

GUÍA DIDÁCTICA

CURSO BÁSICO DE 50 HORAS DE PRL (SECTORES)



INTRODUCCIÓN

Bienvenido/a al curso básico de PRL

Valoramos y reconocemos el esfuerzo que suponen los estudios a distancia, por lo que tratamos de hacer la experiencia on-line lo más intuitiva y sencilla posible.

La presente guía está diseñada para **acompañarte y orientarte sobre los contenidos** e instrucciones que deberás desarrollar durante el curso virtual.

Lee atentamente las **pautas y orientaciones** de la Guía y, para cualquier inquietud y/o orientación sobre el desarrollo del curso, **comunícate con el tutor o tutora** del campus, a través del sistema de mensajería interna.

CONTENIDOS DEL CURSO

Curso dirigido a aquellas personas que tienen que responsabilizarse de la Prevención de Riesgos en pequeñas empresas, o tienen que colaborar como Técnicos de Nivel Básico con los Servicios de Prevención.

Este Curso tiene como objetivo principal capacitar al alumno para el desempeño de las funciones del nivel básico de Prevención de Riesgos Laborales de 50 horas en su sector.

Se dan a conocer los derechos y deberes de los trabajadores y empresarios en materia preventiva, así como la reglamentación básica aplicable en los respectivos puestos de trabajo





CONTENIDOS DEL CURSO

- **Módulo 1 . Conceptos básicos sobre seguridad y salud en el trabajo**
- **Módulo 2. Riesgos generales y su prevención**
- **Módulo 3. Riesgos específicos y su prevención en el sector**
- **Módulo 4. Elementos básicos de gestión de la prevención de riesgos**
- **Módulo 5. Primeros auxilios**
- **Módulo 6. Igualdad, violencia y acoso laboral**

LAS ACTIVIDADES

El curso es **totalmente virtual**. Todas las actividades se pueden desarrollar en cualquier horario, desde cualquier ordenador con acceso a Internet, desde cualquier lugar.

TIEMPO ASIGNADO

Las actividades y contenidos están diseñadas para que se desarrollen en aproximadamente **50 horas**, por lo que sugerimos hacer una planificación personal para cumplir con los objetivos del curso.

MATERIALES DIDÁCTICOS

El desarrollo del temario se realizará mediante **vídeo-clases** de los/as profesores/as y presentaciones. Adicionalmente, el alumnado tendrá a su disposición **material complementario** y bibliografía por si quiere ampliar sus conocimientos.

LOS MEDIOS

El curso se desarrollará utilizando los módulos de la plataforma moodle, permitiendo una comunicación virtual permanente a través de:

- **Foro General del Aula**, que permite el intercambio asincrónico del grupo sobre un tema compartido.
- **Novedades del Docente**, para las comunicaciones realizadas por el profesorado.

