



PROCEDIMIENTO DE EVALUACIÓN Y ACREDITACIÓN DE LAS COMPETENCIAS PROFESIONALES

CUALIFICACIÓN PROFESIONAL: FITNESS ACUÁTICO E HIDROCINESIA

Código: AFD511_3

NIVEL: 3

CUESTIONARIO DE AUTOEVALUACIÓN PARA LAS TRABAJADORAS Y TRABAJADORES

UNIDAD DE COMPETENCIA

“UC1665_3: Elaborar y aplicar protocolos de hidrocinesia”

LEA ATENTAMENTE LAS INSTRUCCIONES

Conteste a este cuestionario de **FORMA SINCERA**. La información recogida en él tiene **CARÁCTER RESERVADO**, al estar protegida por lo dispuesto en la Ley Orgánica 15/1999, de 13 de diciembre, de protección de datos de carácter personal.

Su resultado servirá solamente para ayudarle, **ORIENTÁNDOLE** en qué medida posee la competencia profesional de la “UC1665_3: Elaborar y aplicar protocolos de hidrocinesia”.

No se preocupe, con independencia del resultado de esta autoevaluación, Ud. **TIENE DERECHO A PARTICIPAR EN EL PROCEDIMIENTO DE EVALUACIÓN**, siempre que cumpla los requisitos de la convocatoria.

Nombre y apellidos del trabajador/a: NIF:	Firma:
Nombre y apellidos del asesor/a: NIF:	Firma:



INSTRUCCIONES CUMPLIMENTACIÓN DEL CUESTIONARIO:

Las actividades profesionales aparecen ordenadas en bloques desde el número 1 en adelante. Cada uno de los bloques agrupa una serie de actividades más simples (subactividades) numeradas con 1.1., 1.2.,..., en adelante.

Lea atentamente la actividad profesional con que comienza cada bloque y a continuación las subactividades que agrupa. Marque con una cruz, en los cuadrados disponibles, el indicador de autoevaluación que considere más ajustado a su grado de dominio de cada una de ellas. Dichos indicadores son los siguientes:

1. No sé hacerlo.
2. Lo puedo hacer con ayuda
3. Lo puedo hacer sin necesitar ayuda
4. Lo puedo hacer sin necesitar ayuda, e incluso podría formar a otro trabajador o trabajadora.

<i>1: Efectuar el análisis diagnóstico determinando y estableciendo criterios de referencia en el diseño de los protocolos de hidrocinesia.</i>	INDICADORES DE AUTOEVALUACIÓN			
	1	2	3	4
1.1: Recabar la información de los usuarios en relación a las limitaciones funcionales-posibilidades de movimiento, implicaciones posturales, nivel de destreza acuática, nivel de condición física y biológica, sus intereses y motivaciones y el grado de autonomía personal, especialmente si presenta alguna discapacidad, aplicando una batería de pruebas, tests, cuestionarios y/o informes médicos.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
1.2: Identificar las posibles patologías interpretando la información visual o del usuario y derivando al paciente al servicio médico, si fuese necesario.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
1.3: Recabar la información relativa a instalaciones, espacios, medios y recursos materiales registrándola en forma de inventario, detectando las posibles anomalías y proponiendo pautas para su subsanación.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
1.4: Detectar las barreras arquitectónicas mediante una revisión de las instalaciones proponiendo alternativas para optimizar la autonomía de las personas con discapacidad.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
1.5: Destacar ,a partir de la información obtenida, los aspectos más relevantes a tener en cuenta y aquellos sobre los que se debe incidir en la elaboración de los protocolos de hidrocinesia, o en su caso, constatando la contraindicación de aplicar este tipo de técnicas al usuario analizado.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



1: Efectuar el análisis diagnóstico determinando y estableciendo criterios de referencia en el diseño de los protocolos de hidrocinésia.	INDICADORES DE AUTOEVALUACIÓN			
	1	2	3	4
1.6: Recoger los datos del análisis diagnóstico en informes registrándolos en el soporte adecuado para su posterior uso por parte de otros técnicos.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

