

Estándar de competencias profesionales

Concretar, dirigir y dinamizar sesiones secuenciadas de iniciación deportiva en Gimnasia Aeróbica, a partir de una planificación de referencia

Familia Profesional	Actividades Físicas y Deportivas
Nivel	2
Código	ECP2429_2
Estado	BOE
Publicación	RD 43/2022

Competencia profesional

Elementos de la competencia

EC1 Concretar el desarrollo de las sesiones secuenciadas de un programa de iniciación deportiva en Gimnasia Aeróbica, adaptándolas a las características, necesidades y expectativas de los gimnastas, siguiendo la programación de referencia, atendiendo a criterios de accesibilidad y según normativa aplicable vinculada a calidad, protección medioambiental y la planificación de la actividad preventiva, para adaptar el trabajo a los ciclos operativos.

IC1.1 La programación de referencia de iniciación deportiva en Gimnasia Aeróbica se interpreta, diferenciando los siguientes elementos que la componen:

IC1.1 - Los objetivos generales, los ciclos temporales o subperiodos que lo estructuran y la distribución temporal de los objetivos de aprendizaje estableciendo su interdependencia.

IC1.1 - Los ejercicios y actividades propuestas y su asignación en función de los objetivos.

IC1.1 - Las estrategias metodológicas específicas.

IC1.1 - La tipología y características de la instalación de Gimnasia Aeróbica.

IC1.1 - Los recursos humanos y medios materiales.

IC1.1 - Las ayudas y actividades de refuerzo previstas para atender las contingencias, necesidades de los participantes y limitaciones en el ámbito de su autonomía personal.

IC1.1 - Los aspectos de riesgo potencial dentro de la configuración de los ejercicios por la práctica y ejecución, medios materiales utilizados e instalación, así como los errores y la forma de prevenirlos.

IC1.2 Las características físicas, motoras, técnicas y motivacionales de los gimnastas, de la instalación y de los recursos disponibles expresados en la programación de referencia de iniciación deportiva en Gimnasia Aeróbica se verifican, detectando y cuantificando las desviaciones y diferencias significativas con la realidad para corregirlas y tenerlas en cuenta para programas posteriores.

IC1.3 Las sesiones que componen un ciclo operativo de la programación de referencia de iniciación deportiva en Gimnasia Aeróbica se especifican en función de la información actualizada disponible, explicitando para cada una de ellas:

IC1.3 - La ubicación temporal en el ciclo operativo al que corresponde por la carga de trabajo que expresa.

IC1.3 - La estructura de cada sesión y su distribución temporal entre calentamiento, núcleo y vuelta a la calma.

IC1.3 - Los ejercicios y actividades que se utilizan, siguiendo la programación de referencia.

IC1.3 - Las estrategias metodológicas y su relación con las actividades de trabajo.

IC1.3 - La tipología, accesibilidad y características de la instalación.

IC1.3 - Los recursos y medios materiales a utilizar en la sesión.

IC1.3 - Las ayudas, pautas de relación y comunicación.

IC1.4 Las actividades de seguimiento se secuencian cronológicamente, concretando los instrumentos de valoración para que se pueda comprobar el grado de consecución de los objetivos previstos en la programación de referencia.

EC2 Revisar la instalación y los medios materiales para realizar las operaciones auxiliares de mantenimiento y reparación que permitan su operatividad durante el desarrollo de las sesiones de iniciación deportiva en Gimnasia Aeróbica, siguiendo la programación de referencia, atendiendo a criterios de accesibilidad y según normativa aplicable vinculada a calidad, protección medioambiental y la planificación de la actividad preventiva.

IC2.1 Las instalaciones se revisan antes de su utilización, comprobando su operatividad, accesibilidad y adaptación a las características individuales de los gimnastas.

IC2.2 Los riesgos laborales durante la revisión de instalación y medios materiales se verifican según el protocolo y guía para la acción preventiva de la entidad, concretándolos e informando de los resultados al departamento o responsable para que sean minimizados dentro de los márgenes tolerables.

IC2.3 Los medios de comunicación de incidencias se comprueban, verificando que están operativos y accesibles para poder solicitar ayuda inmediata en caso de producirse alguna situación de emergencia.

IC2.4 Los medios materiales y de apoyo para realizar las actividades de una sesión de trabajo de iniciación deportiva en Gimnasia Aeróbica:

IC2.4 - Se revisan comprobando que están en las condiciones de uso previstas.

IC2.4 - Se distribuyen comprobando su disponibilidad antes del comienzo de cada sesión.

IC2.4 - Se recogen guardándolos en los lugares indicados asegurando su conservación y seguridad.

IC2.4 - Se reparan, efectuando su mantenimiento operativo.

IC2.5 La hoja de control de mantenimiento para las comprobaciones rutinarias se entrega previamente cumplimentada al departamento o persona responsable, para su control y gestión.

