



GUÍA DE EVIDENCIAS DE LA UNIDAD DE COMPETENCIA

“UC2809_2: Ejecutar ejercicios de acondicionamiento físico en sala de entrenamiento polivalente (sep)”

CUALIFICACIÓN PROFESIONAL: ACONDICIONAMIENTO FÍSICO EN SALA DE ENTRENAMIENTO POLIVALENTE (SEP)

Código: AFD097_3

NIVEL: 3



1. ESPECIFICACIONES DE EVALUACIÓN DE LA UNIDAD DE COMPETENCIA.

Dado que la evaluación de la competencia profesional se basa en la recopilación de pruebas o evidencias de competencia generadas por cada persona candidata, el referente a considerar para la valoración de estas evidencias de competencia (siempre que éstas no se obtengan por observación del desempeño en el puesto de trabajo) es el indicado en los apartados 1.1 y 1.2 de esta GEC, referente que explicita la competencia recogida en las realizaciones profesionales y criterios de realización de la UC2809_2: Ejecutar ejercicios de acondicionamiento físico en sala de entrenamiento polivalente (sep).

1.1. Especificaciones de evaluación relacionadas con las dimensiones de la competencia profesional.

Las especificaciones recogidas en la GEC deben ser tenidas en cuenta por el asesor o asesora para el contraste y mejora del historial formativo de la persona candidata (especificaciones sobre el saber) e historial profesional (especificaciones sobre el saber hacer y saber estar).

Lo explicitado por la persona candidata durante el asesoramiento deberá ser contrastado por el evaluador o evaluadora, empleando para ello el referente de evaluación (UC y los criterios fijados en la correspondiente GEC) y el método que la Comisión de Evaluación determine. Estos métodos pueden ser, entre otros, la observación de la persona candidata en el puesto de trabajo, entrevistas profesionales, pruebas objetivas u otros. En el punto 2.1 de esta Guía se hace referencia a los mismos.

Este apartado comprende las especificaciones del “saber” y el “saber hacer”, que configuran las “competencias técnicas”, así como el “saber estar”, que comprende las “competencias sociales”.

a) Especificaciones relacionadas con el “saber hacer”.

La persona candidata demostrará el dominio práctico relacionado con las actividades profesionales que intervienen en ejecutar ejercicios de acondicionamiento físico en sala de entrenamiento polivalente (sep), y que se indican a continuación:

Nota: A un dígito se indican las actividades profesionales expresadas en las realizaciones profesionales de la unidad de competencia, y a dos dígitos las reflejadas en los criterios de realización.

1. Manejar el equipamiento y material de la SEP, dominando sus usos, precauciones y funciones para explotar todas sus posibilidades de manera segura y eficiente.

- 1.1 El equipamiento destinado al trabajo cardiovascular se adapta, seleccionando la velocidad, inclinación y resistencia a ejercer, ajustándolo a las propias condiciones biomecánicas.
- 1.2 El equipamiento destinado al trabajo de fuerza en máquinas guiadas (jalón, prensa de piernas entre otras) se utiliza, manejando sus partes ajustables, y consiguiendo la postura buscada.
- 1.3 El equipamiento destinado al trabajo semi/dirigido de fuerza (torres y cruces de poleas, bancos, "multipower", entre otros) se utiliza, adaptando sus partes ajustables y adecuándolo a las propias condiciones biomecánicas.
- 1.4 Los materiales auxiliares como mancuernas, discos, barras, kettlebells, elásticos, balones y sacos, entre otros, se utilizan en la ejecución de ejercicios, explotando sus variantes.
- 1.5 Los materiales auxiliares de apoyo como bases inestables y colchonetas se utilizan en la ejecución de ejercicios, explotando sus variantes.

2. Ejecutar ejercicios orientados a desarrollar la propia flexibilidad con eficiencia y seguridad, manejando los recursos de la sala de entrenamiento polivalente (SEP) para obtener beneficios biológicos y fisiológicos.

