

Formació

AFDA0110

Condicionament físic en grup amb suport musical

Certificat de Professionalitat Nivell: 3

OBJECTIU

Programar, dirigir i instruir activitats per millorar la condició física amb els elements, moviments, exercicis i les tècniques coreogràfiques pròpies de l'aeròbic, les seves variants i activitats afins; realitzar la determinació inicial i periòdica de la condició física, biològica i motivacional dels usuaris/àries i aplicar criteris de qualitat tant en el procés com en els resultats del servei i sempre des de l'observança i promoció de la salut i el benestar.

PERFIL D'ENTRADA

Persones preferentment en situació d'atur inscrites al Servei d'Ocupació de Catalunya.

Formació requerida

- Estar en possessió del Títol de Batxillerat.
- Estar en possessió d'un certificat de professionalitat del mateix nivell del mòdul o mòduls formatius i/o el certificat de professionalitat al que desitja accedir.
- Estar en possessió d'un certificat de professionalitat de nivell 2 de la mateixa família i àrea professional.
- Complir amb el requisit acadèmic d'accés als cicles formatius de grau superior pel nivell 3, o bé haver superat les corresponents proves d'accés regulades per les administracions educatives.
- Tenir superada la prova d'accés a la universitat per a majors de 25 anys i/o de 45 anys.
- Si no es disposa d'alguna de les titulacions o acreditacions prèvies, es podrà accedir si s'han superat amb la qualificació d'APTE les proves d'avaluació de les competències claus de nivell 3

OCUPACIONS O LLOCS DE TREBALL RELACIONATS

- Entrenador/a de condicionament físic per a grups amb suport musical en gimnasos o poliesportius.
- Monitor/a d'aeròbic.
- Monitor/a de graons.
- Monitor/a de cicle «indoor».
- Monitor/a de totes les activitats derivin de les anteriors o siguin similars.
- Animador/a d'activitats de condicionament físic.
- Monitor/a de les activitats anteriors per a col·lectius especials.
- Coordinador/a d'activitats de condicionament físic

CONTINGUTS / TEMPORALITZACIÓ DE L'ITINERARI FORMATIU

Relació d'accions formatives:

1. AFDA0110_CEN: CONDICIONAMENT FÍSIC EN GRUP AMB SUPORT MUSICAL (470 hores)

MF0273_3 (Transversal): Valoració de les capacitats físiques (130 hores).

UF1703: Aplicació de tests, proves i qüestionaris per valorar la condició física, biològica i motivacional (90 hores).

UF1704: Tractament de dades d'una bateria de tests, proves i qüestionaris de valoració de la condició física, biològica i motivacional (40 hores).

MF0515_3: Coreografies (120 hores).

UF1705: Domini tècnic, interpretació i execució de seqüències i composicions coreogràfiques (50 hores).

UF1706: Disseny coreogràfic en condicionament físic col·lectiu amb suport musical (70 hores).

MF0516_3: Metodologia i pràctica de condicionament físic en grup amb suport musical (180 hores).

UF1707: Programació en condicionament físic col·lectiu amb suport musical (70 hores).

UF1708: Direcció i dinamització d'activitats de condicionament físic col·lectiu amb suport musical (80 hores).

UF1709 (Transversal): Esdeveniments en condicionament físic sec i aquàtic (30 hores).

MF0272_2 (Transversal): Primers auxilis (40 hores).

2. FCO: Formació complementària (40 hores)

Inserció laboral, sensibilització mediambiental, igualtat de gènere prevenció de riscos

3. MP0366: Mòdul de pràctiques professionals no laborals de condicionament físic en grup amb suport musical (120 hores).

DURADA TOTAL DE L'ITINERARI FORMATIU: 630 hores (470 hores de formació teòric-pràctica, 40 hores de formació complementària i 120 hores de pràctiques en empreses)

CALENDARI PREVIST:

Inici: primer trimestre de 2024

Final:

HORARI PREVIST: de dilluns a divendres de 15:00 a 20:00 hores

MÉS INFORMACIÓ: formacio@barcelonactiva.cat

LLOC DE REALITZACIÓ:

INSTITUT DE L'ESPORT DE BARCELONA

Avinguda Francesc Ferrer i Guàrdia, 16

08038 Barcelona