, haien aldaerak eta antzeko jarduerak baliatuta koreografiak diseinatu eta egin. UC0516_3 Taldeko egokitzapen fisikorako musikaz lagundutako jarduerak programatu eta zuzendu.	1149. Musika-euskarriaren bidezko egokitzapen fisikoko oinarrizko jarduerak. 1150. Musika-euskarriaren bidezko egokitzapen fisikoko jarduera espezializatuak.
UC1663_3 Uretako fitnessseko abilitadeak eta sekuentziak diseinatu eta egin. UC1664_3 Uretako fitnessseko jarduerak programatu, zuzendu eta dinamizatu.	1151. Egokitzapen fisikoa uretan.
UC1665_3 Hidrozinesia-protokoloak prestatu eta aplikatu.	1152. Hidrozinesia-teknikak

Oharra: Heziketa-ziklo honetan matrikulatutako pertsonen titularen barnean hartzen diren konpetentzia-atal guztiak 1224/2009 Errege Dekretuaren arabera egiaztatu badituzte –1224/2009 Errege Dekretua, lan-esperientziaren bitartez edo prestakuntza-bide ez-formalen bitartez eskuratutako lanbide-konpetentziak onartzeari buruzkoa–, honako lanbide-modulu hau izango dute baliozkotuta: «0017 Gizarte-gaitasunak».

2. idatzi-zatia.– Egiaztatzeari begira, titulu honetako lanbide-moduluei dagozkien konpetentzia-atalak honako hauek dira:

Lanbide-modulua	Konpetentzia-atala
1136 Istripuetan egoera fisikoa baloratzea eta esku-hartzea.	UC0273_3: Erabiltzailearen egoera fisiko, biologiko eta motibaziozkoa mugatu. UC0272_2: Istripu edo larrialdi-egoeraren bat gertatuz gero lehen parte-hartzaile gisa jardutea.
1148. Fitness-a erabilera anitzeko gelan.	UC0274_3 Entrenamendurako erabilera anitzeko gela bati dagozkion jarduerak programatu, erabiltzailearen osasuna eta ongizatea sustatzea irizpide hartuta. UC0275_3 Egokitzapen fisikorako jarduerak irakatsi eta zuzendu, erabilera anitzeko gelei dagozkien ekipamendu eta materialak baliatuta.
1149. Musika-euskarriaren bidezko egokitzapen fisikoko oinarrizko jarduerak. 1150. Musika-euskarriaren bidezko egokitzapen fisikoko jarduera espezializatuak.	UC0515_3 Aerobic-aren berezko elementuak, haien aldaerak eta antzeko jarduerak baliatuta koreografiak diseinatu eta egin. UC0516_3 Taldeko egokitzapen fisikorako musikaz lagundutako jarduerak programatu eta zuzendu.
1151. Egokitzapen fisikoa uretan.	UC1663_3 Uretako fitnessseko abilitadeak eta sekuentziak diseinatu eta egin. UC1664_3 Uretako fitnessseko jarduerak programatu, zuzendu eta dinamizatu.
1152. Hidrozinesia-teknikak	UC1665_3 Hidrozinesia-protokoloak prestatu eta aplikatu.