



**Conselleria d'Educació
i Universitats**

Direcció General de Formació Professional
i Ordenació Educativa

**FORMACIÓ
PROFESSIONAL**
ILLES BALEARS



cfinfp

Valoració funcional per a l'entrenament

CFINFP-IB

20 hores - 15 places - Presencial

10 a 26 de setembre de 2026



Calendari i horari

10, 11, 15 i 16 de setembre de 9h a 14h

Lloc

Poliesportiu de Maó, Kynesia, AB Funtrain, Moodle

Destinataris

1. Professorat d'FP en actiu de la família professional d'Activitats físico esportives (AFD) de l'IES Cap de Llevant.
2. Professorat d'FP en actiu de la família professional AFD de la resta de centres.
3. Altres professors de Formació Professional en actiu que puguin aplicar els continguts de la formació a l'aula i ho demostrin mitjançant una aplicació didàctica.
4. Altres professors de Formació Professional que puguin fer una aplicació didàctica relacionada amb la formació.

Criteris de selecció

Si el nombre de sol·licituds supera el de places oferides, els criteris de selecció seran, per aquest ordre:

1. L'ordre de preferència que figura a l'apartat de destinataris.
2. Professorat de centres sostinguts amb fons públics.
3. L'ordre d'inscripció.

La realització d'aquesta activitat resta subjecta a un mínim de 8 participants.

Inscripció

Podeu fer la inscripció de dia 1 a dia 2 de setembre de 2026 de la manera següent:

1. Entrau al Portal del personal <https://www.caib.es/pfunciona>. El professorat que no disposi de compte d'usuari no podrà accedir al Portal del Personal. Al menú principal de l'esquerra trobareu Formació dels DOCENTS. Cliqueu Sol·licitud cursos i seleccioneu CFINFP-IB Centre de Formació, Innovació i Desenvolupament de la FORMACIÓ PROFESSIONAL.
2. Us sortirà la llista de totes les activitats. Cliqueu a l'apartat INSCRIU-TE de l'activitat i emplenau tots els camps del formulari de la sol·licitud. Actualitzau les dades d'acord amb la vostra situació actual si s'escau, especialment el centre de destinació, el correu electrònic i el telèfon (millor un mòbil) ja que seran les dades de contacte per gestionar la inscripció i la llista d'espera.
3. La llista d'admesos provisional es publicarà dia 4 de setembre de 2026. Podreu consultar si heu estat admesos cercant aquesta activitat al Portal del personal, al menú de l'esquerra Formació dels DOCENTS, Sol·licitud cursos seleccionant CFINFP-IB Centre de Formació, Innovació i Desenvolupament de la FORMACIÓ PROFESSIONAL. La llista d'espera, si s'escau, es publicarà també a la mateixa pàgina.
4. Una vegada que hagi sortit la llista, si estau admesos, cal confirmar la vostra assistència de dia 5 a dia 7 de setembre de 2026 a l'apartat Confirma cursos, dins del menú Formació dels DOCENTS. La no confirmació dins aquest termini implicarà la pèrdua de plaça. La llista d'admesos s'actualitza automàticament en confirmar la inscripció.
5. Si les places no s'han cobert amb els confirmats es contactarà a les persones que estiguin a la llista d'espera per estricte ordre de preferència fins que s'ocupin les places lliures.
6. La llista definitiva de participants es publicarà una vegada s'hagi gestionat la llista d'espera

IMPORTANT: Una vegada confirmada l'assistència, si una persona no pot assistir a la formació ha de notificar-lo al coordinador, per correu electrònic, abans de l'inici de l'activitat. En cas contrari, les sol·licituds que aquesta persona faci per participar a altres formacions, durant el mateix curs escolar, passaran al final de la llista de sol·licituds.

PROTECCIÓ DE DADES PERSONALS: la tramitació d'una sol·licitud d'inscripció a una activitat formativa implica el següent tractament de dades personals: <http://www.formacioinnovacio.cat/documents/ProtDades.pdf>.

Avaluació i certificació

Per poder certificar, els participants hauran de:

- Acreditar una assistència mínima al 85% de les hores presencials. Les faltes d'assistència a les sessions presencials no es podran justificar en cap cas.
- Haver realitzar totes les tasques obligatòries dins els terminis establerts i obtenir una qualificació positiva en totes elles.
- Entrega de l'aplicació didàctica en el format i termini establerts.

Una vegada finalitzat el procés de certificació, l'activitat es tancarà.

En aquest moment us enviarem un correu electrònic a l'adreça que heu posat a la vostra sol·licitud.

Si heu certificat, podreu veure la formació al vostre portal, apartat Formació dels docents, Activitats internes.

Si no la podeu veure, és que no la teniu certificada.

Us podeu posar en contacte amb l'organitzador (CFINFP-IB Centre de Formació, Innovació i Desenvolupament de la Formació Professional) per a qualsevol aclariment.

Disposau d'un termini de 30 dies naturals des de l'enviament del correu electrònic per presentar una reclamació a l'organitzador, si s'escau.

Coordinació i informació

Joan Garau assessor5@cfinfp.cat

Continguts

Protocols i proves de valoració funcional: mobilitat, estabilitat, control postural i patrons bàsics de moviment.

Interpretació de resultats i detecció de desequilibris funcionals relacionats amb la salut, la tècnica i el rendiment físic.

Fonaments de biomecànica i mecànica del moviment aplicats als exercicis de força, estabilització i entrenament funcional.

Estratègies de readaptació funcional i exercici correctiu: progressions, control de càrrega i prevenció de lesions.

Noves tendències i tecnologia aplicada al fitness: eines digitals, apps de valoració, monitoratge i metodologies actuals d'entrenament.

Objectius

Aplicar protocols bàsics de valoració funcional per analitzar la mobilitat, estabilitat i qualitat del moviment.

Interpretar els resultats de proves funcionals per detectar limitacions, desequilibris i factors de risc relacionats amb l'entrenament.

Analitzar els principals aspectes mecànics del moviment durant l'execució d'exercicis per identificar errors tècnics i millorar l'eficiència motriu.

Aplicar estratègies bàsiques de readaptació funcional i exercici correctiu en processos de retorn progressiu a la pràctica fisicoesportiva.

Identificar noves tendències i tecnologies aplicades al fitness i a la valoració funcional per integrar-les en la pràctica docent i professional del condicionament físic.

Metodologia

Introducció teòrica i participació activa a les activitats proposades.

Al formulari d'inscripció, a l'apartat "Observacions" indicaus els mòduls que imparteix.

Transferència

Realitzar, aplicar i entregar l'aplicació didàctica segons model establert.

Els continguts treballats a la formació s'han de lligar al mòdul que imparteix el participant aquest curs escolar en el seu centre.

Les aplicacions didàctiques seran publicades al web del CFINFP (amb la inscripció a la formació, el participant accepta les condicions).

Línia estratègica

PQ 2428 5 Actualització tècnica i professional

Formadors

Javier Hernández Jiménez, Biel Marques Pons

Curs (Formació per àmbits) - Esdeveniment 564

Curs 2026/2027 - Àmbit Menorca

FP. Activitats físiques i esportives



**Cofinanciado por
la Unión Europea**



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE EDUCACIÓN, FORMACIÓN PROFESIONAL
Y DEPORTES

Programa cofinançat pel Ministeri d'Educació, Formació Professional i Esports, i el Fons Social Europeu Plus