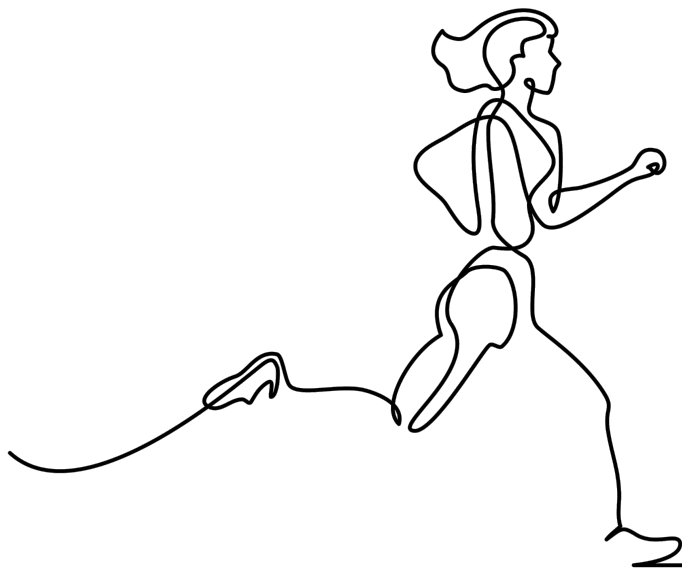


Goi Mailako  
Lanbide  
Heziketa

Gorputz eta  
kirol jarduerak

# Egokitze fisikoko goi mailako teknikaria



Gobierno  
de Navarra  Nafarroako  
Gobernua



Fondo Social Europeo  
Europako Gizarte Funtza  
El FSE invierte en tu futuro  
EGFk zure etorkizunean inbertitzen du

UNIÓN EUROPEA  
EUROPAR BATASUNA

# Egokitze fisikoko goi mailako teknikaria Zure etorkizuneko bizibidea

Ziklo hezigarri hau amaitzen duzunean kalifikatuta egongo zara hurrengo jarduera profesionalak garatzeko:

## Egokitzapen fisikoa erabilera anitzeko entrenamendu aretoan

- Erabiltzailearen egoera fisiko, biologiko eta motibazionala zein den erabakitzea.
- Erabilera Anitzeko Entrenamendu Areto (EAEA) bati dagozkion jarduerak programatzea, erabiltzailearen osasuna eta ongizatea hobetzeko irizpideak aintzat hartuz.
- Egokitzapen fisikoko jarduerak irakastea eta zuzentzea, Erabilera anitzeko entrenamendu areto bateko ohiko ekipamenduak eta materialak erabiliz.
- Lehen esku-hartzea egitea istripuan edo larrialdi egoeran.

## Musikaz lagundutako taldeko egokitzapen fisikoa

- Koreografiak diseinatzea eta egikaritzea aerobicoko elementuak, horren aldagaiak eta antzeko jarduerak baliatuz.
- Musika euskarri gisara duten egokitzapen fisikoko jarduerak programatzea eta zuzentzea.

## Uretako fitnessa eta hidrozinesia

- Erabiltzailearen egoera fisiko, biologiko eta motibazionala zein den erabakitzea.
- Uretako fitnesseko gaitasunak eta sekuentziak diseinatzea eta egikaritzea.
- Uretako fitnesseko jarduerak programatzea, zuzentzea eta dinamizatzea.
- Hidrozinesiako protokoloak egitea eta aplikatzea.
- Lehen esku-hartzea egitea istripuan edo larrialdi egoeran.



+ INFO

T 848 42 66 16 | 848 42 64 00

[www.educacion.navarra.es/eu/web/dpto/formacion-profesional](http://www.educacion.navarra.es/eu/web/dpto/formacion-profesional)

# Gorputz eta kirol jarduerak

## KONTUAN HARTU BEHAR DUZUNA

Titulu hau eskuratzen dutenak bi arlotan ariko dira, bai arlo publikoan, dela Estatuko Administrazio orokorrean edo tokiko zein autonomietako administrazioetan, eta bai erakunde pribatuetan ere, hala nola gimnasioetan, kirol zerbitzuen enpresetan, kirol patronatuetan edo udaletako kirol erakundeetan, kirol klub edo elkarteetan, izaera sozialeko klub edo elkarteetan, turismo enpresetan (hotelak, kanpinak eta bainuetxeetan, besteak beste), haien langileendako kirol zerbitzuak dituzten enpresa handietan, geriatría zentroetan edo izaera sozialekoetan, kirol federazioetan edo kirol erakunde publikoetan.

Lan mundura sartzeko produkzio sektoreak bi dira: batetik, egokitzapen fisikoko sektorea da, bai fitnessaren adarrean eta bai wellnessarenean ere; eta, bestetik, kirolaren sektorea.

Lanbide eta lanpostu garrantzitsuenak hauek dira:

- Egokitzapen fisikoko entrenatzailea gimnasio eta kiroldegietako erabilera anitzeko entrenamendu aretoetan eta ur instalazioetan.
- Musikaz lagundutako taldeko egokitzapen fisikoko entrenatzailea gimnasioetan, ur instalazioetan edo kiroldegietan.
- Entrenatzaile pertsonala.
- Hidrozinesiako eta gorputzaren zaintzako taldeen irakaslea.
- Egokitzapen fisikoko jardueren sustatzailea.

## ZIKLOAREN MODULUAK

- Trebetasun sozialak.
  - Sasoiaren balorazioa eta istripuetan esku-hartzea.
  - Fitnessa erabilera anitzeko entrenamendu aretoan.
  - Musikaz lagundutako egokitzapen fisikoko oinarritzko jarduerak.
  - Egokitzapen fisikoa uretan.
  - Ingelesa I
  - Lanerako prestakuntza eta orientabidea.
  - Jarreraren kontrola, ongizatea eta mantentze funtzionala.
  - Hidrozinesiako-teknikak.
  - Musikaz lagundutako egokitzapen fisikoko jarduera espezializatuak.
  - Enpresa eta ekimen ekintzailea.
  - Egokitzapen fisikoko proiektua.
  - Lantokiko prestakuntza.
- 
- Egokitzapen fisikoko jardueren animatzailea.
  - Egokitzapen fisikoko eta hidrozinesiako jardueren koordinatzailea.
  - Aerobica, stepa, indoor bizikleta, uretako fitnessa eta antzeko jardueren monitorea.
  - Egokitzapen fisikoko jardueren irakaslea kolektibo berezientzat.