

DEPARTAMENT D'ENSENYAMENT

DECRET

243/2003, de 8 d'octubre, pel qual s'estableixen els currículums i es regulen les proves d'accés específiques dels títols de tècnic/tècnica d'esport en les especialitats dels esports de muntanya i escalada següents: alta muntanya, descens de barrancs, escalada i muntanya mitjana.

El Reial decret 318/2000, de 3 de març (BOE núm. 73, de 25.3.2000), estableix els títols de tècnic/tècnica d'esport i tècnic/tècnica superior d'esport en les especialitats d'esports de muntanya i escalada, els corresponents ensenyaments mínims i les proves d'accés específiques, en consonància amb el Reial decret 1913/1997, de 19 de desembre (BOE núm. 20, de 23/1/1998), pel qual es configuren com ensenyaments de règim especial els que es realitzaran per a l'obtenció de titulacions de tècnic/tècnica d'esport, aprovant-ne les directrius generals i els seus ensenyaments mínims.

Per altra banda, la nova regulació establerta a la Llei 10/2002, de 23 de desembre, de la qualitat de l'educació, atribueix en el seu article 7.3 la condició d'ensenyaments escolars de règim especial als ensenyaments esportius.

De conformitat amb l'article 8 de la Llei orgànica 2/2002, de 23 de desembre, de qualitat de l'educació, correspon a les administracions educatives competents establir el currículum del cicle formatiu corresponent.

D'acord amb el Decret 169/2002, d'11 de juny (DOGC núm. 3660, de 19.6.2002), pel qual s'estableix l'ordenació general dels ensenyaments de règim especial per a l'obtenció de les titulacions oficials de tècnic d'esport i tècnic superior d'esport, correspon al Govern de la Generalitat de Catalunya l'establiment del currículum d'aquests ensenyaments.

En virtut d'això, a proposta de la consellera d'Ensenyament, amb l'informe del Consell Escolar de Catalunya, d'acord amb el dictamen de la Comissió Jurídica Assessoradora i amb la deliberació prèvia del Govern,

DECRETO:

Article 1

Objecte del Decret

Aquest Decret estableix els currículums i regula les proves d'accés específiques dels ensenyaments de règim especial de grau mitjà, vinculats als títols de tècnic/tècnica d'esport en alta muntanya, tècnic/tècnica d'esport en descens de barrancs, tècnic/tècnica d'esport en escalada i tècnic/tècnica d'esport en muntanya mitjana, regulats pel Reial decret 318/2000, de 3 de març, pel qual s'estableixen els títols de tècnic d'esport i tècnic superior d'esport en les especialitats dels esports de muntanya i escalada, s'aproven els corresponents ensenyaments mínims i es regulen les proves d'accés a aquests ensenyaments. Aquestes titulacions tenen validesa acadèmica i professional.

Article 2

Denominació, estructura i organització dels ensenyaments

2.1 La denominació, el nivell i la distribució horària de les titulacions de tècnic/tècnica

d'esport en les especialitats dels esports de muntanya i escalada següents: alta muntanya, descens de barrancs, escalada i muntanya mitjana són els que s'estableixen a l'annex 1 d'aquest Decret.

2.2 Els ensenyaments corresponents al grau mitjà s'organitzen en dos nivells i cada nivell s'estructura en els blocs següents:

a) Un bloc comú, format per crèdits transversals, que seran coincidents i obligatoris per a totes les modalitats, disciplines i especialitats esportives. En aquests crèdits es troba el suport científic, de caràcter tècnic i pràctic, requerit per a l'inici, l'adaptació i el perfeccionament de les activitats motores, i s'estableixen les bases genèriques per a l'especialització i l'adquisició de destreses i habilitats tècniques i específiques, així com també el desenvolupament de les bases psicopedagògiques de la persona.

b) Un bloc específic, que agrupa els crèdits de caràcter científic, tècnic i pràctic que permeten adquirir i aplicar correctament els coneixements de la modalitat, disciplina o especialitat esportiva.

c) Un bloc complementari, que amplia els dos blocs anteriors amb crèdits relacionats amb la utilització de recursos tecnològics i variacions de la demanda social.

d) Un bloc de formació pràctica, que es realitzarà de forma paral·lela o bé un cop superats els blocs comú, específic i complementari de cada nivell o grau.

2.3 Els ensenyaments dels blocs s'organitzaran en mòduls de caràcter teoricopràctic, els quals s'estructuraran en crèdits. La durada de cada crèdit serà variable, d'acord amb els objectius de formació establerts.

Als efectes del present Decret, s'entén per mòdul l'equivalent a la matèria teòrica o teoricopràctica vinculada a un o diversos objectius de la formació. Així mateix, s'entén per crèdit la proposta organitzativa d'ensenyament/aprenentatge en què s'estructura cadascun dels mòduls i agrupa continguts i objectius terminals vinculats al perfil professional o als requeriments educatius.

2.4 Els objectius terminals de cada crèdit són els criteris que serveixen de referència per a l'avaluació dels crèdits.

Article 3

Perfil professional i currículum

3.1 El perfil professional i el currículum del primer nivell de les diferents especialitats dels esports de muntanya i escalada, comuns a totes, i que s'anomenarà excursionisme, s'estableix a l'annex 2 d'aquest Decret.

3.2 El perfil professional i el currículum del segon nivell dels ensenyaments de tècnic/tècnica d'esport en alta muntanya s'estableixen a l'annex 3 d'aquest Decret.

3.3 El perfil professional i el currículum del segon nivell dels ensenyaments de tècnic/tècnica d'esport en descens de barrancs s'estableixen a l'annex 4 d'aquest Decret.

3.4 El perfil professional i el currículum del segon nivell dels ensenyaments de tècnic/tècnica d'esport en escalada s'estableixen a l'annex 5 d'aquest Decret.

3.5 El perfil professional i el currículum del segon nivell dels ensenyaments de tècnic/tècnica d'esport en muntanya mitjana s'estableixen a l'annex 6 d'aquest Decret.

Article 4

Crèdits de formació

La relació dels crèdits en què s'estructuren els mòduls professionals dels ensenyaments corresponents al títol de tècnic/tècnica d'esport en les especialitats d'alta muntanya, descens de barrancs, escalada i muntanya mitjana s'estableix a l'annex 7 d'aquest Decret.

Article 5

Professorat

Els requisits de titulació del professorat, els seus equivalents i les especialitats exigides per impartir els crèdits corresponents a aquestes titulacions són els que s'expressen a l'annex 8 d'aquest Decret.

Article 6

Convalidacions i correspondència amb la pràctica laboral

Els mòduls susceptibles de convalidació per estudis de formació professional ocupacional o de correspondència amb la pràctica laboral i amb la pràctica esportiva d'alt nivell són els que s'especifiquen a l'annex 9 d'aquest Decret.

Article 7

Requisits d'accés

Per accedir al grau mitjà d'aquests ensenyaments, caldrà estar en possessió del títol de graduat/ada en educació secundària o equivalent a efectes acadèmics i superar la prova d'accés de caràcter específic que s'estableix a l'annex 10 d'aquest Decret. El resultat que se n'obtingui tindrà una vigència de divuit mesos, a partir de la data de finalització de l'esmentada prova. La superació d'aquesta prova tindrà validesa en tot l'àmbit de l'Estat.

Per a l'accés sense els requeriments de titulació establerts en l'apartat anterior, o bé per als/les esportistes d'alt nivell o per a persones que acreditin discapacitats, s'aplicarà la regulació prevista en els articles 10, 11 i 12 del Decret 169/2002, d'11 de juny, pel qual s'estableix l'ordenació general dels ensenyaments de règim especial per a l'obtenció de les titulacions oficials de tècnic/tècnica d'esport i tècnic/tècnica superior d'esport.

Per cursar els ensenyaments de segon nivell de grau mitjà, caldrà haver superat els de primer nivell d'excursionisme i la prova d'accés de caràcter específic que s'estableix a l'annex 10 d'aquest Decret.

Article 8

Efectes i validesa dels títols

Els títols de tècnic/tècnica d'esport en alta muntanya, tècnic/tècnica d'esport en descens de barrancs, tècnic/tècnica d'esport en escalada i tècnic/tècnica d'esport en muntanya mitjana seran equivalents, a tots els efectes, als títols de grau mitjà de formació professional a què es refereix l'article 35.2 de la Llei orgànica 1/1990, de 3 d'octubre, d'ordenació general del sistema educatiu.

La superació completa del primer nivell dels títols del paràgraf anterior permetrà obtenir el certificat de primer nivell d'excursionisme.

L'obtenció dels títols del paràgraf anterior requerirà la superació completa del segon nivell corresponent.

El títol de tècnic/tècnica d'esport en qualsevol de les especialitats dels esports de muntanya

i escalada permetrà l'accés directe a totes les modalitats de batxillerat.

Article 9

Centres

Per a la impartició d'aquests ensenyaments, els centres hauran de complir els requisits específics d'espais i materials que s'expressen a l'annex 11 d'aquest Decret, a més dels requisits generals establerts en el Decret 169/2002, d'11 de juny, pel qual s'estableix l'ordenació general dels ensenyaments de règim especial per a l'obtenció de les titulacions oficials de tècnic d'esport i tècnic/tècnica superior d'esport.

Article 10

Relació numèrica

El nombre màxim d'alumnes per aula per a les sessions teòriques serà de 35, i per a les sessions pràctiques que es desenvolupin en instal·lacions, espais o equipaments esportius, la relació màxima professor-professora/alumnes serà d'1/18, a excepció dels següents crèdits, en què s'aplicarà la relació que s'especifica en cada cas:

Crèdits	Relació professor-a/alumnes
Formació tècnica d'excursionisme	1/8
Seguretat en la modalitat esportiva	1/8
Seguretat en l'excursionisme	1/8
Medi ambient de muntanya	1/8
Medi ambient de la modalitat esportiva	1/8
Formació tècnica i metodològica de l'esquí de muntanya	1/8
Formació tècnica i metodològica de l'alpinisme	1/4
Formació tècnica i metodològica de l'escalada	1/4

DISPOSICIÓ ADDICIONAL

Els elements que defineixen el perfil professional de les titulacions de tècnic/tècnica d'esport en les especialitats dels esports de muntanya i escalada s'han d'entendre en el context del present Decret, i no constitueixen regulació de l'exercici de cap professió titulada.

DISPOSICIONS FINALS

- S'autoritza la consellera d'Ensenyament per dictar les disposicions necessàries per a l'execució d'aquest Decret.
- Aquest Decret entrarà en vigor l'endemà de la seva publicació al DOGC.

Barcelona, 8 d'octubre de 2003

JORDI PUJOL

President de la Generalitat de Catalunya

CARME-LAURA GIL I MIRÓ
Consellera d'Ensenyament

ANNEX 1

Durada total i per nivells dels ensenyaments per a l'obtenció dels títols de grau mitjà de tècnic/tècnica d'esport en les especialitats d'esports de muntanya i escalada

- Tècnic/tècnica d'esport en alta muntanya:
Primer nivell d'excursionisme: 420 hores.

Segon nivell: 680 hores.
Total: 1.100 hores.

b) Tècnic/tècnica d'esport en descens de barrancs:

Primer nivell d'excursionisme: 420 hores.
Segon nivell: 555 hores.
Total: 975 hores.

c) Tècnic/tècnica d'esport en escalada:

Primer nivell d'excursionisme: 420 hores.
Segon nivell: 630 hores.
Total: 1.050 hores.

d) Tècnic/tècnica d'esport en muntanya mitjana:

Primer nivell d'excursionisme: 420 hores.
Segon nivell: 555 hores.
Total: 975 hores.

ANNEX 2

Perfil professional i currículum dels ensenyaments per a l'obtenció del certificat de primer nivell de les especialitats dels esports de muntanya i escalada

1. *Denominació:* excursionisme.

2. *Durada i distribució horària dels ensenyaments*

2.1 Durada: 420 hores.

2.2 Distribució horària dels ensenyaments:

Teòriques: t.

Pràctiques: p.

Bloc comú

Bases anatòmiques i fisiològiques de l'esport

I: 20 h.t.

Bases psicopedagògiques de l'ensenyament

i l'entrenament I: 25 h.t.

Entrenament esportiu I: 20 h.t. + 10 h.p.

Fonaments sociològics de l'esport: 5 h.t.

Organització i legislació de l'esport I: 5 h.t.

Primers auxilis i higiene en l'esport: 25 h.t.+10 h.p.

Càrrega horària del bloc: 100 h.t.+20 h.p.

Total hores: 120 h.

Bloc específic

Desenvolupament professional I: 10 h.

Formació tècnica d'excursionisme: 25 h.t.+20 h.p.

h.p.

Medi ambient de muntanya: 30 h.t.+10 h.p.

Seguretat en l'excursionisme: 10 h.t.+10 h.p.

Didàctica i dinàmica de grups: 10 h.t.+10 h.p.

Càrrega horària del bloc: 85 h.t.+50 h.p.

Total hores: 135 h.

Bloc complementari

Terminologia específica catalana: 5 h.t.

Fonaments de l'esport adaptat: 10 h.t.

Càrrega horària del bloc: 15 h.t.

Total hores: 15 h.

Bloc de formació pràctica: 150 h.t.

Durada total: 420 h.t.

3. *Perfil professional*

3.1 Competència general.

El certificat de primer nivell de tècnic/tècnica d'esport en excursionisme acreditada que la persona titular posseeix les competències necessàries per realitzar la iniciació als fonaments de l'excursionisme, així com per promocionar aquesta modalitat esportiva.

3.2 Competències professionals.

a) Iniciar en la pràctica de l'excursionisme

segons la programació establerta i les característiques de les persones participants:

1. Explicar i demostrar les tècniques, tàctiques i habilitats bàsiques específiques de l'excursionisme.

2. Informar sobre les característiques de l'equip i el material adequats per a la pràctica de l'excursionisme, així com el seu manteniment preventiu i la seva conservació.

3. Demostrar la utilització de l'equip i material específics de l'excursionisme,

4. Corregir el plantejament tàctic, l'execució tècnica i la utilització del material.

5. Transmetre les normes, valors i continguts ètics de la pràctica esportiva.

6. Fomentar la pràctica esportiva saludable.
b) Promoure la realització d'activitats excursionistes:

1. Informar sobre les característiques de les excursions i el material necessari per realitzar-les.

2. Col·laborar en la proposta i definició d'activitats excursionistes.

3. Difondre les activitats excursionistes de l'entitat.

4. Impulsar la participació en les activitats excursionistes.

c) Acompanyar les persones participants en les activitats d'excursionisme:

1. Progressar amb eficàcia i seguretat per itineraris de muntanya baixa i mitjana.

2. Exercir el control del grup.

3. Preparar l'equip i el material necessari.

4. Cercar els recursos necessaris per a la realització de les excursions.

5. Informar sobre les tècniques de progressió i les tàctiques de l'activitat i sobre les característiques de l'equip i material necessaris.

6. Informar sobre les característiques de l'itinerari i de la zona.

7. Cohesionar i dinamitzar el grup, adaptant-se a les característiques de les persones integrants.

8. Organitzar activitats complementàries en el temps lliure.

d) Garantir la seguretat de les persones participants en les activitats d'excursionisme i aplicar els primers auxilis, en cas necessari:

1. Detectar les condicions de les persones participants o del medi que puguin implicar una adaptació o modificació de l'activitat programada.

2. Identificar les situacions de risc i establir les mesures preventives necessàries per tal d'evitar els accidents que es poden produir amb més facilitat en la pràctica de l'excursionisme.

3. Informar sobre les lesions més freqüents en l'excursionisme i la forma de prevenir-les.

4. Aplicar, en cas necessari, els protocols d'assistència sanitària immediata.

5. Comprovar la disponibilitat de l'assistència sanitària prevista.

6. Organitzar el trasllat de la persona malalta o accidentada, en cas d'urgència, en condicions de seguretat i utilitzant el sistema més adequat a la lesió i al nivell de gravetat.

7. Col·laborar amb els serveis d'assistència sanitària immediata.

e) Col·laborar en la promoció i conservació del medi:

1. Informar sobre els valors naturals de la zona.

2. Informar sobre la normativa i els aspectes de conservació del medi natural.

3. Informar dels efectes de les actuacions de l'ésser humà sobre el medi natural de muntanya.

4. Fomentar la necessitat de respectar i conservar el patrimoni cultural i natural.

5. Controlar el compliment de la normativa sobre el medi natural.

3.3 Camp professional.

3.3.1 Àmbit professional:

Aquest/a tècnic/a exercirà la seva activitat en el sector esportiu i del lleure, en l'àmbit de la iniciació a l'excursionisme per itineraris de muntanya baixa i mitjana.

S'exclouen del seu àmbit d'actuació els terrenys de muntanya nevats i les activitats que requereixen per a la progressió l'ús de cordes, tècniques i materials específics d'escalada, alpinisme, descens de barrancs o esquí de muntanya.

S'exclou també la docència de l'alpinisme, el descens de barrancs, l'escalada i l'esquí de muntanya.

Aquest/a tècnic/a actuarà sempre en el si d'entitats públiques o privades, relacionades amb la pràctica de l'excursionisme. Els diversos tipus d'empreses en què pot desenvolupar les seves funcions són:

Escoles i centres d'iniciació esportiva,
Clubs i associacions esportives o de lleure,
Federacions esportives,
Patronats esportius,
Empreses de serveis esportius o de lleure,
Centres escolars (activitats extraescolars).

3.3.2 Principals ocupacions que es poden desenvolupar quan s'hagi adquirit la competència professional definida en el perfil:

Promotor/a d'activitats d'excursionisme.
Acompanyador/a d'activitats d'excursionisme.

3.3.3 Àmbit funcional:

Aquest/a tècnic/a actuarà sempre sota la supervisió general de personal tècnic i/o professional d'un nivell superior al seu. Les responsabilitats que li seran requerides són les següents:
La iniciació a l'excursionisme.

La selecció de mètodes i materials més adequats per a la iniciació a l'excursionisme.

L'assessorament sobre aspectes relacionats amb la pràctica de l'excursionisme.

La dinamització de persones o grups durant el desenvolupament de l'activitat.

L'administració de primers auxilis en cas d'accident o malaltia en absència de personal facultatiu i l'aplicació de sistemes elementals de socors en muntanya.

El compliment de les instruccions generals realitzades per la persona responsable de l'entitat.

La col·laboració en la conservació del medi.

4. Currículum.

A) Bloc comú.

CRÈDIT 1

Bases anatòmiques i fisiològiques de l'esport I

a) Durada: 20 hores.

b) Objectius terminals:

Relacionar les funcions vitals del cos humà amb la fisiologia dels diferents sistemes i aparells que hi intervenen.

Relacionar les característiques anatòmiques dels diferents sistemes i aparells del cos humà amb les seves funcions.

Relacionar els òrgans i estructures dels diferents sistemes i aparells amb la funció que realitzen.

Relacionar la pràctica d'activitat física amb les adaptacions fisiològiques, immediates i a llarg termini, dels sistemes respiratori, circulatori i osteomuscular.

Localitzar els principals ossos, articulacions i grups musculars en models i en el cos humà, relacionant-los amb la seva funció.

Diferenciar les articulacions segons les seves característiques i funcions (tipus de moviment).

Identificar el tipus i proporció d'aliments que componen una dieta equilibrada i adaptada a les necessitats.

Valorar l'adaptació del cos a l'activitat física a partir de la mesura de la freqüència cardíaca i respiratòria.

Identificar els aspectes fisiològics que caracteritzen les diferents etapes evolutives de la persona.

c) Continguts de fets, conceptes i sistemes conceptuals:

1. Cos humà: estructures i funcions orgàniques:

Cèl·lula: estructura i funció cel·lular.

Teixits: tipus.

Òrgans.

Sistemes i aparells: estructura i funcions.

2. Sistema ossi:

Ossos: funció, classificació i components.

Articulacions: classificació i moviments articulars.

Esquelet: cap, columna vertebral, caixa toràctica, extremitats superiors i extremitats inferiors.

3. Sistema muscular:

Teixit muscular estriat i teixit muscular esquelètic.

Característiques funcionals dels músculs esquelètics.

Fibres musculars.

Introducció als aspectes bioquímics i biomecànics de la contracció muscular.

Principals grups musculars de les grans regions anatòmiques.

4. Fonaments biomecànics:

Conceptes bàsics de biomecànica.

Introducció a la biomecànica del moviment humà.

5. Aparell circulatori:

Sang: components i funcions.

Cor: anatomia i fisiologia.

Vasos sanguinis. Circulació major i menor.

6. Aparell respiratori:

Característiques anatòmiques.

Ventilació pulmonar.

Intercanvi i transport de gasos.

7. Sistema nerviós:

Neurona i receptors nerviosos.

Sistema nerviós central i sistema nerviós perifèric.

8. Metabolisme i alimentació:

Alimentació equilibrada: components, necessitats energètiques i principis immediats.

Metabolisme, transport i emmagatzematge de nutrients: conceptes i principals vies metabòliques.

Necessitats dietètiques i d'hidratació en la pràctica de l'activitat física.

9. Etapes del desenvolupament corporal:

Infantesa: dels 0 als 6 i dels 6 als 12 anys.

Adolescència: dels 12 als 18 anys.

Jovenut: dels 18 als 30 anys.

Maduresa: dels 30 als 60 anys.

Vellesa: a partir dels 60 anys.

10. Adaptacions funcionals a l'activitat física i esportiva:

Aparell circulatori: paràmetres de mesura de l'activitat de l'aparell circulatori; modificacions durant l'exercici; efectes de l'entrenament a la sang.

Aparell respiratori. Paràmetres de mesura de l'activitat respiratòria; modificacions durant l'exercici i a llarg termini.

Adaptació de l'aparell locomotor. Regulació de l'activitat muscular. Escalfament i estiraments.

d) Continguts de procediments:

1. Estudi de sistemes i aparells del cos humà: Identificació dels òrgans i estructures que el componen.

Localització en models i en el cos humà.

Determinació de la funció.

Anàlisi de les relacions amb altres sistemes.

2. Estudi de moviments:

Observació del moviment

Identificació dels elements osteomusculars que hi participen.

Localització.

Identificació del tipus de moviment.

Classificació.

3. Mesura de la freqüència cardíaca i respiratòria:

Identificació del procediment de mesura.

Localització del punt o zona de mesura.

Observació o palpació.

Obtenció de dades.

Interpretació de les dades.

4. Observació de l'adaptació del cos a l'activitat física:

Identificació dels paràmetres de mesura.

Obtenció de dades en repòs.

Realització d'una activitat física.

Obtenció de dades posteriors a l'activitat.

Valoració de les dades obtingudes.

Interpretació dels resultats.

e) Continguts d'actituds:

1. Autocorrecció en l'estudi de moviments.

2. Ordre i mètode en l'observació de moviments i en la presa de dades.

3. Rigor en la interpretació de resultats.

4. Interès per l'adquisició de nous coneixements.

CRÈDIT 2

Bases psicopedagògiques de l'ensenyament i l'entrenament I

a) Durada: 25 hores.

b) Objectius terminals:

Identificar el procés de desenvolupament psicomotriu, cognitiu, afectiu i social en les diferents etapes evolutives i les seves repercussions en el procés d'aprenentatge d'habilitats esportives.

Seleccionar les estratègies de dinamització més adequades en funció del grau de desenvolupament.

Relacionar les característiques psicològiques de les diferents etapes evolutives amb l'organització i el desenvolupament de les diferents activitats d'ensenyament.

Aplicar els principis de l'aprenentatge cognitiu a la metodologia d'ensenyança de les activitats físicoesportives.

Identificar els factors que intervenen en l'aprenentatge motor en els diferents models i fases.

Determinar el paper que ocupa la persona tècnica esportiva en els diferents mètodes i sistemes d'ensenyament de les habilitats i destreses esportives.

Aplicar la forma de comunicació més adient segons el context, la finalitat, el contingut i la persona destinatària.

Valorar la incidència del clima psicològic en el procés educatiu.

Combinar diferents tècniques i recursos metodològics, de dinamització i d'intervenció per a potenciar la motivació dels/les esportistes.

Identificar els criteris que intervenen a l'hora de triar les activitats d'ensenyament/aprenentatge que configuraran les sessions.

Seleccionar diferents formes d'organització dels/les esportistes, del temps i dels materials d'acord amb les necessitats formatives.

Identificar els components que intervenen en la programació didàctica i les seves interrelacions.

Concretar els diferents aspectes que configuren una sessió d'acord amb els objectius i els continguts de la programació.

Analitzar el concepte, funcions i fases del procés d'avaluació.

Aplicar diferents instruments d'avaluació segons el moment i la intenció.

Regular la intervenció docent d'acord amb la informació obtinguda en l'avaluació.

Emprar la terminologia bàsica de la didàctica.

c) *Continguts de fets, conceptes i sistemes conceptuals:*

1. Característiques generals del desenvolupament dels nens/les nenes i els/les joves:

Factors de desenvolupament i personalitat.