- 2.1 Los ejercicios orientados a desarrollar la propia flexibilidad se ejecutan, teniendo en cuenta los propios rangos de movilidad articular sin superar los límites del movimiento o la posición.
- 2.2 Los ejercicios orientados a desarrollar la propia flexibilidad se ejecutan, incidiendo en la colocación del cuerpo garantizando el control postural.
- 2.3 Los ejercicios orientados a desarrollar la propia flexibilidad se ejecutan, asegurando una elongación muscular eficiente, evitando movimientos sin control.
- 2.4 Los ejercicios orientados a la mejora de la propia flexibilidad se ejecutan haciendo hincapié en la seguridad, aislando cualquier objeto y/o material que pudiera ocasionar un riesgo mientras se realiza.

3. Ejecutar ejercicios orientados a desarrollar la propia fuerza con eficiencia y seguridad, manejando los recursos de la Sala de Entrenamiento Polivalente (SEP).

- 3.1 Los ejercicios orientados a la mejora de la propia fuerza se ejecutan, aplicando su técnica, con un origen y final de rango de movimiento acorde con los objetivos del ejercicio y las posibilidades del grupo muscular implicado.
- 3.2 Los ejercicios orientados a la mejora de la propia fuerza se ejecutan, siguiendo un ritmo, buscando la efectividad para su objetivo fisiológico.
- 3.3 Los ejercicios orientados a la mejora de la fuerza se secuencian, siguiendo una progresión de dificultad y complejidad.
- 3.4 Los ejercicios orientados a la mejora de la propia fuerza se ejecutan, llegando a alcanzar la intensidad deseada dosificando el esfuerzo.



3.5 Los ejercicios orientados a la mejora de la propia fuerza se ejecutan, haciendo hincapié en la seguridad, aislando cualquier objeto y/o material que pudiera ocasionar un riesgo mientras se realiza.

4. Ejecutar ejercicios orientados a desarrollar la propia resistencia cardiovascular con eficiencia y seguridad, manejando los recursos de la Sala de Entrenamiento Polivalente (SEP) para obtener beneficios biológicos y fisiológicos.

4.1 Los ejercicios orientados a desarrollar la propia resistencia cardiovascular se ejecutan, teniendo en cuenta la percepción subjetiva del esfuerzo (RPE), aplicando la intensidad del estímulo según el objetivo fisiológico.

4.2 Los ejercicios orientados a desarrollar la propia resistencia cardiovascular se ejecutan, controlando el nivel de impacto articular, si es necesario adaptando la dificultad al propio nivel como ejecutante.

4.3 Los ejercicios orientados a desarrollar la propia resistencia cardiovascular se ejecutan, trabajando con las variables de tiempo e intensidad.

4.4 Los ejercicios orientados a desarrollar la propia resistencia cardiovascular se ejecutan, manteniendo el ritmo de frecuencia cardíaca acorde con el tipo de esfuerzo planteado.

5. Entrenar la propia condición física mediante un trabajo eficiente y seguro, aprovechando los recursos disponibles e interactuando respetuosamente con otras personas usuarias para vivenciar la experiencia del entrenamiento en la SEP.

5.1 La indumentaria acorde a una actividad de entrenamiento en SEP se viste, garantizando la higiene habitual de la misma.

5.2 La hidratación en diferentes momentos del entrenamiento se evidencia, utilizando agua u otras bebidas rehidratadoras ante el ejercicio.

5.3 Los ejercicios de acondicionamiento físico se ejecutan, incidiendo en el control postural durante todas las fases del ejercicio.

5.4 Los ejercicios de acondicionamiento físico se ejecutan, garantizando la dosificación del esfuerzo equilibrándolo con un espíritu de superación.

b) Especificaciones relacionadas con el “saber”.

La persona candidata, en su caso, deberá demostrar que posee los conocimientos técnicos (conceptos y procedimientos) que dan soporte a las actividades profesionales implicadas en las realizaciones profesionales de la **UC2809_2: Ejecutar ejercicios de acondicionamiento físico en sala de entrenamiento polivalente (sep)**. Estos conocimientos se presentan agrupados a partir de las actividades profesionales que aparecen en cursiva y negrita:

1. Anatomía y fisiología implicada en los ejercicios propios de la SEP

- Tipos de fibras musculares. Musculatura implicada: localización, origen, inserción y acción. La contracción muscular. Tipos de contracción. Ruta aeróbica y anaeróbicas. La recuperación. La hidratación. La respiración en los ejercicios de acondicionamiento físico.

