SAN20202 _2º - ALIMENTACIÓN SALUDABLE y EJERCICIO FÍSICO



TÉCNICO EN FARMACIA Y PARAFARMACIA

GRADO D. CICLO FORMATIVO DE GRADO MEDIO

1. IDENTIFICACIÓN 3

2. CONCRECIÓN DE CURRÍCULO, EN RELACIÓN, A LAS CARACTERÍSTICAS DEL ÁMBITO PRODUCTIVO. 3

3. COMPETENCIAS PROFESIONALES, PERSONALES Y SOCIALES Y OBJETIVOS GENERALES. 4

3.1 CONTRIBUCIÓN DEL MÓDULO A LA ADQUISICIÓN DE LAS COMPETENCIAS. 4

3.2 CONTRIBUCIÓN DEL MÓDULO A LOS OBJETIVOS GENERALES 4

4. RESULTADOS DE APRENDIZAJE. 4

4.1 RELACIÓN DE LOS RESULTADOS DE APRENDIZAJE DEL MÓDULO 4

4.2 RELACIÓN ENTRE LOS RESULTADOS DE APRENDIZAJE DEL MÓDULO Y LOS OBJETIVOS GENERALES DEL CICLO 5

4.3 RELACIÓN ENTRE RESULTADOS DE APRENDIZAJE, CRITERIOS DE EVALUACIÓN, UNIDADES DIDÁCTICAS Y SU TEMPORALIZACIÓN. 5

5. DESARROLLO DE LAS UNIDADES DIDÁCTICAS 5

6. METODOLOGÍA Y COORDINACIÓN DOCENTE. 11

6.1 METODOLOGÍA. 11

6.2 COORDINACIÓN DOCENTE. 12

7. MATERIALES Y RECURSOS 12

8. EVALUACIÓN 13

8.1 INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN. 13

8.2 CRITERIOS DE CALIFICACIÓN. 13

8.3 EVALUACIÓN FINAL ORDINARIA 17

8.4 EVALUACIÓN DEL ALUMNADO DE INCORPORACIÓN TARDÍA. 18

8.5 IMPOSIBILIDAD DE APLICAR CRITERIOS DE EVALUACIÓN CONTINUA 18

8.6 EVALUACIÓN EXTRAORDINARIA: PROGRAMA DE RECUPERACIÓN DEL MÓDULO PROFESIONAL NO SUPERADO EN CONVOCATORIA ORDINARIA. 18

9. MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD 18

10. ASPECTOS TRANSVERSALES 19

10.1 EDUCACIÓN EN VALORES 19

10.2 COMPETENCIAS PERSONALES 19

10.3 ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES 20

10.4 ACTIVIDADES INTERDEPARTAMENTALES 20

11. INDICADORES DE LOGRO Y SEGUIMIENTO DE LA PROGRAMACIÓN 20

11.1 PROCEDIMIENTO SOBRE EL DESARROLLO Y SEGUIMIENTO DE LA PROGRAMACIÓN 20

11.2 AUTOEVALUACIÓN DE LA PRÁCTICA DOCENTE 20

12. REFERENCIAS LEGISLATIVAS 20

ANEXO 1: SECUENCIACIÓN Y TEMPORALIZACIÓN PARA EL CURSO 2026-2027 21

1. IDENTIFICACIÓN

- **Centro educativo:** CIFP Cerdeño
- **Familia profesional:** Sanidad
- **Ciclo formativo:** Farmacia y Parafarmacia
- **Módulo profesional:** Alimentación saludable y ejercicio físico
- **Código:** PA0291

- Real Decreto del título formativo y Decreto de currículo del mismo del PA: Decreto 103/2025 del 25 de agosto del Principado de Asturias.
- **Duración:** 88 Horas.
- ESTÁNDARES DE COMPETENCIA: Este módulo profesional no se asocia a estándares de competencia.

2. CONCRECIÓN DE CURRÍCULO, EN RELACIÓN, A LAS CARACTERÍSTICAS DEL ÁMBITO PRODUCTIVO.

Este módulo tiene como objetivo promover entre el alumnado el conocimiento de los principios de una alimentación saludable y la práctica regular de ejercicio físico, en el marco de la promoción de la salud y la prevención de enfermedades. Se vincula con las competencias transversales de todos los ciclos sanitarios, especialmente aquellas relacionadas con la educación sanitaria, el autocuidado, la prevención y el fomento de hábitos saludables.

Responde a la necesidad de formar técnicas y técnicos sanitarias que actúen como modelos y agentes de salud en sus futuros entornos profesionales, capaces de diseñar e implementar estrategias básicas de promoción de estilos de vida saludables tanto para sí mismos como para los usuarios o pacientes con los que trabajen.

Justificación

En este ciclo formativo se abordan contenidos relacionados con la salud y el bienestar de las personas, siendo esencial que el alumnado incorpore hábitos saludables a su vida personal y profesional. Esta optativa les capacita para reflexionar sobre su autocuidado, así como para desempeñar un papel activo en la promoción de la salud desde su ámbito de trabajo.

El objetivo del módulo es desarrollar competencias para identificar los principios de una alimentación saludable y su relación con las necesidades nutricionales en diferentes etapas de la vida, capacitando al alumnado para analizar la influencia del ejercicio físico en la promoción de la salud, diseñando programas integrales que combinen estrategias de alimentación saludable y actividad física, fomentando hábitos saludables en la población y especialmente en los propios técnicos para su futura actividad laboral como titulados.

