conocer
conocimiento • competitividad • crecimiento

# ESTÁNDAR DE COMPETENCIA

## I.- Datos Generales

**Código:** **Título:**

EC0152 Promoción de la práctica de la actividad física.

**Propósito del Estándar de Competencia:**

Servir como referente para la evaluación y certificación de las personas que se desempeñan como promotores y facilitadores de actividades físicas a grupos de personas.

Asimismo, puede ser referente para el desarrollo de programas de capacitación y de formación basados en el Estándar de Competencia (EC).

**Descripción del Estándar de Competencia**

Este Estándar de Competencia refiere las tres funciones elementales para que un promotor de la actividad física realice su función individual con calidad y cubriendo las expectativas del sector laboral que le corresponde, dichas funciones establecen la difusión de la práctica de actividades físicas, la organización de las sesiones de la actividad y por otro lado, la conducción de las mismas, de tal forma que dichas personas establezcan su competencia demostrando estas funciones**.**

El presente Estándar de Competencia se fundamenta en criterios rectores de legalidad, competitividad, libre acceso, respeto, trabajo digno y responsabilidad social.

**Nivel en el Sistema Nacional de Competencias:** Dos
Desempeña actividades programadas que en su mayoría son rutinarias y predecibles. Depende de las instrucciones de un superior. Se coordina con compañeros de trabajo del mismo nivel jerárquico.

**Comité de Gestión por Competencia que lo desarrolló:**
Grupo Pachuca

**Fecha de aprobación por el Comité Técnico del CONOCER:**

29 de noviembre de 2011

**Fecha de publicación en el D.O.F:**

15 de febrero de 2012

**Periodo de revisión/actualización del EC:**

2 años

**Tiempo de Vigencia del Certificado de competencia en este EC:**

3 años

**Ocupaciones relacionadas con este EC de acuerdo al Catálogo Nacional de Ocupaciones:**

**Módulo/Grupo Ocupacional**

No hay referente en el CNO.

**Ocupaciones asociadas:**

No hay referente en el CNO.

**Ocupaciones no contenidas en el Catalogo Nacional de Ocupaciones y reconocidas en el Sector para este EC:**

Promotor Deportivo.

**Clasificación según el Sistema de Clasificación Industrial de América del Norte (SCIAN):**

**Sector:**
71 Servicios de esparcimiento, culturales y deportivos, y otros servicios recreativos.
**Subsector:**
711 Servicios artísticos, culturales y deportivos, y otros servicios relacionados.
**Rama:**
7113 Promotores de espectáculos artísticos, culturales, deportivos y similares.
**Subrama:**
71131 Promotores de espectáculos artísticos, culturales, deportivos y similares que cuentan con instalaciones para presentarlos.
71132 Promotores de espectáculos artísticos, culturales, deportivos y similares que no cuentan con instalaciones para presentarlos.
**Clase:**
711311 Promotores del sector privado de espectáculos artísticos, culturales, deportivos y similares que cuentan con instalaciones para presentarlos.MEX
711312 Promotores del sector público de espectáculos artísticos, culturales, deportivos y similares que cuentan con instalaciones para presentarlos.MEX.
711320 Promotores de espectáculos artísticos, culturales, deportivos y similares que no cuentan con instalaciones para presentarlos.EE.UU.

El presente Estándar de Competencia, una vez publicado en el Diario Oficial de la Federación se integrará en el Registro Nacional de Estándares de Competencia que opera el CONOCER a fin de facilitar su uso y consulta gratuita.

**Empresas e Instituciones participantes en el desarrollo del EC**

- Grupo Pachuca.
- Escuela Nacional de Entrenadores Deportivos. ENED CONADE

**Aspectos relevantes de la evaluación**

| | |
|---|---|
| **Detalles de la práctica:** | La aplicación práctica se llevará a cabo en espacios deportivos, recreativos o instalaciones que permitan la demostración de las competencias solicitadas en este EC, la aplicación del instrumento de evaluación teórico, se realizará en un espacio que permita la concentración del candidato. |
| **Apoyos:** | Para aplicar este IEC es necesario contar con lo siguiente: conos, cronómetro, cinta métrica de 1m, marcador, hojas blancas, tabla de apoyo para anotaciones, silbato, espacio deportivo, recreativo o cancha multiusos, bolígrafo, formato de sesiones, material deportivo básico (balones, aros, obstáculos de piso, cuerdas, etc.); Formato de reporte. |