IC2.6 Las incidencias, fallos y desperfectos de instalaciones y medios materiales encontrados, susceptibles de reparación inmediata, se resuelven in situ, para asegurar la disponibilidad de uso.

EC3 Dirigir la dinamización de sesiones de iniciación deportiva en Gimnasia Aeróbica, atendiendo a la programación de referencia y las medidas de prevención de riesgos, aplicando las estrategias metodológicas y utilizando los medios materiales para conseguir el desarrollo de la actividad prevista.

IC3.1 Las características, necesidades, objetivos y expectativas de los gimnastas de iniciación deportiva en Gimnasia Aeróbica en relación con las actividades se atienden previa identificación, comprobando que la vestimenta y materiales personales se encuentran en condiciones de uso para el desarrollo de la actividad y atendiendo a criterios de accesibilidad.

IC3.2 La distribución temporal y la secuenciación de las actividades de iniciación deportiva en Gimnasia Aeróbica programadas se aplican siguiendo la programación de referencia, dinamizando las actividades positivamente durante el proceso.

IC3.3 El contenido de las sesiones se explica al gimnasta, para informarle, entre otros aspectos, sobre:

IC3.3 - La indumentaria personal

IC3.3 - La utilización del material y los equipos

IC3.3 - Las tareas a realizar y su finalidad

IC3.3 - Las condiciones de seguridad.

IC3.4 Las habilidades motrices básicas se utilizan como propuestas lúdicas con juegos motores y actividades de motricidad general para introducir el trabajo técnico de iniciación de los gimnastas.

IC3.5 La realización de los ejercicios y la utilización de los medios materiales se explican identificando los posibles errores de ejecución, utilizando los soportes y medios de refuerzo informativo para dirigir y corregir al gimnasta, garantizando que las indicaciones son comprendidas.

IC3.6 La comunicación con el gimnasta de iniciación deportiva en Gimnasia Aeróbica se adapta a sus posibilidades de percepción e interpretación para mantener una relación positiva con el mismo y asegurar la comprensión del ejercicio.

IC3.7 La ubicación durante toda la actividad se establece permitiendo controlar visualmente al gimnasta y/o grupo y dar instrucciones, para conseguir:

IC3.7 - Comprensión de sus indicaciones.

IC3.7 - Seguridad de la actividad, anticipándose a las posibles contingencias.

IC3.7 - Eficiencia en sus intervenciones.

IC3.7 - Captar el interés hacia las actividades.

IC3.7 - Favorecer la motivación y participación.

IC3.8 Las actividades alternativas se determinan para solucionar las situaciones imprevistas y la falta de adaptación del gimnasta.

IC3.9 La relación intragrupal durante la actividad se promueve, fomentando la cordialidad y desinhibición en el grupo y corrigiendo las conductas que puedan alterar el desarrollo del trabajo previsto, para garantizar la participación del grupo y la eficacia de la actividad.

EC4 Ejecutar los procedimientos de seguimiento y valoración de las actividades de iniciación deportiva en Gimnasia Aeróbica conforme a la programación de referencia para cumplir con los objetivos previstos.

IC4.1 Las técnicas e instrumentos de seguimiento y valoración se aplican previa identificación, conforme a la metodología expresada en la programación de referencia en función de las características de los gimnastas, registrando las incidencias y dificultades derivadas de su aplicación, para obtener información acerca del desarrollo y de la adecuación de la actividad.

IC4.2 La información obtenida del seguimiento y la valoración se trata de forma sistemática aplicando procedimientos objetivos de cálculo y registro.

IC4.3 Los datos obtenidos de los controles se transmiten a un superior técnico en la fecha, modelo de recogida y registro de datos en soporte físico y/o informático previstos en la programación de referencia, para retroalimentar el proceso.

Contexto profesional

Ámbito profesional

Sectores productivos

Ocupaciones y puestos de trabajo relevantes

Auxiliares de control de competiciones de Gimnasia Aeróbica

Medios de producción

Palabellón deportivo o sala polivalente, equipada para la práctica de Gimnasia Aeróbica, con suelo parquet o similar, steps. Aparatos auxiliares como equipo reproductor de música, colchonetas adicionales de diferentes tamaños, formas, grosor y densidad, espalderas, gomas y cuerdas, pesas. Ropa deportiva ajustada al cuerpo. Material auxiliar de señalización. Equipos informáticos con programas de aplicación específica. Sistemas de protección de datos.

Información utilizada o generada

Programas y manuales de iniciación deportiva en Gimnasia Aeróbica. Manuales de iniciación al entrenamiento. Videos de modelos técnicos. Revistas y libros especializados. Reglamentos de competición de Gimnasia Aeróbica (FIG). Guías y normativa para la acción preventiva. Documentación técnica de equipos y medios materiales. Programación general de referencia. Fichas de las sesiones. Hoja de control de mantenimiento. Fichas de seguimiento y valoración de las actividades de iniciación deportiva en Gimnasia Aeróbica. Normativa vinculada al desempeño de la actividad. Protocolos de seguridad.