Etapas evolutives.

Desenvolupament motor, cognitiu, afectiu i social a les diferents etapes.

2. Aprenentatge motor:

Conceptes bàsics d'aprenentatge motor.

Fases en l'aprenentatge d'una habilitat.

Factors que influeixen en l'aprenentatge.

3. Motivació:

Conceptes bàsics.

Clima psicològic.

Tipus de motivacions.

Paper de la persona tècnica com agent de motivació.

Factors inhibidors i potenciadors de la motivació.

Tècniques, recursos i estratègies.

4. Programació:

Concepte bàsic.

Estructura.

Procés de presa de decisions.

5. Unitats didàctiques:

Estructura i components.

Aspectes psicopedagògics.

Rol de la persona tècnica com a mediatadora.

6. Sessions i activitats:

Sessió: concepte i parts.

Criteris per a la selecció d'activitats.

Aspectes i recursos metodològics bàsics.

Estils d'ensenyament.

Organització dels/les esportistes: components i tipus.

Tractament de la informació i la comunicació.

Organització del material.

Organització del temps.

Tractament dels errors.

Implicació dels/les esportistes en el procés d'aprenentatge.

7. Avaluació:

Concepte.

Funcions de l'avaluació: social i pedagògica.

Objectes d'avaluació: esportista, tènic/a i procés.

Referents: norma i criteri.

Moments i intencions: inicial, formativa i final.

Instruments d'observació i d'experimentació.

d) *Continguts de procediments:*

1. Adequació de la intervenció educativa a les característiques generals de les persones destinàries:

Identificació del grau de desenvolupament psicomotriu, cognitiu, afectiu i social.

Determinació del nivell actual de competències (NAC) dels/les esportistes.

Relació del NAC amb les repercussions en el procés educatiu.

Selecció de les estratègies de dinamització i intervenció.

Tria de la metodologia d'ensenyament/aprenentatge segons els objectius formatius.

Elecció de les activitats i formes d'organització i comunicació més convenients.

Regulació del procés d'ensenyament/aprenentatge a partir de l'avaluació.

2. Elaboració i programació de les sessions de treball:

Interpretació i desenvolupament de la programació.

Identificació dels objectius i dels continguts a desenvolupar.

Seqüenciació del procés de treball.

Elaboració de les unitats didàctiques o de treball.

Determinació dels materials i les instal·lacions.

Selecció de la dinàmica metodològica a emprar.

3. Conducció de les sessions d'aprenentatge:

Interpretació de la programació de la sessió.

Determinació i combinació dels canals d'informació.

Informació dels objectius, continguts i activitats.

Preparació i adaptació dels materials i les instal·lacions.

Tria i aplicació de les diferents activitats, exercicis i tasques.

Determinació de l'estratègia metodològica.

Creació d'un clima convenient per a l'activitat.

Motivació i dinamització dels/les esportistes.

Organització del grup segons les seves característiques i les activitats a realitzar.

Oferiment d'ajuts i suports als/les esportistes en el seu procés d'aprenentatge.

4. Avaluació i regulació dels aprenentatges:

Identificació del procés i els objectes d'avaluació.

Determinació dels moments i les intencions de l'avaluació.

Tria i implementació dels instruments i recursos per a l'avaluació.

Determinació de la implicació dels/les esportistes en el procés d'avaluació.

e) *Continguts d'actituds:*

1. Acceptació i compliment de la programació general per al desenvolupament posterior de la programació específica i l'elaboració de les diferents unitats de treball.

2. Preferència en l'elaboració i concreció d'unes sessions i activitats de forma metòdica, ordenada i pulcra.

3. Conscienciació de la importància d'un clima psicològic favorable en les sessions, optimitzant aspectes com la cordialitat, respecte, tolerància, amabilitat i diversitat.

4. Rigor i exigència en la conducció de les sessions.

5. Consideració de la utilització de diferents metodologies i dinàmiques de treball que potencin la participació i motivació dels/les esportistes en les sessions d'ensenyament i d'entrenament.

6. Valoració positiva de la constància en l'observació i revisió sistemàtica de les actuacions dels/les esportistes per a la detecció d'errors i posterior intervenció.

7. Estimació de la necessitat permanent de reajustar el procés d'ensenyament/aprenentatge d'acord amb els resultats dels instruments d'avaluació i les necessitats dels/les esportistes.

CRÈDIT 3

Entrenament esportiu I

a) *Durada:* 30 hores (20 de teòriques+10 de pràctiques).

b) *Objectius finals:*

Conèixer les capacitats físiques condicionals i les capacitats perceptives i motrius i la seva evolució segons l'edat i el sexe, per poder aplicar els mètodes i mitjans bàsics per al seu desenvolupament.

Determinar les capacitats físiques condicionals i les capacitats perceptives i motrius, d'acord amb les etapes sensibles per al seu desenvolupament.

Relacionar l'aplicació dels diferents tipus de càrregues amb les conseqüències sobre l'organisme.

Calcular les càrregues d'entrenament d'acord amb la reacció de l'organisme.

Justificar l'elecció dels exercicis físics més convenients segons els objectius de l'entrenament.

Conduir una sessió d'entrenament de les capacitats físiques condicionals i/o les capacitats perceptives i motrius per a un grup d'esportistes d'una edat determinada.

Dirigir un escalfament i un refredament correctes.

Dissenyar un escalfament i un refredament per a un grup d'esportistes en una sessió, segons els objectius i les activitats a realitzar.

Identificar els errors més freqüents, a partir de l'observació, en la realització dels exercicis per al desenvolupament de les capacitats físiques, perceptives i motrius.

Intervenir, d'acord amb els errors observats, per modificar-ne l'execució.

Identificar els principis i mètodes d'entrenament per a la seqüenciació i aplicació de les càrregues.

Conèixer els diferents mètodes i sistemes

d'entrenament per treballar les diferents capacitats condicionals.

Adequar els mètodes i sistemes de millora de les capacitats condicionals segons les característiques de la persona i els objectius de l'entrenament.

Triar l'equipament i material tipus per al desenvolupament de la condició física i les capacitats perceptives i motrius.

Emprar la terminologia bàsica de la teoria de l'entrenament esportiu.

c) *Continguts de fets, conceptes i sistemes conceptuals:*

1. Capacitats motores:

Conceptes bàsics.

Característiques i classificació: capacitats físiques condicionals i capacitats perceptives i motrius.

Factors del rendiment: el/la tècnic/a i l'esportista.

2. Capacitats coordinatives:

Conceptes bàsics.

Característiques.

Tipus i desenvolupament

Fases de la coordinació: aprenentatge, control i adaptació.

Evolució segons l'edat i el sexe.

Habilitats i destreses.

3. Capacitats físiques condicionals:

Característiques.

Classificació.

Evolució segons l'edat i el sexe.

Resistència: característiques, tipus, i mètodes d'entrenament i desenvolupament.

Velocitat: característiques, tipus, i mètodes d'entrenament i desenvolupament.

Força: característiques, tipus, i mètodes d'entrenament i desenvolupament.

Flexibilitat o mobilitat articular: característiques, tipus i mètodes d'entrenament i desenvolupament.

4. Entrenament:

Càrrega d'entrenament: conceptes bàsics i característiques.

Síndrome General d'Adaptació: adaptació a l'esforç i sobrecompensació.

Recuperació de les càrregues.

Principis bàsics de l'entrenament esportiu.

Objectius de l'entrenament.

Mètodes d'entrenament: sistemes d'exercici i mètodes d'aplicació de càrregues.

5. Sessions:

Característiques.

Objectius.

Estructura.

Activitats.

Metodologia.

Escalfament i refredament.

6. Control de l'entrenament:

Conceptes bàsics i característiques.

Instruments per a l'avaluació i control de l'entrenament.

d) *Continguts de procediments:*

1. Adequació de les càrregues d'entrenament a les característiques de les persones destinatàries:

Identificació del nivell inicial dels/de les esportistes.

Determinació de les etapes sensibles per al desenvolupament de les capacitats condicionals.

Determinació i càlcul de les càrregues d'entrenament i la seva progressió.

Aplicació dels mètodes i mitjans bàsics segons els objectius de l'entrenament.

Elecció de les tasques i exercicis més ajustats als/les esportistes.

Identificació dels indicadors de sobrecompensació, fatiga i sobreentrenament.

Reajustament de l'entrenament d'acord amb la informació obtinguda per l'avaluació i control.

2. Concreció i definició de la programació d'entrenament:

Interpretació de la programació prevista.

Identificació dels objectius i continguts a desenvolupar.

Elaboració i concreció de les diferents unitats de treball/sessions.

Seqüenciació de les unitats de treball/sessions. Adequació de les càrregues de treball a les característiques de les persones destinatàries.

Determinació dels mètodes d'entrenament.

3. Disseny de les diferents unitats i sessions de treball:

Interpretació de la concreció de la programació.

Disseny i elaboració de les sessions.

Elecció, concreció i seqüenciació de les activitats i exercicis.

Selecció dels mètodes d'entrenament a emprar.

Determinació dels materials i les instal·lacions.

Reajustament de la programació d'acord amb la informació obtinguda per la implementació de diferents instruments d'avaluació, observació, proves i tests.

4. Mediació i conducció de les sessions d'entrenament:

Preparació i adaptació dels materials i les instal·lacions.

Explicació dels objectius i les activitats pròpies de la sessió.

Elecció del canal i les característiques de la informació.

Determinació de l'estratègia metodològica.

Motivació i dinamització dels/les esportistes.

Aplicació de les diferents activitats, exercicis i tasques.

Observació dels indicadors previstos en les realitzacions dels/les esportistes.

5. Avaluació i control de l'entrenament:

Identificació del procés i els objectes d'avaluació.

Determinació dels moments i les intencions de l'avaluació.

Selecció i aplicació dels instruments i recursos per a l'avaluació i control.

e) *Continguts d'actituds:*

1. Acceptació i compliment de la programació general com a marc en la concreció i elaboració de la programació específica.

2. Respecte pels principis de l'entrenament esportiu durant la seqüenciació i elaboració de les diferents unitats de treball i les sessions.

3. Consideració de la utilització de diferents activitats, mètodes i sistemes d'entrenament que rendibilitzin l'aprofitament individual i col·lectiu de les sessions d'entrenament.

4. Valoració positiva de la necessitat de reajustar el procés d'entrenament segons els resultats de l'observació i control sistemàtic dels resultats de l'aplicació de les càrregues d'entrenament.

CRÈDIT 4

Fonaments sociològics de l'esport

a) *Durada:* 5 hores.

b) *Objectius terminals:*

Identificar els factors sociològics que intervien en les situacions esportives, a partir de documentació escrita o audiovisual.

Identificar la influència dels agents socialitzadors en el desenvolupament de la pràctica esportiva.

Relacionar el mètode quantitatiu i qualitatiu amb el tipus de dades que s'obtenen.

Identificar les normes, els valors i els continguts ètics de la pràctica esportiva transmes a les persones participants.

Adquirir una opinió crítica envers els valors universals que transmet l'esport a partir dels factors positius i negatius.

c) *Continguts de fets, conceptes i sistemes conceptuals:*

1. La sociologia com a ciència:

Definició, orígens i evolució.

Objecte d'estudi: particularitats que comporta analitzar grups d'éssers humans.

Primeres referències de l'esport com a objecte d'estudi sociològic.

2. Valors de l'esport: introducció al procés de socialització:

Cultura i socialització: creences, ideologia, valors, normes, símbols.

Cultura esportiva: valors tradicionals i nous valors.

Procés de socialització: la persona com a ésser social; els agents socialitzadors; el marc de la socialització; la importància del llenguatge en el procés de socialització; la socialització primària i la secundària.

d) *Continguts de procediments:*

1. Valoració de dades sociològiques en l'àmbit esportiu:

Identificació de les característiques de l'esport com a objecte d'estudi sociològic.

Lectura de dades sociològiques.

Identificació del mètode utilitzat en l'obtenció de les dades.

Diferenciació de les dades obtingudes segons el mètode.

2. Formació d'una opinió crítica envers els valors universalment positius que transmet la pràctica de l'esport:

Lectura estereotipada dels valors positius propis de l'esport proporcionada principalment per normatives governamentals.

Coneixement de diferents situacions concretes en què aquests valors perden vigència.

Extracció de conclusions.

e) *Continguts d'actituds:*

1. Reconeixement i acceptació dels arguments de les altres persones si estan més fonamentats que els propis.

2. Acceptació de totes les persones participants i les seves opinions i judicis sobre els valors socials de l'esport.

3. Originalitat en l'argumentació d'opinions i conjectures sobre experiències viscudes directament o indirecta en l'àmbit de l'esport.

4. Curiositat per conèixer realitats esportives que estan fora de l'entorn propi.

5. Adopció d'una opinió crítica i raonada davant els valors ètics de l'esport.

CRÈDIT 5

Organització i legislació de l'esport I

a) *Durada*: 5 hores.

b) *Objectius finals*:

Identificar el marc competencial i l'estructura administrativa de l'esport a l'Estat espanyol i a Catalunya, a partir del marc legislatiu bàsic.

Comparar les característiques, competències i funcions de les diferents entitats públiques i privades de l'àmbit de l'esport.

c) *Continguts de fets, conceptes i sistemes conceptuals*

1. Marc competencial de l'esport a l'Estat i a Catalunya:

La Constitució Espanyola. Àmbit de l'esport. L'Estatut d'Autonomia de Catalunya. Àmbit de l'esport.

2. Legislació bàsica de l'Estat i de Catalunya: Llei 10/1990, de l'esport.

Llei 8/1988, de l'esport de Catalunya.

Lleis 8/1999 i 9/1999.

Desplegament bàsic.

3. Estructura administrativa de l'esport:

Estructura estatal de l'esport. Consell Superior d'Esports (CSD).

Estructura a Catalunya. Secretaria General de l'Esport (SGE) i Consell Català de l'Esport (CCE).

Estructura dels ens locals.

Estructura internacional de l'esport. Comitè Olímpic Internacional (COI), Unió Europea (UE) i federacions internacionals.

4. Entitats esportives de caràcter privat. Associacionisme esportiu:

Clubs i associacions esportives. Importància de l'associacionisme en la societat catalana.

Agrupacions esportives. Consells esportius.

Federacions esportives.

Comitè Olímpic Espanyol (COE).

d) *Continguts de procediments*:

1. Interpretació de la legislació esportiva bàsica:

Identificació de l'objectiu i rang de la norma. Lectura esquemàtica.

Selecció i buidat de la informació.

Determinació del seu àmbit d'aplicació

2. Anàlisi de l'estructura organitzativa de l'esport:

Identificació dels diferents ens de l'esport.

Identificació de les característiques essencials de les diferents estructures esportives.

Detecció de l'àmbit d'actuació.

Anàlisi de l'estructura de l'esport.

e) *Continguts d'actituds*:

1. Compliment de les normes aplicables a l'àmbit de l'esport.

2. Capacitat d'acceptació de les normes.

3. Presa de decisions respecte a la normativa aplicable.

4. Capacitat d'argumentació del rang i del grau d'aplicació normativa.

5. Sistematització en la correcció d'errors en l'aplicació normativa.

b) *Objectius finals*:

Mesurar la freqüència cardíaca a partir de diferents localitzacions del pols i la freqüència respiratòria a partir de mètodes visuals.

Valorar la gravetat d'accidents o malalties, a partir de les dades de les constants vitals, de l'observació dels signes i dels símptomes i de la informació de les persones afectades.

Determinar les accions que cal realitzar segons el tipus d'accident, la valoració de la gravetat i els protocols establerts.

Aplicar tècniques de reanimació cardiorespiratòria sobre models i pacients simulats, amb eficàcia i durant un temps prefixat.

Aplicar tècniques de desobstrucció de vies aèries, sobre models i pacients simulats.

Aplicar tècniques d'immobilització i transport a diferents tipus de persones ferides o malaltes simulades, segons els protocols de primers auxilis establerts en cada cas.

Aplicar tècniques d'atenció sanitària immediata en diversos casos d'accident o malalties, a partir dels protocols establerts en cada cas.

Determinar la composició d'una farmaciola segons la instal·lació on hagi d'anar situada o de les activitats que es realitzen.

Interpretar les indicacions, les contraindicacions, la posologia i les precaucions que cal tenir en compte respecte dels medicaments bàsics d'una farmaciola, a partir de les instruccions dels prospectes.

Identificar els factors higiènic i de salut que incideixen en la pràctica d'activitats físiques i esportives.

Aplicar tècniques senzilles de recuperació de l'activitat física i esportiva.

c) *Continguts de fets, conceptes i sistemes conceptuals*:

1. Higiene de l'activitat física i l'esport:

Higiene personal en la pràctica d'activitat física i esportiva.

Hàbits fisiològics, dietètics i de postura. Efectes sobre la salut i la pràctica esportiva.

Necessitats nutricionals i d'hidratació per a la pràctica esportiva.

Tècniques recuperadores de l'activitat física i esportiva: massatge. Tècniques hidroteràpiques.

Hàbits tòxics. Efectes sobre la salut i el rendiment esportiu.

Vacunacions.

Higiene del material esportiu i de les instal·lacions.

2. Atenció sanitària immediata:

Concepte i objectius.

Normativa reguladora.

Protecció, alerta i socors.

Serveis d'emergència.

Valoració de la persona pacient o accidentada: valoració primària i valoració secundària.

Constants vitals. Tècniques de mesura i valors normals de referència.

3. Agressions mecàniques:

Protocols de valoració, actuació i criteris que cal tenir en compte durant el rescat i transport de la persona accidentada amb:

Traumatismes cranioencefàlics,

Lesions de cap, cara i coll,

Lesions de columna vertebral,

Traumatismes toràcics,

Traumatismes abdominals,

Lesions perineals i dels òrgans genitals,

Politraumatismes.

4. Agressions físiques per excés de calor: Cremades: tipus, classificació i normes d'actuació.

Lesions per excés de calor: rampes, síncope, esgotament, insolació.

Signes i símptomes.

Prevenció i pautes d'actuació.

5. Agressions físiques per excés de fred:

Hipotèrmia: simptomatologia i pautes d'actuació.

Congelacions: classificació, profilaxi, pautes d'actuació.

Hidrociució: causes, símptomes, prevenció i normes d'actuació.

6. Electrociució:

Concepte, causes, classificació.

Síptomatologia i pautes d'actuació.

Aspectes preventius.

7. Agressions químiques:

Intoxicacions per contacte: picades i mossegades. Síntomes i normes d'actuació.

Agressions per corrosius i càustics. Concepte, causes, classificació, símptomes i normes d'actuació.

Intoxicacions per drogues i medicaments. Concepte, causes, classificació, símptomes i normes d'actuació.

8. Traumatismes de l'aparell locomotor:

Causes de les lesions sobre l'aparell locomotor.

Protocol de valoració i signes d'alarma.

Lesions òssies: classificació de les fractures, simptomatologia i protocol d'actuació.

Lesions articulars: tipus, simptomatologia i protocol d'actuació.

Lesions musculars: tipus, simptomatologia i protocol d'actuació.

Lesions tendinoses: tipus, simptomatologia i protocol d'actuació.

9. Lesions a la pell:

Contusions: concepte, causes, classificació, simptomatologia i pautes d'actuació.

Ferides: concepte, causes, classificació i simptomatologia.

Principis generals en el tractament de les ferides.

Principis de desinfecció.

Tractament de les ferides lleus.

Pautes d'actuació davant de ferides greus.

Prevenció.

10. Agressions per cossos estranys:

Cossos estranys en els ulls: simptomatologia, prevenció i pautes d'actuació.

Cossos estranys en vies respiratòries: simptomatologia, prevenció i pautes d'actuació.

Cossos estranys en conducte auditiu extern: simptomatologia, prevenció i pautes d'actuació.

11. Hemorràgies:

Hemorràgies externes: signes d'alarma, pautes d'actuació, precaucions a tenir en compte.

Hemorràgies internes: manifestacions, actuació davant de la sospita d'hemorràgies internes.

Hemorràgies exterioritzades: simptomatologia i actuació d'urgència.

12. Trastorns produïts per variacions de la pressió:

Trastorns hipobàrics: concepte, causes, simptomatologia i normes d'actuació.

Trastorns hiperbàrics: concepte, causes, simptomatologia i normes d'actuació.

13. Patologies:

Alteracions de la consciència i del comportament.

CRÈDIT 6

Primers auxilis i higiene en l'esport

a) *Durada*: 35 hores (25 de teòriques+10 de pràctiques).

Contraindicacions temporals i totals per a la pràctica esportiva.

Trastorns estaticoposturals del raquis i de l'aparell locomotor.

Fatiga i sobreentrenament. Causes, símptomes i prevenció.

Patologies més freqüents que poden requerir una actuació d'urgència: tipus, símptomes i normes d'actuació.

14. Suport Vital Bàsic:

Causes més freqüents d'aturada cardiorespiratòria.

Concepte de "La cadena de la vida".

Fisiopatologia i indicacions de la reanimació cardiopulmonar (RCP).

Maniobres d'obertura i desobstrucció de les vies aèries.

Mètodes de respiració artificial: directes i indirectes.

Tècnica del massatge cardíac. Mètodes directes: amb dues mans, amb una mà, amb dos dits.

Pautes d'alternança de la RCP: un i dos socorristes.

Complicacions de la RCP.

15. Sistemes de recollida, immobilització i transport de persones accidentades:

Posició de seguretat de la persona accidentada.

Sistemes de recollida.

Sistemes de transport. Transport amb un/a, dos/dues, tres o més socorristes.

Tècniques d'immobilització: fèrules, embenatges, etc.

16. Farmaciola:

Tipus de farmaciola.

Composició i ordenació de la farmaciola.

Material bàsic de cures. Funcionalitat, utilització, higiene i manteniment.

Medicaments bàsics. Indicacions, contraindicacions, posologia i precaucions que cal tenir en compte. Caducitat i reposició.

Situació de la farmaciola. Visibilitat i accessibilitat.

d) *Continguts de procediments:*

1. Actuació en cas d'accident:

Valoració de la situació.

Avís als serveis d'emergència.

Exploració.

Valoració de la gravetat de l'accidentat/ada o accidentats/ades i prioritat de les atencions.

Determinació de les accions que cal realitzar.

Aplicació dels protocols d'atenció sanitària immediata.

2. Exploració:

Valoració general de la situació.

Obtenció de dades de constants vitals: estat de consciència, pols, respiració.

Observació dels signes i símptomes que presenta la persona malalta o accidentada.

Obtenció d'informació (de la persona malalta o accidentada i d'altres persones).

Determinació de les necessitats d'atenció sanitària immediata.

3. Aplicació de primers auxilis:

Exploració.

Determinació de les accions a realitzar segons protocols.

Col·locació i preparació de la persona accidentada.

Selecció i preparació del material, si cal.

Intervencions o cures d'urgència segons els protocols.

e) *Continguts d'actituds:*

1. Presa de decisions en la determinació del protocol d'atenció sanitària que cal aplicar.

2. Priorització de les atencions segons la gravetat.

3. Seqüència i ordenació de les accions en l'exploració i aplicació de primers auxilis segons els protocols d'actuació establerts.

4. Coordinació del voluntariat per a l'aplicació dels primers auxilis en cas d'atenció simultània a diverses persones accidentades.

5. Compliment de les normes i recomanacions indicades en els protocols d'atenció sanitària immediata.

6. Consciència del propi deure i de les repercussions que es poden derivar de la seva actuació.

7. Col·laboració amb els serveis d'assistència sanitària o de rescat.

8. Seguiment de les indicacions dels serveis d'assistència sanitària o de rescat.

9. Seguretat per aplicar el que sap i el que sap fer en les situacions en què es requereixi una actuació immediata.

10. Cordialitat i amabilitat en el tracte amb la persona malalta, lesionada o accidentada.

11. Aparença personal de calma i seguretat en situacions adverses o tràgiques.

12. Observació de les normes higienicosanitàries.

B) *Bloc específic*

CRÈDIT 1

Desenvolupament professional I

a) *Durada:* 10 hores.

b) *Objectius terminals:*

Identificar els esports de muntanya, diferenciant entre activitat esportiva i activitat lúdica. Identificar les modalitats esportives pròpies i el marc potencial dels esports de muntanya i escalada.

Contrastar l'organigrama de la Federació d'Entitats Excursionistes de Catalunya (FEEC) i diferenciar les competències dels seus òrgans, de l'Escola Catalana d'Alta Muntanya (ECAM) i els altres comitès tècnics.

Identificar la figura del tècnic/la tècnica de primer nivell segons el marc legal i el seu perfil professional.

Descriure les característiques laborals del sector professional dels esports de muntanya i escalada, a partir del conveni col·lectiu, si existeix.

Identificar els possibles règims fiscals i laborals en l'entorn professional de l'acompanyador/a d'activitats excursionistes.