2. Ejercicios enfocados al desarrollo de la flexibilidad

- Métodos para trabajar la flexibilidad. Ejercicios estáticos de flexibilidad. Ejercicios dinámicos de flexibilidad. Tipos de estiramientos. Ejecución de estiramientos por grupos musculares. Técnicas de control postural con la columna vertebral como eje principal.

3. Técnicas de movimientos de acondicionamiento físico con cargas

- Técnica de ejercicios en máquinas guiadas de palancas. Técnica de levantamientos de halterofilia con barra. Técnica de peso muerto. Técnica de sentadilla. Técnica press banca. Técnica de ejercicios de calistenia. Técnica de ejercicios con materiales auxiliares (mancuernas, bancos, "kettlebells").

4. Ejercicios enfocados a la resistencia cardiovascular

- Técnica y biomecánica de marcha y carrera. Técnica y biomecánica de pedaleo. Técnica y biomecánica del remoergómetro. Posiciones de los brazos y agarres en las máquinas para la consecución de diferentes objetivos.

5. Normas de uso de la sala fitness

- La indumentaria deportiva
- Elementos personales para la seguridad
- Convivencia en la sala fitness
- Hábitos higiénicos en la sala fitness
- Uso de los recursos de la sala fitness
- El personal profesional de una sala fitness
- Prevención de riesgos laborales.

c) Especificaciones relacionadas con el “saber estar”.

La persona candidata debe demostrar la posesión de actitudes de comportamiento en el trabajo y formas de actuar e interactuar, según las siguientes especificaciones:

- Proponer alternativas con el objetivo de mejorar resultados.
- Emplear tiempo y esfuerzo en ampliar conocimientos e información complementaria para utilizarlos en su trabajo.
- Adaptarse a la organización, a sus cambios estructurales y tecnológicos, así como a situaciones o contextos nuevos.
- Demostrar responsabilidad ante errores y fracasos, prestando atención a las mejoras que puedan presentarse.
- Participar y colaborar activamente en el equipo de trabajo.



- Adoptar códigos de conducta tendentes a transmitir el contenido del principio de igualdad.

1.2. Situaciones profesionales de evaluación y criterios de evaluación.

La situación profesional de evaluación define el contexto profesional en el que se tiene que desarrollar la misma. Esta situación permite al evaluador o evaluadora obtener evidencias de competencia de la persona candidata que incluyen, básicamente, todo el contexto profesional de la Unidad de Competencia implicada.

Así mismo, la situación profesional de evaluación se sustenta en actividades profesionales que permiten inferir competencia profesional respecto a la práctica totalidad de realizaciones profesionales de la Unidad de Competencia.

Por último, indicar que la situación profesional de evaluación define un contexto abierto y flexible, que puede ser completado por las CC.AA., cuando éstas decidan aplicar una prueba profesional a las personas candidatas.

En el caso de la “UC2809_2: Ejecutar ejercicios de acondicionamiento físico en sala de entrenamiento polivalente (sep)”, se tiene una situación profesional de evaluación y se concreta en los siguientes términos:

1.2.1. Situación profesional de evaluación.

a) Descripción de la situación profesional de evaluación.

En esta situación profesional, la persona candidata demostrará la competencia requerida para ejecutar ejercicios de acondicionamiento físico en Sala de Entrenamiento Polivalente (SEP), cumpliendo la normativa relativa a protección medioambiental, planificación de la actividad preventiva y aplicando estándares de calidad. Esta situación comprenderá al menos las siguientes actividades:

- 1. Manejar el equipamiento y material de la SEP.**
- 2. Ejecutar ejercicios orientados a desarrollar la propia flexibilidad, la propia fuerza y la resistencia cardiovascular.**

Condiciones adicionales:

- Se dispondrá de equipamientos, productos específicos y ayudas técnicas requeridas por la situación profesional de evaluación.
- Se comprobará la capacidad del candidato o candidata en respuesta a contingencias.
- Se asignará un tiempo total para que el candidato o la candidata demuestre su competencia en condiciones de estrés profesional.

b) Criterios de evaluación asociados a la situación de evaluación.