3. COMPETENCIAS PROFESIONALES, PERSONALES Y SOCIALES Y OBJETIVOS GENERALES.

3.1 CONTRIBUCIÓN DEL MÓDULO A LA ADQUISICIÓN DE LAS COMPETENCIAS.
Este módulo profesional contribuye a la adquisición de las siguientes competencias:

j) Fomentar en los usuarios hábitos de vida saludables para mantener o mejorar su salud y evitar la enfermedad.

t) Participar de forma activa en la vida económica, social y cultural, con una actitud crítica y responsable.

u) Resolver problemas y tomar decisiones individuales siguiendo las normas y procedimientos establecidos, definidos dentro del ámbito de su competencia.

3.2 CONTRIBUCIÓN DEL MÓDULO A LOS OBJETIVOS GENERALES
Este módulo contribuye a alcanzar los siguientes objetivos generales del ciclo

n) Identificar situaciones de riesgo seleccionando informaciones recibidas del usuario para fomentar hábitos de vida saludables.

ñ) Sensibilizar a los usuarios seleccionando la información, según sus necesidades, para fomentar hábitos de vida saludables para mantener o mejorar su salud y evitar la enfermedad.

s) Valorar la diversidad de opiniones como fuente de enriquecimiento, reconociendo otras prácticas, ideas o creencias, para resolver problemas y tomar decisiones.

t) Reconocer e identificar posibilidades de mejora profesional, recabando información y adquiriendo conocimientos para la innovación y actualización en el ámbito de su trabajo.

u) Reconocer sus derechos y deberes como agente activo en la sociedad, analizando el marco legal que regula las condiciones sociales y laborales para participar como ciudadano democrático.

v) Reconocer e identificar posibilidades de negocio analizando el mercado y estudiando la viabilidad, para la generación de su propio empleo.

4. RESULTADOS DE APRENDIZAJE.

4.1 RELACIÓN DE LOS RESULTADOS DE APRENDIZAJE DEL MÓDULO

RA1. Identifica los principios básicos de una alimentación saludable.

RA2. Asesora sobre pautas dietéticas y productos de apoyo nutricional, identificando los casos que requieren derivación a otro profesional.

RA3. Analiza la relación entre la actividad física y la salud, diseñando y aplicando pautas básicas de ejercicio de forma segura.

RA4. Diseña estrategias y programas que combinen alimentación saludable y ejercicio físico para promover hábitos saludables en la población o usuarios atendidos.

RA5. Aplica los principios de alimentación saludable y ejercicio físico a su propio autocuidado, valorando su papel como modelo de conducta saludable en su futuro entorno profesional.

4.2 RELACIÓN ENTRE LOS RESULTADOS DE APRENDIZAJE DEL MÓDULO Y LOS OBJETIVOS GENERALES DEL CICLO

OBJETIVOS GENERALES	RESULTADOS DE APRENDIZAJE				
	RA1	RA2	RA3	RA4	RA5
n)	X	X	X	X	
ñ)		X		X	
s)		X	X	X	
t)					X
u)					X
v)				X	

4.3 RELACIÓN ENTRE RESULTADOS DE APRENDIZAJE, CRITERIOS DE EVALUACIÓN, UNIDADES DIDÁCTICAS Y SU TEMPORALIZACIÓN.

RESULTADO DE APRENDIZAJE	CE	UD	FORMACIÓN			
			CENTRO	H	EMPRESA	H
RA1	a, b, c, d, e, f	UD1	X	14		
RA2	a, b, c, d, e, f,	UD2	X	22		
RA3	a, b, c, d, e, f, g	UD3	X	18		
RA4	a, b, c, d, e	UD4	X	24		
RA5	a, b, c, d	UD5	X	10		

Este módulo optativo se desarrolla íntegramente en el centro educativo y no envía resultados de aprendizaje a la empresa.

5. DESARROLLO DE LAS UNIDADES DIDÁCTICAS

UD1. Bases de la alimentación saludable	14 H

RESULTADOS DE APRENDIZAJE Y CRITERIOS DE EVALUACIÓN

RA1. Identifica los principios básicos de una alimentación saludable

Criterios de evaluación:

a) Se han explicado los conceptos fundamentales relacionados con la nutrición y la dietética.
b) Se han clasificado los alimentos según su composición y función en el organismo.
c) Se han analizado las recomendaciones dietéticas según las guías alimentarias actuales.
d) **Se ha relacionado la ingesta de nutrientes con las necesidades fisiológicas según edad, género y actividad física.**
e) Se ha identificado la relación de nuestro estado de salud con la microbiota intestinal.
f) Se han identificado los factores sociales, culturales y psicológicos que influyen en los hábitos alimentarios.

ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE

Actividad	Duración	Instrumento evaluación	Criterios evaluación					
			a	b	c	d	e	f
1.1 Contenidos básicos (conceptos, clasificación, guías)	**4h**	**Prueba objetiva**	x	x	x			
1.2 Actividad "Necesidades según etapa"	**3h**	**Cuestionario**				x		
1.3 "Microbiota y salud"	**2h**	**Cuestionario**					x	
1.4 "Mito o realidad" (infografía en Canva)	**3h**	**Rúbrica**						x
1.5 Prueba objetiva	**2h**	**Prueba objetiva**	x	x	x	x	x	x

CONTENIDOS

- Conceptos fundamentales de nutrición y dietética: macronutrientes, micronutrientes, agua.
- Clasificación de los alimentos según su composición y función en el organismo.
- Guías alimentarias actuales: pirámide, plato saludable, estrategia NAOS.
- Relación entre ingesta de nutrientes y necesidades fisiológicas según edad, género y actividad física; balance energético.
- Microbiota intestinal y su relación con el estado de salud.
- Factores sociales, culturales y psicológicos que influyen en los hábitos alimentarios; mitos y bulos nutricionales; papel de la publicidad.