Especificar els drets i deures que comporta l'afiliació a la Seguretat Social, ja sigui com a autònom/a o en règim general.

Definir les responsabilitats civils i penals derivades de l'exercici professional del tècnic/la tècnica de primer nivell.

Relacionar els requeriments de les possibles ofertes de llocs de treball amb les actituds i les capacitats personals.

Diferenciar els requisits i les característiques de la inserció laboral segons la modalitat de treballador o treballadora autònoma, empresa social, personal assalariat o funcionari.

Reconèixer els drets, els deures i els procediments que es deriven de les relacions laborals.

c) *Continguts de fets, conceptes i sistemes conceptuals:*

1. Esports de muntanya:

Característiques dels diferents esports de muntanya: esports de terra, d'aigua i d'aire.

Esports d'aventura.

Esports de neu.

2. Federacions, competències i modalitats a Catalunya:

Mapa de federacions.

Especialitats pròpies.

Especialitats compartides.

Modalitats esportives pròpies: especialitats i proves.

Competències de la FEEC.

Organigrama de la FEEC: assemblea nacional, junta directiva, òrgans tècnics i vocals, l'ECAM i els altres comitès tècnics.

3. Tècnic/a de primer nivell:

Pla de formació dels tècnics esportius i les tècniques esportives dels esports de muntanya i escalada.

Marc legal.

Competència professional.

Àmbit professional i funcional.

4. Sector dels esports de muntanya i escalada:

Condicions de treball generals i específiques.

Tipus de contractes.

Convenis col·lectius.

Previsions de futur.

5. Requisits laborals i fiscals per a l'exercici professional.

Treballador o treballadora per compte aliè: drets i obligacions.

Contracte laboral.

Prestacions derivades de la cotització a la Seguretat Social i base de cotització. Règim general i règim especial de treballadors/es autònoms/mes.

Règim fiscal i exercici professional. Impostos: IRPF, IVA, IAE.

6. Responsabilitats en l'exercici professional.

Exercici remunerat i exercici no remunerat.

Responsabilitats civil i penal. Definició i tractament segons el codi civil o penal.

Assegurances de responsabilitat civil, d'accidents, de malaltia. Plans de pensions i d'estalvis. Cobertura i objectius.

7. Orientació i inserció sociolaboral:

Interessos i capacitats.

Ofertes de treball.

Treball d'assalariat/ada en una empresa o a l'Administració.

Autoocupació: autònom/a o empresa social.

Itineraris formatius i professionalització.

d) *Continguts de procediments:*

1. Caracterització dels diferents esports de muntanya i escalada:

Identificació dels esports de muntanya i escalada.

Relació de l'esport amb el medi on es realitza.

Identificació de les característiques dels diferents esports de muntanya i escalada.

Relació dels esports de muntanya i escalada amb les activitats esportives i lúdiques.

2. Caracterització del perfil del tècnic/la tècnica de primer nivell:

Identificació del Pla de formació del personal tècnic esportiu dels esports de muntanya i escalada.

Identificació del marc legal que condiciona el tècnic/la tècnica de primer nivell.

Determinació de les competències i l'àmbit professional del tècnic/la tècnica de primer nivell.

Identificació de les responsabilitats civils i penals en l'exercici professional.

3. Inserció laboral:

Anàlisi de les capacitats laborals i dels interessos personals.

Localització d'ofertes de treball.

Interpretació de les ofertes de treball.

Anàlisi de l'adequació personal al lloc de treball.

Participació en el procés de selecció.

e) *Continguts d'actituds:*

1. Presa de decisions en la valoració de les ofertes de treball.

2. Acceptació de les normes laborals i de les responsabilitats assignades.

3. Consciència del deure o de la tasca assignada.

4. Acceptació de l'altra persona, de les opinions i judicis aliens.

5. Autosuficiència en la recerca i tractament de la informació laboral.

6. Participació en les gestions del centre de treball.

7. Interès pel coneixement i adaptació a l'entorn professional.

8. Cordialitat i respecte envers els/les altres professionals amb els/les quals es relaciona.

9. Motivació per emprendre tasques o accions noves.

10. Interès pels nous coneixements i modificacions que es produeixen en relació amb l'estructuració i normativa de la professió.

11. Cura en la presentació i estructuració dels escrits (contracte, cartes, currículums i proves de selecció).

12. Tracte d'igualtat i no discriminatori en la identificació de capacitats i interessos personals i en l'adequació personal al lloc de treball.

13. Argumentació i interrogació dels resultats obtinguts i del procediment emprat en l'anàlisi de les situacions laborals i en la recerca d'ofertes de treball.

CRÈDIT 2

Formació tècnica d'excursionisme

a) *Durada:* 45 hores (25 de teòriques+20 de pràctiques).

b) *Objectius terminals:*

Seleccionar els signes naturals i els mètodes que cal utilitzar per orientar-se en situacions en què no es disposi de mapa ni brúixola.

Localitzar accidents geogràfics o elements de referència, a partir de dades i simbologia cartogràfica.

Determinar situacions sobre el mapa, a partir de les dades dels instruments de situació i orientació.

Determinar el rumb que cal seguir, a partir dels instruments de situació i orientació segons la destinació o l'itinerari establert.

Relacionar els diversos símbols de senyalització d'itineraris amb el seu significat i el tipus d'itinerari al qual fan referència.

Reconèixer senders i itineraris de caràcter local, nacional o internacional de la zona, a partir de l'observació directa.

Realitzar marxades diürnes i nocturnes amb la utilització de mapes, instruments de situació i orientació, o a partir de signes naturals.

Seleccionar itineraris que s'adaptin als objectius i característiques de les persones usuàries i a la durada prevista.

Determinar recorreguts, distàncies i desnivells d'itineraris principals i alternatius, a partir de la interpretació de mapes i de ressenyes tècniques i de l'observació directa d'una zona geogràfica.

Elaborar gràfics d'itineraris i croquis senzills de terrenys, a partir de mapes i de l'observació directa de la zona.

Identificar els espais adequats per pernoctar o acampar, i la ubicació dels diversos serveis, segons els criteris de seguretat i higiene, d'acord amb el nombre i les característiques de les persones participants en l'activitat, així com els recursos disponibles i les possibilitats del medi natural.

Participar en l'organització d'una zona d'acampada o de pernoctació, a partir d'elements específics o alternatius disponibles en el medi natural, segons les característiques del medi i del grup participant.

Determinar el tipus i les característiques del material personal i específic de muntanya amb les condicions d'utilització i manteniment i amb les reparacions d'urgència que es poden realitzar en cas d'incidències.

Relacionar els diversos tipus de tendes de campanya amb les seves característiques, components i funcionalitat.

Muntar i desmuntar diversos tipus de tendes de campanya amb ordre, eficàcia i en el temps establert.

Demstrar, de forma directa o a partir de recursos didàctics, les tècniques de progressió en ascens i descens, i les maniobres per a la superació d'obstacles, en diversos tipus de terrenys.

Progressar a peu en ascens i descens per camins, tarteres i pendents herbosos i pedregosos que no requereixin tècniques d'alpinisme o escalada en condicions climàtiques i de visibilitat variades, amb eficàcia, seguretat i equilibri.

Identificar les exigències motrius i energètiques de l'excursionisme.

Aplicar els criteris de millora de les capacitats de coordinació específiques de l'excursionisme.

Aplicar els criteris de millora de la condició física segons les necessitats de les activitats d'excursionisme.

c) *Continguts de fets, conceptes i sistemes conceptuals:*

1. Orientació i situació:

Signes naturals amb significació per a l'orientació: el sol, la lluna, els estels, les molses i els líquens, la vegetació, etc.

Mètodes d'orientació amb signes naturals: el rellotge com a instrument d'orientació, mètodes amb ombres.

Instruments d'orientació: característiques i utilització de la brúixola i l'altímetre.

Sistema global de posicionament (GPS): característiques, operatòria, prestacions i cobertura.

Cartografia: elements geogràfics, projeccions de la superfície terrestre, coordenades geogràfiques, escales, tipus de mapes, signes convencionals i toponímia.

Brúixola: conceptes de nord, declinació magnètica, azimuth. Parts i ús correcte.

Mètodes d'orientació i situació amb brúixola.

Mètodes d'orientació i situació amb mapa i brúixola.

Mètodes d'apreciació de distàncies.

Casos típics d'orientació.

Casos típics de situació.

2. Organització, logística i planificació d'itineraris:

Fonts d'informació amb significació per al disseny d'itineraris: mapes, guies, manuals i ressenyes tècniques, previsions meteorològiques. Tipus de característiques i simbologia utilitzada.

Càlculs de temps, pendents i distàncies d'itineraris, sobre el mapa i sobre el terreny.

Disseny d'itineraris: elaboració de fitxes i recorreguts, aspectes de les persones membres dels grups que condicionen el disseny.

Anàlisi dels elements que influeixen en el disseny d'itineraris.

Aspectes que cal tenir en compte en l'organització i el control de grups a la muntanya.

3. Material i equip d'excursionisme:

Vestimenta: sistema de capes, fibres i teixits.

Vestimenta per al cap, cos i extremitats. Característiques, conservació i reparació d'urgència.

Material i equip personal: motxilla, sac de dormir, estora, bastons, llanterna, utilitatge per a l'alimentació, etc. Característiques, conservació i reparació d'urgència.

Criteris de distribució del material a la motxilla.

Tendes de campanya: iglú, canadenc, xalet i carpa. Tipus i característiques. Tècniques de muntatge.

4. Tècniques de marxa i travessa:

Tècniques de progressió segons el pendent: ascens i descens.

Tècniques de progressió segons el substrat: camins, pendents herbosos, pedreres, tarteres, terreny rocallós.

Pernoctació a muntanya: tipus i característiques.

Tècniques de preparació de bivacs.

5. Elements estructurals i fisiològics en l'excursionisme:

Coordinacions.

Grups musculars.

Contraccions.

Sistemes energètics.

6. Entrenament en excursionisme:

Coordinació i condició física en l'excursionisme: criteris de desenvolupament, exercicis i mitjans, modificació de les càrregues de treball.

Escalfament específic.

Entrenament d'un microcicle d'excursionisme.

d) *Continguts de procediments:*

1. Orientació a partir de signes naturals:

Identificació de signes naturals amb significació per a l'orientació.

Selecció dels signes vàlids tot descartant els altres.

Aplicació del mètode d'orientació.

Determinació dels punts cardinals.

Determinació de l'orientació.

Determinació del rumb que cal emprendre.

2. Orientació i situació a partir de mapa, brúixola i altímetre:

Identificació sobre el terreny d'accidents geogràfics i altres punts de referència.

Utilització del mapa, la brúixola i l'altímetre.

Orientació i situació, a partir de mapa, brúixola i altímetre.

Interpretació dels signes convencionals topogràfics.

Identificació sobre el mapa dels accidents geogràfics i altres punts de referència.

Càlcul de l'azimut.

Lectura de la cota.

Triangulació sobre el mapa.

Càlcul de desnivells i distàncies a partir de mapes de diferents escales.

Identificació en el mapa de l'origen i la destinació, així com de l'itinerari a seguir.

Determinació dels punts de referència i de canvi de rumb.

Determinació dels rumb i distàncies que cal seguir.

3. Situació amb sistemes de posicionament global (GPS):

Posada en funcionament del GPS.

Interpretació del nivell de cobertura i de la precisió del GPS.

Interpretació de la informació del GPS: coordenades i altitud.

Determinació de les coordenades d'origen i de destinació sobre el mapa topogràfic.

Introducció de les coordenades de destinació al GPS.

Lectura del rumb i la distància al punt de destinació.

Verificació del rumb i la distància sobre el mapa topogràfic, si cal.

4. Organització, logística i planificació d'itineraris:

Planificació i disseny previ de l'itinerari.

Identificació dels objectius de l'activitat i de les característiques de les persones participants.

Selecció de les fonts d'informació.

Interpretació de mapes, guies, ressenyes tècniques, previsions meteorològiques, etc.

Valoració dels aspectes del grup que poden condicionar la selecció del recorregut.

Identificació del recorregut més adient, tenint en compte l'activitat i les característiques de les persones participants.

Reconeixement directe del terreny, si cal.

Elaboració de la fitxa de l'itinerari.

Identificació dels mitjans de transports necessaris.

Valoració de les previsions meteorològiques.

Determinació d'itineraris alternatius en cas de possibles incidències.

Determinació del ritme de marxa i llocs de parada, del material necessari i dels punts de subministrament d'aigua i menjar.

Identificació de la ubicació dels punts de pernoctació, si cal.

Determinació de les solucions que cal adoptar en cas de possibles incidències.

5. Preparació i manteniment del material i equip d'excursionisme:

Selecció del material i equip segons el disseny de l'itinerari i la valoració de les característiques dels integrants del grup.

Verificació de l'estat del material i de l'equip abans de l'activitat.

Determinació de la necessitat de realitzar reparacions d'urgència.

Reparacions d'urgència del material, si és necessari.

Operacions de manteniment preventiu després de la utilització del material.

6. Reparacions d'urgència del material de muntanya:

Detecció de possibles anomalies o ruptures del material.

Diagnosi del problema.

Valoració del material disponible per a la reparació d'urgència.

Determinació de la possibilitat de reparació d'urgència.

Reparació d'urgència.

Verificació de la reparació i de l'estat i funcionalitat del material.

7. Organització d'una motxilla:

Valoració de la imminència i prioritat d'utilització del material a distribuir a la motxilla.

Valoració del pes de cadascun dels elements.

Determinació de la ubicació del material a la motxilla.

Valoració del centre de gravetat de la motxilla.

Verificació de la correcta i còmoda distribució i subjecció del material a l'interior i a l'exterior de la motxilla.

8. Marxa per muntanya baixa i mitjana:

Identificació de l'objectiu de la marxa.

Orientació en el medi.

Observació de l'entorn immediat.

Valoració de les condicions físiques pròpies.

Interpretació de les condicions del terreny.

Determinació de les zones de pas.

Establiment del ritme de la marxa.

Adequació de la passa segons el tipus de terreny (camins, pendents herbosos, pedreres, tarteres, etc.).

9. Organització d'un bivac:

Determinació del lloc per fer bivac, segons el material disponible.

Condicionament de l'espai per fer bivac, si cal.

Verificació del respecte a la normativa vigent i al medi natural a l'hora de pernoctar en bivac.

Condicionament del terreny un cop finalitzada la pernoctació.

10. Muntatge i desmuntatge de tendes de campanya:

Verificació de les condicions del terreny disponible.

Condicionament de l'espai, si cal.

Comprovació de tot el material.

Desplegament de la tenda i presentació al sòl.

Unió de pals.

Elevació de la tenda i dels pals.

Clavament de piquets i tensió de vents.

Col·locació i fixació del doble sostre, si cal.

Verificació del muntatge.

Neteja de l'interior de la tenda abans del desmuntatge.

Detecció de desperfectes a la tenda de campanya.

Desclavament de piquets i empaquetatge.

Assecatge i plegament de terra, sostre i doble sostre, si cal.

Plegament de totes les parts i empaquetatge.

Condicionament del terreny després del desmuntatge.

11. Anàlisi de l'excursionisme des del punt de vista físic:

Identificació de les coordinacions implicades en l'excursionisme.

Identificació dels grups musculars implicats en l'excursionisme.

Identificació de les contraccions implicades en l'excursionisme.

Identificació dels sistemes energètics implicats en l'excursionisme.

12. Entrenament de la coordinació o de la condició física:

Identificació de les característiques de les persones participants.

Determinació dels elements a treballar.

Selecció dels exercicis i activitats.

Aplicació dels exercicis i activitats.

Valoració i seguiment del nivell.

13. Aplicació de l'escalfament específic:

Identificació de les característiques de les persones participants i de l'activitat

Selecció dels exercicis i activitats.

Explicació i/o demostració dels exercicis i activitats.

Observació i correcció de la realització dels exercicis i activitats.

e) *Continguts d'actituds:*

1. Determinació en la presa de decisions davant de situacions no previstes derivades del medi, el material o les persones participants.

2. Constància en detectar, corregir i revisar l'aplicació dels mètodes d'orientació, així com els possibles errors.

3. Comprovació sistemàtica del material i l'equip de muntanya.

4. Acceptació i compliment de les normes relatives al material, al medi i a l'organització de bivacs i zones d'acampada.

5. Conservació del medi i del material i l'equip de muntanya en condicions higièniques i operatives.

6. Seqüència, ordenació i pulcritud en el muntatge i desmuntatge de tendes de campanya i en les operacions de reparació i manteniment del material i equip de muntanya.

7. Coordinació amb els companys i companyes i amb les persones participants en l'organització de bivacs i zones d'acampada.

8. Rigor i seguretat en l'aplicació dels mètodes d'orientació i en l'execució de les tècniques de progressió en muntanya.

9. Eficàcia en la despesa energètica durant la marxa per muntanya baixa i mitjana.

10. Autosuficiència en la permanència al medi natural.

11. Amabilitat, cordialitat i respecte envers els companys i companyes i amb les persones participants.

12. Presa de decisions davant les incidències que es puguin produir durant l'entrenament.

13. Sistematització en la comprovació dels encerts i dels errors respecte als objectius de rendiment establerts.

14. Optimització dels recursos disponibles per a l'entrenament.

15. Acceptació de les limitacions competencials referents a l'entrenament.

16. Valoració dels aspectes positius de l'entrenament per a la millora del rendiment.

CRÈDIT 3

Medi ambient de muntanya

a) *Durada:* 40 hores (30 de teòriques+10 de pràctiques).

b) *Objectius terminals:*

Identificar els elements atmosfèrics que per-

metin realitzar una predicció meteorològica, a partir de l'observació directa.

Interpretar dades i símbols meteorològics, a partir de la lectura de mapes i gràfics.

Utilitzar els aparells de mesura de dades meteorològiques amb precisió i rigor.

Caracteritzar l'evolució previsible del temps, a partir de les dades meteorològiques obtingudes en serveis d'informació oficials, dades dels instruments de mesura i signes naturals observats.

Identificar els principals accidents geogràfics de Catalunya, els espais protegits, els elements arquitectònics i les zones per a la pràctica excursionista, a partir de símbols cartogràfics, documentació informativa o l'observació directa.

Localitzar sobre el mapa els principals accidents geogràfics de Catalunya, els espais protegits, els elements arquitectònics i les zones per a la pràctica excursionista.

Identificar les principals característiques dels diferents estils arquitectònics.

Relacionar les zones de pràctica excursionista amb els elements arquitectònics i les característiques socioculturals de la zona.

Relacionar les principals espècies vegetals i animals de Catalunya amb les seves característiques i la seva distribució.

Identificar les principals espècies vegetals i animals de Catalunya, a partir de l'observació directa o dels seus rastres.

Relacionar els espais protegits amb les espècies vegetals i animals característiques.

Distingir els elements d'un ecosistema.

Distingir les interaccions dels éssers i el medi i les relacions dels éssers vius entre si.

Reconèixer les diferents actuacions de l'ésser humà sobre el medi.

Relacionar les activitats excursionistes i de lleure que es realitzen en el medi natural amb l'impacte mediambiental que provoquen i les mesures que cal prendre per tal de minimitzar-lo.

Determinar el contingut, la metodologia i els recursos necessaris per a la realització d'activitats envers la protecció del medi ambient, a partir d'objectius establerts i tenint en compte les característiques de les persones participants.

c) *Continguts de fets, conceptes i sistemes conceptuals:*

1. Meteorologia:
 - Característiques generals de l'atmosfera.
 - Condensació i precipitació.
 - Dinàmica atmosfèrica.
 - Predicció meteorològica.
 - Meteorologia de Catalunya.
 - Climatologia general.
2. Geografia de les serralades i climatologia de la Península Ibèrica:
 - Principals accidents geogràfics de muntanya.
 - Climatologia i geografia.
3. Geografia de Catalunya:
 - Unitats de relleu de Catalunya.
 - Geografia dels principals accidents geogràfics.
4. Vegetació de Catalunya:
 - Característiques generals i distribució de les principals espècies.
 - Arbres singulars.
5. Fauna de Catalunya:
 - Característiques generals i distribució de les principals espècies.
 - Espècies protegides.
 - Rastres i altres signes d'identificació.

6. Ecologia:

Estructuració dels ecosistemes.

Ecosistemes de muntanya.

Impacte de l'ésser humà en el medi.

7. Espais protegits i altres zones de pràctica excursionista:

Espais protegits: parcs nacionals, parcs naturals i espais naturals.

Altres zones de pràctica excursionista

8. Patrimoni arquitectònic de Catalunya:

Estils i elements arquitectònics.

Distribució geogràfica.

9. Educació ambiental:

Problemes mediambientals.

Prevenició dels impactes sobre el medi.

Motivació i intervenció en la protecció del medi natural: recursos i possibilitats d'utilització.

d) *Continguts de procediments:*

1. Anàlisi meteorològica:

Identificació de dades dels serveis d'informació amb significació meteorològica.

Obtenció de dades amb aparells de mesura.

Identificació dels elements atmosfèrics.

Valoració de les dades obtingudes directament o a partir dels serveis d'informació meteorològica.

Determinació de la situació atmosfèrica.

Previsió de l'evolució meteorològica.

2. Situació dels principals accidents geogràfics de Catalunya sobre el mapa:

Identificació de la simbologia cartogràfica.

Relació de la simbologia cartogràfica amb els accidents geogràfics.

Relació dels accidents geogràfics amb les unitats de relleu.

3. Reconeixement de les principals espècies vegetals i animals de Catalunya:

Observació de les característiques de l'espècie.

Identificació dels rastres.

Identificació de les diferents espècies a partir de l'observació directa.

Identificació de les diferents espècies amb utilització d'una clau dicotòmica de classificació.

4. Caracterització dels diferents espais protegits, el patrimoni arquitectònic i les zones de pràctica excursionista de Catalunya:

Interpretació d'informació sobre la zona.

Identificació dels espais protegits, els elements arquitectònics i les zones de pràctica excursionista.

Relació dels elements amb l'estil arquitectònic.

Relació dels accidents geogràfics, els elements del patrimoni arquitectònic i les espècies animals i vegetals amb les zones de pràctica excursionista i els espais protegits.

5. Identificació de l'ecosistema d'una zona: Reconeixement de les condicions climàtiques. Observació dels factors físics i geogràfics que tinguin influència en la distribució i les característiques dels organismes.

Identificació de les diferents espècies de l'ecosistema.

Localització geogràfica de les espècies.

6. Actuació en activitats d'educació ambiental:

Interpretació de la normativa mediambiental.

Selecció de la normativa aplicable a l'activitat excursionista.

Identificació dels elements ecològics en relació amb la pràctica excursionista.

Identificació dels impactes mediambientals.

Valoració del possible impacte sobre el medi de l'activitat programada.

e) *Continguts d'actituds:*

1. Argumentació de les prediccions meteorològiques realitzades.

2. Presa de decisions en la selecció de les fonts d'informació sobre les característiques geogràfiques, geològiques, botàniques, faunístiques i històriques de la zona.

3. Determinació en la metodologia utilitzada per a la realització d'activitats, envers la protecció del medi ambient.

4. Compromís amb la promoció i conservació del medi natural.

5. Consciència de la responsabilitat davant del grup en el comportament personal en relació amb el medi.

6. Interès per l'actualització de la informació mediambiental i sobre aspectes de la zona que puguin ser significatius per a l'activitat.

7. Col·laboració amb altres professionals en l'obtenció de dades sobre la meteorologia i les característiques geològiques, geogràfiques, botàniques, faunístiques i històriques de la zona.

8. Rigor en l'obtenció i anàlisi de les dades meteorològiques i altres.

9. Cordialitat i respecte envers els/les altres professionals que participin en l'obtenció de dades.

10. Motivació de les persones participants cap a les conductes de respecte al medi.

11. Interès per donar a les persones participants la informació sobre les característiques de la zona que més s'adeqüi a les seves preferències.

12. Interès pels nous coneixements i els avenços científics que es produeixen en relació amb el medi.

13. Transferència del que se sap a les persones participants, amb relació al coneixement del medi.

14. Respecte pel medi ambient en l'observació de les normes de conducta i seguretat en el medi natural i en l'ús d'elements que no el perjudiquin.

CRÈDIT 4

Seguretat en l'excursionisme

a) *Durada:* 20 hores (10 de teòriques+10 de pràctiques).

b) *Objectius terminals:*

Relacionar les alteracions fisiològiques més comunes en la pràctica de l'excursionisme i que poden comportar perill per a la salut individual o del grup (fatiga, insolació, deshidratació, etc.) amb les mesures preventives i de recuperació que cal aplicar.

Relacionar les lesions més típiques en la pràctica de l'excursionisme (fractures, esquinços, cremades, congelacions, picades i mossegades, etc.) amb les mesures preventives i els protocols de tractament immediat que cal aplicar.

