**PREPARACION FISICA PARA FUERZAS Y CUERPO DE SEGURIDAD. INFLUENCIA DE LA CONDICION FISICA DURANTE LA INTERVENCION POLICIAL**

**DEL 27 DE SEPTIEMBRE AL 17 DE OCTUBRE DE 2022**

**MODALIDAD:**

**ON-LINE (RED)**

**CURSO**

**PREPARACION FISICA PARA FUERZAS Y CUERPO DE SEGURIDAD. INFLUENCIA DE LA CONDICION FISICA DURANTE LA INTERVENCION POLICIAL**

**CONTENIDO**

1.- FINALIDAD DEL CURSO

2.- OBJETIVOS DIDÁCTICOS

3.- ALUMNADO

4.- MODALIDAD

* 4.1- GRATUIDAD DE ACCIONES FORMATIVAS EN COLABORACIÓN CON LA IESPA

5.- AULA VIRTUAL DE IMPARTICIÓN

6.- METODOLOGÍA DIDÁCTICA Y ESTRUCTURACIÓN GENERAL DE LA ACIÓN FORMATIVA

* 6.1. ACTIVIDADES PARA FAVORECER EL APRENDIZAJE DEL ALUMNO

7.- CONTENIDOS CURRICULARES Y TEMPORALIZACIÓN

8.- FECHAS DE CELEBRACIÓN Y CRONOGRAMA

9.- MATERIAL DIDÁCTICO

10.-PROFESORADO

11.-EVALUACIÓN

11.1 RESUMEN DE ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE PROPUESTAS

12.-ASISTENCIA Y DIPLOMAS

**1.- FINALIDAD DEL CURSO**

 El objetivo prioritario es profundizar y dotar a los profesionales de los cuerpos de Policía Local de Andalucía de una serie de contenidos en los cuales se aborda los beneficios del entrenamiento físico a la hora de la intervención policial.

 Mediante los diferentes contenidos referidos se intentara crear una base de conocimientos al profesional para poder programar un entrenamiento adaptado a las necesidades particulares de la profesión de Policía Local.

 Sin duda la actividad física dentro de los cuerpos policías, su seguimiento y su práctica habitual, harán que los servicios sean realizados con más garantías de cara tanto al policía como al ciudadano y que sin duda potenciarán la imagen de este cuerpo al resto de la población

**2.- OBJETIVOS**

Los objetivos que se persiguen con esta acción formativa son los siguientes:

* Conocer los conceptos básicos de preparación física, condición física y capacidades físicas básicas.
* Tener conocimiento de la influencia de la condición física en la actividad e intervenciones policiales
* Influencia en la mejora del estrés con la actividad física.
* Diferenciar los diferentes tipos de vías energéticas y su influencia en la intervención policial

**3.- ALUMNADO**

 La presente acción formativa está dirigida a miembros de los Cuerpos de Policía Local, **estando abiertas las inscripciones a todos los Policías Locales de la Comunidad Autónoma de Andalucía** que cumplan los **requisitos generales** establecidos en la Resolución de la Dirección General de Interior, Emergencias y Protección civil por la que se publica el Catálogo del Plan Anual de Formación de la IESPA para los cursos concertados (es decir, *pertenecer a los cuerpos de la Policía local de Andalucía*), así como los **requisitos específicos** previstos en dicho texto para las “acciones formativas de formación en red” (*poseer conocimientos de informática a nivel de usuario, contar con equipo informático necesario y una conexión a Internet de banda ancha)*.

**Nº de alumnos para la Acción formativa:**

200 alumnos.

**4.- MODALIDAD, DURACIÓN Y LUGAR DE IMPARTICIÓN**

**Modalidad:** La modalidad de esta acción formativa será ON-LINE (RED)

**Duración:** 20 Horas

**Lugar de impartición:** Andalucía

La modalidad de esta acción formativa será no presencial, empleando las Tecnologías de la Información y Comunicación (TICs) para desarrollar un proceso de enseñanza/aprendizaje On-Line o *e-learning*.

Para ello, se empleará como Entorno Virtual de Aprendizaje la Plataforma On Line (PoL) de la Academia de formación Atlante, en la que se emplea el software de formación Moodle, versión 3.0 y a la que se accede desde la dirección:

<http://aulavirtual.academiaatlante.com/course/index.php?categoryid=24>

Las características de esta modalidad formativa On-Line, se detallan en el apartado de Metodología de la presente Guía Didáctica.

