

CAPACIDADES TERMINALES Y CRITERIOS DE EVALUACIÓN GENERALES

1. Comportarse de forma autónoma y responsable con los clientes y la actividad asignada, e integrarse en el equipo de trabajo de la empresa.
 - Incorporarse puntualmente al puesto de trabajo, de forma que pueda recibir a los usuarios y preparar el material y en su caso la instalación.
 - Interpretar y ejecutar con diligencia e iniciativa las instrucciones recibidas, responsabilizándose del trabajo asignado.
 - Asumir las normas y los procedimientos de trabajo participando en las actividades complementarias que se desarrollen o en las que participe la empresa: conferencias, sesiones informativas, eventos, etc.
 - Respetar las normas internas del centro de trabajo sobre condiciones de seguridad, uso de instalaciones y material, horarios establecidos, circulación de personas, etc.
 - Mantener relaciones interpersonales fluidas y correctas con los miembros del centro de trabajo y los usuarios/clientes de la empresa.
 - Canalizar las demandas y sugerencias de los usuarios a las personas adecuadas.
 - Coordinar su actividad con la del resto de personal de la empresa, informando de cualquier cambio, necesidades o contingencias.
 - Identificar las repercusiones de su trabajo en la actividad y en el logro de los objetivos de la organización.
 - Fomentar en el grupo de usuarios la participación en las actividades que ofrezca la empresa.
 - Adaptar su imagen personal y el lenguaje al contexto de la empresa y a las características del grupo y de la actividad que debe desarrollar.

CAPACIDADES TERMINALES Y CRITERIOS DE EVALUACIÓN TÉCNICO EN SALAS DE FITNESS

1. Ordenar y mantener en perfecto estado el material y equipamiento de la sala de fitness.
2. Informar y hacer cumplir el reglamento y las normas de funcionamiento de la sala de fitness.
3. Informar y dar a conocer los servicios y programas que ofrece la sala de fitness.
4. Asesorar y guiar en la correcta ejecución de un calentamiento previo a la práctica de ejercicio físico en la sala de fitness, que incluya ejercicios de movilidad articular y ejercicios de resistencia cardiorrespiratoria de tipo aeróbico.
5. Asesorar y guiar en la correcta ejecución de un "enfriamiento" o vuelta a la calma posterior a la práctica de ejercicio físico en la sala de fitness, que incluya estiramientos y ejercicios de relajación.
6. Asesorar y guiar en la correcta técnica de ejecución de los diferentes ejercicios realizados en la sala de fitness en las máquinas cardiovasculares, aparatos de resistencia muscular, con pesos libres y en suelo.
7. Valorar el estado de salud del cliente mediante entrevista personal y las herramientas metodológicas establecidas, que permitan identificar factores de riesgo coronario asociados con enfermedades cardiovasculares, evaluar y estratificar el estado de salud y derivar a un médico o especialista si fuera necesario.
8. Valorar el estado de forma del cliente mediante test o batería de test específicos, para obtener información de referencia que permita comparar, identificar puntos débiles y fuertes, así como áreas potenciales de lesión.
9. Establecer objetivos a corto, medio y largo plazo que sean medibles y alcanzables.
10. Planificar y prescribir programas de ejercicio físico o rutina personalizadas, detallando objetivos a alcanzar, ejercicios a realizar, volúmenes, intensidades y frecuencia semanal.
11. Desarrollar sesiones de entrenamiento personal con clientes, orientados a conseguir los objetivos propuestos.

CAPACIDADES TERMINALES Y CRITERIOS DE EVALUACIÓN TÉCNICO CLASES COLECTIVAS

1. Ordenar y mantener en perfecto estado el material y equipamiento utilizado en las clases colectivas.
2. Informar y hacer cumplir el reglamento y las normas de funcionamiento de las clases colectivas.
3. Informar y dar a conocer la oferta de cursos deportivos y programas que ofrece el Centro.
4. Controlar el acceso a la clase colectiva de los clientes inscritos, así como su asistencia y grado de satisfacción.
5. Conocer el estado de salud y aptitud para la práctica de ejercicio físico de los clientes, así como sus limitaciones y contraindicaciones.
6. Asesorar y guiar en la correcta ejecución de un calentamiento previo a la parte principal de una clase colectiva, que incluya ejercicios de movilidad articular y de resistencia cardiorrespiratoria de tipo aeróbico.
7. Asesorar y guiar en la correcta ejecución de un "enfriamiento" o vuelta a la calma posterior a la parte principal de una clase colectiva, que incluya estiramientos y ejercicios de relajación.
8. Asesorar y guiar en la correcta técnica de ejecución de los diferentes ejercicios realizados durante la clase colectiva, utilizando cargas, elásticos o ejercicios con autocargas.
9. Establecer objetivos de sesión y de trimestre que sean medibles y alcanzables.
10. Planificar y programar los contenidos de entrenamiento a realizar en las clases colectivas durante un trimestre, para alcanzar los objetivos propuestos.
11. Desarrollar y ejecutar clases colectivas de acuerdo con la planificación establecida y las características de los clientes.