EVALUACIÓN DEL CURSO

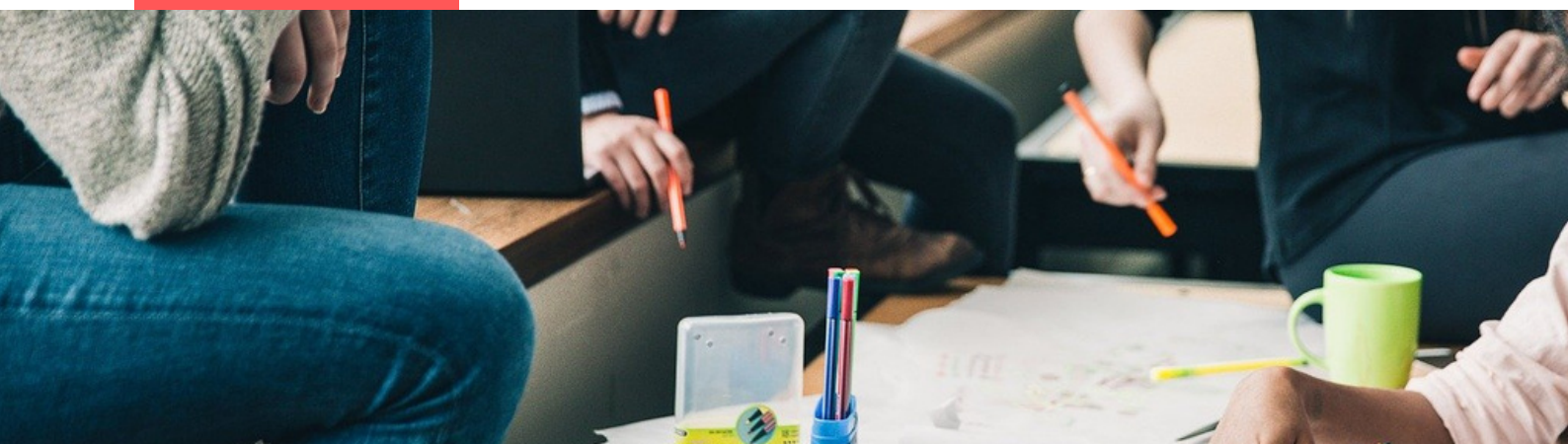
Al final de cada uno de los módulos se realizarán **cuestionarios de autoevaluación** que serán de obligado cumplimiento para poder pasar al siguiente módulo.

El alumnado dispondrá únicamente de **intentos ilimitados para resolver cada cuestionario**, con tiempo **ilimitado**. Se escogerá el intento con mayor puntuación.

Al final del curso se realizará un **examen final**, de obligado cumplimiento, con los contenidos de todos los módulos.

Se requerirá de una **puntuación mínima** de al menos un 5 **en los cuestionarios** para poder hacer media. Se considerará **superado** el curso cuando se obtenga una nota **media igual o superior a 5**.

La superación del curso supondrá la obtención de un **certificado acreditativo** de superación y aprovechamiento del curso.



DEDICACIÓN ESTIMADA AL CURSO

DURACIÓN TOTAL POR RECURSO

Tipo de recurso	DURACIÓN REAL	DEDICACIÓN ESTIMADA
Video	452,2 Min.	678 min. (1,5 x min. de video)
Material pdf obligatorio	253 Pág.	1.265 min. (5 min. x página)
Mensajes docentes	6 Mens.	30 min. (5 min. x mensaje)
Material pdf extra	563 Pág.	1.408 min. (2,5 min. x página)
Examen	92 Preg.	184 min. (2 min. x pregunta)
Entregables	0 Pág.	0 min. (10 min. x Pág.)
Total		3.564,8 Min.