**4.1- GRATUIDAD DE ACCIONES FORMATIVAS EN COLABORACIÓN CON EL IESPA**

 En relación con lo que se establece en el punto III. FORMACIÓN EN COLABORACIÓN CON EL IESPA, apartado nº 3 párrafo segundo, del Plan Anual de Formación del Instituto de Emergencias y Seguridad Pública de Andalucía (IESPA) para el correspondiente curso académico, La colaboración con la IESPA comporta la **GRATUIDAD PARA EL ALUMNADO**, excepto cuando se trate de tasas, precios públicos y otros ingresos (actividades de extensión universitaria) que hayan sido establecidos por las Administraciones Públicas.

 Por todo ello, SIPAN, **no cobrará cantidad económica alguna a ningún alumno/a** que participe en Acciones Formativas en Colaboración con el Instituto de Emergencias y Seguridad Pública de Andalucía (IESPA), corriendo el Sindicato Independiente de Policía de Andalucía (SIP-AN) de cuantos gastos se deriven de la impartición y organización de las mismas, con cargo a los presupuestos de Formación aprobados por la Ejecutiva Autonómica para el año académico en curso.

**5.- AULA VIRTUAL DE IMPARTICIÓN**

 Por parte del Sindicato Independiente de Policía de Andalucía (Sipan), se mantiene un acuerdo de colaboración con la Academia de Formación Atlante con Sede Social en la localidad de Écija (Sevilla), a la cual se le contratan los diferentes servicios que el Sindicato Sipan necesita para la impartición de la formación On-line (Red), ya que disponen de los recursos necesarios tanto prácticos como técnicos que garantizan el correcto funcionamiento y desarrollo de las Acciones Formativas propuestas por Sipan durante los 20 días de duración de cada Acción formativa, incluyendo servicio técnico para posibles deficiencias o incidencias las 24 horas.

 Así mismo, dentro de la oferta formativa, también se le contratan cursos de Formación debido a su amplia experiencia profesional en material policial, aportando dicha Academia de Formación los Docente/Tutores propios, además del mantenimiento del aula virtual y parte técnica, todo ello supervisado por el responsable de del área de formación del Sindicato Independiente de Policía de Andalucía.

 Independientemente, se ha comunicado al Servicio de Formación del Instituto de Emergencias y Seguridad Pública de Andalucía (IESPA) una clave de acceso con usuario/contraseña que permite el acceso a los contenidos de la misma en calidad de “profesor/a sin permiso de edición” para todas las Acciones formativas realizadas en Colaboración con el IESPA.

**6.- METODOLOGÍA DIDÁCTICA Y ESTRUCTURACIÓN GENERAL DE LA ACCIÓN FORMATIVA:**

Como se ha indicado, la modalidad de esta acción formativa será no presencial, por lo que la metodología del curso será la propia del e-learning o de enseñanza tutorizada on-line, a través de la plataforma formativa o “aula virtual” de la Academia de formación Atlante, a la que el alumno accederá con su clave personal.

Con esta metodología se pone el énfasis en cómo aprende el alumno/a, más que en cómo enseña el profesor/a. Se trata pues de un modelo educativo centrado en el aprendizaje del alumno/a, donde éste es el verdadero protagonista.

Así, el alumno accede al material didáctico elaborado expresamente por el profesor del curso, con plena libertad horaria y geográfica, con la consiguiente reducción de los costes de desplazamiento. Se eliminan así los problemas derivados de los sistemas de trabajo a turnos de los policías y se facilita la conciliación de la formación con la actividad profesional, las obligaciones familiares y el ocio de los Agentes.

Por otro lado, dado que todos los materiales didácticos están elaborados de antemano, la labor del profesor se corresponde más con la de “tutor” u orientador del alumno, que con un “profesor tradicional”, debiendo prestar un cuidado y atención especial en motivar y apoyar en todo momento al alumno/a, para evitar en lo posible la sensación de aislamiento y frialdad propios de la formación a distancia.

**6.1. ACTIVIDADES PARA FAVORECER EL APRENDIZAJE DEL ALUMNO:**

En el aula virtual, el alumnado interaccionará tanto con el profesor-tutor, como con el resto de alumnos, a través de varias herramientas fundamentales, así como la realización de diferentes pruebas de Evaluación y Auto evaluación, donde el alumnado deberá reflejar los conocimientos adquiridos durante la realización de la acción formativa, debiendo superar las diferentes actividades establecidas por la docencia, teniendo que alcanzar la puntuación que se recoge en el punto nº 11 de esta guía didáctica:

