Prevención y orientación profesional

Diez fichas completas · IFE+16

REFERENCIA CURRICULAR Ámbito de Prevención y orientación profesional · IFE+16 · Materia general transversal.

Itinerario	IFE+16 · Materia general transversal	**Aplicación**	10-15 sesiones
Metodología	DUA · práctica preventiva	**Material**	Fichas + situaciones + evaluación

Nombre: _____

Grupo: _____

SEGURIDAD Y FUTURO PROFESIONAL Prevenir riesgos, cuidar la salud, demostrar hábitos de trabajo y preparar el acceso al empleo.

© 2026 LMFICHAPTA · · FichApta · Uso protegido · No redistribuir

FichApta

FICHA 1

Identifico riesgos antes de empezar

OBJETIVO Observar el entorno y reconocer peligros que requieren corrección o aviso.



SITUACIÓN PROFESIONAL Antes de entrar al almacén ves un obstáculo, suelo mojado, cajas inestables y un cable dañado.

1 Completa o marca la tabla.

Riesgo	Qué haría
Obstáculo en el paso	_____
Suelo mojado	_____
Cajas inestables	_____
Cable deteriorado	_____

2 ¿Cuál es la primera regla?

☐ No exponerse y avisar ☐ Continuar deprisa ☐ Ocultar el riesgo

3 Reto de aula-taller

PRÁCTICA Realiza una inspección visual guiada del aula-taller y comunica dos riesgos sin tocarlos.

Referencia: Ámbito POP · Prevención de riesgos · Apoyo: ☐ alto ☐ medio ☐ autonomía

MUESTRA GRATUITA

© 2026 Luis Miguel Arganza Puente · María Tejera Perea · FichApta · Uso protegido · No redistribuir

FichApta

FICHA 2 Elijo y reviso los EPIs

OBJETIVO Relacionar tarea, equipo necesario y comprobación de su estado.



SITUACIÓN PROFESIONAL Vas a realizar una tarea de almacén que requiere calzado de seguridad, guantes y chaleco.

1 Completa o marca la tabla.

Comprobación	Correcto
EPI adecuado a la tarea	☐
Talla y ajuste correctos	☐
Sin roturas ni suciedad peligrosa	☐
Colocado antes de empezar	☐

2 Si un EPI está dañado:

☐ No lo uso y solicito otro ☐ Lo oculto ☐ Lo utilizo igualmente

3 Reto de aula-taller

PRÁCTICA Selecciona, revisa y coloca los EPIs previstos por el centro para una tarea simulada.

Referencia: Ámbito POP · Protección personal · Apoyo: ☐ alto ☐ medio ☐ autonomía

MUESTRA GRATUITA

© 2026 Luis Miguel Arganza Puente · María Tejera Perea · FichApta · Uso protegido · No redistribuir

FichApta

FICHA 3 Levanto y traslado cargas con seguridad

OBJETIVO Aplicar una postura básica y elegir ayuda cuando la carga lo exige.



SITUACIÓN PROFESIONAL Debes mover una caja; no sabes si su peso permite levantarla sin ayuda.

1 Ordena la actuación.

Acción	Orden	Hecho
Valorar peso y recorrido	___	☐
Acercarse y flexionar las rodillas	___	☐
Mantener la carga cerca	___	☐
Pedir ayuda o usar medio auxiliar si procede	___	☐

2 ¿Cuándo debes detenerte?

☐ Si la carga supera tu capacidad o impide ver

☐ Nunca

☐ Solo después de caer

3 Reto de aula-taller

PRÁCTICA Practica con una caja vacía y decide cuándo usar una carretilla o pedir ayuda.

Referencia: Ámbito POP · Ergonomía y cargas · Apoyo: ☐ alto ☐ medio ☐ autonomía

MUESTRA GRATUITA

© 2026 Luis Miguel Arganza Puente · María Tejera Perea · FichApta · Uso protegido · No redistribuir