Aplicar les tècniques per al tractament immediat de les alteracions fisiològiques i les lesions més comunes en la pràctica de l'excursionisme amb eficàcia i seguretat, a partir dels protocols establerts i en funció del material disponible.

Identificar els components bàsics d'una farmaciola de muntanya.

Organitzar una farmaciola segons l'activitat i la seva durada.

Identificar les característiques bàsiques d'una alimentació adequada per a la pràctica de l'excursionisme.

Elaborar una dieta alimentària equilibrada en funció dels requeriments energètics de l'activitat a realitzar.

Identificar els perills externs i interns de la pràctica de l'excursionisme.

Aplicar les mesures preventives necessàries per garantir la seguretat de les persones participants.

Relacionar diverses situacions de perill en muntanya, com incendis, tempestes, boira, esllavissades, etc. amb les normes de comportament que cal adoptar i les accions que cal emprendre.

Valorar la situació davant d'un accident de muntanya.

Identificar els criteris d'organització del servei de socors.

Transmetre al grup, amb eficàcia i exactitud, les instruccions de les actuacions a seguir en cas d'accident a la muntanya.

Executar amb precisió i eficàcia els senyals de socors o ajuda més adequades a la situació i als recursos disponibles.

Identificar un aparell radiotelefònic, les seves característiques i elements, a partir de documentació tecnococomercial i de la manipulació.

Comunicar i interpretar missatges amb eficàcia a través d'equips radiotelefònics a la muntanya, utilitzant el llenguatge radiotelefònic (alfabet fonètic internacional) i respectant la legislació sobre radiocomunicació.

c) *Continguts de fets, conceptes i sistemes conceptuals:*

1. Alteracions fisiològiques a la muntanya: Previsió, causes, símptomes i tractament de les alteracions més freqüents a l'excursionisme: fatiga, insolació, cop de calor, deshidratació, etc.

2. Lesions a l'excursionisme: Previsió, causes, símptomes i tractament de les lesions més freqüents a l'excursionisme: fractures, esquinços, cremades, congelacions, picades, mossegades, etc.

3. Farmaciola: Components bàsics i complementaris. Organització. Revisió i manteniment.

4. Nutrició: Alimentació a l'excursionisme. Hidratació. Aliments especials.

5. Perills a la muntanya: Perills externs o objectius. Perills interns o subjectius. Pràctica i riscos de l'excursionisme. Previsió d'accidents abans de la sortida. Previsió i actuació davant dels accidents durant la sortida.

6. Salvament en muntanya: Normes generals d'actuació i evacuació. Equip humà i material en el rescat. Senyals de socors.

7. Equips de radiocomunicació: Tipus i característiques dels radiotransmisors.

Cobertura, canals i freqüències. Utilització dels equips radiotelefònics. Procediments i llenguatge radiotelefònic. Alfabet fonètic internacional. Radiocomunicació a la muntanya. Legislació sobre les estacions de ràdio. Llicència de radioafecionat/ada.

d) *Continguts de procediments:*

1. Previsió de les lesions i alteracions fisiològiques més típiques de l'excursionisme:

Valoració de l'estat de les persones participants a l'activitat.

Verificació del material i del seu estat. Valoració de l'estat del medi i de les previsions meteorològiques.

Elaboració de dietes adequades a l'activitat. Organització de la farmaciola d'acord amb l'activitat.

Adequació de l'itinerari previst a les condicions de les persones participants i del medi.

2. Tractament de les lesions i les alteracions fisiològiques més típiques de l'excursionisme:

Identificació dels símptomes de les lesions o alteracions.

Valoració de la gravetat de les lesions o alteracions.

Determinació del tractament a aplicar i de la prioritat d'actuacions.

Aplicació de les tècniques específiques d'atenció sanitària immediata.

3. Reconeixement de perills a la muntanya: Observació constant de l'entorn.

Identificació de signes de perill potencial. Verificació de la perillositat.

Valoració de les possibles conseqüències en cas de desenvolupament de la situació perillosa.

4. Transmissió d'instruccions al grup en situacions de perill:

Identificació del perill i de la seva magnitud i possibles repercussions.

Determinació de les accions que cal emprendre.

Selecció de la informació que s'ha de transmetre.

Selecció de l'estratègia comunicativa. Emissió de la informació.

Verificació de la interpretació correcta de la informació.

5. Actuació davant d'un accident de muntanya:

Valoració de la situació. Determinació de la informació que cal transmetre als serveis de socors.

Execució de senyals de socors. Selecció de l'estratègia de suport als equips de rescat.

6. Comunicació a través dels aparells de radiocomunicació:

Posada en marxa de l'aparell. Verificació del funcionament.

Selecció del canal de transmissió/recepció. Sol·licitud d'entrada al sistema de comunicacions.

Interpretació del missatge de resposta a la sol·licitud.

Comunicació del missatge. Interpretació de la resposta.

Confirmació de recepció del missatge. Emissió del missatge de finalització.

Recepció de la confirmació de la finalització. Aturada de l'aparell o posicionament en espera.

e) *Continguts d'actituds:*

1. Constància en la detecció i anàlisi de les situacions de perill.

2. Presa de decisions en l'adopció de mesures davant de situacions que puguin comportar perill, en la modificació de les activitats previstes si s'han produït variacions que puguin afectar la seguretat de les persones participants, en la determinació de la necessitat de trasllat o evacuació de persones malaltes, lesionades o accidentades, i en la determinació del protocol d'atenció sanitària immediata que cal aplicar.

3. Priorització de les atencions segons la gravetat.

4. Seqüència i ordenació en l'exploració i aplicació dels primers auxilis, i en les actuacions davant d'accidents i de rescats en muntanya, segons els protocols d'actuació establerts.

5. Coordinació del voluntariat per a l'aplicació dels primers auxilis en cas d'atenció simultània a diverses persones accidentades.

6. Compliment dels protocols de seguretat en la utilització del material, especialment en situacions de risc, i de les normes i recomanacions indicades en els protocols d'atenció sanitària immediata.

7. Consciència del propi deure i de les repercussions que es poden derivar del seu incompliment.

8. Interès per l'actualització de la informació sobre aspectes de seguretat i participació en programes de formació relacionats amb les mesures de seguretat.

9. Verificació sistemàtica de la farmaciola.

10. Conservació del material de transmissió.

11. Col·laboració, confiança, respecte i coordinació amb els serveis d'assistència sanitària o de rescat.

12. Determinació en l'assessorament a persones i grups en la utilització d'equips i material, en l'execució de les tècniques pròpies de l'activitat i en les solucions aplicades a les situacions d'emergència.

13. Cordialitat i amabilitat en el tracte amb la persona malalta, lesionada o accidentada.

14. Aparença personal de calma i seguretat en situacions adverses o tràgiques.

15. Observació de les normes higienicosanitàries.

CRÈDIT 5

Didàctica i dinàmica de grups

a) *Durada:* 20 hores (10 de teòriques+10 de pràctiques).

b) *Objectius terminals:*

Relacionar les diferents etapes del desenvolupament humà amb els factors bàsics psicomotors, cognitius, afectius i socials que les caracteritzen i les estratègies didàctiques i de dinamització més adequades per a la iniciació a l'excursionisme.

Caracteritzar activitats d'iniciació a l'excursionisme segons les diferents etapes evolutives i motivacions del grup que ha de desenvolupar-les.

Concretar l'aplicació dels principis psicopedagògics a la iniciació a l'excursionisme.

Aplicar els criteris de la metodologia de la programació al disseny d'activitats d'excursionisme.

Identificar la tipologia de la personalitat d'una persona o grup de persones a partir de l'observació dels trets temperamentals que les caracteritzen.

Identificar, a partir de l'observació del comportament de les persones, signes indicadors i actituds d'emoció intensa (estrès, agressivitat, por, pànic, desconfiança, relaxació, menyspreu del risc, etc.).

Determinar les estratègies i els procediments que es poden aplicar per promoure o modificar actituds de les persones en relació amb el grup o amb l'activitat, que sovint poden trobar-se en l'àmbit de l'excursionisme.

Potenciar els factors que afavoreixin la motivació per a l'activitat, a partir d'estratègies de dinamització i d'intervenció en la dinàmica del grup.

Relacionar determinats factors de la societat actual, com la recerca d'emoció i components de risc i aventura en el lleure, amb les estratègies de dinamització i les limitacions que s'han de tenir en compte en la iniciació a l'excursionisme.

Relacionar les tècniques i els instruments d'avaluació de la dinàmica de grups amb les seves característiques i aplicacions.

Avaluar la dinàmica del grup, a partir de les dades obtingudes mitjançant tècniques d'anàlisi sociomètrica.

Afrontar els conflictes que es produeixen en l'àmbit d'un grup de persones participants en activitats d'excursionisme, comptant amb la seva participació.

Liderar un grup de persones participants en activitats d'excursionisme d'acord amb l'estil de direcció més adequat a les característiques situacionals.

c) *Continguts de fets, conceptes i sistemes conceptuals:*

1. Factors a tenir en compte en el procés d'ensenyament/aprenentatge de l'excursionisme:

Perfil de l'alumnat i criteris de classificació. Mitjans, recursos i ajudes a l'ensenyament. Material didàctic, material reglamentari i material alternatiu.

Estils d'ensenyament. Demostració. Correcció d'errors.

Organització de la sessió.

Dinamització i control del grup.

Avaluació del procés d'aprenentatge.

2. Didàctica de l'excursionisme:

Elements pedagògics en l'ensenyament de l'excursionisme. Mètodes i estils més adequats d'ensenyament.

Metodologia de la programació i disseny d'activitats. Factors específics a tenir en compte.

Progressions d'aprenentatge en la iniciació a l'excursionisme. Unitats bàsiques per a la iniciació a l'excursionisme.

Sessions o activitats en l'excursionisme. Sortides.

Exercicis i jocs de familiarització i d'iniciació. Avaluació dels aprenentatges.

Error tècnic i tàctic més comuns. Causes i solucions.

3. Motivació:

Concepte de motivació entorn de la pràctica de l'excursionisme.

Necessitats bàsiques i necessitats especials d'emoció, aventura i risc.

Actituds.

Sociologia de l'oci, turisme i de l'activitat física i esportiva: qualitat de vida i desenvolupament personal.

Funcions de la persona responsable o líder.

4. Dinàmica de grups:

Bases de la personalitat i tipologies.

Psicologia de grup: elements, etapes, rols i tipologia dels grups. Comunicació, cooperació i competència al si del grup.

Persona dinamitzadora o líder del grup.

Conflictes de grup: causes, tipus i resolució.

Tècniques d'avaluació de grups.

Animació: concepte, models, objectius i camps d'intervenció.

5. Control emocional:

Emoció. Risc i emoció. Emoció i agressivitat.

Elements de la síndrome de l'estrès.

Pensaments deformats.

Ansietat emocional: factors de disposició i alliberadors i tècniques de reducció.

Respostes psicològiques davant de la por, la fatiga, etc.

d) *Continguts de procediments:*

1. Anàlisi de l'ensenyament/aprenentatge a l'excursionisme:

Identificació de les característiques específiques de la iniciació a l'excursionisme.

Caracterització dels estils d'ensenyament més adequats.

Anàlisi de les formes de comandament més usuals.

Valoració dels instruments i formes d'avaluació específiques.

2. Disseny de progressions d'aprenentatge per a la iniciació a l'excursionisme:

Identificació del nivell de les persones participants.

Anàlisi dels objectius de l'activitat i dels recursos disponibles.

Selecció, adaptació o disseny de jocs, exercicis o activitats.

Distribució i seqüenciació de jocs, exercicis o activitats.

Elaboració, si escau, de fitxes de les activitats.

3. Disseny de jocs i exercicis per a la iniciació a l'excursionisme:

Anàlisi de la programació general.

Identificació de l'acció tècnica o tàctica a treballar.

Identificació de les condicions de les persones participants i del medi.

Concreció i seqüència de les accions que cal realitzar.

Determinació del nombre de repeticions, durada i intensitat.

Concreció del mètode o estil d'ensenyament. Concreció del material necessari.

Descripció detallada de les normes i organització de l'activitat.

Dibuix o esquematització, si escau.

4. Conducció de sessions d'iniciació a l'excursionisme:

Salutació i presentació de les persones participants.

Comprovació del nivell de les persones participants.

Comprovació dels recursos disponibles.

Elecció del terreny més adient per a la realització de la sessió.

Organització i distribució del grup.

Explicació dels objectius, continguts i temporització de la sessió.

Explicació de les normes i pautes de seguretat.

Explicació dels jocs, exercicis o activitats a desenvolupar.

Demostració i execució, si cal, dels jocs, exercicis o activitats.

Motivació de les persones participants i animació del grup.

Direcció, control i supervisió del grup.

Detecció dels errors i de les dificultats d'execució per part de les persones participants.

Correcció dels errors i adaptació dels jocs, exercicis o activitats segons la observació o no de contingències.

5. Explicació de jocs, exercicis o activitats, d'accions tècniques i tàctiques bàsiques de l'excursionisme, o de normes i pautes de seguretat:

Determinació de la informació que cal comunicar.

Identificació de les característiques de les persones receptores.

Selecció de l'estratègia de relació i del mitjà de comunicació.

Emissió de la comunicació, missatge o informació.

Control de la recepció i comprensió del missatge o informació.

6. Motivació:

Anàlisi de l'actitud de les persones participants.

Selecció dels incentius.

Aplicació dels incentius.

Revisió dels efectes de les mesures de motivació.

7. Animació o dinamització de grups:

Anàlisi de la dinàmica interna del grup.

Valoració dels resultats de l'anàlisi.

Relació dels resultats amb les diferents tècniques de dinamització.

Selecció de la tècnica de dinamització adequada.

Aplicació de la tècnica.

8. Anàlisi de la dinàmica interna dels grups:

Identificació del grup que cal analitzar.

Determinació dels possibles rols de les persones integrants.

Identificació de les funcions i de les tasques de les persones membres del grup.

Determinació de les relacions entre les persones membres del grup.

9. Direcció o conducció de grups:

Identificació de les característiques dels components del grup.

Interpretació de les dinàmiques internes i externes del grup.

Tria de l'estil de lideratge a adoptar.

Identificació de les pautes de conducta de les persones participants.

Intervenció en cas necessari per reconduir conductes o comportaments.

Resolució dels conflictes que es generin en el si del grup.

10. Resolució de conflictes:

Verificació de l'existència de conflicte.

Interpretació de la causa o les causes que originen el conflicte.

Anàlisi de les alternatives de resolució de conflictes.

Selecció de l'estratègia més adequada.

Valoració del resultat obtingut.

11. Control emocional:

Identificació dels elements provocadors d'ansietat.

Anàlisi de les alternatives de reducció o control.

Selecció de la tècnica més adequada.

Aplicació de la tècnica.

Valoració del resultat obtingut.

e) *Continguts d'actituds:*

1. Presa de decisions per a la selecció dels recursos didàctics i de les tècniques de dinamització de grups més adequats en funció dels objectius del programa i dels interessos de les persones participants, i per a la resolució de contingències, conflictes i imprevistos que es presentin en el si del grup.

2. Correcció sistemàtica dels errors detectats en la comprovació dels resultats de l'estudi de caracterització del grup i autocorrecció en l'execució i demostració de les accions tècniques de l'excursionisme.

3. Prioritat dels objectius segons les característiques de les persones participants.

4. Rígor en la distribució del treball i del temps en la programació de les activitats.

5. Pulcritud en l'elaboració de dibuixos i esquemes dels jocs, exercicis i activitats per a la iniciació a l'excursionisme.

6. Cordialitat, respecte, tolerància, esperit obert i amabilitat en el tracte amb les persones participants.

7. Seguretat en les explicacions i demostracions.

8. Aparença personal adequada per desenvolupar les activitats.

9. Reflexió individual per triar l'estil de direcció més adequat al grup i a la situació.

10. Motivació pròpia i de les persones participants durant el desenvolupament de les activitats.

11. Responsabilitat en l'acció d'integrar totes les persones que participen en la dinàmica del grup.

12. Cura en l'elaboració i la transmissió de missatges per tal de facilitar-ne la comprensibilitat.

13. Capacitat i imparcialitat a l'hora d'escoltar els motius de les parts en un conflicte.

14. Objectivitat per determinar la responsabilitat de les parts en un conflicte.

15. Habilitat per escollir l'alternativa de resolució més adient.

16. Constància i rígor en detectar i corregir els errors o les dificultats d'execució de les persones participants.

17. Determinació en la resolució de conflictes que apareguin en el si del grup.

18. Recerca de noves activitats i exercicis que siguin atractius i capaços de motivar.

19. Eficàcia i eficiència en la determinació de les tècniques d'animació de grup que permetin aconseguir la satisfacció de les persones participants respecte a les vivències i a les relacions interpersonals.

20. Interès pels nous coneixements que es produeixen en relació amb l'ensenyament/aprenentatge, motivació, control emocional i conducció i dinamització de grups.

C) *Bloc complementari*

CRÈDIT 1

Terminologia específica catalana

a) *Durada:* 5 hores.

b) *Objectius finals:*

Identificar les estructures més bàsiques en la formació de mots.

Tenir criteri a l'hora de nomenar designacions noves i ser sensibles a les expressions forasteres innecessàries.

Conèixer el material de consulta bàsic i també l'específic que està disponible en català, així com els principals organismes implicats en l'activitat terminològica a Catalunya.

Delimitar la terminologia esportiva a partir de la seva estructuració conceptual.

c) *Continguts de fets, conceptes i sistemes conceptuals:*

1. Neologia o formació de nous mots:
Neologia de forma: derivació, composició.
Manlleus: tipologia, criteris.

2. Materials lingüístics i documentals:
Tipologia documental: escrita, oral.

Centres de consulta: principals organismes implicats en l'activitat terminològica.

3. Terminologia de l'esport:
Estructuració logicoc conceptual de l'esport: arbres de camp.

Terminologia de l'esport: instal·lacions i equipament, personal, tàctica i tècnica, organització i desenvolupament.

d) *Continguts de procediments:*

1. Estructuració conceptual d'un esport definit en forma d'arbre de camp:

Localització i extracció dels termes referents a l'esport a partir de diferents fonts documentals.

Determinació dels subcampos de l'arbre de camp.

Assignació dels termes corresponents a cada subcamp.

e) *Continguts d'actituds:*

1. Rígor i exigència en la terminologia emprada.

2. Interès per l'actualització en qüestions terminològiques.

3. Voluntat d'aprendre els termes específics de l'esport.

CRÈDIT 2

Fonaments de l'esport adaptat

a) *Durada:* 10 hores.

b) *Objectius finals:*

Relacionar les disminucions físiques, psíquiques i sensorials més freqüents amb les seves característiques i possibilitats motrius.

Conèixer les modalitats esportives practicades pels diferents tipus de disminucions i els organismes i institucions implicades, amb les seves funcions i competències.

Identificar les necessitats d'atenció i ajuda de les persones amb disminucions, a partir dels tipus i característiques de la discapacitat que tinguin i del grau d'autonomia.

Preveure els recursos necessaris per a la integració de persones amb discapacitats en un grup de persones que participen en activitats d'iniciació esportiva.

Realitzar transferències de persones discapacitades amb dificultats motrius amb seguretat, segons els protocols establerts i les normes higièniques i ergonòmiques.

Comunicar-se amb persones amb discapacitats sensorials, a partir de consignes i instruccions verbals i gestuals entenedores i adaptades a les seves necessitats.

Sensibilitzar-se respecte a les actituds i el tracte envers les persones amb disminucions.

c) *Continguts de fets, conceptes i sistemes conceptuals:*

1. Conceptes i terminologia:

Normalitat/anormalitat.

Disminució, discapacitat, handicap, minusvalidesa.

Inserció, reinserció, integració, normalització. Diferents tipus de discapacitats: disminucions físiques, sensorials i psíquiques.

Adaptacions genèriques: arquitectòniques, laborals, transports, etc.

Adaptacions específiques relatives a l'esport: adaptacions de materials, tècniques, tàctiques i reglaments.

Beneficis físics, psicològics i socials de l'activitat física i l'esport en les persones amb disminucions.

2. Organització institucional de l'esport adaptat:

Modalitats esportives adaptades: paralímpiques, Specials Olympics, Jocs Paralímpics per a persones discapacitades psíquiques.

Organismes i entitats de l'esport adaptat: internacionals, estatals i autonòmiques. Funcions i prestacions. Xarxa institucional de recursos.

3. Comunicació i relació amb les persones amb disminucions:

Consideracions sobre les seves necessitats i l'ajuda que cal oferir-los: físiques i d'orientació.

Consignes i explicacions: aspectes que cal tenir en compte, mètodes d'adaptació i de facilitació de la comprensió.

Barreres socials i arquitectòniques. Suport a les persones amb disminució física motriu.

Suport a les persones amb disminució física sensorial.

Relació amb les persones amb disminució psíquica.

d) *Continguts de procediments:*

1. Atenció a les persones amb disminucions: Identificació del grau d'autonomia.

Detecció de les necessitats d'ajuda. Determinació del tipus i les característiques de la intervenció o ajuda.

Preparació dels materials o les persones necessàries. Execució de l'ajuda.

Comprovació que s'ha donat la resposta a la necessitat. Continuació de l'activitat.

2. Transferència des d'una cadira de rodes, i viceversa: Observació de les característiques de la persona.

Determinació de les necessitats de material o persones d'ajuda.

Determinació de la tècnica de transferència que cal utilitzar.

Preparació del lloc de destinació o col·locació de la cadira en la posició adequada i bloqueig corresponent.

Transferència de la persona discapacitada. Posicionament o ajuda de la persona discapacitada.

Ordenació de la cadira i/o del material.

3. Adaptació de consignes i explicacions: Detecció de dificultats de comprensió. Determinació de l'adaptació necessària en la comunicació.

Preparació de materials, instruments o persones per a l'adaptació.

Execució de les consignes i explicacions adaptades.

Comprovació de la comprensió del missatge.

e) *Continguts d'actituds:*

1. Presa de decisions sobre les adaptacions comunicatives, l'espai i les activitats que són necessàries, segons les disminucions de les persones.

2. Acceptació de les responsabilitats pròpies del lideratge de persones amb disminucions.

3. Conscienciació de la responsabilitat de la integració a un grup de persones amb disminucions.

4. Respecte i tolerància davant de les diferències en les capacitats de cada persona.

5. Amabilitat en el tracte amb les persones amb disminucions.

6. Flexibilitat en l'aplicació dels programes previstos.

7. Observació de les normes higièniques, ergonòmiques i de seguretat.

D) *Bloc de formació pràctica*

a) *Durada:* 150 hores de les quals:

Un mínim de 50 hores correspondran a activitats d'iniciació a l'excursionisme.

Un mínim de 20 hores correspondran a activitats de programació i avaluació de les activitats realitzades.

b) *Objectius terminals:*

Adaptar-se, d'una manera responsable i participativa, a les funcions pròpies de les entitats/empreses que ofereixen activitats d'excursionisme.

Afrontar, amb progressiva autonomia, organització i iniciativa de treball, les tasques relacionades amb la iniciació i la promoció de la pràctica de l'excursionisme, amb l'acompanyament i la seguretat de les persones que participen en activitats d'excursionisme, i amb la col·laboració en la promoció i conservació del medi.

Valorar el conjunt d'accions realitzades en les entitats/empreses que ofereixen activitats d'excursionisme, a partir dels interessos, les aptituds personals i l'experiència acumulada en el centre de treball.

c) *Tipus d'activitats formatives de referència proposades (possibles tasques que es poden fer al centre de treball):*

1. Activitats formatives de referència relacionades amb la iniciació en la pràctica de l'excursionisme:

1.1 Col·laboració en la preparació i realització de sortides i cursos d'iniciació a l'excursionisme.

1.2 Col·laboració en la preparació, realització i control de marxes i curses de muntanya.

2. Activitats formatives de referència relacionades amb la promoció d'activitats excursionistes:

2.1 Impartició de xerrades i/o conferències de promoció de l'activitat excursionista.

2.2 Col·laboració en l'elaboració dels continguts per a la promoció de l'activitat excursionista.

2.3 Divulgació, mitjançant campanyes o actes puntuals, d'activitats excursionistes.

3. Activitats formatives de referència relacionades amb l'acompanyament de persones que participen en activitats d'excursionisme:

3.1 Col·laboració en l'execució d'activitats excursionistes.

3.2 Col·laboració en l'organització de campanyes i estades.

4. Activitats formatives de referència relacionades amb la conservació del medi:

4.1 Conscienciació sistemàtica de la importància de la conservació del medi de totes les persones assistents a les activitats excursionistes.

4.2 Demostració d'activitats de respecte i conservació del medi.

d) *Cada centre docent en determina els continguts i s'hi apliquen els criteris generals d'avaluació següents:*

1. Analitza l'àmbit de treball i identifica les relacions laborals en el marc organitzatiu i de funcionament de l'entitat/empresa.