UD2. Pautas dietéticas y productos de apoyo nutricional	22 H

RESULTADOS DE APRENDIZAJE Y CRITERIOS DE EVALUACIÓN

RA2. Asesora sobre pautas dietéticas y productos de apoyo nutricional, identificando los casos que requieren derivación a otro profesional.

Criterios de evaluación:

- **a) Se han interpretado las necesidades calóricas y nutricionales básicas.**
- b) Se han reconocido las adaptaciones en embarazo, lactancia, infancia y tercera edad.
- **c) Se han identificado situaciones que requieren derivación a otro profesional (diabetes, hipertensión, alergias).**
- **d) Se han relacionado pautas y productos de apoyo nutricional (dietoterapia, complementos) con necesidades concretas.**
- **e) Se ha valorado el impacto del consumo de alimentos ultraprocesados y azúcares añadidos en la salud.**
- f) Se ha interpretado el etiquetado nutricional para el asesoramiento.

ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE

Actividad	Duración	Instrumento evaluación	Criterios evaluación					
			a	b	c	d	e	f
2.1 Contenidos básicos (necesidades calóricas, adaptación por etapas)	**6h**	**Prueba objetiva**	x	x				
2.2 "Etiqueta detective" (lectura de etiquetado real)	**3h**	**Rúbrica**						x
2.3 "Bollería industrial y aceite de palma" (ultraprocesados)	**3h**	**Cuestionario**					x	
2.4 Casos prácticos de asesoramiento: dietoterapia, alergias/intolerancias y derivación	**5h**	**Rúbrica**			x	x		
2.5 Visita al Mercado	**4h**	**Informe**					x	x
2.6 Prueba objetiva	**1h**	**Prueba objetiva**	x	x	x	x	x	x

CONTENIDOS

- Necesidades calóricas y nutricionales básicas; herramientas sencillas de cálculo.
- Adaptación de pautas alimentarias a etapas fisiológicas: embarazo, lactancia, infancia, vejez.
- Dietoterapia básica y productos de apoyo nutricional; identificación de situaciones de derivación (diabetes, hipertensión, alergias).

- Alergias e intolerancias alimentarias: productos "sin", lectura de alérgenos, límites del consejo del profesional.
- Impacto del consumo de ultraprocesados y azúcares añadidos en la salud: bollería industrial, aceite de palma, "comida basura".
- Lectura e interpretación del etiquetado nutricional para el asesoramiento nutricional.

UD3. Actividad física y salud: análisis y práctica	**18 H**

RESULTADOS DE APRENDIZAJE Y CRITERIOS DE EVALUACIÓN

RA3. ***Analiza la relación entre la actividad física y la salud, diseñando y aplicando pautas básicas de ejercicio de forma segura.***

Criterios de evaluación:

- **a) Se han descrito los beneficios fisiológicos, psicológicos y sociales del ejercicio físico.**
- **b) Se han clasificado los tipos de ejercicio según intensidad, duración y objetivos.**
- **c) Se ha relacionado el nivel de actividad física con las recomendaciones de la OMS por grupo de edad.**
- **d) Se han diseñado rutinas básicas de ejercicio físico adaptadas a distintos perfiles, aplicando criterios de seguridad.**
- **e)** Se ha aplicado y probado una rutina básica de ejercicio de forma práctica.
- **f) Se han utilizado herramientas de medición de la actividad física (frecuencia cardíaca, percepción del esfuerzo, podómetro/apps).**
- g) Se han identificado los riesgos del sedentarismo y los factores de adherencia a la práctica regular.

ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE

Actividad	**Duración**	**Instrumento evaluación**	**Criterios evaluación**						
			a	**b**	**c**	**d**	**e**	**f**	**g**
3.1 Contenidos básicos (beneficios, tipos, OMS)	**3 h**	**Prueba objetiva**	**x**	**x**	**X**				
3.2 "Diseño de rutinas básicas"	**3 h**	**Rúbrica**				**x**			
3.3 Práctica "Rutina en acción"	**4 h**	**Rúbrica/ Observación**					**x**		
3.4 "Mide tu esfuerzo" (FC, percepción del esfuerzo, apps)	**4h**	**Informe**						**x**	
3.5 "Sedentarismo y adherencia"	**3h**	**Cuestionario**							**x**
3.6 Prueba objetiva	**2 h**	**Prueba objetiva**	**x**	**x**	**x**	**x**	**x**	**x**	**x**

CONTENIDOS
• Beneficios fisiológicos, psicológicos y sociales del ejercicio; tipos de ejercicio y recomendaciones de la OMS por grupo de edad. • Diseño de rutinas básicas de ejercicio adaptadas a distintos perfiles: criterios de seguridad y contraindicaciones habituales. • Práctica de una rutina básica de ejercicio (movilidad/fuerza con peso corporal, adaptable a aula o patio). • Herramientas de medición de la actividad física: frecuencia cardíaca y zonas de entrenamiento, escala de percepción del esfuerzo, podómetros y apps de seguimiento. • Sedentarismo, enfermedades crónicas asociadas y factores de adherencia a la práctica regular.

UD4. Diseño de estrategias de alimentación y ejercicio para la población	**24 H**

RESULTADOS DE APRENDIZAJE Y CRITERIOS DE EVALUACIÓN

RA4. Diseña estrategias y programas que combinen alimentación saludable y ejercicio físico para promover hábitos saludables en la población o usuarios atendidos.

Criterios de evaluación:

a) Se han diseñado propuestas de alimentación y ejercicio físico combinadas, adaptadas a distintas etapas de la vida y colectivos.
b) Se ha relacionado la alimentación y el ejercicio con la prevención de patologías crónicas frecuentes (obesidad, diabetes tipo 2, hipertensión).
c) Se han identificado situaciones que exceden la competencia profesional, derivándolas al profesional correspondiente.
d) Se ha elaborado material de apoyo (recetario, ficha, infografía) con herramientas digitales, priorizando el rigor del contenido sobre el diseño.
e) Se han contrastado las propuestas frente a mitos y bulos alimentarios habituales, fundamentándolas en guías actuales (NAOS, OMS).

ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE

Actividad	Duración	Instrumento evaluación	Criterios evaluación				
			a	b	c	d	e
4.1 Desarrollo de los contenidos básicos de la unidad	**4h**	**Prueba objetiva**	x	x			
4.2 Casos prácticos por etapa/patología	**6h**	**Rúbrica**	x	x	x		
4.3 Visita al Banco de Alimentos de Asturias	**4h**	**Informe**	x				x
4.4 Recetario saludable y sostenible por grupos (etapas de la vida)	**8h**	**Rúbrica**	x			x	x

4.5 Prueba objetiva	**2h**	**Prueba objetiva**	**x**	**x**	**x**	**x**	**x**

CONTENIDOS

- Diseño de propuestas combinadas de alimentación y ejercicio adaptadas a distintas etapas de la vida (infancia, embarazo/lactancia, persona mayor) y colectivos (población joven, deportistas).
- Alimentación y ejercicio en la prevención de patologías crónicas frecuentes: obesidad, diabetes tipo 2, hipertensión, dislipemias.
- Identificación de situaciones que exceden la competencia profesional y criterios de derivación al profesional correspondiente.
- Acceso a la alimentación saludable y desperdicio alimentario: el papel de las entidades sociales.
- Elaboración de material de apoyo (recetario, ficha, infografía) con herramientas de diseño digital, priorizando el rigor del contenido.
- Elaboración de recetarios saludables, sencillos y accesibles por grupos, cada uno centrado en una etapa de la vida o colectivo, incorporando productos asturianos con distintivo de calidad (DOP/IGP).
- Mitos y bulos alimentarios: contraste con guías y recomendaciones actuales (NAOS, OMS).

UD5. Autocuidado y el profesional sanitario como modelo de hábitos saludables	**10 H**

RESULTADOS DE APRENDIZAJE Y CRITERIOS DE EVALUACIÓN

RA5. Aplica los principios de alimentación saludable y ejercicio físico a su propio autocuidado, valorando su papel como modelo de conducta saludable en su futuro entorno profesional.

- **a) Se han identificado hábitos propios de alimentación y ejercicio físico, sin exposición pública ni calificación del detalle personal.**
- **b) Se han propuesto mejoras personales realistas en alimentación y actividad física.**
- **c) Se ha valorado la importancia del ejemplo del profesional sanitario como referente de hábitos saludables.**
- d) **Se han relacionado los hábitos de vida con la prevención del desgaste profesional (burnout) en el ámbito sanitario.**

ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE

Actividad	**Duración**	**Instrumento evaluación**	**Criterios evaluación**			
			a	**d**	**c**	**d**
5.1 Presentación y contenidos básicos	**2 h**	**Rúbrica**	**x**		**x**	
5.2 "Mi plan de mejora" (autoevaluación privada)	**3 h**	**Rúbrica**	**x**	**x**		
5.3 "El profesional como modelo"	**2 h**	**Cuestionario**			**x**	

5.4 Taller de autocuidado y prevención del burnout	**2 h**	**Rúbrica**				**x**
5.5 Cuestionario final de síntesis	**1 h**	**Cuestionario**	**x**	**x**	**x**	**x**
CONTENIDOS						
• Autoconocimiento de los propios hábitos de alimentación y actividad física, sin exposición pública ni calificación del detalle personal. • Propuesta de mejoras personales realistas y alcanzables en alimentación y ejercicio. • El profesional sanitario como modelo de conducta saludable ante pacientes y usuarios. • Hábitos de vida y prevención del desgaste profesional (burnout) en el ámbito sanitario. • Herramientas básicas de autocuidado y gestión del estrés aplicables al día a día profesional.						

6. METODOLOGÍA Y COORDINACIÓN DOCENTE.

6.1 METODOLOGÍA.

Para desarrollar los contenidos correspondientes a esta programación, se utilizarán diferentes estrategias metodológicas:

1-Aula virtual Teams:

La utilización del sistema de aula digital Microsoft TEAMS, es una herramienta esencial para el proceso de enseñanza-aprendizaje del alumnado. En este espacio, se creará un equipo de trabajo para el módulo de promoción de la salud, donde se irán incluyendo los contenidos y actividades correspondientes a cada una de las unidades.

Además, también se habilitarán buzones para la entrega de las diferentes actividades que se irán proponiendo a lo largo del curso.

Dentro del equipo también se incluirán 3 canales: el canal de “dudas y sugerencias” para resolver posibles cuestiones o atender posibles sugerencias del alumnado relativas a la dinámica docente. Y los canales de “refuerzo” y “ampliación” donde se incluirán una serie de contenidos de refuerzo y ampliación (videos, artículos, y/o actividades).

2- Metodologías generales en el aula:

En general, la metodología utilizada por el docente en el aula se regirá por los principios que sustentan el diseño universal del aprendizaje (DUA), un enfoque de enseñanza destinado a satisfacer las diferentes necesidades del alumnado en el aula. Para ello, el docente combinará la utilización de la clase magistral con el desarrollo de actividades de carácter práctico como por ejemplo las consistentes en la realización de controles analíticos sencillos, el desarrollo de proyectos o la realización de ejercicios de simulación, que podrán ser realizados en el aula, el taller de farmacia o el laboratorio. Asimismo, también se potenciará el uso de las TICS.