2: Elaborar protocolos de hidrocinésia adaptándolos a las necesidades y expectativas de los usuarios y a los medios disponibles.	INDICADORES DE AUTOEVALUACIÓN			
	1	2	3	4
2.1: Concretar los objetivos generales a partir de las conclusiones del análisis diagnóstico inicial.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2.2: Concretar criterios de afinidad en la distribución de los usuarios, segmentándolos en grupos homogéneos tales como mayores de 65 años, embarazadas, personas con discapacidad con autonomía acuática, post-rehabilitación y mantenimiento funcional, tipos de patologías u otros.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2.3: Concretar el protocolo específico de hidrocinésia ajustado al perfil de necesidad en función de las expectativas y previsiones de cada uno de los usuarios indicando los objetivos específicos y su secuenciación periódica, la distribución temporal de las cargas de trabajo, las actividades y ejercicios, las habilidades motrices acuáticas que dan soporte y posibilitan movimientos seguros y eficaces, las estrategias metodológicas, la necesidad y utilización específicas de los medios materiales en cada una de las sesiones, las ayudas para facilitar la realización de las actividades a las personas con discapacidad, las estrategias de comunicación entre el técnico y los usuarios y la duración previsible de cada una de las sesiones y del protocolo específico en su conjunto.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2.4: Establecer la carga de trabajo de cada sesión individualmente aplicando los fundamentos biológicos relativos a los procesos de recuperación.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2.5: Configurar la sesión de hidrocinésia y el estímulo que está supone seleccionando las secuencias de actividades, ejercicios y técnicas específicas de hidrocinésia.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2.6: Seleccionar actividades de hidrocinésia compatibles con las características de cada usuario adaptándolas a las prescripciones médicas, discapacidades y/o limitaciones funcionales, en caso de que existan.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



2: Elaborar protocolos de hidrocinesia adaptándolos a las necesidades y expectativas de los usuarios y a los medios disponibles.	INDICADORES DE AUTOEVALUACIÓN			
	1	2	3	4
2.7: Optimizar las relaciones interpersonales recogiendo las pautas adecuadas a la programación, directrices y/o prescripciones generales de la entidad.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2.8: Asegurar las estrategias de integración de los participantes con discapacidad registrándolas en los distintos protocolos para que se puedan asumir en cada actividad.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2.9: Explicitar la forma de valorar el proceso, los resultados y la calidad del servicio concretando los indicadores fiables referidos a la instalación, medios, prestaciones, horarios y otros, los indicadores establecidos para cada perfil en la consecución de los objetivos específicos, la secuencia temporal de evaluación, las técnicas, instrumentos y fines para cada ocasión, las adaptaciones necesarias en los instrumentos y las técnicas habituales para evaluar el proceso y el resultado de las sesiones en las que participan personas con discapacidad.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2.10: Registrar los diferentes elementos que configuran el protocolo de hidrocinesia estructuradamente en el soporte físico adecuado para consulta y utilización de los técnicos.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

3: Supervisar la instalación, medios y recursos propios de las actividades de hidrocinesia, comprobando su idoneidad, seguridad y estado de uso.	INDICADORES DE AUTOEVALUACIÓN			
	1	2	3	4
3.1: Efectuar gestiones para el uso de la instalación deportiva y los materiales comprobando la disponibilidad.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3.2: Comprobar que no existen barreras arquitectónicas u obstáculos que impidan o dificulten las posibilidades de autonomía personal de los usuarios, identificando las que no están dentro de los niveles establecidos.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3.3: Comprobar que tanto el material como la instalación se encuentran en las condiciones previstas y salubres, adaptándose a las necesidades de los usuarios con discapacidad.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



3: Supervisar la instalación, medios y recursos propios de las actividades de hidrocinesia, comprobando su idoneidad, seguridad y estado de uso.	INDICADORES DE AUTOEVALUACIÓN			
	1	2	3	4
3.4: Establecer las medidas de seguridad adecuadas, reduciendo el máximo el riesgo de lesiones.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3.5: Efectuar el mantenimiento preventivo del material, comprobándolo de manera habitual.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3.6: Actualizar el inventario en todo momento, identificando la situación de las instalaciones y el material.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