2. S'adapta a les característiques organitzatives i a les situacions pròpies del centre de treball.

3. Actua amb responsabilitat en l'àmbit productiu del centre de treball, tenint en compte la normativa legal i les condicions de seguretat.

4. Treballa en equip quan cal, i s'hi corresponibilitza, coopera, respecta i valora el treball de les altres persones, i hi coopera.

5. Adopta una actitud participativa, s'interessa per aprendre i té iniciativa amb relació a les tasques encomanades.

6. Té una visió coordinada i de conjunt de les funcions, fases, processos o productes de l'entitat/empresa.

7. Obté la informació i els mitjans necessaris per realitzar l'activitat assignada, utilitzant els canals existents.

8. Executa les tasques i s'ajusta progressivament als nivells particulars de l'entitat/empresa.

9. Detecta anomalies o desviacions en l'àmbit de l'activitat assignada, n'identifica les causes i hi proposa possibles solucions.

10. Interpreta i expressa la informació amb la terminologia o simbologia i els mitjans propis de treball.

11. Identifica les característiques particulars dels mitjans de producció, l'utilatge, els equips i les eines, i hi aplica els procediments tècnics adequats.

12. Identifica les condicions de l'entitat/empresa més relacionades amb la seva professió perquè puguin ésser millorades.

13. Identifica les activitats, les tasques i els àmbits d'actuació que s'adeqüen millor a les seves aptituds i als interessos professionals.

14. Identifica els aspectes positius i negatius de l'àmbit de treball: condicions de seguretat personal i mediambiental, riscos, relacions personals, etc.

ANNEX 3

Perfil professional i currículum dels ensenyaments de segon nivell que conduïxen a l'obtenció del títol de tècnic/tècnica d'esport en alta muntanya

1. *Denominació:* tècnic o tècnica d'esport en alta muntanya.

2. *Durada i distribució horària dels ensenyaments*

2.1 *Durada:* 680 hores.

2.2 *Distribució horària dels ensenyaments:*

Bloc comú

Bases anatòmiques i fisiològiques de l'esport II: 40 h.t.

Bases psicopedagògiques de l'ensenyament i l'entrenament II: 45 h.t.

Entrenament esportiu II: 30 h.t.+10 h.p.

Organització i legislació de l'esport II: 5 h.t.

Teoria i sociologia de l'esport: 20 h.t.

Càrrega horària del bloc: 140 h.t.+10 h.p.

Total hores: 150 h.

Bloc específic

Desenvolupament professional II: 10 h.t.

Coneixement del medi: 10 h.t.+10 h.p.

Psicologia dels esports de muntanya i escalada: 10 h.t.

Formació tècnica i metodològica de l'ensenyament de l'alpinisme: 10 h.t.+35 h.p.

Formació tècnica i metodològica de l'ensenyament de l'esquí de muntanya: 10 h.t.+35 h.p.

Formació tècnica i metodològica de l'ensenyament de l'escalada: 25 h.t.+40 h.p.

Entrenament de l'excursionisme: 10 h.t.+10 h.p.

Entrenament de l'alpinisme i l'esquí de muntanya: 10 h.t.+10 h.p.

Seguretat en l'alta muntanya: 10 h.t.+25 h.p.

Conducció en l'alpinisme i l'esquí de muntanya: 10 h.t.+20 h.p.

Càrrega horària del bloc: 115 h.t.+185 h.p.

Total hores: 300 h.

Bloc complementari

Terminologia específica estrangera: 10 h.t.

Equipaments esportius: 10 h.t.

Informàtica bàsica aplicada: 10 h.t.

Càrrega horària del bloc: 30 h.t.

Bloc de formació pràctica: 200 h.t.

Durada total: 680 h.

3. *Perfil professional*

3.1 *Competència general*

El títol de tècnic/tècnica d'esport en alta muntanya acredita que la persona titular té les competències necessàries per:

Conduir persones o grups per terrenys d'alta muntanya en condicions de seguretat;

Programar i realitzar l'ensenyament de l'alpinisme i l'esquí de muntanya;

Programar i dirigir l'entrenament bàsic d'alpinistes i esquiadors i esquiadores de muntanya;

Dirigir la participació d'esportistes i equips en competicions d'esquí de muntanya de nivell bàsic i mitjà.

3.2 *Competències professionals*

a) Conduir persones o grups per terrenys d'alta muntanya:

1. Progressar per terrenys d'alta muntanya amb seguretat i eficàcia, utilitzant les tècniques d'alpinisme i d'esquí de muntanya en qualsevol estació climàtica, amb condicions de visibilitat o sense, independentment de les condicions del terreny.

2. Seleccionar l'emplaçament del lloc de pernoctació segons els criteris de seguretat, d'acord amb la programació establerta.

3. Informar les persones participants sobre l'itinerari previst, amb la utilització de mapes.

4. Informar les persones participants sobre

les característiques culturals i naturals de l'itinerari.

5. Modificar l'itinerari d'acord amb les condicions de les persones participants i del medi.

6. Preveure els canvis de temps en una àrea, per l'observació dels fenòmens atmosfèrics locals.

7. Identificar els fenòmens atmosfèrics indicatius d'un possible canvi de temps meteorològic.

8. Preveure els canvis en el terreny, d'acord amb les condicions atmosfèriques.

b) Programar i organitzar activitats d'alpinisme i esquí de muntanya:

1. Establir el pla d'actuacions per al desenvolupament de les activitats de muntanya, amb la finalitat d'assolir els objectius previstos, tot garantint les condicions de seguretat i segons la condició física i els interessos de les persones practicants.

2. Preveure les mesures de seguretat necessàries per a la realització de l'activitat.

3. Controlar la logística de l'activitat i assegurar la disponibilitat de la prestació de tots els serveis necessaris.

4. Avaluar les possibilitats de realització de l'activitat en l'indret escollit.

5. Traçar els itineraris sobre els mapes i recórrer el mateix itinerari sobre el terreny.

6. Accedir a les fonts d'informació meteorològica, interpretar la informació i predir l'evolució del temps.

7. Col·laborar en la promoció del patrimoni cultural de les zones de muntanya i en la conservació de la natura.

8. Detectar informació tècnica relacionada amb la seva feina, amb la finalitat d'incorporar tècniques i tendències, i utilitzar els nous equips i materials del sector.

9. Detectar i interpretar els canvis tecnològics, organitzatius, econòmics i socials que incideixen en l'activitat professional.

10. Posseir una visió global i integradora del procés, comprendre la funció de les instal·lacions i equips, i les dimensions tècniques, pedagògiques, organitzatives, econòmiques i humanes de la seva feina.

c) Programar i realitzar l'ensenyament de l'alpinisme i de l'esquí de muntanya:

1. Programar les sessions d'ensenyament determinant els objectius, continguts, recursos i mètodes, l'avaluació i la temporització de les activitats d'alpinisme i d'esquí de muntanya.

2. Explicar i demostrar les tècniques, tàctiques i habilitats bàsiques específiques de l'alpinisme i l'esquí de muntanya.

3. Informar sobre les característiques de l'equip i el material adequats per a la pràctica de l'alpinisme i l'esquí de muntanya, així com el seu manteniment preventiu i la seva conservació.

4. Demostrar la utilització de l'equip i material específics de l'alpinisme i l'esquí de muntanya.

5. Corregir el plantejament tàctic, l'execució tècnica i la utilització del material.

6. Transmetre les normes, valors i continguts ètics de la pràctica esportiva.

7. Fomentar la pràctica esportiva saludable.

8. Avaluar la progressió de l'aprenentatge, identificant els errors de tècnica i tàctica dels/es esportistes, les seves causes, i aplicar els mètodes i mitjans necessaris per a la seva cor-

recció, preparant-los per a les fases posteriors d'alt rendiment esportiu.

d) Programar i dirigir l'entrenament d'alpinistes i esquiadors/esquiadores de muntanya:

1. Realitzar la programació específica i la programació operativa de l'entrenament d'acord amb la planificació i programació general.

2. Dirigir les sessions d'entrenament tècnic, d'acord amb els objectius establerts, tot garantint les condicions de seguretat.

3. Dirigir el condicionament físic d'alpinistes i esquiadors/esquiadores de muntanya en funció dels objectius establerts.

4. Realitzar l'avaluació i el seguiment del rendiment dels/es esportistes.

e) Dirigir esportistes i equips durant la seva participació en les competicions d'esquí de muntanya de nivell bàsic i mitjà:

1. Realitzar el plantejament tàctic aplicable a la competició esportiva d'esquí de muntanya.

2. Dirigir els/es esportistes o l'equip en la seva actuació tècnica i tàctica durant la competició esportiva.

3. Avaluar l'actuació dels/es esportistes o l'equip en la competició.

4. Explicar, respectar i fer complir la reglamentació de les competicions d'esquí de muntanya.

5. Col·laborar en la detecció de talents amb característiques físiques i psíquiques susceptibles d'introduir-se en processos d'alt rendiment esportiu.

3.3 Camp professional

3.3.1 Àmbit professional

Aquest/a tècnic/a exercirà la seva activitat en el sector esportiu i del lleure, en l'àmbit de la conducció, l'ensenyament i l'entrenament de l'alpinisme i de l'esquí de muntanya, en terreny de roca, neu, gel i/o mixt, i en itineraris amb les característiques següents:

Itineraris fàcils de qualsevol altitud.

Itineraris poc difícils fins a 4.300 metres.

Itineraris difícils fins a 3.500 metres.

Itineraris hivernals difícils fins a 3.500 metres.

Itineraris d'escalada en roca V+/A1.

En l'ensenyament de l'alpinisme i l'esquí de muntanya, la seva activitat es desenvoluparà fins a 3.500 metres d'altitud, amb un màxim de dos dies de durada i pernoctació en refugi.

Aquest/a tècnic/a podrà actuar de forma autònoma o en el si d'organismes públics o entitats privades. Els diversos tipus d'empreses on pot desenvolupar les seves funcions són:

Escoles esportives,

Centres de tecnificació esportiva,

Escoles d'esports de muntanya i escalada,

Clubs i associacions esportives o de lleure,

Federacions esportives,

Patronats esportius,

Empreses de serveis esportius o de lleure,

Centres escolars (activitats extraescolars).

Principals ocupacions que es poden desenvolupar quan s'hagi adquirit la competència professional definida en el perfil:

Guia/acompanyador o guia/acompanyadora d'alta muntanya.

Instructor o instructora d'alpinisme i esquí de muntanya.

Entrenador o entrenadora d'alpinisme i esquí de muntanya a nivell bàsic.

Director o directora d'activitats d'alpinisme i esquí de muntanya.

3.3.2 Àmbit funcional

Les responsabilitats que li seran requerides a aquest/a tècnic/a són les següents:

Conducció de persones o grups en terrenys d'alta muntanya en les dificultats tècniques i tàctiques del seu àmbit de competència.

Programació i organització d'activitats de muntanya.

Ensenyament de l'alpinisme i l'esquí de muntanya

Control i avaluació del procés d'instrucció esportiva.

Entrenament d'alpinistes i esquiadors/esquiadores de muntanya a nivell bàsic.

Control del rendiment esportiu.

Direcció tècnica d'esportistes i equips durant la participació en competicions d'esquí de muntanya.

Seguretat de les persones o grups durant el desenvolupament d'activitats d'alpinisme i esquí de muntanya.

Compliment de les instruccions generals de la persona responsable de l'entitat.

4. Currículum.

Bloc comú

CRÈDIT 1

Bases anatòmiques i fisiològiques de l'esport II

a) *Durada*: 40 hores.

b) *Objectius finals*:

Identificar les característiques anatòmiques dels diferents segments corporals i els moviments que realitzen.

Relacionar els principals elements osteomusculars amb la funció, en el manteniment de la postura estàtica i dinàmica del cos humà.

Identificar les funcions dels principals músculs en els moviments articulars.

Relacionar els principis biomecànics amb el moviment que realitzen els principals músculs.

Anàlitzar els diferents tipus de moviment del cos humà a partir de les lleis bàsiques de biomecànica.

Interpretar els canvis macroscòpics i microscòpics que es produeixen en el procés de contracció muscular.

Anàlitzar els canvis fisiològics que es produeixen en el sistema cardiorespiratori com a procés d'adaptació a la pràctica d'activitat física continuada.

Descriure el funcionament del sistema nerviós central i autònom i la seva implicació en el control de les funcions vitals.

Relacionar els òrgans i estructures de l'aparell digestiu, el sistema renal i el sistema endocrí amb la funció que realitzen.

Descriure les funcions de les principals substàncies hormonals i les implicacions que tenen en la pràctica d'activitat física.

c) *Continguts de fets, conceptes i sistemes conceptuals*:

1. Sistema digestiu:

Característiques anatòmiques.

Fisiologia de la digestió.

Metabolisme energètic: adaptació a l'activitat física.

Necessitats nutricionals i d'hidratació en situacions d'esforç i en la pràctica d'activitat física continuada.

2. Sistema nerviós:
Sistema nerviós central. Implicació en el control de l'acte motor.
Sistema nerviós perifèric. Implicació en el control dels sistemes i aparells del cos.

3. Sistema renal:
Característiques anatòmiques.
Fisiologia renal.
Adaptacions fisiològiques a l'exercici.

4. Sistema endocrí:
Estructura i característiques de les glàndules endocrines.

Acció de les principals hormones.
Mecanismes de control i regulació hormonal.
Adaptació hormonal a la pràctica d'activitat física.

5. Contracció muscular:
Concepte d'unitat motriu.
Fenòmens fisicoquímics de la contracció muscular.

Placa motriu: fenòmens fisicoquímics.
Fonaments bioquímics de la contracció muscular.

Introducció al metabolisme energètic muscular.

6. Grans articulacions:
Anatomia òssia.
Anatomia muscular.
Estudi de l'articulació.
Estudi analític dels moviments articulars.

7. Fonaments de biomecànica:
Principis biomecànics del moviment humà.
Forces que actuen en el moviment humà.
Centre de gravetat i equilibri en el cos humà.
Introducció a la biomecànica esportiva.
Introducció a l'anàlisi cinemàtica i dinàmica del moviment humà.

d) *Continguts de procediments:*

1. Estudi dels moviments:
Observació del moviment.
Identificació dels elements ossis, musculars i articulars que hi participen.
Identificació del tipus de moviment.
Anàlisi de la trajectòria.
Càlcul de forces i desplaçaments.

2. Estudi de les articulacions:
Identificació de les estructures que hi inter-venen.

Localització en models i en el cos humà.
Observació dels moviments articulars.
Anàlisi de les repercussions del moviment.

3. Càlcul de necessitats dietètiques i nutritives.

e) *Continguts d'actituds:*

1. Autocorrecció en l'estudi de moviments.
2. Ordre i mètode en la observació de moviments i en la presa de dades.
3. Rigor en els càlculs.
4. Interès per l'adquisició de nous coneixements.

CRÈDIT 2

Bases psicopedagògiques de l'ensenyament i l'entrenament II

a) *Durada:* 45 hores.

b) *Objectius terminals:*

Descriure les principals necessitats psicològiques de l'esportista en l'àmbit de l'entrenament i la competició.

Determinar els aspectes psicològics més rellevants que influeixen en l'aprenentatge de les conductes esportives.

Descriure les formes d'intervenció per al control de les variables psicològiques que influeixen en l'adaptació a l'entrenament.

Identificar els aspectes psicològics que influeixen en la direcció dels grups esportius.

Aplicar estratègies per millorar el funcionament psicològic dels/les esportistes.

Identificar els problemes emocionals i els factors perceptius que intervenen a l'entrenament i la competició esportiva.

Descriure la influència dels factors emocionals sobre el processament conscient de la informació.

Avaluar l'efecte de la presa de decisió en el rendiment esportiu.

Dissenyar les condicions de pràctica per a la millora dels aprenentatges esportius.

Definir una metodologia d'ensenyament coherent amb els principis fonamentals de l'aprenentatge cognitiu.

Elaborar programacions d'ensenyament/entrenament, tot determinant els objectius, continguts, recursos, mètodes, avaluació i temporització de les activitats, d'acord amb les característiques dels/les esportistes.

Prioritzar els criteris per triar les activitats d'ensenyament/aprenentatge segons l'objectiu de la sessió.

Utilitzar estratègies psicològiques que afavoreixin l'adaptació a l'entrenament o a l'aprenentatge d'una habilitat tècnica o tàctica.

Utilitzar els recursos més adients per mostrar les diferents tècniques i tàctiques.

Determinar les formes d'organització dels/les esportistes, el temps i els materials d'acord amb les necessitats formatives.

Determinar els diferents instruments d'avaluació segons el moment i la intenció.

Avaluar i prendre decisions per millorar la programació.

Identificar errors en la realització de les activitats.

Realitzar el plantejament tàctic aplicable a la competició esportiva.

Descriure les formes d'intervenció del tècnic/la tècnica en la direcció dels/les esportistes per a la competició esportiva.

Identificar les característiques físiques i psicològiques que caracteritzen els/les esportistes susceptibles d'introduir-se en processos d'alt rendiment esportiu.

Preparar les instal·lacions i el material necessari per al desenvolupament de l'activitat.

c) *Continguts de fets, conceptes i sistemes conceptuals:*

1. Aspectes psicològics implicats en l'aprenentatge i la competició:

Aspectes psicològics relacionats amb el rendiment a l'entrenament i la competició.

Psicologia de grup: grup de pertinença i grup de referència.

Necessitats psicològiques en l'entrenament en les diferents etapes evolutives.

Intervenció en el canvi de les actituds i la motivació.

Atenció i tractament de la diversitat.

Desenvolupament de la capacitat competitiva a través de l'entrenament: conceptes i estratègies.

2. Procés de programar:
Procés d'elaboració i concreció
Criteris per a l'elaboració d'unitats didàctiques.

Criteris per a la selecció d'activitats.

3. Procés d'optimització dels aprenentatges esportius:

Paper del tècnic/la tècnica en les sessions d'entrenament i en la competició.

Aspectes i recursos metodològics.

Competició com a part de la formació de l'esportista.

Formació i organització de grups de treball.

Grup: rol, lideratge, comunicació, cooperació i competència.

Dinamització: organització i repartiment de tasques, cooperació i confiança, estimulació de la creativitat, mètodes i procediments.

Resolució de conflictes: anàlisi transaccional, negociació, mètodes i procediments, procés de presa de decisions.

Presa de decisions: tipus i factors que hi influeixen.

4. Procés d'avaluació:

Criteris per determinar els moments i les intencions de l'avaluació.

Pautes per triar i/o dissenyar instruments d'avaluació propis.

d) *Continguts de procediments:*

1. Anàlisi de la dinàmica interna dels grups:
Identificació del grup que cal analitzar.

Identificació de les necessitats individuals i del grup.

Anàlisi de la dinàmica grupal.

Determinació dels possibles rols de les persones integrants.

Interpretació de les dinàmiques internes i externes del grup.

Identificació de les funcions i les tasques assignades a les persones membres del grup.

Valoració dels resultats de l'anàlisi.

2. Dinamització dels grups:

Anàlisi de la dinàmica interna del grup.

Relació dels resultats de l'anàlisi amb les diverses tècniques d'animació.

Selecció de la tècnica de dinamització.

Aplicació de la tècnica.

Valoració dels resultats de l'aplicació.

3. Presa de decisions:

Detecció de la necessitat d'actuació.

Anàlisi de les circumstàncies concurrents.

Recerca de solucions possibles.

Selecció d'una alternativa.

4. Disseny de la programació:

Elaboració de la programació.

Determinació dels objectius i dels continguts a desenvolupar.

Seqüenciació del procés de treball.

Elaboració de les unitats didàctiques o de treball.

5. Programació i disseny de les sessions:

Determinació dels objectius, continguts i activitats de les sessions.

Previsió dels materials i les instal·lacions.

Determinació de l'estratègia metodològica i l'estil de conducció a l'entrenament i la competició.

Determinació de les estratègies de motivació i dinamització dels/les esportistes a les sessions i la competició.

Elecció de les formes d'organització del grup

segons les seves característiques i les activitats a realitzar.

Previsió dels ajuts i suports als/les esportistes en el seu procés d'aprenentatge i durant la competició.

6. Conducció de grups en les sessions d'entrenament i de competició:

Preparació dels materials i les instal·lacions.

Aplicació i adequació de les sessions dissenyades o de l'estratègia de competició.

Organització de les diferents activitats, exercicis i tasques.

7. Informació dels objectius, continguts, activitats i estratègies:

Organització dels/les esportistes segons els objectius i les necessitats.

Identificació, conducció i seguiment de les pautes de conducta que han d'adoptar els/les esportistes.

Verificació de l'existència de conflictes, interpretació de les causes i anàlisi de les alternatives.

Motivació i dinamització dels/les esportistes en les sessions i la competició.

Detecció i intervenció sobre les necessitats, motivacions i demandes concretes.

Oferiment d'ajuts i suports als/les esportistes en el seu procés d'aprenentatge i durant la competició.

8. Avaluació i regulació dels aprenentatges i la competició:

Anàlisi del procés i els objectes d'avaluació.

Determinació dels moments i les intencions.

Elecció i/o disseny i aplicació dels instruments i recursos per a l'avaluació.

e) *Continguts d'actituds:*

1. Acceptació i compliment de la planificació per al desenvolupament posterior de la programació general i específica que donarà pas a l'elaboració de les diferents unitats de treball.

2. Conscienciació de la influència que el rol del tècnic/la tècnica té en la mediació dels aspectes psicològics per optimitzar el resultat de les activitats d'ensenyament, entrenament i competició.

3. Estimació de la combinació de diferents recursos, metodologies, dinàmiques i organitzacions que permetin la participació i motivació més efectiva i eficaç dels/les esportistes.

4. Valoració positiva de la utilització sistemàtica de diferents mecanismes i estratègies d'avaluació per reajustar el procés d'ensenyament/aprenentatge segons les necessitats manifestades pels/les esportistes.

CRÈDIT 3

Entrenament esportiu II

a) *Durada:* 40 hores (30 de teòriques+10 de pràctiques).

b) *Objectius terminals:*

Relacionar la implicació de les diferents cadenes metabòliques amb els diferents tipus d'entrenament.

Descriure les característiques més significatives de l'entrenament aeròbic i anaeròbic.

Determinar les formes de la preparació psicològica dels/les esportistes per a l'entrenament i la competició.

Establir una planificació de l'entrenament

d'una temporada esportiva dirigida a un supòsit concret d'esportistes.

Establir una progressió d'exercicis per al desenvolupament de les capacitats físiques condicionals i les capacitats perceptives i motrius, dirigides a un supòsit concret d'un grup d'esportistes.

Ajustar l'aplicació dels sistemes i mètodes que desenvolupen les diferents capacitats físiques, perceptives i motrius al grup d'esportistes.

Determinar l'estratègia d'intervenció a l'entrenament, d'acord amb les característiques psicològiques dels/les esportistes.

Dissenyar una sessió d'entrenament de les capacitats físiques condicionals i/o les capacitats perceptives i motrius per un grup d'esportistes d'una edat determinada.

Enumerar els factors i variables a tenir en compte per avaluar la correcta actuació dels/les esportistes en les sessions de desenvolupament de les diferents capacitats físiques i/o perceptivomotrius.

Oferir els recursos i ajuts més adients si s'identifiquen errors en la realització dels exercicis per al desenvolupament de les capacitats físiques i perceptivomotrius.

Justificar l'elecció i utilització d'un determinat equipament i material típic per al desenvolupament d'una determinada capacitat física.

Determinar la forma i les característiques del control de l'entrenament de les capacitats físiques i/o perceptivomotrius.

c) *Continguts de fets, conceptes i sistemes conceptuals:*

1. Exigències metabòliques dels esports en l'entrenament i la competició:

Vies metabòliques i mètodes i sistemes d'entrenament.

Adaptació a l'estrès.

Recuperació i sobrecompensació.

2. Planificació de l'entrenament i la competició:

Conceptes bàsics.

Generalitats.

Estructura.

Variables que hi intervenen.

Procés d'elaboració.

Períodes i cicles d'entrenament.

3. Programació de l'entrenament i la competició:

Objectius, continguts i principis de l'entrenament esportiu.

Objectius i periodització de la competició.

Variables que hi intervenen.

Procés de presa de decisions.

Entrenament general i específic.

Mètodes i mitjans pel desenvolupament de les capacitats físiques condicionals i perceptivomotrius.

Fòrmules de preparació de les qualitats psicològiques i la conducta per a l'entrenament i la competició.

4. Control de l'entrenament i la competició: Funcions i característiques.

Valoració de les capacitats físiques condicionals, capacitats perceptivomotrius i qualitats psicològiques i de conducta a l'entrenament i la competició.

Instruments per a l'avaluació i control del procés i els resultats de l'entrenament i la competició.

d) *Continguts de procediments:*

1. Adequació de les càrregues d'entrenament i la competició a les característiques dels/les esportistes:

Identificació del nivell actual de competències (NAC) dels/les esportistes.