DEDICACIÓN ESTIMADA

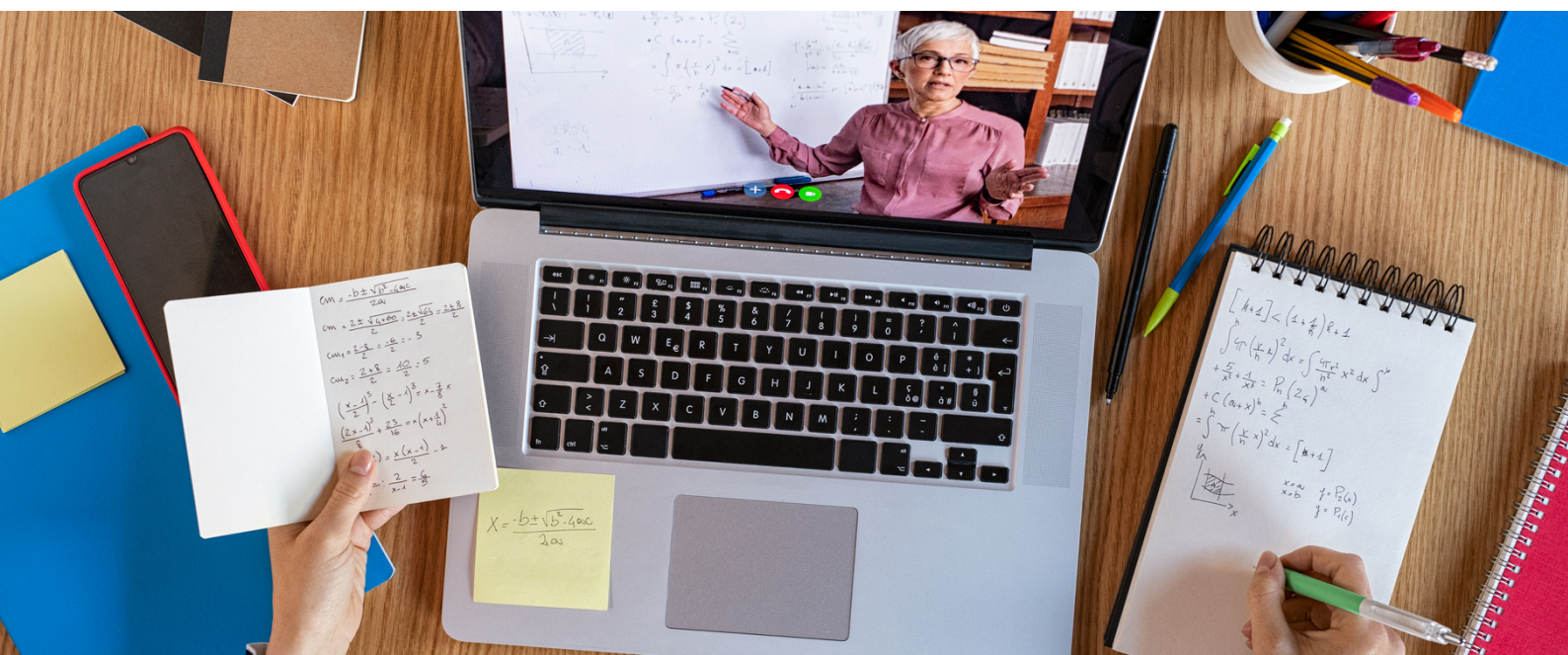
59,4 h.

RECURSOS	TIPO DE RECURSO	TÍTULO	DURACIÓN (hh:mm:ss) / PÁG. u.	DEDICACIÓN ESTIMADA
Guía de uso	Video		0:08:30 H:M:S	12,75 Min.
Bienvenido al curso	Material pdf obligatorio		1 Pág.	5,00 Min.
Foro novedades del docente	Mensajes docentes		6 Mens.	30,00 Min.
Recursos adicionales	Material pdf extra	Guía didáctica	4 Pág.	10,00 Min.
Módulo 1		SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO		
Recursos adicionales	Video	Riesgos profesionales	0:05:40 H:M:S	8,50 Min.
Autoevaluación	Examen	Autoevaluación	1 Preg.	2,00 Min.
Recursos adicionales	Video	Daños derivados	0:09:30 H:M:S	14,25 Min.
Autoevaluación	Examen	Autoevaluación	1 Preg.	2,00 Min.
Recursos adicionales	Video	Marco normativo parte 1	0:09:15 H:M:S	13,88 Min.
Autoevaluación	Examen	Autoevaluación	1 Preg.	2,00 Min.
Recursos adicionales	Video	Marco normativo parte 2	0:09:30 H:M:S	14,25 Min.
Autoevaluación	Examen	Autoevaluación	1 Preg.	2,00 Min.
Recursos adicionales	Video	Marco normativo parte 3	0:08:30 H:M:S	12,75 Min.
Autoevaluación	Examen	Autoevaluación	1 Preg.	2,00 Min.
Recursos adicionales	Video	Marco normativo parte 4	0:10:30 H:M:S	15,75 Min.
Autoevaluación	Examen	Autoevaluación	1 Preg.	2,00 Min.
Recursos adicionales	Material pdf obligatorio	Seguridad salud	24 Pág.	120,00 Min.
Recursos adicionales	Material pdf extra	Ley 31/1995	40 Pág.	100,00 Min.
Autoevaluación	Examen	Autoevaluación	10 Preg.	20,00 Min.