Algunas actividades se realizarán mediante grupos que podrán ser flexibles, cuya confección será realizada por el docente atendiendo a criterios derivados de la posible sinergia y potenciación entre los integrantes de los mismos, de cara al desarrollo de las diferentes actividades, y el proceso de aprendizaje.

3- Comunicación con el docente

A lo largo del desarrollo de las diferentes unidades del módulo, existirá una comunicación fluida entre el docente y el alumnado posibilitada por los diferentes canales habilitados en el Teams, el chat privado, y el correo corporativo del docente y alumnado.

6.2 COORDINACIÓN DOCENTE.

Siguiendo instrucciones de la Resolución de 18 de junio de 2009, de la Consejería de Educación y Ciencia, por la que se regula la organización y evaluación de la Formación profesional del sistema educativo en el Principado de Asturias, en su artículo 13 nos indica que, tanto para el primer como en el segundo curso de los ciclos formativos, se debe de realizar una sesión de evaluación inicial, antes de la finalización del primer mes lectivo del curso. En dicha sesión se determinan acuerdos sobre el desarrollo del proceso de enseñanza-aprendizaje del alumnado. Esta sesión no implica calificación.

Teniendo en cuenta las características del alumnado que es habitual que se observen en este ciclo formativo de grado superior se propone la continuidad de las reuniones de coordinación del equipo docente como modo de gestionar situaciones que se puedan dar en el proceso de enseñanza aprendizaje del alumnado.

Para poder canalizar los contenidos teórico- prácticos de los diferentes módulos y cohesionar bien dicho proceso se mantendrán reuniones de coordinación del profesorado con atribución docente, para evitar el solapamiento de los contenidos y que serán establecidas por el coordinador de ciclo.

Por las razones anteriormente planteadas se fija la plataforma telemática *Teams* como canal de comunicación usual y de coordinación entre el equipo educativo del grupo.

7. MATERIALES Y RECURSOS

MATERIALES Y RECURSOS		
DE CARÁCTER GENERAL	**DE CARÁCTER ESPECÍFICO**	**DE CARÁCTER ORGANIZATIVO**
Equipos audiovisuales. Libros texto/apuntes Teams/Plataforma		Aula de clases teóricas Taller de farmacia

8. EVALUACIÓN

8.1 INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN.

Se utilizarán como instrumentos de evaluación de las actividades que se realizan en el aula, rúbricas y exámenes, según el tipo de actividad que se evalúe. Estas incluirán, entre otros aspectos, la valoración actitudinal. También se informará al alumnado de su contenido.

Las pruebas objetivas podrán consistir en cuestionarios con preguntas de respuesta corta, tipo test, preguntas a desarrollar o en actividades teórico-prácticas, dependiendo de los resultados de aprendizaje que se evalúen.

8.2 CRITERIOS DE CALIFICACIÓN.

TABLA 1

RA	%RA	CRITERIO EVALUACIÓN	INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN	CRITERIOS CALIFICACIÓN	MÍNIMO
RA1	16%	a) Se han explicado los conceptos fundamentales relacionados con la nutrición y la dietética.	Prueba objetiva	4%	SÍ
		b) Se han clasificado los alimentos según su composición y función en el organismo.	Prueba objetiva	3%	SÍ
		c) Se han analizado las recomendaciones dietéticas según las guías alimentarias actuales.	Prueba objetiva	3%	SÍ
		d) Se ha relacionado la ingesta de nutrientes con las necesidades fisiológicas según edad, género y actividad física.	Prueba objetiva	2%	SÍ
			Cuestionario	1%	
		e) Se ha identificado la relación de nuestro estado de salud con la microbiota intestinal.	Cuestionario	1%	**NO**
			Prueba objetiva	1%	
		f) Se han identificado los factores sociales, culturales y psicológicos que influyen en los hábitos alimentarios.	Rúbrica	1%	**NO**
RA2	25%	a) Se han interpretado las necesidades calóricas y nutricionales básicas.	Prueba objetiva	4%	SÍ
		b) Se han reconocido las adaptaciones en embarazo, lactancia, infancia y tercera edad.	Prueba objetiva	2%	**NO**
		c) Se han identificado situaciones que requieren derivación a otro profesional (diabetes, hipertensión, alergias).	Rúbrica	4%	SÍ
			Prueba objetiva	2%	
		d) Se han relacionado pautas y productos de apoyo nutricional (dietoterapia, complementos) con necesidades concretas.	Rúbrica	3%	SÍ
			Prueba objetiva	2%	
			Cuestionario	2%	SÍ

RA	%RA	CRITERIO EVALUACIÓN	INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN	CRITERIOS CALIFICACIÓN	MÍNIMO
		e) Se ha valorado el impacto del consumo de alimentos ultraprocesados y azúcares añadidos en la salud.	Informe	2%	
			Prueba objetiva	2%	
		f) Se ha interpretado el etiquetado nutricional para el asesoramiento.	Rúbrica	1%	**NO**
			Prueba objetiva	1%	
RA3	21%	a) Se han descrito los beneficios fisiológicos, psicológicos y sociales del ejercicio físico.	Prueba objetiva	2%	SÍ
			Prueba teórico-práctica	1%	
		b) Se han clasificado los tipos de ejercicio según intensidad, duración y objetivos.	Prueba objetiva	2%	SÍ
			Prueba teórico-práctica	1%	
		c) Se ha relacionado el nivel de actividad física con las recomendaciones de la OMS por grupo de edad.	Prueba objetiva	2%	SÍ
			Prueba teórico-práctica	1%	
		d) Se han diseñado rutinas básicas de ejercicio físico adaptadas a distintos perfiles, aplicando criterios de seguridad.	Rúbrica	3%	SÍ
			Prueba teórico-práctica	1%	
		e) Se ha aplicado y probado una rutina básica de ejercicio de forma práctica.	Rúbrica/observación	1%	**NO**
			Prueba teórico-práctica	1%	
		f) Se han utilizado herramientas de medición de la actividad física.	Informe	3%	SÍ
			Prueba teórico-práctica	1%	
		g) Se han identificado los riesgos del sedentarismo y los factores de adherencia a la práctica regular.	Cuestionario	1%	**NO**
			Prueba teórico-práctica	1%	
RA4	27%	a) Se han diseñado propuestas de alimentación y ejercicio físico combinadas, adaptadas a distintas etapas de la vida y colectivos.	Rúbrica	3%	SÍ
			Informe	1%	
			Prueba objetiva	2%	
		b) Se ha relacionado la alimentación y el ejercicio con la prevención de patologías crónicas frecuentes.	Rúbrica	3%	SÍ
			Prueba objetiva	3%	
		c) Se han identificado situaciones que exceden la competencia profesional, derivándolas al profesional correspondiente.	Rúbrica	4%	SÍ
			Prueba objetiva	2%	