CAPACIDADES TERMINALES Y CRITERIOS DE EVALUACIÓN TÉCNICO LUDOTECA Y ACTIVIDADES RECREATIVAS CON NIÑOS Y JÓVENES

1. Ordenar y mantener en perfecto estado el material y equipamiento utilizado en el servicio de ludoteca.
2. Informar y hacer cumplir el reglamento y las normas de funcionamiento del servicio de ludoteca y espacios utilizados del Centro.
3. Informar y dar a conocer la oferta de cursos deportivos, programas y servicios que ofrece el Centro para niños y jóvenes.
4. Controlar el acceso al servicio de ludoteca de los niños inscritos, así como su asistencia y grado de satisfacción.
5. Conocer si existe alguna situación especial o limitación con alguno de los niños participantes.
6. Establecer objetivos de sesión y de trimestre que sean medibles y alcanzables.
7. Planificar y programar los contenidos a realizar en las sesiones del servicio de ludoteca durante un trimestre, para alcanzar los objetivos propuestos.
8. Desarrollar y ejecutar sesiones de ludoteca de acuerdo con la planificación establecida y las características de los niños.

CAPACIDADES TERMINALES Y CRITERIOS DE EVALUACIÓN TÉCNICO EN CONDUCCIÓN DE ACTIVIDADES FÍSICO-DEPORTIVAS EN EL MEDIO NATURAL

1. Definir y organizar recorridos y estancias en el medio natural así como sus actividades complementarias, tramitando los medios y recursos necesarios para su realización.
 - Establecer los itinerarios adecuados a las características e intereses del grupo o cliente utilizando documentación técnica y turística de la zona y prever itinerarios alternativos.
 - Determinar el material necesario, la duración y períodos del recorrido y las zonas de descanso y/o avituallamiento.
 - Programar las actividades complementarias a realizar durante el desarrollo de la actividad.
 - Prever el botiquín de marcha en función de la actividad a realizar.
 - Recoger diariamente información meteorológica de diferentes fuentes e interpretar los datos, publicándolos en el lugar adecuado e informando a usuarios y compañeros de trabajo.
 - Realizar, cuando la actividad lo requiera, los trámites necesarios para organizar el transporte y el lugar de pernoctación.

2. Acompañar a grupos o clientes por itinerarios a pie, bajo supervisión del responsable de la empresa.
 - Recibir al grupo/cliente de forma que se sienta motivado para la actividad.
 - Comprobar que el material personal y colectivo propio de la actividad y el de seguridad se encuentra en condiciones adecuadas para su uso.
 - Explicar a los clientes los aspectos técnicos sobre la marcha y, la forma de distribución del material en la mochila.
 - Aconsejar al cliente en temas higiénicos como protección contra la intemperie, vestimenta y necesidades de alimentación e hidratación durante marcha.
 - Marcar el ritmo y los descansos durante el desarrollo de la marcha.
 - Detectar signos y síntomas de cansancio o fatiga o desmotivación en los participantes y proponer las acciones oportunas para corregirlos.
 - Detectar situaciones y condiciones del itinerario que puedan resultar peligrosas y proponer en su caso las acciones adecuadas para la prevención de accidentes.
 - En situaciones que implique cierto riesgo, establecer los dispositivos de seguridad, explicar las medidas que deben tomarse y dar soporte psicológico.
 - Informar sobre los aspectos paisajísticos, culturales u otras características del lugar, al inicio, en los descansos y/ durante el desarrollo de la marcha.
 - Fomentar conductas respetuosas con el medio.

- Organizar y colaborar en el montaje de la zona de pernoctación en travesías.
 - En caso de lesión o accidente colaborar en la aplicación de las primeras curas.
 - Al finalizar la actividad revisar el material, realizar su mantenimiento preventivo y almacenarlo en el lugar y condiciones adecuadas.
3. Acompañar a grupos o clientes por itinerarios en bicicleta bajo supervisión del responsable de la empresa.
- Recibir al grupo/cliente de forma que se sienta motivado para la actividad.
 - Escoger la bicicleta adecuada y ajustarla a las características de cada cliente.
 - Aconsejar al cliente en temas higiénicos como protección contra la intemperie, vestimenta y necesidades de alimentación e hidratación durante la marcha.
 - Explicar y demostrar a los clientes al inicio de la actividad:
 - Las características y prestaciones de la bicicleta.
 - Las normas de circulación en pistas y carreteras.
 - La posición adecuada.
 - La forma de realizar las maniobras de frenada, derrapaje, superación de obstáculos, cambio de marchas y modificación del desarrollo.
 - Guiar al grupo controlando a los posibles rezagados y marcar el ritmo y los descansos durante el desarrollo de la marcha.
 - Alternar posiciones durante el desarrollo de la marcha, dando consejos técnicos al usuario, y motivándolo en los momentos necesarios.
 - Detectar signos y síntomas de cansancio o fatiga o desmotivación en los participantes y proponer las acciones oportunas para corregirlos.
 - Detectar situaciones y condiciones del itinerario que puedan resultar peligrosas y proponer en su caso las acciones adecuadas para la prevención de accidentes.
 - Aprovechar los descansos para supervisar el estado mecánico de las bicicletas reparando las posibles averías.
 - Informar sobre los aspectos paisajísticos, culturales u otras características del lugar en los descansos o durante el desarrollo de la marcha.
 - En situaciones que implique cierto riesgo, establecer los dispositivos de seguridad, explicar las medidas que deben tomarse y dar soporte psicológico.
 - Fomentar conductas respetuosas con el medio.
 - Organizar y colaborar en el montaje de la zona de pernoctación en travesías.
 - Realizar la carga y descarga de las bicicletas así como su almacenamiento.
 - Limpiar y realizar el mantenimiento de las bicicletas después de cada sesión, y reparar averías simples si es necesario.