DEDICACIÓN ESTIMADA AL CURSO

Módulo 2		RIESGOS GENERALES Y SU PREVENCIÓN		
Recursos adicionales	Video	Seguridad en el trabajo	0:05:10 H:M:S	7,75 Min.
Recursos adicionales	Video	Caidas en altura (azoteas + escaleras)	0:02:00 H:M:S	3,00 Min.
Recursos adicionales	Video	Riesgo eléctrico + 5 reglas de oro	0:37:00 H:M:S	55,50 Min.
Autoevaluación	Examen	Autoevaluación	1 Preg.	2,00 Min.
Recursos adicionales	Video	Riesgos ligados	0:07:10 H:M:S	10,75 Min.
Autoevaluación	Examen	Autoevaluación	1 Preg.	2,00 Min.
Recursos adicionales	Video	Ergonomía	0:05:20 H:M:S	8,00 Min.
Recursos adicionales	Video	Trastornos músculo-esqueléticos	1:57:30 H:M:S	176,25 Min.
Autoevaluación	Examen	Autoevaluación	1 Preg.	2,00 Min.
Recursos adicionales	Video	Riesgos psicosociales	0:11:10 H:M:S	16,75 Min.
Recursos adicionales	Video	Gestión de los riesgos psicosociales	0:04:50 H:M:S	7,25 Min.
Recursos adicionales	Video	Bienestar emocional	0:02:00 H:M:S	3,00 Min.
Autoevaluación	Examen	Autoevaluación	1 Preg.	2,00 Min.
Recursos adicionales	Video	Protección colectiva	0:04:25 H:M:S	6,63 Min.
Autoevaluación	Examen	Autoevaluación	1 Preg.	2,00 Min.
Recursos adicionales	Video	Protección individual	0:14:45 H:M:S	22,13 Min.
Autoevaluación	Examen	Autoevaluación	1 Preg.	2,00 Min.
Recursos adicionales	Video	Nociones básicas emergencias	0:08:41 H:M:S	13,02 Min.
Autoevaluación	Examen	Autoevaluación	1 Preg.	2,00 Min.
Recursos adicionales	Video	Incendios	0:03:46 H:M:S	5,65 Min.
Autoevaluación	Examen	Autoevaluación	1 Preg.	2,00 Min.
Recursos adicionales	Video	Evacuación	0:02:58 H:M:S	4,45 Min.
Recursos adicionales	Video	Simulacro de The Office	0:04:23 H:M:S	6,57 Min.
Autoevaluación	Examen	Autoevaluación	1 Preg.	2,00 Min.
Recursos adicionales	Video	Control de salud	0:06:59 H:M:S	10,47 Min.
Recursos adicionales	Video	Higiene del sueño	0:02:01 H:M:S	3,03 Min.
Recursos adicionales	Video	Cuidado de la voz	0:01:36 H:M:S	2,40 Min.
Recursos adicionales	Material pdf obligatorio	Riesgos generales y su prevención	95 Pág.	475,00 Min.
Recursos adicionales	Material pdf extra	EPLs+Protección colectiva+Evacuación	65 Pág.	162,50 Min.
Autoevaluación	Examen	Autoevaluación	10 Preg.	20,00 Min.