4: Dirigir el desarrollo de las sesiones de hidrocinesia, con la metodología acorde al tratamiento operativo establecido y al perfil de referencia.	INDICADORES DE AUTOEVALUACIÓN			
	1	2	3	4
4.1: Comunicarse con el usuario con respeto y asertividad, adaptando la información a sus posibilidades de percepción e interpretación, facilitando las explicaciones para que el usuario se sienta seguro y motivado.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4.2: Supervisar que la indumentaria y el material son los adecuados para el correcto desarrollo de la actividad, informando de las características que deben cumplir para realizar la actividad de forma segura, higiénica y confortable.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4.3: Dotar de coherencia la estructura y la finalidad de la sesión de hidrocinesia aplicando los modelos más adecuados a los objetivos.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4.4: Explicar al usuario, antes del inicio, la estructura y la finalidad de la sesión, incidiendo en aspectos relativos a las peculiaridades de los ejercicios y su finalidad, la relación entre los ejercicios y las sensaciones que deben percibirse, las necesidades técnicas específicas de apoyo, los límites que no se deben sobrepasar, la vigilancia y control del dolor y las pautas de recuperación posterior.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



4: <i>Dirigir el desarrollo de las sesiones de hidrocinesia, con la metodología acorde al tratamiento operativo establecido y al perfil de referencia.</i>	INDICADORES DE AUTOEVALUACIÓN			
	1	2	3	4
4.5: Ubicarse en el espacio de manera específica durante la sesión, según la actividad realizada y las características del espacio acuático.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4.6: Facilitar la percepción e interpretación de las instrucciones, en función de las necesidades específicas de los usuarios.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4.7: Demostrar, a los usuarios, los movimientos y técnicas de movilidad pasiva a través del uso de los materiales específicos de la actividad, aplicando patrones biomecánicos específicos de los ejercicios y puntualizando los detalles.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4.8: Explicar, a los usuarios, los posibles errores en la realización de los ejercicios asegurando su comprensión.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4.9: Efectuar la dirección del desarrollo de las sesiones de forma activa y dinámica, asegurándose de que el desenvolvimiento en el agua, evolución, estructura técnica, ritmo e intensidad de la sesión, así como el uso de equipos y material y las relaciones sociales que se producen, se adaptan a la programación realizada con anterioridad.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4.10: Anotar de manera puntual las incidencias de la actividad para que luego sean referentes en la adaptación de futuras sesiones y en la valoración global del proceso, prestando atención a aquellas relacionadas con el dolor o las sensaciones negativas.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4.11: Comprobar de manera periódica la evolución del cliente/usuario y su grado de satisfacción, solicitando asesoramiento médico cuando se identifique alguna circunstancia anómala o imprevista relacionada con su salud.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4.12: Adaptar los aspectos operativos del protocolo del perfil recabando los informes facultativos que sean necesarios.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4.13: Efectuar la recepción y despedida del usuario de manera activa y estimuladora hacia la actividad.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



5: Valorar el proceso, resultados y grado de satisfacción del usuario utilizando como indicativo fiable la información obtenida en las pruebas, test y cuestionarios.	INDICADORES DE AUTOEVALUACIÓN			
	1	2	3	4
APS5.1: Elegir instrumentos y técnicas para el seguimiento y la evaluación, congruentes con la programación realizada y al protocolo de perfil.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
APS5.2: Obtener información sobre los resultados y el proceso, analizando la información obtenida en las pruebas, test y cuestionarios y valorando el grado de satisfacción de los usuarios y la evolución psico-social.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
APS5.3: Adaptar la forma de evaluar el proceso y el resultado en las sesiones en las que participen personas con discapacidad, realizando modificaciones en los instrumentos y técnicas.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
APS5.4: Aplicar los instrumentos y técnicas de evaluación del proceso y resultados según las especificaciones previstas en el protocolo del perfil.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
APS5.5: Presenta la información obtenida a partir del análisis de los resultados de las pruebas, test y cuestionarios.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>