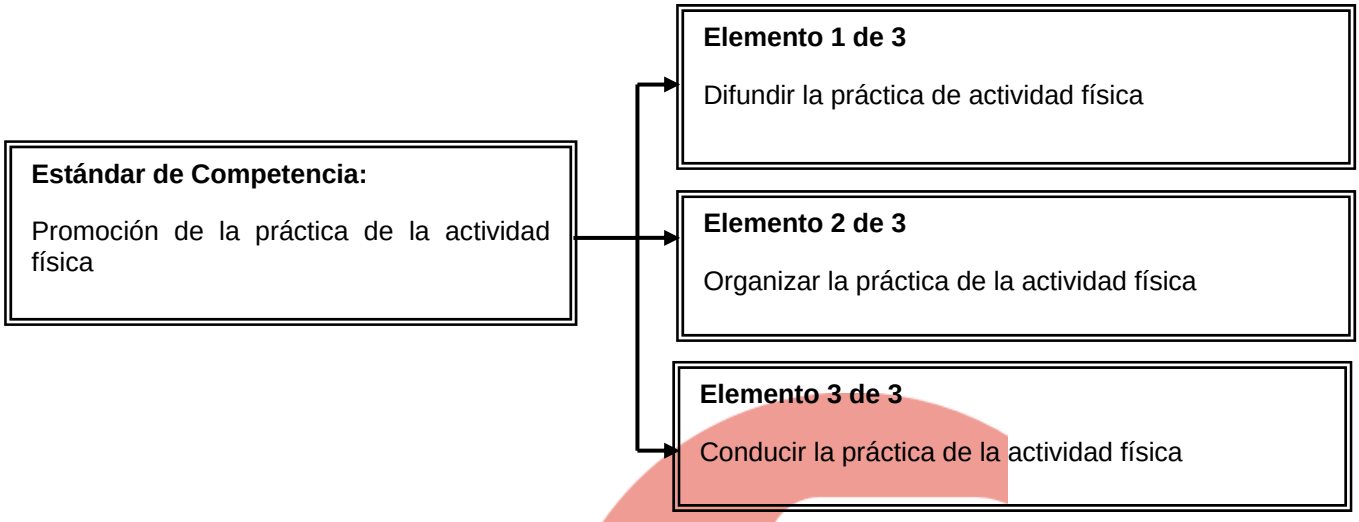
**Duración estimada de la evaluación**

- 3 Horas

**Referencias de Información**

- CONADE (2007) Guía de activación física. Educación Básica Primaria. México: Autor

## II.- Perfil del Estándar de Competencia




## III.- Elementos que conforman el Estándar de Competencia

| Referencia | Código | Título |
|---|---|---|
| 1 de 3 | E0573 | Difundir la práctica de la actividad física. |

CRITERIOS DE EVALUACIÓN

La persona es competente cuando demuestra los siguientes:

DESEMPEÑOS

1. Realiza la presentación de la actividad física:
   - Indicando nombre de la actividad física,
   - Sin abordar otros temas que no sean propios de la actividad física,
   - Mencionando los beneficios que aporta la actividad física propuesta,
   - Señalando los riesgos de la propia actividad física sin la conducción correspondiente, y
   - Atendiendo las dudas del público.

2. Realiza la convocatoria a la participación de la actividad física propuesta:
   - Indicando fecha, lugar y hora,
   - Mencionando población a la que va dirigida,
   - Mencionando la actividad física que difunde, e
   - Indicando las recomendaciones para la práctica propuesta.

3. Realiza ante el público la actividad física propuesta:
   - Ejecutando los ejercicios propios de la actividad física, y
   - Explicando durante los ejercicios sus beneficios.

La persona es competente cuando obtiene los siguientes:

PRODUCTOS

1.- El material de difusión de la actividad física elaborado:
- Contiene el nombre de la actividad física a difundir,
- Incluye el lugar, horario y fecha de práctica de la actividad física, y
- Contiene las recomendaciones para realizar la actividad física propuesta.

ACTITUDES / HÁBITOS / VALORES

| | | |
|---|---|---|
| 1. | Amabilidad: | La manera en que se dirige cordialmente a los asistentes a la práctica de la actividad física. |
| 2. | Iniciativa: | La manera en que manipula los distintos medios para difundir la actividad física propuesta. |
| 3. | Responsabilidad: | La manera en que da cumplimiento en tiempo y forma a las condiciones de la presentación, convocatoria y realización de la actividad física propuesta. |

GLOSARIO:

| | | |
|---|---|---|
| 1. | Difundir: | Actividad en la que se hace uso de los medios para presentar, demostrar y convocar a la práctica de la actividad física. |

| **Referencia** | **Código** | **Título** |
|---|---|---|
| 2 de 3 | E0574 | Organizar la práctica de la actividad física. |

CRITERIOS DE EVALUACIÓN

La persona es competente cuando demuestra los siguientes:

DESEMPEÑOS

1. Aplica las pruebas físicas básicas al sujeto:
   - Dando seguimiento a la realización de las pruebas físicas básicas de fuerza, resistencia y flexibilidad del sujeto,
   - Utilizando los recursos solicitados para cada prueba, y
   - Registrando los resultados obtenidos del sujeto.