DEDICACIÓN ESTIMADA AL CURSO

Módulo 3		RIESGOS ESPECÍFICOS		
Recursos adicionales	Video	Jardinería	0:07:48 H:M:S	11,70 Min.
Recursos adicionales	Material pdf obligatorio	Elementos básicos de gestión de la prevención	35 Pág.	175,00 Min.
Recursos adicionales	Video	Oficinas	0:04:39 H:M:S	6,98 Min.
Recursos adicionales	Video	Condiciones ambientales en oficinas	0:11:00 H:M:S	16,50 Min.
Recursos adicionales	Video	Elementos del puesto de trabajo	0:10:57 H:M:S	16,43 Min.
Recursos adicionales	Video	Riesgos generales en las oficinas y despachos	0:10:34 H:M:S	15,85 Min.
Recursos adicionales	Video	La mesa	0:00:47 H:M:S	1,17 Min.
Recursos adicionales	Video	Iluminación	0:00:52 H:M:S	1,30 Min.
Recursos adicionales	Video	La pantalla	0:01:14 H:M:S	1,85 Min.
Recursos adicionales	Video	La silla	0:02:02 H:M:S	3,05 Min.
Recursos adicionales	Video	El teclado y el ratón	0:01:00 H:M:S	1,50 Min.
Recursos adicionales	Video	Fatiga ocular	0:01:46 H:M:S	2,65 Min.
Recursos adicionales	Material pdf obligatorio	Riesgos generales y su prevención	28 Pág.	140,00 Min.
Autoevaluación	Examen	Autoevaluación	10 Preg.	20,00 Min.
Módulo 4		ELEMENTOS BÁSICOS DE GESTIÓN DE LA PREVENCIÓN		
Recursos adicionales	Video	Organismos públicos	0:10:34 H:M:S	15,85 Min.
Autoevaluación	Examen	Autoevaluación	1 Preg.	2,00 Min.
Recursos adicionales	Video	Organización en el trabajo	0:09:50 H:M:S	14,75 Min.
Recursos adicionales	Video	Integración PRL en Obras Construcción	0:04:54 H:M:S	7,35 Min.
Recursos adicionales	Video	Prevención 10.	0:02:40 H:M:S	4,00 Min.
Autoevaluación	Examen	Autoevaluación	1 Preg.	2,00 Min.
Recursos adicionales	Video	Documentación	0:08:31 H:M:S	12,78 Min.
Recursos adicionales	Video	Coordinación Activ. Empresariales	0:02:51 H:M:S	4,28 Min.
Recursos adicionales	Material pdf obligatorio	Elementos básicos de gestión de la prevención	30 Pág.	150,00 Min.
Recursos adicionales	Material pdf extra	Gestión de la prevención y documentación	47 Pág.	117,50 Min.
Autoevaluación	Examen	Autoevaluación	10 Preg.	20,00 Min.



DEDICACIÓN ESTIMADA AL CURSO

Módulo 5		PRIMEROS AUXILIOS		
Recursos adicionales	Video	Primeros Auxilios. Nociones básicas	0:08:10 H:M:S	12,25 Min.
Autoevaluación	Examen	Autoevaluación	1 Preg.	2,00 Min.
Recursos adicionales	Video	Primeros Auxilios. Hemorragias	0:01:10 H:M:S	1,75 Min.
Autoevaluación	Examen	Autoevaluación	1 Preg.	2,00 Min.
Recursos adicionales	Video	Primeros Auxilios. Atragantamientos	0:01:18 H:M:S	1,95 Min.
Autoevaluación	Examen	Autoevaluación	1 Preg.	2,00 Min.
Recursos adicionales	Video	Reanimación cardiopulmonar RCP	0:02:18 H:M:S	3,45 Min.
Autoevaluación	Examen	Autoevaluación	1 Preg.	2,00 Min.
Recursos adicionales	Video	DESA	0:01:29 H:M:S	2,22 Min.
Autoevaluación	Examen	Autoevaluación	1 Preg.	2,00 Min.
Recursos adicionales	Material pdf obligatorio	Primeros Auxilios	14 Pág.	70,00 Min.
Recursos adicionales	Material pdf extra	Manual de primeros auxilios	90 Pág.	225,00 Min.
Autoevaluación	Examen	Autoevaluación	10 Preg.	20,00 Min.
Módulo 6		IGUALDAD		
Recursos adicionales	Material pdf obligatorio	Igualdad	15 Pág.	75,00 Min.
Recursos adicionales	Video	Prevención del acoso sexual y mobbing	0:42:40 H:M:S	64,00 Min.
Recursos adicionales	Material pdf obligatorio	Diccionario de igualdad	11 Pág.	55,00 Min.
Recursos adicionales	Material pdf extra	Manuales de prevención del acoso en el trabajo	317 Pág.	792,50 Min.
Autoevaluación	Examen	Autoevaluación	10 Preg.	20,00 Min.
Módulo Final				
Autoevaluación	Examen	Autoevaluación	10 Preg.	20,00 Min.