Determinació de les càrregues d'entrenament i la seva progressió segons el nivell dels/les esportistes.

Selecció dels mètodes i mitjans d'entrenament d'acord amb els objectius de l'entrenament i la competició, les característiques dels/les esportistes i la seva adaptació a l'esforç.

Reajustament de l'entrenament i la competició segons la informació obtinguda de l'avaluació i el control.

2. Planificació de la intervenció:

Adequació al plantejament de l'entitat.

Descripció dels objectius i els continguts a desenvolupar.

Elaboració i seqüenciació del pla de treball: entrenament i competició.

Determinació dels recursos humans i materials necessaris.

3. Programació de l'entrenament i la competició:

Concreció dels objectius i els continguts a desenvolupar.

Determinació de les formes d'aplicació dels principis de l'entrenament esportiu.

Definició de les característiques i temporització de la participació en les competicions.

Determinació dels mètodes, càrregues i activitats.

Elaboració i seqüenciació dels diferents cicles i unitats de treball.

Concreció dels aspectes que configuren les sessions.

Selecció de les activitats d'entrenament.

Reajustament de la programació d'acord amb l'avaluació de l'entrenament i la competició.

4. Direcció i mediació en les sessions d'entrenament i competició:

Preparació dels materials i les instal·lacions.

Explicació dels objectius i les activitats pròpies de la sessió d'entrenament o de competició amb el canal i les característiques de la informació més adients per als i les esportistes.

Determinació de l'estratègia metodològica o de competició.

Organització, motivació i dinamització dels/les esportistes.

Aplicació de les diferents activitats previstes.

Observació de les realitzacions dels/les esportistes d'acord amb els indicadors previstos.

5. Avaluació i control de l'entrenament:

Determinació del procés i els objectes d'avaluació de l'entrenament i la competició.

Determinació dels moments i les intencions de l'avaluació de l'entrenament i la competició.

Disseny o selecció dels instruments i recursos per a l'avaluació i control de l'entrenament i la competició.

e) *Continguts d'actituds:*

1. Acceptació de la necessitat d'elaborar una planificació general com a marc per al desenvolupament de la programació general i específica que ordeni i seqüenciï l'entrenament i la competició.

2. Conscienciació de la importància que l'elecció i prioritització dels objectius, continguts, mètodes i sistemes d'entrenament, activitats i la

pròpia competició ocupen en l'optimització i ordenació del procés d'entrenament.

3. Voluntat d'atendre les individualitats dels/les esportistes i/o els equips tot triant i alternant les activitats, dinàmiques, mètodes i sistemes d'entrenament que s'ajustin a les seves necessitats i als objectius de l'entrenament i la competició.

4. Valoració positiva de la necessitat constant de reajustar l'entrenament i la competició segons els resultats de l'observació i control sistemàtic.

CRÈDIT 4

Organització i legislació de l'esport II

a) *Durada*: 5 hores.

b) *Objectius finals*:

Diferenciar el marc competencial de l'esport a l'Estat i a Catalunya, a partir de la legislació específica esportiva.

Identificar les vies de finançament de les activitats esportives regulades per la normativa específica esportiva.

Determinar l'àmbit d'actuació, representativitat i marc competencial del Consell Superior d'Esports.

Definir i diferenciar l'esport amateur del d'alt nivell i del professional.

Identificar els límits que imposa la normativa de prevenció de la violència i de control de les substàncies i mètodes prohibits a l'esport.

Identificar els límits que imposa la normativa de publicitat a l'àmbit de l'esport.

c) *Continguts de fets, conceptes i sistemes conceptuals*

1. Llei 10/1990, de l'esport espanyol:

Marc competencial exclusiu de l'Estat.

Marc competencial compartit amb les comunitats autònomes i els ens locals.

Àmbit d'aplicació i desenvolupament de la normativa.

Finançament de l'esport a l'Estat.

2. Llei 8/1990, de l'esport de Catalunya:

Marc competencial exclusiu.

Marc competencial compartit amb els ens locals.

Finançament de l'esport a Catalunya.

Desenvolupament de les lleis 8/1999 i 9/1999 de 30 de juliol.

3. Consejo Superior de Deportes:

Marc competencial.

Estructura i òrgans dependents de l'organisme.

Nivells de representació esportiva.

4. Esport d'alt nivell i professional a l'Estat: Esport d'alt nivell: concepte i característiques. Societats anònimes esportives. Característiques.

Lligues esportives professionals. Tipus i característiques.

5. Legislació de prevenció de la violència i del control de les substàncies i mètodes prohibits a l'esport:

Normativa bàsica de prevenció de la violència a l'esport.

Normativa bàsica del control de les substàncies i mètodes prohibits a l'esport.

Principals substàncies i mètodes prohibits a l'esport

6. Legislació bàsica de patrocini esportiu:

Normativa de la Llei de fundacions aplicable a l'esport.

Normativa de la Llei general de publicitat aplicable a l'esport.

d) *Continguts de procediments*:

1. Coneixement del marc competencial esportiu de l'Estat i de Catalunya:

Identificació de les competències del marc legislatiu.

Selecció i buidat de la informació.

Determinació i delimitació del seu àmbit d'actuació.

2. Anàlisi de les activitats esportives d'alt nivell:

Definició del concepte d'esport d'alt nivell.

Identificació dels actors i dels/les components de l'esport d'alt nivell.

Ubicació del seu àmbit d'actuació.

3. Coneixement de la legislació bàsica de patrocini esportiu i publicitat com a via de finançament de l'esport:

Identificació de l'objectiu de la norma.

Lectura esquemàtica.

Selecció de la informació.

Determinació i delimitació del seu àmbit d'actuació.

e) *Continguts d'actituds*:

1. Compliment de les normes aplicables a l'àmbit de l'esport.

2. Capacitat d'acceptació de les normes.

3. Presa de decisions respecte a la normativa aplicable.

4. Capacitat d'argumentació del rang i del grau d'aplicació normatiu.

5. Sistematització en la correcció d'errors en l'aplicació de la normativa.

CRÈDIT 5

Teoria i sociologia de l'esport

a) *Durada*: 20 hores.

b) *Objectius finals*:

Comparar les principals característiques diferenciades entre l'esport antic i l'esport modern.

Relacionar l'origen de l'esport modern amb la seva localització geogràfica i les característiques socials de l'època.

Identificar els principals factors que han afavorit la presència massiva del fenomen esportiu en les societats avançades.

Identificar l'evolució dels índexs de pràctica esportiva a partir d'estudis sociològics.

Reconèixer les diferències entre grups específics de població i la seva pràctica esportiva.

c) *Continguts de fets, conceptes i sistemes conceptuals*:

1. Esport antic i modern:

Orígens socials diferenciats.

Etimologia del terme esport.

Dificultat d'assolir una definició universal del terme esport.

2. Orígens i evolució de l'esport modern:

Situació inicial: període i espai.

Protagonistes: característiques socials del grup que va iniciar la pràctica de l'esport modern.

3. Comportaments esportius de la població en la nostra societat actual:

Índex de participació esportiva a l'estat espanyol i a Catalunya.

Conceptes bàsics: mode de vida; capital econòmic i cultural; sistema de pràctiques esportives; teoria de les oportunitats.

4. Procés de socialització, esport, classe, gènere i edat:

Diferenciació social i esport; espai de les posicions socials: capital econòmic i capital cultural; sistema de pràctiques esportives; distinció a través de l'esport.

Gènere i esport: sexe i gènere; concepte de construcció social; estereotips.

Edat i esport: cicles de vida i rituals de transició; actituds davant de l'esport segons l'edat.

5. Esport en la societat contemporània:

Evolució de l'esport: de sistema tancat a sistema obert.

Models que configuren el sistema obert de l'esport.

Elements explicatius a tenir en compte: la creixent individualització de les societats avançades i la cultura de l'hedonisme.

d) *Continguts de procediments*:

1. Anàlisi dels principals factors evolutius de la pràctica esportiva de la població a l'Estat espanyol i a Catalunya:

Identificació de les tècniques d'investigació sociològica que s'utilitzen.

Interpretació dels resultats de l'hàbit esportiu amb relació a les variables independents.

Valoració dels resultats dels estudis sobre l'hàbit esportiu.

2. Anàlisi de la informació mediàtica:

Identificació del tipus d'informació a analitzar.

Reconeixement dels factors socialitzadors. Relació dels factors amb el grup específic de població.

Obtenció de conclusions.

3. Anàlisi del paper de l'esport en les societats avançades:

Identificació dels models que configuren l'esport actual.

Relació de l'evolució d'aquests models amb el desenvolupament de les societats avançades.

Reflexió sobre possibles propostes de futur per a l'esport.

e) *Continguts d'actituds*:

1. Actitud de tolerància i antidogmatisme vers el fenomen esportiu, en les societats actuals.

2. Cordialitat, respecte, tolerància, esperit obert i amabilitat en el tracte amb la resta de companys i companyes.

3. Motivació pròpia i de les persones participants durant el desenvolupament dels debats i les postes en comú, referents a la quantitat i la qualitat de la pràctica esportiva de la població a analitzar.

4. Capacitat d'escoltar i guardar el torn de paraula en la realització de les posades en comú.

5. Interès en comprendre la presentació, el procés i els resultats de les anàlisis sociològiques de l'esport.

B) *Bloc específic*

CRÈDIT 1

Desenvolupament professional II

a) *Durada*: 10 hores (teòriques).

b) *Objectius finals*:

Identificar el perfil, el marc legal, les competències i l'àmbit professional i funcional del tècnic/la tècnica d'esport.

Definir les responsabilitats civils i penals derivades de l'exercici professional del tècnic o la tècnica d'esport.

Identificar les diferents opcions d'associacionisme professional existents a nivell internacional, estatal i autonòmic.

Sintetitzar els condicionants existents en un codi deontològic professional.

c) *Continguts de fets, conceptes i sistemes conceptuals:*

1. Tècnic o tècnica d'esport:

Marc legal.

Competència professional.

Àmbit professional i funcional.

2. Associacionisme professional:

Origen de la professió.

Organitzacions professionals internacionals, estatals i autonòmiques.

Deontologia professional.

3. Sector dels esports de muntanya i escalada a l'estranger:

Condicions laborals.

Experiències professionals.

d) *Continguts de procediments:*

1. Identificació del perfil professional del tècnic o tècnica d'esport en alta muntanya:

Identificació del currículum formatiu.

Identificació del marc legal.

Identificació de les competències professionals.

Delimitació de l'àmbit professional.

Identificació de les responsabilitats civils i penals en l'exercici professional.

2. Caracterització del sector dels esports de muntanya a l'estranger:

Identificació de les similituds i diferències en la pràctica professional.

Identificació de l'equivalència de les titulacions.

Comparació dels currículums formatius.

Comparació de les competències professionals.

Comparació de les responsabilitats civils i penals en l'exercici professional.

e) *Continguts d'actituds:*

1. Constància en detectar, corregir i revisar el treball efectuat, així com els possibles errors.

2. Coneixement de l'estructuració legal i federativa dels esports de muntanya.

3. Coneixement de les causes jurídiques, les conseqüències i les cobertures de la Responsabilitat Civil.

4. Acceptació de les normes i les responsabilitats assignades.

5. Consciència del deure o de la tasca assignada.

6. Comunicació amb les persones superiors per valorar el treball i reconduir-lo, si cal.

7. Interès per l'actualització de la informació.

8. Acceptació de l'altra persona, les opinions i els judicis aliens.

9. Cordialitat i respecte envers els/les altres professionals amb què es relaciona.

10. Creativitat en la recerca de les formes d'actuació i d'organització de les tasques i les accions relacionades amb la professió.

11. Interès pels nous coneixements i modificacions que es produeixin en relació amb l'estructuració i normativa de la professió.

CRÈDIT 2

Coneixement del medi

a) *Durada:* 20 hores (10 de teòriques+10 de pràctiques).

b) *Objectius terminals:*

Identificar els principals tipus de roques a partir de l'observació directa i la utilització de diferents proves.

Relacionar els tipus de roques amb les característiques del paisatge, tenint en compte els agents erosius i la tectònica de la zona.

Identificar els elements geològics relacionats amb els agents erosius.

Situar les principals serralades i els principals accidents geogràfics de la terra i, en especial, de Catalunya.

Localitzar les principals zones de pràctica esportiva de muntanya de la Península Ibèrica i, en especial, de Catalunya.

Reconèixer les principals espècies vegetals de muntanya de Catalunya, a partir de la visualització directa.

Situar les espècies vegetals de muntanya en les diferents serralades de Catalunya.

Reconèixer les principals espècies animals de muntanya de Catalunya, a partir de la seva visualització directa o dels seus rastres.

Situar les espècies animals de muntanya en les diferents serralades de Catalunya.

Identificar els efectes de l'actuació dels/les esportistes sobre el medi, en els diferents ambients de muntanya.

Determinar el contingut, la metodologia i els recursos necessaris per a la realització d'activitats envers la protecció del medi ambient, tenint en compte les característiques de les diferents modalitats esportives de muntanya.

c) *Continguts de fets, conceptes i sistemes conceptuals:*

1. Geologia:

Roques.

Eres geològiques.

Paisatge i agents erosius. Rius i glaceres.

Paisatge i tectònica.

2. Geografia de les muntanyes de la terra:

Serralades de l'àrea europea-mediterrània.

Accidents geogràfics de les serralades de l'àrea europea mediterrània.

Serralades de la resta del món.

Accidents geogràfics de les diferents serralades del món.

Geografia de les zones d'escalada, els engorjats i l'alta muntanya de la Península Ibèrica.

3. Geografia i geologia de Catalunya:

Geografia i geologia de les unitats de relleu de Catalunya: Pirineus i Prepirineus, Depressió Central i Serralades Costaneres.

Geografia de les zones d'escalada, els engorjats i l'alta muntanya de Catalunya.

Geologia de les zones d'escalada, els engorjats i l'alta muntanya de Catalunya.

4. Vegetació de muntanya:

Generalitats: factors climàtics, altura, orientació i materials en relació amb la vegetació.

Vegetació de muntanya de Catalunya: boscos, prats, tarteres i codines, penya-segats, engorjats, vegetació de ribera i de mulladius i vegetació ruderal i nitròfila.

Vegetació de muntanya de la Península Ibèrica.

5. Fauna de muntanya:

Generalitats: factors climàtics, altura i vegetació en relació amb la fauna.

Fauna de muntanya de Catalunya.

Fauna de muntanya de la Península Ibèrica.

6. Riscos i impacte dels esports de muntanya en el medi ambient:

Excursionisme.

Escalada.

Descens d'engorjats.

Alpinisme.

Esquí.

d) *Continguts de procediments:*

1. Interpretació de les característiques del paisatge amb relació a l'activitat esportiva:

Identificació dels principals tipus de roques a partir de l'observació directa i la utilització de diferents proves.

Determinació de les relacions entre els agents erosius, la tectònica i les roques amb el paisatge.

Identificació dels elements geològics relacionats amb els agents erosius.

Relació entre el paisatge i les activitats d'alta muntanya.

2. Localització dels elements geogràfics:

Identificació de les principals serralades i els principals accidents geogràfics de la terra, de la Península Ibèrica i de Catalunya.

Situació en els mapes de les principals serralades i els principals accidents geogràfics de la terra, de la Península Ibèrica i de Catalunya.

Identificació de les principals zones de pràctica d'alta muntanya de la Península Ibèrica i Catalunya.

Situació en els mapes de les principals zones de pràctica d'alta muntanya de la Península Ibèrica i Catalunya.

3. Reconeixement de les principals espècies vegetals de muntanya de Catalunya:

Identificació de les diferents espècies vegetals de muntanya i d'alta muntanya per observació directa.

Situació de les diferents espècies vegetals en els diferents ambients de muntanya.

Situació de les diferents espècies vegetals d'alta muntanya amb relació al tipus de roques, l'orientació i d'altres característiques ambientals.

4. Reconeixement de les principals espècies animals de Catalunya:

Identificació de les diferents espècies animals de muntanya i d'alta muntanya per observació directa i dels seus rastres.

Situació de les principals espècies animals en els diferents ambients de muntanya.

Situació de les espècies animals d'alta muntanya segons les característiques de la zona.

5. Determinació de les activitats a realitzar en relació amb la protecció del medi de muntanya:

Identificació de l'actuació dels/les esportistes sobre el medi, en els diferents ambients de muntanya, i en especial, en l'alta muntanya.

Determinació del contingut, metodologia i recursos necessaris per a la realització d'activitats envers la protecció del medi ambient, tenint en compte les característiques de les diferents modalitats esportives de muntanya, i en especial d'alta muntanya.

e) *Continguts d'actituds:*

1. Presa de decisions en la selecció de les fonts d'informació sobre les característiques geogrà-

fiques, geològiques, botàniques i faunístiques de la zona.

2. Determinació en la metodologia utilitzada per a la realització d'activitats esportives, tenint en compte la protecció del medi ambient.

3. Acceptació de les normes i les responsabilitats assignades.

4. Col·laboració en la protecció del medi natural.

5. Interès per l'actualització de la informació mediambiental i sobre aspectes de la zona que puguin ser significatius per a l'activitat.

6. Col·laboració amb altres professionals en l'obtenció de dades sobre la meteorologia, les característiques geològiques, geogràfiques, botàniques i faunístiques de la zona.

7. Acceptació de l'altra persona i de les opinions i judicis aliens.

8. Rigor en l'obtenció i anàlisi de les dades i en l'execució del treball.

9. Autosuficiència en la recerca i tractament de la informació.

10. Interès pel missatge i per la persona interlocutora.

11. Motivació de les persones participants cap a les conductes de respecte al medi.

12. Interès per donar la informació sobre les característiques de la zona a les persones participants.

13. Interès pels nous coneixements i els avenços científics que es produeixen amb relació al medi.

14. Observació de les normes de conducta i seguretat en el medi natural.

15. Consideració per la salut pròpia i la de les altres persones.

16. Ús d'elements que no perjudiquin el medi ambient.

CRÈDIT 3

Psicologia dels esports de muntanya i escalada

a) *Durada*: 10 hores (teòriques).

b) *Objectius finals*:

Identificar i aplicar els recursos psicològics per millorar el treball com a tècnic/a i el rendiment dels/es esportistes.

Identificar les característiques i perfil psicològic dels/es esportistes que practiquen les activitats de muntanya.

Conèixer les característiques intrínseques dels esports de muntanya.

Identificar els trets diferencials entre els/es esportistes de les diverses modalitats d'esports de muntanya.

Diferenciar les característiques i el perfil psicològic del tècnic/la tècnica d'esports de muntanya, d'acord a les diferents modalitats d'actuació: guia, entrenador o entrenadora i monitor o monitora/professor o professora.

Valorar la importància de l'estatus i l'estil personal del tècnic/la tècnica.

Aplicar recursos per a la pròpia motivació com a tècnic o tècnica.

Adequar la funció del tècnic/la tècnica, mitjançant eines psicològiques, a la diversitat del grup o dels seus membres, i a les característiques de les tasques a desenvolupar.

Saber actuar amb persones o grups tipificats com a difícils, o en situacions límit.

Identificar i aplicar les tècniques d'activació, relaxació, concentració, visualització, construc-

ció de la confiança i cohesió de grup per a la millora del rendiment esportiu.

Elaborar i aplicar un pla d'actuació per a la millora dels aspectes psicològics.

c) *Continguts de fets, conceptes i sistemes conceptuals*:

1. Triada por/risc/perill:

Identificació de la triada com a elements psicològics genuïns en la pràctica dels esports de muntanya.

Conceptualització de la triada.

2. Binomi actuació/reflexió:

Identificació del binomi fonamental actuació/reflexió com a element intrínsec de la psicologia dels practicants dels esports de muntanya.

Conceptualització del binomi.

3. Mestratge:

Conceptualització del mestratge com a element volitiu i central en la psicologia del tècnic/la tècnica dels esports de muntanya.

Transmissió de coneixements i experiència.

Autolimitació.

Voluntat de transmissió i elements didàctics.

4. Estatus i estil personal del tècnic/la tècnica dels esports de muntanya:

Elements vocacionals.

Sosteniment de l'estatus del tècnic/la tècnica dels esports de muntanya.

5. Grup:

Característiques dels trets comuns de les persones membres del grup.

Característiques de la diversitat de les persones membres del grup.

6. Situacions límit:

Definicions dels casos i situacions límit.

Tipificacions dels casos i situacions límit segons les característiques de la situació i les característiques personals individuals o de grup.

7. Tècniques per a la millora del rendiment esportiu:

Activació.

Relaxació.

Concentració.

Visualització.

Construcció de confiança.

Cohesió del grup.

8. Pla d'actuació:

Elaboració.

Jerarquització dels elements.

d) *Continguts de procediments*:

1. Anàlisi i identificació dels diversos elements objectius i subjectius que intervenen en la triada por/risc/perill:

Identificació dels coneixements previs i l'experiència.

Valoració de la nova situació.

Identificació dels requeriments tècnics, instruments, físics i psíquics.

2. Anàlisi de procés de les seqüències reflexió/actuació/reflexió/actuació (R-A):

Aplicació dels criteris d'establiment de les jerarquitzacions pertinents en els binomis R-A.

Valoració de la dimensió temporal.

Anàlisi dels elements de la lògica subjectiva: instant de veure, temps per comprendre, moment de concloure.

3. Anàlisi dels elements clau del mestratge: Anàlisi de la transmissió de coneixements.

Valoració de l'experiència.

Determinació de l'autolimitació.

Anàlisi de la voluntat de transmissió.

Identificació dels elements didàctics.

4. Anàlisi de l'estatus i l'estil personal del/la professional:

Anàlisi de la professionalitat, la il·lusió, la responsabilització envers l'alumnat o clientela i sosteniment del rol i funcions del/la professional.

5. Anàlisi de les diferents poblacions de treball:

Anàlisi del grup.

Caracterització del grup segons les persones que el componguin.

Determinació dels recursos.

6. Tipificació de les situacions definibles com a límit:

Identificació de les situacions límit segons les característiques de la situació.

Identificació de les situacions límit segons les característiques personals individuals o de grup.

Determinació dels recursos d'intervenció.

7. Aplicació de les tècniques d'activació, relaxació, concentració, visualització, construcció de l'autoconfiança i cohesió de grup:

Anàlisi de la situació inicial.

Explicació de les accions que es portaran a terme.

Comprovació del compliment de les necessitats i condicions de partida.

Execució de les accions segons els protocols establerts d'acord amb la tècnica a aplicar.

Verificació del compliment de les indicacions per part de les persones participants.

8. Elaboració d'un pla d'actuació:

Identificació de les característiques de les persones destinatàries del pla.

Determinació dels objectius: selecció dels aspectes psicològics que cal millorar.

Modificació del pla d'actuació a partir de les experiències adquirides, tot aplicant-hi les tècniques i habilitats necessàries per tal de millorar-lo.

e) *Continguts d'actituds*:

1. Presa de decisions davant de situacions que puguin afectar el desenvolupament de les activitats.

2. Introducció permanent dels elements racionals i racionalitzables que permeten la consecució dels objectius proposats amb el mínim de riscos i esforços a realitzar.

3. Responsabilitat i professionalitat en les tasques a desenvolupar.

4. Claredat i compromís personal en la transmissió dels estímuls.

5. Rigor i claredat en tots els elements didàctics que han de facilitar o possibilitar la realització del pla d'actuació.

6. Interès pel camp de la motivació de la clientela per comprendre el sentit i beneficis psicològics i personals que li pot comportar la pràctica d'esports de muntanya, fins i tot en grups de població que requereixen especial atenció.

7. Respects per les diferències i comprensió per les dificultats alienes, encara que sigui en detriment dels objectius proposats.

8. Il·lusió en la pràctica dels esports de muntanya, tot i considerant els riscos que comporten.

9. Incorporació, a través de la pròpia experiència, de la distinció por/perill, de cara a obtenir la màxima eficàcia de l'empresa proposada.

10. Satisfacció, curiositat i interès per les relacions interpersonals.

11. Rigor en l'aprenentatge de les tècniques de millora del rendiment esportiu.

12. Consideració per la salut pròpia i la de les altres persones.

CRÈDIT 4

Formació tècnica i metodologia de l'ensenyament de l'alpinisme

a) *Durada*: 45 hores (10 de teòriques+35 de pràctiques).

b) *Objectius terminals*:

Identificar les característiques i prestacions de l'equip i el material de l'alpinista.

Relacionar i seleccionar l'equip i el material adient amb les condicions del medi i l'activitat.

Identificar els diferents elements gestuals de la tècnica de progressió en roca, neu, glaç i mixt.

Identificar els principis físics i mecànics de l'escalada en alta muntanya.

Escalar amb eficàcia en roca, neu, glaç i mixt, en tècnica lliure i artificial.

Identificar els diferents elements de les tècniques de protecció en l'alta muntanya.

