

# Formación

**AFDA0110**

## **Acondicionamiento físico en grupo con soporte musical**

**Certificado de Profesionalidad Nivel: 3**

### **OBJETIVO**

Programar, dirigir e instruir actividades para mejorar la condición física con los elementos, movimientos, ejercicios y las técnicas coreográficas propias del aeróbic, sus variantes y actividades afines; realizar la determinación inicial y periódica de la condición física, biológica y motivacional de los usuarios/as y aplicar criterios de calidad tanto en el proceso como en los resultados del servicio y siempre desde la observancia y promoción de la salud y el bienestar.

### **PERFIL DE ENTRADA**

Personas preferentemente en situación de desempleo inscritas en el Servei d'Ocupació de Catalunya (SOC).

### Formación requerida

- Estar en posesión del Título de Bachillerato.
- Estar en posesión de un certificado de profesionalidad del mismo nivel del módulo o módulos formativos y/o el certificado de profesionalidad al que desea acceder.
- Estar en posesión de un certificado de profesionalidad de nivel 2 de la misma familia y área profesional.
- Cumplir con el requisito académico de acceso a los ciclos formativos de grado superior para el nivel 3, o bien haber superado las correspondientes pruebas de acceso reguladas por las administraciones educativas.
- Tener superada la prueba de acceso a la universidad para mayores de 25 años y/o de 45 años
- Si no se dispone de alguna de las titulaciones o acreditaciones previas, se podrá acceder si se han superado con la calificación de APTO las pruebas de evaluación de las competencias claves de nivel 3

### **OCUPACIONES O PUESTOS DE TRABAJO RELACIONADOS**

- Entrenador/a de acondicionamiento físico para grupos con soporte musical en gimnasios o polideportivos.
- Monitor/a de aeróbic.
- Monitor/a de steps.
- Monitor/a de ciclo «indoor».
- Monitor/a de todas las actividades deriven de las anteriores o sean similares.
- Animador/a de actividades de acondicionamiento físico.
- Monitor/a de las actividades anteriores para colectivos con necesidades especiales.
- Coordinador/ a de actividades de acondicionamiento físico.

## CONTENIDOS / TEMPORALIZACIÓN DEL ITINERARIO FORMATIVO

### Relación de acciones formativas:

#### 1. AFDA0110\_CEN: ACONDICIONAMIENTO FÍSICO EN GRUPO CON APOYO MUSICAL (470 horas)

##### MF0273\_3 (Transversal): Valoración de las capacidades físicas (130 horas).

UF1703: Aplicación de tests, pruebas y cuestionarios para valorar la condición física, biológica y motivacional (90 horas).

UF1704: Tratamiento de datos de una batería de tests, pruebas y cuestionarios de valoración de la condición física, biológica y motivacional (40 horas).

##### MF0515\_3: Coreografías (120 horas).

UF1705: Dominio técnico, interpretación y ejecución de secuencias y composiciones coreográficas (50 horas).

UF1706: Diseño coreográfico en acondicionamiento físico colectivo con soporte musical (70 horas).

##### MF0516\_3: Metodología y práctica de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical (180 horas).

UF1707: Programación en acondicionamiento físico colectivo con soporte musical (70 horas).

UF1708: Dirección y dinamización de actividades de acondicionamiento físico colectivo con apoyo musical (80 horas).

UF1709 (Transversal): Eventos en acondicionamiento físico seco y acuático (30 horas).

##### MF0272\_2 (Transversal): Primeros auxilios (40 horas).

#### 2. FCO: formación complementaria (40 horas)

Inserción laboral, sensibilización medioambiental, igualdad de género prevención de riesgos

#### 3. MP0366: Módulo de prácticas profesionales no laborales de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical (120 horas).

**DURACIÓN TOTAL DEL ITINERARIO FORMATIVO: 630 horas** (470 horas de formación teórico-práctica, 40 horas de formación complementaria y 120 horas de prácticas en empresas)

### CALENDARIO PREVISTO:

**Inicio:** Pendiente

**Final:**

**HORARIO PREVISTO:** de lunes a viernes de 15:00 a 21:00 horas.

**MÁS INFORMACIÓN:** [formacio@barcelonactiva.cat](mailto:formacio@barcelonactiva.cat)

### LUGAR DE REALIZACIÓN:

#### INSTITUT DE L'ESPORT DE BARCELONA

Avinguda Francesc Ferrer i Guàrdia, 16

08038 Barcelona