RA	%RA	CRITERIO EVALUACIÓN	INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN	CRITERIOS CALIFICACIÓN	MÍNIMO
		d) Se ha elaborado material de apoyo (recetario, ficha, infografía) con herramientas digitales, priorizando el rigor del contenido.	Rúbrica	4%	SÍ
			Prueba objetiva	2%	
		e) Se han contrastado las propuestas frente a mitos y bulos alimentarios habituales, fundamentándolas en guías actuales.	Informe	1%	**NO**
			Rúbrica	1%	
			Prueba objetiva	1%	
RA5	11%	a) Se han identificado hábitos propios de alimentación y ejercicio físico, sin exposición pública ni calificación del detalle personal.	Rúbrica	2%	SÍ
			Cuestionario	1%	
		b) Se han propuesto mejoras personales realistas en alimentación y actividad física.	Rúbrica	2%	SÍ
			Cuestionario	1%	
		c) Se ha valorado la importancia del ejemplo del profesional sanitario como referente de hábitos saludables.	Rúbrica	2%	SÍ
			Cuestionario	1%	
		d) Se han relacionado los hábitos de vida con la prevención del desgaste profesional (burnout).	Rúbrica	1%	**NO**
			Cuestionario	1%	

Criterios de calificación a aplicar en programas de recuperación:

Serán objeto de recuperación los RA no superados. Sólo serán objeto de recuperación para cada RA los criterios de evaluación mínimos no alcanzados. Los criterios de calificación a aplicar en recuperación son los especificados en la tabla 2, en la que se mantienen únicamente los criterios de evaluación marcados como mínimo exigible, reponderados para que la suma de cada RA equivalga a su porcentaje sobre la calificación final del módulo. En cuanto a los trabajos que serán objeto de recuperación se indicarán a cada alumno en el correspondiente plan de recuperación.

RA	%RA	CRITERIO EVALUACIÓN	INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN	CRITERIOS CALIFICACIÓN	MÍNIMO
RA1	16%	a) Se han explicado los conceptos fundamentales relacionados con la nutrición y la dietética.	Prueba objetiva	5%	SÍ
		b) Se han clasificado los alimentos según su composición y función en el organismo.	Prueba objetiva	4%	SÍ
		c) Se han analizado las recomendaciones dietéticas según las guías alimentarias actuales.	Prueba objetiva	4%	SÍ

RA	%RA	CRITERIO EVALUACIÓN	INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN	CRITERIOS CALIFICACIÓN	MÍNIMO
		d) Se ha relacionado la ingesta de nutrientes con las necesidades fisiológicas según edad, género y actividad física.	Prueba objetiva	2%	SÍ
			Cuestionario	1%	
RA2	25%	a) Se han interpretado las necesidades calóricas y nutricionales básicas.	Prueba objetiva	5%	SÍ
		c) Se han identificado situaciones que requieren derivación a otro profesional (diabetes, hipertensión, alergias).	Rúbrica	5%	SÍ
			Prueba objetiva	2%	
		d) Se han relacionado pautas y productos de apoyo nutricional (dietoterapia, complementos) con necesidades concretas.	Rúbrica	4%	SÍ
			Prueba objetiva	2%	
		e) Se ha valorado el impacto del consumo de alimentos ultraprocesados y azúcares añadidos en la salud.	Cuestionario	2%	SÍ
			Informe	3%	
			Prueba objetiva	2%	
RA3	21%	a) Se han descrito los beneficios fisiológicos, psicológicos y sociales del ejercicio físico.	Prueba objetiva	3%	SÍ
			Prueba teórico-práctica	1%	
		b) Se han clasificado los tipos de ejercicio según intensidad, duración y objetivos.	Prueba objetiva	3%	SÍ
			Prueba teórico-práctica	1%	
		c) Se ha relacionado el nivel de actividad física con las recomendaciones de la OMS por grupo de edad.	Prueba objetiva	3%	SÍ
			Prueba teórico-práctica	1%	
		d) Se han diseñado rutinas básicas de ejercicio físico adaptadas a distintos perfiles, aplicando criterios de seguridad.	Rúbrica	4%	SÍ
			Prueba teórico-práctica	1%	
		f) Se han utilizado herramientas de medición de la actividad física.	Informe	3%	SÍ
			Prueba teórico-práctica	1%	
RA4	27%	a) Se han diseñado propuestas de alimentación y ejercicio físico combinadas, adaptadas a distintas etapas de la vida y colectivos.	Rúbrica	4%	SÍ
			Informe	1%	
			Prueba objetiva	2%	
		b) Se ha relacionado la alimentación y el ejercicio con la prevención de patologías crónicas frecuentes.	Rúbrica	4%	SÍ
			Prueba objetiva	3%	