* **Herramientas de relación con la docencia:**
* Los foros, donde tanto alumnos como profesor-tutor comienzan presentándose a los demás y, sobre todo, pueden plantear cuestiones, dudas e interesantes intercambio de experiencia u opiniones entre todos los miembros del aula virtual.
* La mensajería directa con el profesor-tutor, al que el alumno puede dirigir directamente sus consultas sin hacerlo “públicamente”.
* **Actividades para favorecer el aprendizaje:**
* La realización por parte de los alumnos de las **actividades** propuestas por los profesores, de cara a dinamizar el procedimiento de aprendizaje, consistente en la realización de pruebas tipo **supuestos prácticos de desarrollo,** donde el alumno deberá plasmar que ha adquirido los conocimientos necesarios impartidos en la acción formativa, para ello deberá realizar un trabajo de campo sobre el tema del curso, donde deberá realizar trabajos de calle que le ayuden a entender las actividades de desarrollo planteadas por la docencia. Así mismo el alumno deberá ampliar los conocimientos adquiridos durante el curso con estas pruebas prácticas. De esta forma de aprendizaje, se constatará que el alumno dedica las horas de formación previstas en la acción formativa.
* Los **cuestionarios de autoevaluación**, mediante los que el alumno podrá comprobar por sí mismo, si ha adquirido los conocimientos incluidos en los contenidos curriculares que en el siguiente apartado se refieren.
* La realización de estos **cuestionarios** es necesaria para constatar el seguimiento del curso, valorar los conocimientos adquiridos y es requisito para la superación del mismo.

**7.- CONTENIDOS CURRICULARES Y TEMPORALIZACIÓN**

 El diseño de los contenidos curriculares que conforman esta actividad formativa es el siguiente:

**MODULO I**

**UNIDAD I.**

CONCEPTO, DEFINICION Y APLICACIÓN DE LA PREPARACION FISICA.

* CONCEPTO DE PREPARACION FISICA
* CAPACIDADES FISICAS BASICAS

EFECTOS DEL ENTRENAMIENTO EN EL POLICIA Y LA INTERVENCION POLICIAL

* EFECTOS FISIOLOGICOS/ANATOMICOS
* EFECTOS PSICOLOGICOS

**UNIDAD II.**

COMPONENTES DEL ENTRENAMIENTO

* CONCEPTO DE PERIODIZACION
* COMPONENTES DEL ENTRENAMIENTO:
* VOLUMEN
* INTENSIDAD
* CARGA

**MODULO II**

**UNIDAD III.**

PRINCIPIOS DE ENTRENAMIENTO

* PRINCIPIO DE SUPERCOMPENSACION
* LEY DEL UMBRAL
* PRINCIPIO DE ESPECIFIDAD

VIAS ENERGETICAS SU INFLUENCIA DURANTE LA INTERVENCION POLICIAL

* VÍAS AERÓBICAS
* VÍAS ANAERÓBICAS
* VÍAS ENERGÉTICAS DURANTE LA INTERVENCIÓN POLICIAL

**UNIDAD IV.**

TIPOS DE SISTEMA DE ENTRENAMIENTO

* EL ENTRENAMIENTO BASADO EN LAS VIAS ENERGETICAS QUE INFLUYEN EN LA INTERVENCION POLICIAL.
* PROPUESTAS DE TIPO DE ENTRENAMIENTO PARA LA INTERVENCION POLICIAL
* HIIT
* HIPT
* ENTRENAMIENTO CONCURRENTE
* CROSSFIT®

ESTRÉS Y CONDICION FISICA

**8.- FECHAS DE CELEBRACIÓN Y CRONOGRAMA**

El calendario previsto para el presente curso, comprende del VIERNES 04/05/2018 al MIÉRCOLES 24/05/2018 (20 Días):

* **Presentación del curso y exposición de objetivos:**

VIERNES 04/05/2018 (a las 9’00 horas)

* **Actividades de dinamización a través del foro:**

Del VIERNES 04/05/2018 al MIÉRCOLES 24/05/2018

* **Test llave Módulo I:**

Del módulo I del LUNES 07/05/2018 (a las 9’00 horas) al DOMINGO 13/05/2018 (a las 21’00 horas), su superación deberá ser con un **80%** de aciertos y dejará al alumno acceder a los contenidos del módulo II.

* **Planteamiento de las actividades:**

VIERNES 11/05/2018

* **Elaboración y remisión de las actividades:**

Del SÁBADO 12/05/2018 (a las 09:00 horas) al VIERNES 18/05/2018 (a las 21:00 horas), Deberá ser superada con una nota mínima de **5**.

* **Acceso a una “resolución tipo” de las actividades propuestas:**

A partir del SÁBADO 19/05/2018 (a las 09:00 horas), lo que potencia las actividades de dinamización a través de los comentarios de los alumnos a las mismas y la exposición de dudas al respecto.

* **Cuestionario de evaluación Test final:**

Del LUNES 15/05/2018 (a las 21:00 horas) al MIÉRCOLES 17/05/2018 (a las 21:00 horas). Deberá ser superado con un **65%** de aciertos y se dispondrá de **1** sólo intento de **60** minutos. (El tiempo de apertura de la plataforma para poder realizar el test final será de **48** horas)

* **Normas del Curso:**

Pulsando en el enlace, cada alumno/a puede acceder en todo momento desde la Plataforma a las normas del curso y los requisitos para su superación:

<https://sip-an.com/wp-content/uploads/2018/04/NORMAS-PARA-LOS-CURSOS-EN-COLABORACI%C3%93N-CON-LA-ESPA.pdf>

Una vez finalizada la acción formativa, se mantendrá disponible durante 10 días naturales más para los alumnos, para realizar consultas.