La persona es competente cuando obtiene los siguientes:

PRODUCTOS

1. El certificado médico del sujeto verificado:
   - Especifica los datos generales del sujeto,
   - Especifica peso, talla y complexión del sujeto,
   - Describe los signos vitales del sujeto,
   - Señala el resultado de la aptitud para la práctica de la actividad física del sujeto, y
   - Contiene la firma y el número de Cédula Profesional del médico que lo elaboró.

2. El registro de los resultados de las pruebas físicas básicas de fuerza, resistencia y flexibilidad elaborado:
   - Contiene nombre del sujeto, edad, peso, talla, sexo y resultados de las pruebas físicas básicas.

3. El formato de sesiones de la práctica de la actividad física básica presentado:
   - Señala los ejercicios a realizar por sesión, y
   - Define la duración de los ejercicios.

La persona es competente cuando posee los siguientes:

| CONOCIMIENTOS | NIVEL |
|---|---|
| 1. Pruebas de evaluación física básica. | Conocimiento |
| 2. Métodos y medios básicos en la instrucción de la Actividad Física. | Comprensión |

GLOSARIO:

| | |
|---|---|
| 1. Aptitud: | Capacidad y disposición para el buen desempeño o ejercicio de una determinada actividad. (Real Academia Española, 2009) |
| 2. Pruebas Físicas de Fuerza, Resistencia y Flexibilidad: | Son 5 pruebas que consisten en ejercicios básicos (caminar, lagartijas, flexibilidad, abdominales y sentadillas) que permiten obtener una valoración de la capacidad física de una persona previa a la aplicación de un programa de actividad física. Con estas pruebas se define el nivel correspondiente: inicial, intermedio y avanzado. PROGRAMA NACIONAL DE ACTIVACIÓN FÍSICA, CONADE. |

| **Referencia** | **Código** | **Título** |
|---|---|---|
| 3 de 3 | E0575 | Conducir la práctica de la actividad física. |

CRITERIOS DE EVALUACIÓN

La persona es competente cuando demuestra los siguientes:

DESEMPEÑOS

1. Indica a los participantes los ejercicios a realizar en cada sesión:
   - Organizando al grupo en función de las actividades a realizar, de acuerdo a las características del individuo/grupo de participantes,
   - Explicando el ejercicio a realizar,
   - Corrigiendo al participante en las posturas incorrectas de los ejercicios realizados, y
   - Aprovechando el espacio físico y los materiales de apoyo para el cumplimiento de la sesión.

La persona es competente cuando obtiene los siguientes:

PRODUCTOS

1. El Reporte elaborado:

- Incluye la fecha y lugar de la sesión,
- Contiene observaciones realizadas sobre el desempeño de los participantes, e
- Incluye el nombre y firma de quien requisito el reporte.

La persona es competente cuando posee los siguientes:

| CONOCIMIENTOS | NIVEL |
|---|---|
| 1. Aspectos técnicos básicos de las actividades físicas. | Conocimiento |

La persona es competente cuando demuestra las siguientes:

RESPUESTAS ANTE SITUACIONES EMERGENTES

SITUACION EMERGENTE.

1. Lesión o accidente de uno o más de los participantes durante la práctica de la actividad física.
2. Fenómenos climatológicos (lluvia, granizo, calor extremo, etc.) que pongan en riesgo la integridad de los participantes durante la práctica de la actividad física.

RESPUESTAS ESPERADAS

1. Suspender la actividad, conserva la calma, identificar la zona lesionada, protege y aísla el área del accidente y solicita ayuda.
2. Suspende la actividad, ubicar a los participantes en una zona segura.

ACTITUDES / HÁBITOS / VALORES

| | |
|---|---|
| 1. Perseverancia: | La manera en que procura mantener el ánimo del grupo de acuerdo a las actividades a realizar. |

GLOSARIO

| | |
|---|---|
| 1. Materiales de apoyo: | Se dice de aquel material que puede servir al promotor para ayudar a que la activación física se lleva a cabo; tal como conos, cronómetro, cinta métrica de 1m, marcador, hojas blancas, tabla de apoyo para anotaciones, silbato, bolígrafo, formato de sesiones, balones, aros, obstáculos de piso, cuerdas y formato de reporte final. |