RA	%RA	CRITERIO EVALUACIÓN	INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN	CRITERIOS CALIFICACIÓN	MÍNIMO
		c) Se han identificado situaciones que exceden la competencia profesional, derivándolas al profesional correspondiente.	Rúbrica	5%	SÍ
			Prueba objetiva	2%	
		d) Se ha elaborado material de apoyo (recetario, ficha, infografía) con herramientas digitales, priorizando el rigor del contenido.	Rúbrica	4%	SÍ
			Prueba objetiva	2%	
RA5	11%	a) Se han identificado hábitos propios de alimentación y ejercicio físico, sin exposición pública ni calificación del detalle personal.	Rúbrica	3%	SÍ
			Cuestionario	1%	
		b) Se han propuesto mejoras personales realistas en alimentación y actividad física.	Rúbrica	3%	SÍ
			Cuestionario	1%	
		c) Se ha valorado la importancia del ejemplo del profesional sanitario como referente de hábitos saludables.	Rúbrica	2%	SÍ
			Cuestionario	1%	

Tabla 2

8.3 EVALUACIÓN FINAL ORDINARIA

Los resultados de aprendizaje se evalúan trimestralmente aplicando los instrumentos de evaluación con los porcentajes especificados en los criterios de calificación. Para superar la evaluación se debe obtener una calificación igual o superior a 5 en el módulo entendiéndose esta calificación como la media ponderada de los resultados de aprendizaje. La calificación de cada evaluación es solamente orientativa, puesto que los RA aportan distintos porcentajes a la calificación final del módulo.

Si en una de las evaluaciones trimestrales no se alcanza una calificación igual o superior a 5 se hará una prueba de recuperación que incluirá aquellos no alcanzados. Dado que la calificación final de cada RA no se puede aplicar hasta que no se realiza la estancia formativa, las pruebas de recuperación se podrán realizar justo antes de la evaluación ordinaria y no trimestralmente, si así se considera oportuno.

En la evaluación final ordinaria, para superar el módulo se debe haber obtenido una calificación igual o superior a 5 en el módulo.

La nota final se calculará conforme los porcentajes de la tabla del punto 9.2. En el caso de que la calificación final sea un número decimal, debe ser redondeado a un entero, que, en base a lo establecido en la resolución de 18 de junio de 2009, se obtendría de forma análoga a como se obtiene la calificación final de ciclo, a través del redondeo al entero superior.

La superación del ciclo formativo requerirá la evaluación positiva en todos los módulos profesionales que lo componen.

8.4 EVALUACIÓN DEL ALUMNADO DE INCORPORACIÓN TARDÍA.

El alumno/a tiene derecho a incorporarse al sistema de evaluación continua a partir del momento en que es efectiva su matrícula en el módulo.

Se deberá flexibilizar la programación con el fin de garantizar su derecho a alcanzar todos los resultados de aprendizaje orientándolo en el estudio, explicaciones, aclaraciones, ejercicios, etc. que se consideren necesario.

Tiene derecho a la realización de todos los exámenes contemplados en el sistema de evaluación continua (exámenes ordinarios y recuperaciones), siendo los criterios de evaluación y calificación los contemplados en el apartado de evaluación ordinaria.

Los exámenes ordinarios ya realizados en el momento de la incorporación se harán en la fecha de recuperación del grupo. En caso de no superarlos y para permitirles tener las mismas oportunidades que el resto de sus compañeros/as, tendrán derecho a una prueba de recuperación adicional, fijando una fecha que permita al alumno/a revisar nuevamente los contenidos y realizar todas las consultas que considere necesarias.

8.5 IMPOSIBILIDAD DE APLICAR CRITERIOS DE EVALUACIÓN CONTINUA

En el caso de que un/a alumno/a no pueda ser evaluado según los criterios establecidos para la evaluación continua y no se pueda registrar el logro de los resultados de aprendizaje (por no haber realizado al menos el 20% de las actividades esenciales), será evaluado mediante un Sistema de Evaluación Especial.

Este será comunicado por el docente por medios oficiales (correo educastur o Teams) incluyendo resultados de aprendizaje, actividades a realizar, instrumentos de evaluación, así como el momento de su realización.

La calificación en este caso deberá ajustarse a la tabla 2 y a los parámetros establecidos para la recuperación extraordinaria. El módulo se entenderá superado cuando se obtenga una calificación igual o superior a 5.

8.6 EVALUACIÓN EXTRAORDINARIA: PROGRAMA DE RECUPERACIÓN DEL MÓDULO PROFESIONAL NO SUPERADO EN CONVOCATORIA ORDINARIA.

Si en la evaluación final ordinaria no se supera alguno de los resultados de aprendizaje, se informará al alumnado (correo educastur o Teams) sobre el programa de recuperación y la prueba que deberá realizar para la evaluación extraordinaria que versará sobre los mínimos exigibles. Esta prueba se realizará en el mes de junio, según el calendario que fijará Jefatura de Estudios.

La calificación final del módulo se obtendrá aplicando los criterios de calificación de la tabla 1 para los resultados de aprendizaje superados con anterioridad y los indicados para los resultados de aprendizaje objeto de evaluación extraordinaria (tabla 2).

9. MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD

Con objeto de establecer respuestas educativas adaptadas a la diversidad del alumnado se tomarán como referencia las indicaciones recogidas al respecto en el proyecto de centro y las

concreciones curriculares de ciclo. De este modo la intervención con el alumnado se basará en los principios de equidad e inclusión promoviendo el desarrollo de actuaciones basadas en el diseño universal de aprendizaje como medidas ordinarias para todo el alumnado. Además de las mencionadas, con objeto de ofrecer una atención personalizada, se facilitarán medidas de flexibilización y adaptaciones metodológicas concretas tanto en el propio proceso de aprendizaje como en la evaluación, en función de las características específicas y las necesidades educativas presentadas por cada estudiante en el aula. Estas medidas se encuentran recogidas en los anexos de la Concreción Curricular del ciclo.