Assegurar amb eficàcia les altres persones components de la cordada.

Aplicar correctament les tècniques de protecció per garantir la pròpia seguretat mentre s'escala en roca, neu, glaç i mixt.

Identificar els diferents sistemes de graduació de les ressenyes d'alpinisme i cascades de glaç.

Interpretar i confeccionar ressenyes d'alpinisme i cascades de glaç.

Planificar les intervencions docents en alpinisme, assegurant la realització de la programació general, les sessions, el disseny d'exercicis i l'elaboració de fitxes d'activitats.

Preparar materials i instal·lacions per tal de poder impartir classes d'alpinisme segons la programació.

Identificar indrets idonis per l'ensenyament de l'alpinisme, d'acord amb les sessions.

Aplicar la sistemàtica de la programació i organització d'activitats d'alpinisme.

Aplicar convenientment la intervenció didàctica en alpinisme, mitjançant la transmissió de coneixements, les demostracions, la realització d'activitats i la correcció.

Obtenir dades i registres per tal de valorar el procés d'aprenentatge de l'alumnat.

c) *Continguts de fets, conceptes i sistemes conceptuals*:

1. Equip i material per l'alpinisme:

Equip personal bàsic.

Equip de protecció individual.

Material bàsic: tipus, característiques tècniques, utilitats, idoneïtat, adequació, conservació i manteniment.

Material específic d'escalada en glaç: tipus, característiques tècniques, utilitats, idoneïtat, adequació, conservació i manteniment.

2. Tècniques de progressió i escalada en l'alta muntanya:

Biomecànica i física de la progressió i l'escalada en l'alta muntanya.

Tècniques de progressió lliure i artificial en roca

Tècniques de progressió artificial.

Tècniques de progressió en neu.

Tècniques de progressió en glaç.

Tècniques de progressió en mixt.

3. Tècniques de protecció en l'alpinisme: Tècniques d'autoassegurament en roca, neu, glaç i mixt.

Tècniques d'autodetenció en neu.

Ancoratges de protecció en roca, neu i glaç. Cadena de seguretat.

Tècniques d'assegurament al primer/a o al segon/a de cordada, en roca, neu i glaç.

4. Ressenyes i escales de dificultat:

Tipus de ressenyes.

Escales de dificultat en roca, neu, glaç i mixt.

Simbologia i interpretació: dificultat, morfologia geològica, longitud dels trams, desnivells, altres.

Confecció de ressenyes: informació necessària, tecnologia.

5. Didàctica:

Planificació de la intervenció didàctica en alpinisme: situació inicial, fins i objectius, programació de sessions, disseny d'exercicis, producció de fitxes d'activitats.

Recursos metodològics de la didàctica de l'alpinisme.

Avaluació del procés d'aprenentatge: objecte a avaluar, tipus, mètodes.

d) *Continguts de procediments*:

1. Coneixement de l'equip i material per a la pràctica de l'alpinisme:

Identificació de l'equip personal i de protecció de l'alpinista.

Anàlisi de les característiques de l'equip personal i de protecció de l'alpinista.

Utilització correcta de l'equip personal i de protecció.

Aplicació del correcte manteniment i conservació de l'equip personal i de protecció de l'alpinista.

Identificació de la tipologia del material d'alpinisme i de cascades de glaç.

Anàlisi de les característiques del material d'alpinisme i de cascades de glaç.

Utilització correcta del material d'alpinisme i de cascades de glaç.

Aplicació del correcte manteniment i conservació del material d'alpinisme i de cascades de glaç.

2. Progressió en alta muntanya:

Identificació i execució dels elements tècnics gestuals de la progressió i escalada lliure en roca, neu, glaç i mixt.

Identificació i execució dels elements tècnics gestuals de la progressió i escalada artificial en roca, neu, glaç i mixt.

3. Protecció en l'alpinisme:

Identificació i execució de la tècnica d'autoassegurament en roca, neu i glaç.

Identificació i execució de la tècnica d'autodetenció en neu.

Identificació dels ancoratges de protecció en roca, neu i glaç.

Construcció o col·locació correcta dels ancoratges de protecció en roca, neu i glaç.

Identificació dels elements de la cadena de seguretat i el seu comportament físic.

Identificació dels elements tècnics d'assegurament al/la primer/a o al/la segon/a de cordada en roca, neu i glaç.

Aplicació dels elements tècnics d'assegurament al/la primer/a o al/la segon/a de cordada, en roca, neu i glaç.

4. Interpretació i elaboració de ressenyes:

Identificació dels diferents tipus de ressenyes.

Identificació de les diferents escales de dificultat en roca, neu i glaç, en lliure i artificial.

Interpretació de la simbologia de la dificultat, morfologia, longitud, desnivell, etc.

Elaboració de ressenyes d'alpinisme i de cascades de glaç.

5. Didàctica de l'alpinisme:

Planificació de la intervenció didàctica en l'alpinisme: programació general, programació de sessions, disseny d'exercicis, producció de fitxes d'activitats.

Aplicació de la intervenció didàctica en l'alpinisme: preparació de les instal·lacions, comunicació, demostració i realització de les activitats i correcció dels exercicis.

Avaluació del procés d'aprenentatge.

e) *Continguts d'actituds*:

1. Presa de decisions davant de situacions que puguin afectar el desenvolupament de l'activitat programada i en la modificació de les activitats si es detecta una diferència significativa en el nivell de les persones participants respecte al previst.

2. Ordenació en la planificació, la selecció, la verificació i el manteniment del material i l'equip.

3. Rigor i ordre en la transmissió de coneixements.

4. Acceptació de les normes i les responsabilitats assignades.

5. Aprofitament dels recursos disponibles.

6. Consciència del propi deure i de les repercussions que es poden derivar del seu incompliment.

7. Interès per l'actualització de la informació sobre aspectes de material, equip, progressió, seguretat, etc., en terreny d'alta muntanya.

8. Participació en programes de formació relacionats amb l'alpinisme, quant a material, equip, didàctica, progressió, seguretat, etc.

9. Coordinació amb els companys i companyes.

10. Determinació en l'execució de les tècniques pròpies de l'activitat i en les solucions aplicades a situacions d'emergència.

11. Cordialitat i amabilitat en el tracte.

12. Aparença personal de calma i seguretat en situacions adverses o tràgiques.

13. Observació de les normes higienicosanitàries.

14. Observació de les normes bàsiques d'ús i conservació de les instal·lacions, les ascensions i els itineraris, en especial de les normes de comportament i ús dels refugis de muntanya.

CRÈDIT 5

Formació tècnica i metodològica de l'ensenyament de l'esquí de muntanya

a) *Durada*: 45 hores (10 de teòriques+35 de pràctiques).

b) *Objectius terminals*:

Identificar el material i equip de l'esquí de muntanya.

Conèixer les principals operacions de manteniment i/o millora del material i equip a utilitzar.

Relacionar i seleccionar l'equip i el material adient amb les condicions del medi i de l'activitat.

Identificar, executar i demostrar els principals gestos tècnics en terrenys ascendent, plans i descendents.

Relacionar el lloc i moment d'utilització dels diferents gestos tècnics.

Identificar els principis de biomecànica que intervien en els gestos tècnics de l'esquí de muntanya.

Identificar els components anatómico-fisiològics i les variables de l'entorn que condicionen la utilització d'un gest tècnic determinat.

Aplicar la sistemàtica de la programació i organització d'activitats d'esquí de muntanya. Aplicar la metodologia de l'ensenyament de l'esquí de muntanya.

Planificar les intervencions docents en alpinisme, assegurant la realització de la programació general, les sessions, el disseny d'exercicis i l'elaboració de fitxes d'activitats.

Seleccionar itineraris adequats a la pràctica de l'esquí de muntanya segons criteris metodològics.

Seleccionar itineraris adequats als objectius generals i específics de la sortida.

Efectuar recorreguts d'esquí de muntanya de nivell tècnic mitjà i dificultat mitjana, en condicions d'orientació difícils.

Aplicar les tècniques de seguretat de l'esquí de muntanya als i a les esportistes o al grup, tenint en compte les característiques de l'itinerari.

Seqüenciar les actuacions per augmentar la seguretat d'una sortida.

Conèixer els trets generals dels reglaments de les competicions d'esquí de muntanya autonòmics, estatals i internacionals.

c) *Continguts de fets, conceptes i sistemes conceptuals:*

1. Equip i material per a l'esquí de muntanya: Equip general de la persona esquiadora de muntanya.

Material específic de l'esquí de muntanya: esquís, fixacions, botes, bastons, pells i altres. Preparació i manteniment del material específic.

2. Tècniques de progressió amb esquís per alta muntanya:

Concepte de gest tècnic model i adaptat. Lliscament, conducció, viratges, passos i voltes.

Tipus de locomoció i canvis.

Canvis i transport d'esquís.

Progressió en terrenys ascendent: passos bàsics i voltes.

Progressió en terrenys plans: progressió amb pells i sense pells.

Progressió en terreny descendent: biomecànica i cinesiologia del descens, trajectòries de descens i tipus de viratge.

3. Metodologia de l'ensenyament de l'esquí de muntanya:

Planificació de la intervenció didàctica en l'esquí de muntanya: situació inicial, fins i objectius, programació de sessions, disseny d'exercicis i fitxes d'activitats.

Espais i condicions adequats per a l'ensenyament.

Explicació i demostració d'un gest tècnic.

Execució per l'alumnat d'un gest tècnic.

Avaluació, correcció i exercicis d'assimilació i millora tècnica.

Factors que afecten el procés d'aprenentatge.

4. Sistemàtica de la programació i organització d'activitats d'esquí de muntanya:

Establiment d'objectius.

Elecció de l'itinerari d'acord amb els objectius que es proposen.

Avaluació i prevenció de riscos.

Estratègia, aspectes tàctics i logística de la sortida.

Seqüenciació d'actuacions per augmentar la seguretat d'una sortida.

5. Itineraris d'esquí de muntanya:

Fonts d'informació amb significació per al disseny d'itineraris: mapes, guies, predicció meteorològica, dades nivals, etc.

Grau de nivell físic, dificultat i exposició de l'itinerari.

Ressenyes i escales de dificultat.

Simbologia i interpretació de ressenyes: dificultat, morfologia geològica, longitud dels trams, desnivells, altres.

Orientació en terrenys nevats.

6. Competicions d'esquí de muntanya:

Principals tipus de competicions.

Organigrama dels organismes responsables de l'esport.

Competicions d'esquí de muntanya autonòmiques, estatals i internacionals.

d) *Continguts de procediments:*

1. Preparació i manteniment de l'equip i material específic:

Identificació de l'equip i material necessari.

Preparació de l'equip i el material per a l'activitat.

Aplicació de les mesures per al manteniment i conservació de l'equip personal i de protecció de la persona esquiadora de muntanya.

2. Progressió amb esquís:

Identificació de les característiques del terreny.

Realització dels gestos tècnics més adients segons el tipus de terreny.

Valoració del moment i la necessitat d'un canvi de moviment gestual de l'esquí de muntanya.

Realització dels canvis gestuals de moviments, en cas necessari.

3. Metodologia de l'ensenyament:

Planificació de la intervenció didàctica en esquí de muntanya: programació general, programació de sessions, disseny d'exercicis, producció de fitxes d'activitats.

Elecció de l'espai adequat per a l'ensenyament.

Elecció de la metodologia a utilitzar per a l'ensenyament.

Aplicació dels principis metodològics en l'ensenyament de l'esquí de muntanya.

4. Sistemàtica en la realització d'activitats d'esquí de muntanya:

Determinació d'objectius principals i secundaris de l'activitat.

Seqüenciació de la programació de l'activitat.

Identificació dels principals aspectes a tenir en compte dins de la programació.

Utilització de les fonts d'informació i eines de valoració.

5. Realització d'itineraris d'esquí de muntanya:

Preparació de la sortida.

Orientació i fixació de punts.

Aplicació dels gestos tècnics més adients se-

gons les característiques del medi i de les persones participants.

Valoració de l'esforç físic i del nivell tècnic necessaris i de l'exposició de l'itinerari.

Modificació de l'itinerari, en cas necessari.

e) *Continguts d'actituds:*

1. Presa de decisions en la selecció d'exercicis i progressions d'aprenentatge adequats a les característiques de les persones participants i als objectius del programa.

2. Presa de decisions davant de les incidències que es puguin produir relacionades amb el medi, el material o les persones durant el desenvolupament de l'activitat.

3. Justificació de les decisions preses en les instruccions que es donen als/les esportistes.

4. Comprovació sistemàtica del material i l'equip necessari per a l'activitat.

5. Autocorrecció en la realització dels gestos tècnics.

6. Constància en la detecció i correcció dels errors en les actuacions de les persones participants.

7. Eficàcia a l'hora d'obtenir la satisfacció de les persones participants quant als aprenentatges adquirits i al foment de les relacions interpersonals en el grup.

8. Distribució correcta del temps i els recursos o materials disponibles a l'hora de desenvolupar les activitats programades.

9. Seqüència i ordenació de les accions en el desenvolupament de les activitats

d'ensenyament i en el manteniment del material.

10. Coordinació de les persones que participen en la realització de les tasques comunitàries que comporti l'activitat.

11. Coordinació de l'equip humà sota la seva responsabilitat.

12. Puntualitat en l'inici i la finalització de l'itinerari o l'activitat programada.

13. Compliment de les normes higienicosanitàries, mediambientals i d'ús i conservació de les instal·lacions, del medi i dels itineraris.

14. Disposició d'aprendre de les altres persones en aspectes nous o que no es dominin prou.

15. Col·laboració amb altres professionals de l'equip de treball.

16. Seguretat en la pràctica de l'esquí de muntanya i en la direcció del grup de persones participants.

17. Autoavaluació de les activitats realitzades.

18. Cordialitat, respecte, tolerància, esperit obert i amabilitat en el tracte amb els/les esportistes implicats/ades i amb els/les altres professionals que participen en la realització de l'activitat.

19. Motivació dels/les esportistes cap a les conductes de protecció del medi.

20. Interès per les innovacions de material i l'assimilació de millores tècniques a l'esquí de muntanya, i per a millorar el resultat, la presentació i el procés de les activitats.

21. Aparença personal de calma i seguretat en situacions adverses o tràgiques.

22. Disposició de treball personal adequada a la situació.

23. Recerca de noves actuacions que siguin atractives i que motivin.

24. Respecte als diversos nivells d'execució

tècnica o de la condició física dels/les esportistes.

25. Constància i esforç per millorar la tècnica i/o durant l'aprenentatge d'altres tècniques noves.

26. Netedat en el vestuari i en el manteniment de l'equip específic d'esquí de muntanya.

CRÈDIT 6

Formació tècnica i metodològica de l'ensenyament de l'escalada

a) *Durada*: 65 hores (25 de teòriques+40 de pràctiques).

b) *Objectius terminals*:

Identificar les característiques de l'equip bàsic i el material de l'escalador o l'escaladora.

Identificar els diferents elements gestuals de la tècnica de progressió en escalada.

Identificar els principis físics i mecànics de l'escalada.

Escalar amb eficàcia en tècnica lliure i en tècnica artificial.

Identificar els diferents elements de la tècnica de protecció en escalada.

Assegurar amb eficàcia a d'altres persones escaladores.

Aplicar correctament les tècniques de protecció per garantir la pròpia seguretat mentre s'escala. Interpretar i elaborar ressenyes d'escalada.

Aplicar la sistemàtica de la programació i organització d'activitats d'escalada.

Planificar les intervencions docents en escalada assegurant la realització de la programació general, les sessions, el disseny d'exercicis i la producció de fitxes d'activitats.

Preparar materials i instal·lacions per tal de poder impartir classes d'escalada segons la programació.

Aplicar convenientment la intervenció didàctica en escalada mitjançant la transmissió d'informació, les demostracions, la realització d'activitats i la correcció.

Obtenir dades i registres per tal de valorar el procés d'aprenentatge de l'alumnat.

Interpretar els reglaments de competicions d'escalada.

c) *Continguts de fets, conceptes i sistemes conceptuals*:

1. Equip i material d'escalada:

Equip personal bàsic: vestimenta, calçat.

Material bàsic: tipus, característiques, utilitats i manteniment.

Material per a escalada en grans parets: tipus, característiques, utilitats i manteniment.

2. Tècnica de progressió en escalada:

Biomecànica i física de l'escalada.

Tècnica lliure de progressió.

Tècnica artificial de progressió.

3. Tècnica de protecció en escalada:

Tècnica d'assegurament en l'escalada en bloc. Cadena de seguretat.

Tècnica d'assegurament al primer/a de cordada: des del terra, des de la reunió.

Tècnica d'assegurament al segon/a de cordada: des del terra, des de la reunió.

4. Ressenyes i escales de dificultat:

Tipus de ressenyes.

Escales de dificultat: en lliure, en artificial.

Simbologia i interpretació: dificultat, morfologia, metres, altres.

Confecció de ressenyes: informació necessària, tecnologia.

5. Sistemàtica de la programació i organització d'activitats d'escalada:

Establiment d'objectius.

Elecció de l'itinerari d'acord amb els objectius.

Avaluació i prevenció de riscos.

Estratègia, aspectes tàctics i logística de la sortida.

Seqüenciació d'actuacions per augmentar la seguretat d'una sortida.

6. Didàctica de l'escalada:

Planificació de la intervenció didàctica en l'escalada: situació inicial, fins i objectius, programació de sessions, activitats i exercicis.

Recursos metodològics de la didàctica de l'escalada.

Avaluació: objecte a avaluar, tipus, mètodes.

7. Reglaments de competició:

Reglament de la Federació Espanyola d'Esports de Muntanya i Escalada (FEDME) de competicions d'escalada.

Reglament Federació d'Entitats Excursionistes de Catalunya (FEEC) de competicions d'escalada.

Altres reglaments de competicions d'escalada.

d) *Continguts de procediments*:

1. Preparació de l'equip i material d'escalada:

Identificació de l'equip personal i del material bàsic de l'escalador i l'escaladora.

Anàlisi de les característiques de l'equip personal i del material bàsic de l'escalador i l'escaladora.

Utilització correcta de l'equip i el material bàsic.

Aplicació del correcte manteniment de l'equip personal i del material bàsic de l'escalador i l'escaladora.

2. Progressió en l'escalada:

Identificació dels elements tècnics gestuals de la progressió en escalada lliure o en escalada artificial, segons el cas.

Execució dels elements tècnics gestuals de la progressió en escalada lliure o en escalada artificial, segons el cas.

3. Protecció en escalada:

Identificació dels elements tècnics de l'assegurament en escalada en bloc.

Execució dels elements tècnics de l'assegurament en escalada en bloc.

Identificació dels elements de la cadena de seguretat i el seu comportament físic.

Identificació dels elements tècnics de l'assegurament al primer/a o al segon/a de cordada des del terra i des de la reunió.

Aplicació dels elements tècnics de l'assegurament al primer/a o al segon/a de cordada des del terra i des de la reunió.

4. Interpretació i elaboració de ressenyes:

Identificació dels diferents tipus de ressenyes.

Identificació de les diferents escales de dificultat en lliure i en artificial.

Interpretació de la simbologia de la dificultat, la morfologia, els metres, etc.

Elaboració de ressenyes d'escalada

5. Realització d'activitats d'escalada:

Determinació dels objectius principals i secundaris de l'activitat.

Elecció de l'itinerari en funció dels objectius.

Avaluació i prevenció de riscos.

Selecció de l'estratègia, els aspectes tàctics i la logística de la sortida.

Seqüenciació d'actuacions per augmentar la seguretat de la sortida.

6. Aplicació de la metodologia de l'ensenyament de l'escalada:

Planificació de la intervenció didàctica en escalada: programació general, programació de sessions, disseny d'exercicis, producció de fitxes d'activitats.

Aplicació de la intervenció didàctica en l'escalada: preparació de les instal·lacions, comunicació, demostració i realització de les activitats, correcció dels exercicis.

Avaluació del procés d'aprenentatge.

7. Aplicació dels reglaments de competició:

Interpretació del reglament FEDME de competicions d'escalada.

Interpretació del reglament FEEC de competicions d'escalada.

Familiarització amb d'altres reglaments de competicions d'escalada.

e) *Continguts d'actituds*:

1. Detecció de situacions que s'allunyin de la planificació.

2. Presa de decisions davant de les incidències aparegudes durant l'escalada.

3. Rigor en la selecció, preparació, revisió i conservació de l'equip i material necessaris.

4. Acompliment de la programació.

5. Respecte de les normes i els reglaments.

6. Acceptació de les responsabilitats assignades com a tècnic/a d'escalada.

7. Aplicació de les mesures de seguretat en l'escalada.

8. Col·laboració amb altres tècnics o tècniques.

9. Confiança amb l'alumnat, altres persones col·laboradores, i amb el company o companya de cordada.

10. Autoconfiança amb les pròpies capacitats tècniques i les decisions preses durant les activitats d'escalada.

11. Esperit de superació.

12. Valoració de les pròpies capacitats tècniques.

13. Respecte per les decisions preses per d'altres tècnics o tècniques.

14. Amabilitat amb l'alumnat i la clientela.

15. Recerca de nous coneixements respecte de materials i tècniques d'escalada.

16. Creativitat en el disseny d'activitats i itineraris.

17. Actitud positiva davant de les dificultats derivades de l'escalada.

18. Respecte pel medi ambient.

19. Valoració de les condicions ambientals de l'escalada.

CRÈDIT 7

Entrenament de l'excursionisme

a) *Durada*: 20 hores (10 de teòriques+10 de pràctiques).

b) *Objectius terminals*:

Identificar els requeriments físics i psíquics per a la pràctica de l'excursionisme.

Identificar les principals estructures anatòmiques implicades en l'excursionisme.

Seleccionar i aplicar els mètodes adients per

a l'escalfament previ i per a la recuperació posterior a l'activitat excursionista.

Identificar i aplicar els mètodes, sistemes i exercicis per al desenvolupament de les capacitats motrius i per a la millora de la tècnica i l'estratègia en excursionisme.

Planificar l'entrenament, establint els objectius i la periodització, a partir de les possibilitats i les necessitats de la persona esportista.

Avaluar l'entrenament i la millora de les capacitats motrius, tècniques i estratègiques.

Seleccionar i aplicar les proves per a la valoració de les capacitats motrius, tècniques i estratègiques.

c) *Continguts de fets, conceptes i sistemes conceptuals:*

1. L'excursionisme com a activitat física:
Requeriments físics i psíquics.
Estructures anatòmiques implicades.
Mètodes per a l'escalfament i la recuperació de l'activitat excursionista.

2. Planificació de l'entrenament:
Situació inicial: capacitats físiques i recursos disponibles.

Objectius de l'entrenament.
Criteris de planificació.

Distribució temporal del treball: cicles plurianuals, anuals, macrocicle, mesocicle, microcicle i sessions.

3. Entrenament:
Entrenament de les capacitats motrius: mètodes, sistemes i exercicis.
Entrenament de la tècnica i estratègia: mètodes, sistemes i exercicis.

4. Avaluació de l'entrenament:
Elements de control de l'entrenament.
Proves per a la valoració de les capacitats motrius, la tècnica i l'estratègia.

d) *Continguts de procediments:*

1. Anàlisi de l'excursionisme com a activitat física:
Identificació dels requeriments físics per a la pràctica de l'excursionisme.

Identificació dels requeriments psíquics per a la pràctica de l'excursionisme.

Identificació de les parts anatòmiques implicades en l'excursionisme.

2. Planificació de l'entrenament:
Anàlisi de les capacitats físiques inicials de la persona esportista.

Identificació de les possibilitats i les necessitats de la persona esportista.

Determinació dels objectius de l'entrenament.

Anàlisi dels recursos disponibles.
Distribució temporal del treball: cicles plurianuals, anuals, macrocicle, mesocicle, microcicle i sessions.

3. Entrenament de la persona esportista:
Selecció i aplicació dels mètodes per a l'escalfament i la recuperació de l'activitat excursionista.

Selecció i aplicació dels mètodes, sistemes i exercicis aplicats per al desenvolupament de les capacitats motrius en l'excursionisme.

Selecció i aplicació dels mètodes, sistemes i exercicis aplicats a la millora de la tècnica i estratègia de l'excursionisme.

4. Avaluació de l'entrenament:
Identificació del nivell inicial dels/les esportistes.

Determinació dels moments més adients per a realitzar l'avaluació.

Selecció de les proves a aplicar.

Aplicació de les proves.

Valoració de la millora del rendiment en base al resultat de les proves.

e) *Continguts d'actituds:*

1. Determinació en la presa de decisions en la selecció o adaptació de mètodes, sistemes i exercicis d'entrenament.

2. Constància en detectar, corregir i revisar el treball efectuat, així com els possibles errors en la planificació i el desenvolupament de l'entrenament.

3. Aprofitament del temps i dels recursos disponibles en la planificació i periodització de l'entrenament.

4. Acceptació de l'altra persona i de les opinions i els judicis aliens en la determinació dels objectius de l'entrenament.