Cada criterio de evaluación está formado por un criterio de mérito significativo, así como por los indicadores y escalas de desempeño competente asociados a cada uno de dichos criterios.

En la situación profesional de evaluación, los criterios de evaluación se especifican en el cuadro siguiente:

<i>Criterios de mérito</i>	<i>Indicadores de desempeño competente</i>
<i>Exactitud en el manejo del equipamiento y material de la SEP.</i>	<ul style="list-style-type: none">- Adaptación del equipamiento.- Utilización del equipamiento destinado al trabajo de fuerza en máquinas guiadas.- Utilización del equipamiento destinado al trabajo semi/dirigido de fuerza.- Utilización de los materiales auxiliares como mancuernas, discos, barras, kettlebells, elásticos, balones y sacos, entre otros.- Utilización de los materiales auxiliares de apoyo como bases inestables y colchonetas. <p><i>El umbral de desempeño competente está explicitado en la Escala A</i></p>
<i>Rigor en la ejecución de ejercicios orientados a desarrollar la propia flexibilidad, la propia fuerza y la resistencia cardiovascular.</i>	<ul style="list-style-type: none">- Ejecución de los ejercicios orientados a desarrollar la propia flexibilidad, teniendo en cuenta los propios rangos de movilidad articular sin superar los límites del movimiento o la posición.- Ejecución de los ejercicios orientados a desarrollar la propia flexibilidad, incidiendo en la colocación del cuerpo garantizando el control postural, asegurando una

	<p>elongación muscular eficiente, evitando movimientos sin control, haciendo hincapié en la seguridad.</p> <ul style="list-style-type: none">- Ejecución de los ejercicios orientados a la mejora de la propia fuerza aplicando su técnica, con un origen y final de rango de movimiento acorde con los objetivos del ejercicio y las posibilidades del grupo muscular implicado, siguiendo un ritmo, siguiendo una progresión de dificultad y complejidad, llegando a alcanzar la intensidad deseada dosificando el esfuerzo, haciendo hincapié en la seguridad.- Ejecución de los ejercicios orientados a desarrollar la propia resistencia cardiovascular, teniendo en cuenta la percepción de esfuerzo subjetiva (RPE), controlando el nivel de impacto articular, trabajando con las variables de tiempo e intensidad, manteniendo el ritmo de frecuencia cardíaca acorde con el tipo de esfuerzo planteado. <p><i>El umbral de desempeño competente está explicitado en la Escala B</i></p>
<p><i>Cumplimiento del tiempo asignado, considerando el que emplearía un o una profesional competente.</i></p>	
<p><i>El desempeño competente requiere el cumplimiento, en todos los criterios de mérito, de la normativa aplicable en materia de prevención de riesgos laborales, protección medioambiental</i></p>	

Escala A

4	<p><i>Para manejar el equipamiento y material de la SEP, adapta el equipamiento. Utiliza el equipamiento destinado al trabajo de fuerza en máquinas guiadas. Utiliza el equipamiento destinado al trabajo semi/dirigido de fuerza. Utiliza los materiales auxiliares como mancuernas, discos, barras, kettlebells, elásticos, balones y sacos, entre otros. Utiliza los materiales auxiliares de apoyo como bases inestables y colchonetas.</i></p>
3	<p><i>Para manejar el equipamiento y material de la SEP, adapta el equipamiento. Utiliza el equipamiento destinado al trabajo de fuerza en máquinas guiadas. Utiliza el equipamiento destinado al trabajo semi/dirigido de fuerza. Utiliza los materiales auxiliares como mancuernas, discos, barras, kettlebells, elásticos, balones y sacos, entre otros. Utiliza los materiales auxiliares de apoyo como bases inestables y colchonetas, pero comete pequeñas irregularidades que no alteran el resultado final.</i></p>
2	<p><i>Para manejar el equipamiento y material de la SEP, adapta el equipamiento. Utiliza el equipamiento destinado al trabajo de fuerza en máquinas guiadas. Utiliza el equipamiento destinado al trabajo semi/dirigido de fuerza. Utiliza los materiales auxiliares como mancuernas, discos, barras, kettlebells,</i></p>

	<i>elásticos, balones y sacos, entre otros. Utiliza los materiales auxiliares de apoyo como bases inestables y colchonetas, pero comete grandes irregularidades que alteran el resultado final.</i>
1	<i>No maneja el equipamiento ni material de la SEP.</i>

Nota: el umbral de desempeño competente corresponde a la descripción establecida en el número 3 de la escala.