Por otro lado, se desarrollarán, también, medidas de refuerzo para alumnado que no supera los objetivos:

- Batería extra de actividades sobre aquellos aspectos en los que tienen más dificultad.
- Información más detallada sobre aquellos aspectos en los que tienen dificultad de comprensión.
- Ajuste de los criterios de valoración a mínimos en caso de que no se observe viable llegar al logro de los resultados de aprendizaje completos

10. ASPECTOS TRANSVERSALES

10.1 EDUCACIÓN EN VALORES

Se trabajará con temas transversales, aunque dada la edad de nuestro alumnado de una forma muy distinta a la de otras etapas educativas anteriores. Dentro de las finalidades educativas se trata los siguientes: Educación para Igualdad, el Civismo, la Tolerancia, la Solidaridad, el Compañerismo, el lenguaje no sexista, respeto y conservación del medio ambiente haciendo hincapié en el reciclaje de material, utilización adecuada de los recursos y control de usos energéticos. Así mismo se hará hincapié en el uso responsable de las nuevas tecnologías de la información.

Teniendo en cuenta al alumnado como centro del proceso educativo, la adopción de un planteamiento curricular abierto y flexible para la elaboración de la programación, proporciona un instrumento esencial para el tratamiento de la diversidad.

10.2 COMPETENCIAS PERSONALES

Las principales competencias personales que se trabajarán en el módulo formativo, con relación al perfil de salida del ciclo son:

- Autonomía
- Capacidad de resolución de problemas
- Ética profesional y conducta en el trabajo
- Capacidad de trabajo en equipo

Estas competencias personales serán valoradas en la evaluación inicial y si la valoración es negativa se realizará orientación al alumno/a durante el curso en los aspectos que necesite mejorar.

10.3 ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES

ACTIVIDAD COMPLEMENTARIA Y/O EXTRAESCOLAR	RA	TEMPORALIZACIÓN
Visita al Mercado (trabajo de campo nutricional)	RA1 y RA2	1º evaluación
Visita al Banco de Alimentos de Asturias	RA4	2º evaluación

Si a lo largo del curso se añadiera alguna actividad complementaria y/o extraescolar más se deberá aprobar al menos en reunión de departamento.

10.4 ACTIVIDADES INTERDEPARTAMENTALES

Si surge la posibilidad, se podrá participar en el desarrollo de actividades realizadas entre distintos departamentos del Centro, como Jornadas o Seminarios, siempre siendo previamente aprobadas por los distintos órganos del Centro.

11. INDICADORES DE LOGRO Y SEGUIMIENTO DE LA PROGRAMACIÓN

11.1 PROCEDIMIENTO SOBRE EL DESARROLLO Y SEGUIMIENTO DE LA PROGRAMACIÓN

Al menos una vez al trimestre, el departamento reflexionará sobre el desarrollo de la programación docente en función de los resultados de evaluación obtenidos por su alumnado y de otros parámetros que se puedan considerar como las características del grupo de clase

El procedimiento será el establecido por Jefatura de Estudios.

11.2 AUTOEVALUACIÓN DE LA PRÁCTICA DOCENTE

Será recomendable que cada docente lleve a cabo una autoevaluación de la práctica docente utilizando para ello rúbricas de evaluación.

12. REFERENCIAS LEGISLATIVAS

En la elaboración de esta programación se ha tenido en cuenta la siguiente normativa:

- Estatal:
  - ✓ Ley orgánica 3/2022.
  - ✓ RD 659/2023 que desarrolla la ordenación del sistema de Formación Profesional.
- Autonómica
- Documentación institucional del CIFP CERDEÑO.

NOTA: ESTA PROGRAMACIÓN PUEDE SUFRIR VARIACIONES A LO LARGO DEL CURSO Y DEBE SER FLEXIBLE.

ANEXO 1: SECUENCIACIÓN Y TEMPORALIZACIÓN PARA EL CURSO 2026-2027

Puesto que el módulo de Alimentación saludable y ejercicio físico no tiene vinculación con estándares de competencia del Catálogo Nacional de Estándares de Competencia Profesional, los Resultados de Aprendizaje (RA) se desarrollan en su totalidad en el centro educativo. Para el curso 2026-2027, el periodo de formación en empresa para el segundo curso está previsto su desarrollo del 26 de febrero al 24 de mayo de 2027. La secuenciación y temporalización para el curso 2026-2027 es la siguiente:

RESULTADO DE APRENDIZAJE	CE	UD	HORAS	TRIMESTRE
RA1: Identifica los principios básicos de una alimentación saludable.	a, b, c,d,e,f	UD1	14	1º
RA2: Asesora sobre pautas dietéticas y productos de apoyo nutricional, identificando los casos que requieren derivación a otro profesional.	a, b, c, d, e, f	UD2	22	1º
RA3: Analiza la relación entre la actividad física y la salud, diseñando y aplicando pautas básicas de ejercicio de forma segura	a, b, c, d, e, f,g	UD3	18	2º
RA4: Diseña estrategias y programas que combinen alimentación saludable y ejercicio físico para promover hábitos saludables en la población o usuarios atendidos.	a, b, c, d, e	UD4	24	2º
RA5: Aplica los principios de alimentación saludable y ejercicio físico a su propio autocuidado, valorando su papel como modelo de conducta saludable en su futuro entorno profesional.	a,b,c,d	UD5	10	2º