

JARDUERA FISIKOAK ETA KIROLAK ACTIVIDADES FÍSICAS Y DEPORTIVAS

EGOKITZE FISIKOA ACONDICIONAMIENTO FÍSICO



DUAL OROKORRA
DUAL GENERAL



D3
GRADUA
GRADO

GOI MAILAKO TEKNIKARIA
TÉCNICO DE GRADO SUPERIOR

 **128** ORDU
HORAS

LEHENEGO MAILA:

- Oinarrizko egokitzapen fisikoko programak egiten ditu.
- Pertsona bat sorosteko gai da, bai lurrean baita ur ingurunean ere.
- Igeriketako monitore.
- Uretako sorosle.
- Jarrera-kontrolako, ongizateko eta mantentze funtzionaleko oinarrizko jarduerak programatu, diseinatu eta eman.
- Aerobic, step eta fitness de combateko oinarrizko jarduerak diseinatu eta eman.
- Zumbako oinarrizko jarduerak diseinatu eta eman.
- Salsa eta Bachatako oinarrizko jarduerak diseinatu eta eman.
- Ciclo indoor-eko oinarrizko jarduerak diseinatu eta eman.

PRIMER CURSO:

- Elabora programas de acondicionamiento físico básico.
- Es capaz de realizar primeros auxilios tanto en tierra como en el medio acuático.
- Monitor de natación.
- Socorrista acuático.
- Programar, diseñar e impartir actividades básicas de control postural, bienestar y mantenimiento funcional.
- Diseñar e impartir actividades básicas de aerobic, step y fitness de combate.
- Diseñar e impartir actividades básicas de Zumba.
- Diseñar e impartir actividades básicas de Salsa y bachata.
- Diseñar e impartir actividades básicas de ciclo indoor.

 **480** ORDU
HORAS

BIGARREN MAILA:

- Erabilera anitzeko entrenamendu-gelan egokitzapen fisikoko saioak antolatzea eta zuzentzea.
- Egokitzapen fisikoko programak sortu.
- Egokitzapen fisikoko jardunaldiak antolatzea.
- Hidrokinesiako saioak programatu, diseinatu eta eman.
- Igeriketako monitore laguntzaile.
- Uretako sorosle laguntzaile.
- Aerobic, step eta fitness de combateko jarduerak diseinatu eta eman.
- Zumbako jarduerak diseinatu eta eman.
- Salsa eta Bachatako jarduerak diseinatu eta eman.
- Ciclo indoor-eko jarduerak diseinatu eta eman.

SEGUNDO CURSO:



- Organizar y dirigir sesiones de acondicionamiento físico en sala de entrenamiento polivalente.
- Elaborar programas de acondicionamiento físico.
- Organizar eventos en el ámbito del acondicionamiento físico.
- Programar, diseñar e impartir sesiones de hidrocinesia.
- Ayudante de monitor de natación.
- Ayudante de socorrista acuático.
- Diseñar e impartir actividades básicas de aerobic, step y fitness de combate.
- Diseñar e impartir actividades básicas de Zumba.
- Diseñar e impartir actividades básicas de Salsa y bachata.
- Diseñar e impartir actividades básicas de ciclo indoor.



EUSKO JAURLARITZA
GOBIERNO VASCO

HEZKUNTZA SAILA
DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN

Otalora Hibillbidea, 29 20600 Eibar (Gipuzkoa) Telf: 943 89 92 11
idazkaritza@uni.eus / www.uni.eus

@uni.eus  

INFORMAZIO GEHIAGORAKO PARA MÁS INFORMACIÓN



ESTHER LARRAÑAGA

Dual Orokorreko Koordinatzailea
Coordinadora de Dual General

943 89 92 11 - 688 81 13 18