Escala B

4	<i>Para ejecutar ejercicios orientados a desarrollar la propia flexibilidad, la propia fuerza y la resistencia cardiovascular, ejecuta los ejercicios orientados a desarrollar la propia flexibilidad, teniendo en cuenta los propios rangos de movilidad articular sin superar los límites del movimiento o la posición. Ejecuta los ejercicios orientados a desarrollar la propia flexibilidad, incidiendo en la colocación del cuerpo garantizando el control postural, asegurando una elongación muscular eficiente, evitando movimientos sin control, haciendo hincapié en la seguridad. Ejecuta los ejercicios orientados a la mejora de la propia fuerza aplicando su técnica, con un origen y final de rango de movimiento acorde con los objetivos del ejercicio y las posibilidades del grupo muscular implicado, siguiendo un ritmo, siguiendo una progresión de dificultad y complejidad, llegando a alcanzar la intensidad deseada dosificando el esfuerzo, haciendo hincapié en la seguridad. Ejecuta los ejercicios orientados a desarrollar la propia resistencia cardiovascular, teniendo en cuenta la percepción de esfuerzo subjetiva (RPE), controlando el nivel de impacto articular, trabajando con las variables de tiempo e intensidad, manteniendo el ritmo de frecuencia cardíaca acorde con el tipo de esfuerzo planteado.</i>
3	<i>Para ejecutar ejercicios orientados a desarrollar la propia flexibilidad, la propia fuerza y la resistencia cardiovascular, ejecuta los ejercicios orientados a desarrollar la propia flexibilidad, teniendo en cuenta los propios rangos de movilidad articular sin superar los límites del movimiento o la posición. Ejecuta los ejercicios orientados a desarrollar la propia flexibilidad, incidiendo en la colocación del cuerpo garantizando el control postural, asegurando una elongación muscular eficiente, evitando movimientos sin control, haciendo hincapié en la seguridad. Ejecuta los ejercicios orientados a la mejora de la propia fuerza aplicando su técnica, con un origen y final de rango de movimiento acorde con los objetivos del ejercicio y las posibilidades del grupo muscular implicado, siguiendo un ritmo, siguiendo una progresión de dificultad y complejidad, llegando a alcanzar la intensidad deseada dosificando el esfuerzo, haciendo hincapié en la seguridad. Ejecuta los ejercicios orientados a desarrollar la propia resistencia cardiovascular, teniendo en cuenta la percepción de esfuerzo subjetiva (RPE), controlando el nivel de impacto articular, trabajando con las variables de tiempo e intensidad, manteniendo el ritmo de frecuencia cardíaca acorde con el tipo de esfuerzo planteado, pero comete pequeñas irregularidades que no alteran el resultado final.</i>
2	<i>Para ejecutar ejercicios orientados a desarrollar la propia flexibilidad, la propia fuerza y la resistencia cardiovascular, ejecuta los ejercicios orientados a desarrollar la propia flexibilidad, teniendo en cuenta los propios rangos de movilidad articular sin superar los límites del movimiento o la posición. Ejecuta los ejercicios orientados a desarrollar la propia flexibilidad, incidiendo en la colocación del cuerpo garantizando el control postural, asegurando una elongación muscular eficiente, evitando movimientos sin control, haciendo hincapié en la seguridad. Ejecuta los ejercicios orientados a la mejora de la propia fuerza aplicando su técnica, con un origen y final de rango de movimiento acorde con los objetivos del ejercicio y las posibilidades del grupo muscular implicado, siguiendo un ritmo,</i>

	<i>siguiendo una progresión de dificultad y complejidad, llegando a alcanzar la intensidad deseada dosificando el esfuerzo, haciendo hincapié en la seguridad. Ejecuta los ejercicios orientados a desarrollar la propia resistencia cardiovascular, teniendo en cuenta la percepción de esfuerzo subjetiva (RPE), controlando el nivel de impacto articular, trabajando con las variables de tiempo e intensidad, manteniendo el ritmo de frecuencia cardíaca acorde con el tipo de esfuerzo planteado, pero comete grandes irregularidades que alteran el resultado final.</i>
1	<i>No ejecuta ejercicios orientados a desarrollar la propia flexibilidad, la propia fuerza y la resistencia cardiovascular.</i>

Nota: el umbral de desempeño competente corresponde a la descripción establecida en el número 3 de la escala.