**9.- MATERIAL DIDÁCTICO**

El material didáctico está compuesto por cada uno de los temas que conforman el contenido del curso (según lo especificado en un apartado anterior) y que el profesor pondrá a disposición del alumno en el Aula Virtual.

Estos temas, se complementarán con la inclusión en la plataforma del siguiente “***Material complementario***”:

* Legislación referida en el temario.
* Supuestos comentados.
* Sentencias relacionadas (fundamentos jurisprudenciales).

**10.- PROFESORADO**

El profesorado docente del presente curso será:

**D.**

**D.**

 Se acompaña modelo oficial de docencia tal y como indica el apartado 1 j) del Anexo IV.B de la Resolución de 14 de diciembre de 2015, de la Dirección General de Interior, que aprueba el Plan Anual de Formación de la ESPA para el año académico 2016 (BOJA nº 247, de 23-12-15, pág 220), según lo señalado por la Resolución de la Dirección General de Política Interior de 11-3-97 - BOJA nº 38 de 1-4-97, páginas 3865 y ss.

**11.- EVALUACIÓN**

La superación del curso está condicionada a la superación de los cuestionarios de autoevaluación (que no contribuyen a la nota final del curso), así como superación conjunta de las dos pruebas siguientes:

La actividad primera consiste en la realización de una prueba tipo Test, denominada Test llave del módulo I, la cual una vez superada, le dará al alumno acceso a la parte 2ª del curso.

 La actividad segunda consistirá en la resolución de una **actividad práctica** relacionadas con diversos aspectos del temario, (Supuesto práctico) propuesta por el profesorado, donde cada alumno/a debe poner de manifiesto que ha adquirido el núcleo central de los contenidos, debiendo obtener una valoración de al menos un **5** de nota (sobre una calificación máxima de 10 puntos).

La tercera actividad consistirá en la realización de otra prueba tipo Test denominado Test final, el cual contendrá preguntas de los Módulos I y II.

**11.1 RESUMEN DE ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE PROPUESTAS**

* Un **cuestionario tipo llave** que constará de 10 preguntas, con 4 respuestas alternativas, de las cuales solo una será la correcta, sobre los temas tratados en el módulo I. Para la superación de esta prueba se exigirá un mínimo de **8** preguntas contestadas de forma correcta **(80%).** Una vez superado con la nota requerida, el alumno podrá tener acceso al módulo II. (No influye en la nota final del curso)
* **Una actividad de desarrollo**: Será una actividad de desarrollo, donde la docencia presentará un supuesto práctico relacionado con las materias tratadas en el temario, para su superación el alumno deberá alcanzar la puntuación de **5** sobre 10.
* Un **cuestionario final tipo test** que constará de 20 preguntas relacionadas con el temario, con cuatro respuestas alternativas, de las cuales solo una será la correcta. Para la superación de esta prueba se exigirá un mínimo de 13 preguntas contestadas de forma correcta (65%). Se dispondrá de 1 sólo intento de 60 minutos. (El tiempo de apertura de la plataforma para poder realizar el test final será de 48 horas)

**12.- ASISTENCIA, DIPLOMAS, CERTIFICADOS Y COORDINACIÓN**

* **Diplomas de aprovechamiento:**

Sólo aquellos alumnos que aprueben el cuestionario Test llave del Módulo I con un 80% de aciertos, superen la actividad de desarrollo con un 5 y el Test de avaluación final con un 65% de aciertos, propuestas por el equipo docente, recibirán el Diploma acreditativo de la Superación con Aprovechamiento de este curso.

* **Certificados de asistencia:**

 Para la expedición del certificado de Asistencia, el alumno deberá haber realizado y superado el Test Módulo I, enviado la actividad y haber realizado el Test Final. No se expedirá certificado de asistencia a aquellos alumnos que no completen el curso. Sólo se expedirá el certificado de asistencia, si han completado el curso y no lo han superado con la nota requerida en las diferentes actividades propuestas por el equipo docente.

El control de acceso del alumno, así como el envío de la actividad y la realización del test, se realizarán por medio del histórico de la Academia de Formación Atlante en su parte On-line, y en su parte Presencial el control de asistencia del alumnado corresponderá al coordinador/es del curso.

**Coordinación:**

* A designar por Sip-an.

**Firma y Sella:**

Secretario Autonómico de Formación Sip-an.