2. MÉTODOS DE EVALUACIÓN DE LA UNIDAD DE COMPETENCIA Y ORIENTACIONES PARA LAS COMISIONES DE EVALUACIÓN Y EVALUADORES/AS.

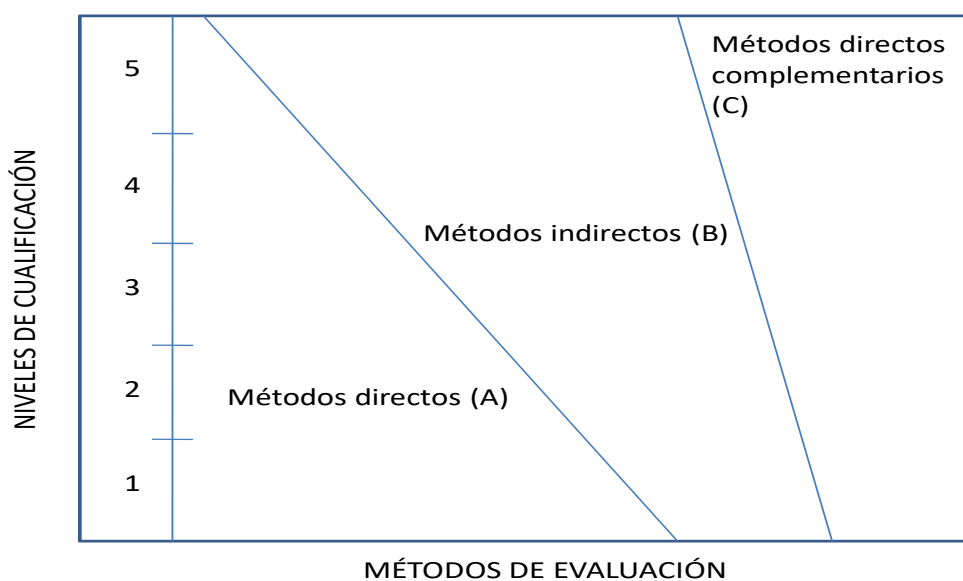
La selección de métodos de evaluación que deben realizar las Comisiones de Evaluación será específica para cada persona candidata, y dependerá fundamentalmente de tres factores: nivel de cualificación de la unidad de competencia, características personales de la persona candidata y evidencias de competencia indirectas aportadas por la misma.

2.1. Métodos de evaluación y criterios generales de elección.

Los métodos que pueden ser empleados en la evaluación de la competencia profesional adquirida por las personas a través de la experiencia laboral, y vías no formales de formación son los que a continuación se relacionan:

- a) **Métodos indirectos:** Consisten en la valoración del historial profesional y formativo de la persona candidata; así como en la valoración de muestras sobre productos de su trabajo o de proyectos realizados. Proporcionan evidencias de competencia inferidas de actividades realizadas en el pasado.
- b) **Métodos directos:** Proporcionan evidencias de competencia en el mismo momento de realizar la evaluación. Los métodos directos susceptibles de ser utilizados son los siguientes:
 - Observación en el puesto de trabajo (A).
 - Observación de una situación de trabajo simulada (A).
 - Pruebas de competencia profesional basadas en las situaciones profesionales de evaluación (C).

- Pruebas de habilidades (C).
- Ejecución de un proyecto (C).
- Entrevista profesional estructurada (C).
- Preguntas orales (C).
- Pruebas objetivas (C).



Fuente: Leonard Mertens (elaboración propia)

Como puede observarse en la figura anterior, en un proceso de evaluación que debe ser integrado (“holístico”), uno de los criterios de elección depende del nivel de cualificación de la UC. Como puede observarse, a menor nivel, deben priorizarse los métodos de observación en una situación de trabajo real o simulada, mientras que, a niveles superiores, debe priorizarse la utilización de métodos indirectos acompañados de entrevista profesional estructurada.

La consideración de las características personales de la persona candidata, debe basarse en el principio de equidad. Así, por este principio, debe priorizarse la selección de aquellos métodos de carácter complementario que faciliten la generación de evidencias válidas. En este orden de ideas, nunca debe aplicarse una prueba de conocimientos de carácter escrito a una persona candidata a la que se le aprecien dificultades de expresión escrita, ya sea por razones basadas en el



desarrollo de las competencias básicas o factores de integración cultural, entre otras. Una conversación profesional que genere confianza sería el método adecuado.

Por último, indicar que las evidencias de competencia indirectas debidamente contrastadas y valoradas, pueden incidir decisivamente, en cada caso particular, en la elección de otros métodos de evaluación para obtener evidencias de competencia complementarias.

2.2. Orientaciones para las Comisiones de Evaluación y Evaluadores.

- a) Cuando la persona candidata justifique sólo formación no formal y no tenga experiencia en el proceso de Ejecutar ejercicios de acondicionamiento físico en Sala de Entrenamiento Polivalente (SEP), se le someterá, al menos, a una prueba profesional de evaluación y a una entrevista profesional estructurada sobre la dimensión relacionada con el "saber" y "saber estar" de la competencia profesional.
- b) En la fase de evaluación siempre se deben contrastar las evidencias indirectas de competencia presentadas por la persona candidata. Deberá tomarse como referente la UC, el contexto que incluye la situación profesional de evaluación, y las especificaciones de los "saberes" incluidos en las dimensiones de la competencia. Se recomienda utilizar una entrevista profesional estructurada.
- c) Si se evalúa a la persona candidata a través de la observación en el puesto de trabajo, se recomienda tomar como referente los logros expresados en las realizaciones profesionales considerando el contexto expresado en la situación profesional de evaluación.
- d) Si se aplica una prueba práctica, se recomienda establecer un tiempo para su realización, considerando el que emplearía un o una profesional competente, para que el evaluado trabaje en condiciones de estrés profesional.
- e) Por la importancia del "saber estar" recogido en la letra c) del apartado 1.1 de esta Guía, en la fase de evaluación se debe comprobar la competencia de la persona candidata en esta dimensión particular, en los aspectos considerados.
- f) Esta Unidad de Competencia es de nivel "X" y sus competencias tienen componentes psicomotores, cognitivos y actitudinales. Por sus características, y dado que, en este caso, tiene mayor relevancia el componente de destrezas psicomotrices, en función del método de evaluación utilizado, se recomienda que en la comprobación de lo explicitado por la persona candidata se complemente con una prueba

práctica que tenga como referente las actividades de la situación profesional de evaluación. Esta prueba se planteará sobre un contexto definido que permita evidenciar las citadas competencias, minimizando los recursos y el tiempo necesario para su realización, e implique el cumplimiento de las normas de seguridad, prevención de riesgos laborales y medioambientales requeridas.

- g) Si se utiliza la entrevista profesional para comprobar lo explicitado por la persona candidata se tendrán en cuenta las siguientes recomendaciones:

Se estructurará la entrevista a partir del análisis previo de toda la documentación presentada por la persona candidata, así como de la información obtenida en la fase de asesoramiento y/o en otras fases de la evaluación.

La entrevista se concretará en una lista de cuestiones claras, que generen respuestas concretas, sobre aspectos que han de ser explorados a lo largo de la misma, teniendo en cuenta el referente de evaluación y el perfil de la persona candidata. Se debe evitar la improvisación.

El evaluador o evaluadora debe formular solamente una pregunta a la vez dando el tiempo suficiente de respuesta, poniendo la máxima atención y neutralidad en el contenido de las mismas, sin enjuiciarlas en ningún momento. Se deben evitar las interrupciones y dejar que la persona candidata se comunique con confianza, respetando su propio ritmo y solventando sus posibles dificultades de expresión.

Para el desarrollo de la entrevista se recomienda disponer de un lugar que respete la privacidad. Se recomienda que la entrevista sea grabada mediante un sistema de audio vídeo previa autorización de la persona implicada, cumpliéndose la ley de protección de datos.