5. Autoavaluació del treball realitzat en la planificació de l'entrenament i en la selecció o adaptació dels mètodes, sistemes i exercicis d'entrenament.

6. Cordialitat i respecte envers les altres persones en la comunicació i transmissió de missatges.

7. Recerca de noves actuacions en l'entrenament per a l'excursionisme.

CRÈDIT 8

Entrenament de l'alpinisme i l'esquí de muntanya

a) *Durada:* 20 hores (10 de teòriques+10 de pràctiques).

b) *Objectius finals:*

Identificar els requeriments físics i psíquics per a la pràctica de l'alpinisme i l'esquí de muntanya.

Identificar les exigències motrius i energètiques de l'alpinisme i l'esquí de muntanya.

Identificar les principals estructures anatòmiques implicades en l'alpinisme i l'esquí de muntanya.

Planificar l'entrenament, establint els objectius i la periodització, a partir de les possibilitats i les necessitats de l'esportista.

Seleccionar i aplicar els mètodes adients per a l'escalfament previ i per a la recuperació posterior a l'activitat d'alpinisme i d'esquí de muntanya.

Identificar i aplicar els mètodes, sistemes i exercicis aplicats per al desenvolupament de les capacitats motrius i per a la millora de la tècnica i l'estratègia en l'alpinisme i l'esquí de muntanya.

Avaluar l'entrenament i la millora de les capacitats motrius, tècniques i estratègiques.

Seleccionar i aplicar les proves per a la valoració de les capacitats motrius, tècniques i estratègiques.

Identificar les característiques individuals de cada esportista per a contribuir al procés de detecció de talents esportius per a l'alpinisme i l'esquí de muntanya.

c) *Continguts de fets, conceptes i sistemes conceptuals:*

1. Alpinisme i esquí de muntanya com a activitats físiques:

Requeriments físics i psíquics.

Estructures anatòmiques implicades. Músculs i contraccions.

Processos energètics i capacitats condicionals.
Escalfament. Fases: activació, mobilització, estiraments, increment de la càrrega i descans. Situacions d'escalfament: competició, escalada en paret, ascensió, ruta, entrenament, etc.

2. Planificació de l'entrenament específic:
Situació inicial: capacitats físiques de l'alpinista o esquiador/a de muntanya i recursos disponibles.

Objectius de l'entrenament.

Criteris de planificació.

Distribució temporal del treball: cicles plurianuals, anuals, macrocicle, mesocicle, microcicle i sessions.

Tecnologia de la planificació: procés i registre.

3. Entrenament:

Entrenament de les capacitats motrius, condicionals i coordinatives: mètodes, sistemes i exercicis.

Entrenament de la tècnica i estratègia: mètodes, sistemes i exercicis.

4. Avaluació de l'entrenament:

Objectius de l'avaluació de l'entrenament.
Elements de control de l'entrenament.

Proves per a la valoració de les capacitats motrius, la tècnica i l'estratègia.

5. Detecció de talents esportius:

Característiques del talent esportiu per a l'alpinisme o l'esquí de muntanya: morfològiques, fisiològiques i psicològiques.

Procés de detecció de talents.

d) *Continguts de procediments:*

1. Anàlisi de l'alpinisme i l'esquí de muntanya com a activitat física:

Identificació dels requeriments físics per a la pràctica de l'alpinisme i l'esquí de muntanya.

Identificació dels requeriments psíquics per a la pràctica de l'alpinisme i l'esquí de muntanya.

Identificació de les parts anatòmiques implicades en l'alpinisme i l'esquí de muntanya.

Relació de les diferents accions amb el tipus de contracció muscular.

Relació dels processos energètics amb les capacitats condicionals en diferents situacions d'alpinisme i d'esquí de muntanya.

2. Planificació de l'entrenament:

Anàlisi de les capacitats físiques inicials de l'esportista.

Identificació de les possibilitats i les necessitats de l'esportista.

Determinació dels objectius de l'entrenament.

Anàlisi dels recursos disponibles.

Distribució temporal del treball: cicles plurianuals, anuals, macrocicle, mesocicle, microcicle i sessions.

Utilització de la tecnologia de la planificació.

3. Entrenament de l'esportista:

Selecció i aplicació dels mètodes per a l'escalfament i la recuperació de l'activitat excursionista.

Selecció i aplicació dels mètodes, sistemes i exercicis aplicats per al desenvolupament de les capacitats motrius en l'excursionisme.

Selecció i aplicació dels mètodes, sistemes i exercicis aplicats a la millora de la tècnica i estratègia de l'excursionisme.

4. Avaluació de l'entrenament:

Identificació dels objectius de l'avaluació de l'entrenament.

Identificació del nivell inicial dels/les esportistes.

Determinació del moments més adients per a realitzar l'avaluació.

Selecció de les proves a aplicar.

Aplicació de les proves.

Valoració de la millora del rendiment sobre la base del resultat de les proves.

5. Detecció de talents esportius en l'alpinisme i l'esquí de muntanya:

Identificació de les característiques morfològiques, fisiològiques i psicològiques dels/les esportistes.

Comparació amb els paràmetres establerts en els protocols de detecció de talents.

Selecció dels/les esportistes susceptibles d'introduir-se en processos de formació de talents en l'alpinisme i l'esquí de muntanya.

e) *Continguts d'actituds:*

1. Determinació en la presa de decisions en la selecció o adaptació de mètodes, sistemes i exercicis d'entrenament.

2. Constància en detectar, corregir i revisar el treball efectuat, així com els possibles errors en la planificació i el desenvolupament de l'entrenament.

3. Aprofitament del temps i dels recursos disponibles en la planificació i periodització de l'entrenament.

4. Acceptació de l'altra persona i les opinions i judicis aliens en la determinació dels objectius de l'entrenament.

5. Autoavaluació del treball realitzat en la planificació de l'entrenament i en la selecció o adaptació dels mètodes, sistemes i exercicis d'entrenament.

6. Cordialitat i respecte envers les altres persones en la comunicació i transmissió de missatges.

7. Recerca de noves actuacions en l'entrenament per a l'alpinisme i l'esquí de muntanya.

8. Exigència cap a si mateix/a i als/les esportistes en els resultats de l'entrenament.

CRÈDIT 9

Seguretat en l'alta muntanya

a) *Durada:* 35 hores (10 de teòriques+25 de pràctiques)

b) *Objectius terminals:*

Identificar els perills naturals i els perills subjectius en l'alpinisme i l'esquí de muntanya.

Relacionar les situacions de perill a la muntanya amb les normes de comportament que cal adoptar, les accions que cal emprendre i les necessitats d'utilització del material de seguretat.

Identificar les causes i els símptomes de les lesions i patologies més freqüents relacionades amb l'alpinisme i l'esquí de muntanya.

Aplicar els tractaments d'atenció sanitària immediata en cas de lesions o accidents en la pràctica de l'alpinisme i l'esquí de muntanya.

Identificar les situacions que requereixen autorescat.

Identificar les característiques del material d'autorescat.

Aplicar les pautes i maniobres d'autorescat. Reconèixer els diferents tipus de neu a partir de l'observació directa.

Interpretar un perfil estratigràfic del mantell nival.

Relacionar el tipus de neu, la climatologia i les característiques del terreny amb el risc d'allaus.

Valorar la situació en cas d'una allau.

Aplicar les pautes d'actuació més adients en cas d'una allau.

Aplicar les tècniques de localització i rescat en les allaus.

Determinar la necessitat d'actuació dels serveis de socors.

Identificar l'equip humà i tècnic necessari per al rescat en una allau.

Interpretar els senyals de socors.

Identificar el material i equip i els aspectes psicològics de la supervivència.

Aplicar les tècniques de construcció de bivacs improvisats.

Aplicar els procediments per a l'obtenció d'aigua i aliments.

Utilitzar amb eficàcia els aparells de radiocomunicació a alta muntanya.

Actuar amb eficàcia en un rescat.

c) *Continguts de fets, conceptes i sistemes conceptuals:*

1. Perills naturals a alta muntanya:

Identificació i descripció dels perills naturals: tempestes, boira, vent, fred, sol, llamps, desprendiments, allaus, geleres, altura i nit.

Prevenició i actuació davant de cadascun dels perills.

2. Perills subjectius en l'alpinisme i l'esquí de muntanya:

Identificació i descripció dels perills subjectius: manca de coneixements tècnics, de qualitats físiques, de coneixement del medi, de preparació física, sobrevaloració d'un/a mateix/a, infravaloració d'un itinerari i errors de logística.

Prevenició i actuació davant de cada un dels perills subjectius.

3. Autorescat en l'alpinisme i l'esquí de muntanya:

Valoració de la situació.

Identificació de les maniobres a realitzar.

Material d'autorescat específic i de fortuna.

Descens de persones ferides.

Ascens de persones ferides.

Desplaçament de persones ferides.

4. Rescat a alta muntanya:

Mitjans específics per a la localització de víctimes atrapades per una allau: pales de neu, sonda, ARVA.

Pautes d'actuació en la localització de víctimes atrapades per una allau.

Tècniques de localització de víctimes atrapades per una allau.

Aparells de radiocomunicació per a alta muntanya.

Senyals de socors.

Pautes d'actuació durant el rescat.

5. Lesions, traumatismes i patologies en l'alpinisme i l'esquí de muntanya:

Lesions agudes: símptomes, causes, prevenició i tractament inicial.

Lesions cròniques: símptomes, causes, prevenició i tractament inicial.

Traumatismes: causes, prevenició i tractament inicial.

Patologies a alta muntanya: símptomes, causes, prevenició i tractament inicial.

6. Neu i allaus:

Característiques i transformacions de la neu.

Tipus d'allaus.

Factors de risc d'allaus.

Pautes d'actuació en cas de senyals de possibilitat d'allau.

7. Salvament en cas d'allau:

Valoració de la situació.

Pautes d'actuació.

Tècniques de localització i rescat.

Equip humà i material dels serveis de socors.

Senyals de socors.

8. Supervivència:

Psicologia de la supervivència.

Material i equip de supervivència.

Tècniques de construcció de bivacs improvisats.

Procediments per a l'obtenció d'aigua i aliments.

d) *Continguts de procediments:*

1. Identificació i reconeixement dels perills naturals d'alta muntanya:

Anàlisi de la informació de l'estat del medi natural abans de l'activitat.

Observació del medi natural i de l'entorn abans de l'activitat.

Observació constant de l'entorn durant l'activitat.

Identificació dels senyals que indiquen els perills naturals potencials.

Reconeixement dels diferents tipus de neu a partir de l'observació directa.

Anàlisi d'un perfil estratigràfic del mantell nival.

Aplicació de les proves més adients per quantificar la possibilitat d'una allau.

2. Identificació i reconeixement dels perills subjectius en l'alpinisme i l'esquí de muntanya:

Autovaloració del propi estat físic i psicològic, tenint en compte els defectes i mancances.

Reconeixement de les pròpies limitacions per manca de: coneixements tècnics, qualitats físiques, coneixement del medi i preparació física davant d'una activitat concreta.

Valoració dels itineraris acuradament de forma realista i amb la màxima informació possible.

3. Aplicació de l'autorescat en l'alpinisme i l'esquí de muntanya:

Valoració de la situació.

Identificació del material de rescat específic i de fortuna.

Aplicació de les tècniques de descens i ascens de persones ferides en parets d'alta muntanya, esquerdes de geleres i en cascades de glaç.

Aplicació de les tècniques de desplaçament de persones ferides a alta muntanya per terrenys rocosos o nevats.

4. Actuació en cas de rescat:

Valoració de la situació.

Identificació dels mitjans específics per a la localització de víctimes atrapades per una allau.

Protocol d'actuació en la localització de víctimes atrapades per una allau.

Aplicació de les tècniques de localització de víctimes atrapades per una allau.

Identificació i utilització eficient dels aparells de radiocomunicació per alta muntanya.

Aplicació dels senyals de socors als equips de rescat.

Aplicació de les maniobres més eficients durant el rescat.

5. Identificació, prevenició i tractament de les lesions, traumatismes i patologies en l'alpinisme i l'esquí de muntanya:

Anàlisi de les causes de lesions agudes, cròniques, traumatismes i patologies de l'alta muntanya.

Identificació dels símptomes de lesions agudes, cròniques, traumatismes i patologies de l'alta muntanya.

Aplicació de la prevenció per tal d'evitar les lesions agudes, cròniques, traumatismes i patologies de l'alta muntanya.

Aplicació del tractament inicial de les lesions agudes, cròniques, traumatismes i patologies de l'alta muntanya.

6. Actuació en cas de perill:

Valoració de la situació.

Identificació de les normes generals d'actuació i rescat davant d'una allau o altres perills naturals.

7. Actuació en cas de rescat:

Determinació de les pautes d'actuació més adients en el rescat.

Aplicació de les tècniques de localització i rescat.

Utilització de material específic, en cas d'allau.

8. Aplicació dels elements de supervivència:

Identificació del material i equip de supervivència.

Utilització correcta del material i l'equip de supervivència.

Construcció de bivacs improvisats d'acord amb la situació.

Obtenció d'aigua i aliments, en cas necessari.

e) *Continguts d'actituds:*

1. Presa de decisions en la valoració de les dades del mantell nival.

2. Argumentació de les prediccions realitzades sobre la possibilitat del risc d'allaus.

3. Presa de decisions davant de situacions que puguin comportar perill i en la modificació de les activitats previstes si s'han produït variacions que puguin afectar la seguretat de les persones participants.

4. Presa de decisions en la determinació de la necessitat de trasllat o evacuació de persones malaltes, lesionades o accidentades.

5. Seqüència i ordenació de l'actuació davant d'un accident o d'un rescat o autorescat a muntanya.

6. Acceptació i compliment de les normes i les responsabilitats assignades en els rescats a alta muntanya.

7. Cura de la higiene general i dels materials implicats en l'atenció a la persona accidentada i al rescat.

8. Compliment dels protocols de seguretat en la utilització del material, especialment en situacions de risc.

9. Aprofitament dels recursos disponibles en situacions d'emergència.

10. Consciència del propi deure i de les repercussions que es poden derivar de l'incompliment.

11. Interès per l'actualització de la informació sobre aspectes de seguretat, rescats i supervivència a alta muntanya.

12. Participació en programes de formació relacionats amb les mesures de seguretat i rescat.

13. Col·laboració amb els serveis de rescat i amb d'altres professionals en l'obtenció de dades sobre les característiques del mantell nival.

14. Determinació en les solucions aplicades a situacions d'emergència.

15. Cordialitat i amabilitat en el tracte amb la persona accidentada.

16. Motivació de les persones participants en el coneixement de les característiques del terreny nevad.

17. Aparença personal de calma i seguretat en situacions adverses o tràgiques.

18. Consideració per la salut pròpia i la de les altres persones.

CRÈDIT 10

Conducció en l'alpinisme i l'esquí de muntanya

a) *Durada:* 30 hores (10 de teòriques+20 de pràctiques).

b) *Objectius terminals:*

Seleccionar o dissenyar itineraris que s'adaptin als objectius i les característiques de les persones usuàries i a la durada prevista de l'activitat.

Identificar aspectes de les persones clientes/ usuàries que poden condicionar la selecció o el disseny de l'itinerari.

Modificar la planificació de l'itinerari d'acord amb les condicions del medi i meteorològiques i de les característiques del grup.

Determinar els aspectes que cal tenir en compte en l'organització i el control de persones o de grups en l'alpinisme o l'esquí de muntanya, segons les normes de conducció de grups.

Aplicar les normes de prevenció i seguretat durant l'activitat, en passos difícils i davant de possibles contingències del medi, meteorològiques o de les persones.

Establir un codi de comunicació gestual i verbal amb el grup, tot i mantenint un control visual.

Determinar el ritme de l'activitat i els punts d'aturada i descans, en funció de les condicions del medi, meteorològiques i de les característiques del grup.

c) *Continguts de fets, conceptes i sistemes conceptuals:*

1. Organització i planificació d'itineraris d'alpinisme o d'esquí de muntanya:

Característiques dels itineraris: dificultat, durada, aproximació, etc.

Aspectes del medi o meteorològics que condicionen el disseny o la selecció d'itineraris.

Aspectes de les persones clientes/usuàries que condicionen el disseny o la selecció d'itineraris: edat, sexe, forma física, etc.

Aspectes que cal tenir en compte en l'organització i el control de persones i grups en l'alpinisme o l'esquí de muntanya.

Normes de prevenció i seguretat durant l'activitat d'alta muntanya.

2. Conducció de grups:

Seguretat.

Normes i protocols d'actuació.

Punts d'aturada.

Comunicació gestual i verbal: informació inicial, codis de comunicació.

d) *Continguts de procediments:*

1. Organització i planificació d'itineraris:

Identificació dels objectius de l'activitat i de les característiques i motivacions de les persones participants.

Selecció i interpretació de les fonts d'informació: mapes, ressenyes, guies, etc.

Selecció de l'itinerari.

Reconeixement directe del terreny, si escau.

Determinació del ritme de l'activitat, el temps previst i els llocs de descans, àpats, pernctacions, etc.

Determinació del material i equip necessaris, individual i col·lectiu.

Determinació de les solucions que cal adoptar en cas de possibles incidències.

2. Comunicació amb el grup:

Determinació de les instruccions i la informació que han de rebre les persones participants.

Ordenació de la informació.

Establiment dels codis de comunicació gestual i verbal.

Emissió de la informació.

Verificació de la interpretació correcta de la informació.

3. Conducció de grups:

Verificació de l'equip i material col·lectiu i personal de les persones participants.

Verificació de l'ajustament de les característiques del medi, les condicions meteorològiques i les característiques de les persones que participen en les previsions.

Distribució del grup.

Adaptació als horaris i durades previstes.

Conducció amb seguretat.

Verificació de les maniobres que executen les persones participants i correcció, si escau.

Modificació de la planificació de l'activitat, en funció del seu desenvolupament i dels possibles incidents.

e) *Continguts d'actituds:*

1. Presa de decisions davant de situacions que puguin afectar el desenvolupament de l'activitat plantejada, i en la modificació de l'itinerari si es detecta una diferència significativa en el nivell de les persones participants, en les condicions del medi o meteorològiques, respecte a les previsions.

2. Constància en detectar, corregir i revisar la planificació de l'activitat i el disseny o selecció de l'itinerari.

3. Aprofitament dels recursos disponibles en situacions no previstes.

4. Consciència del propi deure com a conductor/a d'un grup i de les repercussions que es poden derivar de l'incompliment.

5. Coordinació amb els companys i companyes en les tasques de control i supervisió del grup.

6. Respecte i acceptació de les opinions i judicis aliens en les possibles modificacions de l'itinerari previst.

7. Determinació en l'execució de les tècniques pròpies de l'activitat i en les solucions aplicades en situacions d'emergència.

8. Rigor en l'execució del treball.

9. Cordialitat i amabilitat en el tracte amb els components del grup i amb els companys i companyes.

10. Interès pels nous coneixements que es produeixen en relació amb la conducció de grups en activitats d'alta muntanya.

11. Aparença personal de calma i seguretat en situacions adverses o tràgiques.

12. Observació de les normes higienicosanitàries, de protecció de la natura, d'utilització dels refugis de muntanya i d'ús i conservació de les instal·lacions de les ascensions i dels itineraris.

13. Consideració per la salut i la seguretat pròpies i les de les altres persones.

C) *Bloc complementari*

CRÈDIT 1

Terminologia específica estrangera

a) *Durada*: 10 hores.

b) *Objectius terminals*:

Relacionar els termes més emprats de la terminologia específica en català amb la corresponent versió o traducció almenys en un idioma estranger.

Interpretar instruccions, explicacions i informacions globals i específiques relacionades amb el sector esportiu en almenys un idioma estranger.

Traduir a grans trets al català textos específics senzills en un idioma estranger, com ara reglaments, normatives i articles tècnics, entre d'altres.

c) *Continguts de fets, conceptes i sistemes conceptuals*:

1. Lèxic i terminologia específica de l'esport almenys en un idioma estranger:

Lèxic propi del sector esportiu i de la modalitat esportiva: instal·lacions i equipament, personal, tècnica i tàctica, organització i desenvolupament.

Abreviacions pròpies del sector esportiu i de la modalitat esportiva.

Expressions idiomàtiques pròpies del sector esportiu i de la modalitat esportiva.

Diferents registres: formal i informal.

2. Llengua oral:

Expressions orals pròpies de l'àmbit professional i d'ús més freqüent.

Interpretació de comunicacions orals específiques del sector: conferències, retransmissions, etc.

3. Llengua escrita:

Estructures formals més emprades en textos escrits: reglaments, normatives, articles tècnics, etc.

Traducció de textos específics del sector: procés, estructura i coherència.

d) *Continguts de procediments*:

1. Traducció de textos específics de l'àmbit professional:

Exploració del text.

Identificació dels elements i de les relacions del text.

Significació dels mots i de les expressions.

Selecció en el diccionari de l'accepció correcta de la terminologia específica, segons el context.

Transcripció a un altre codi.

Revisió de la coherència de l'estructura.

2. Interpretació de comunicacions presencials i no presencials:

Percepció auditiva de la persona interlocutora.

Identificació dels elements i de les relacions de la comunicació.

Significació dels mots i les expressions.

Interpretació de la intenció i el contingut de la comunicació.

e) *Continguts d'actituds*:

1. Constància en buscar la significació dels mots, expressions i formulismes que s'usen en el context professional.

2. Rigor i exigència en la terminologia emprada i en la interpretació de textos.

3. Interès per l'actualització en qüestions terminològiques.

4. Voluntat d'aprendre els termes específics de l'esport.

5. Esforç a l'hora de buscar o completar la informació, malgrat les dificultats de comprensió dels textos específics escrits en llengua estrangera.

CRÈDIT 2

Equipaments esportius

a) *Durada*: 10 hores.

b) *Objectius terminals*:

Col·laborar en la concepció d'un equipament i assessorar les persones promotores respecte als mecanismes oficials que poden contribuir al finançament de les obres.

Identificar les característiques bàsiques dels diferents tipus d'equipaments esportius.

Conèixer els requisits que ha de complir un equipament esportiu per oferir unes òptimes condicions de pràctica.

Conèixer els diferents models de gestió per tal de millorar la rendibilitat dels equipaments esportius.

c) *Continguts de fets, conceptes i sistemes conceptuals*:

1. Planificació dels equipaments esportius:

Concepte de planificació: marc legal, justificació i objectius.

Mètodes de planificació: mètode urbanístic, mètode oferta/demanda.

Planificació dels equipaments esportius a Catalunya: antecedents, disposicions de caràcter general, classificació dels equipaments esportius.

2. Programació dels equipaments esportius:

Definició del programa: tipus d'equipaments esportius, consideracions prèvies a l'elecció del programa.

Situació i emplaçament dels equipaments esportius.

Projecte de gestió: organització funcional, programació d'activitats, programació del manteniment, estudi econòmic i financer.

Projecte d'obres: documentació necessària, normativa a considerar en la redacció del projecte, criteris projectuals.

3. Construcció dels equipaments esportius:

Adjudicació: formes d'adjudicació, tramitació de l'expedient.

Execució: inici, moviment de terres, fonaments, estructures, tancaments, acabats, instal·lacions, mobiliari.

Control de qualitat: laboratoris, garanties específiques, segells de qualitat.

Recepció de les obres: provisional, definitiva, responsabilitat desenyal, amortització.

4. Gestió dels equipaments esportius:

Situació actual: formes de gestió, models de gestió, organigrama de funcionament.

Proposta de gestió: objectius, elecció del model, organització de l'agent gestor, control i avaluació de la gestió.

d) *Continguts de procediments*:

1. Valoració de la idoneïtat d'un equipament esportiu:

Identificació dels usos de l'equipament i de la seva possible evolució.

Comparació de les característiques bàsiques de l'equipament esportiu amb els principals requeriments tècnics segons els usos.

Anàlisi del model de gestió de l'equipament esportiu.

e) *Continguts d'actituds*:

1. Responsabilitat en l'assessorament per a la definició del programa, la situació i l'emplaçament, el projecte de gestió i el projecte d'obres d'un equipament esportiu.

2. Interès per l'actualització en qüestions arquitectòniques i de disseny funcional d'instal·lacions esportives.

CRÈDIT 3

Informàtica bàsica aplicada

a) *Durada*: 10 hores.

b) *Objectius terminals*:

Identificar les parts físiques d'un ordinador, els seus perifèrics i els suports físics d'emmagatzematge, i també les funcions assignades a cada un d'ells.

Descriure el procés d'instal·lació i de realització de còpies de seguretat de les aplicacions estàndard de tractament de textos, fulls de càlcul i gestors de bases de dades, segons les instruccions fixades en els manuals.

Crear documents amb textos i dades numèriques amb un processador de textos, observant els aspectes de disseny i d'estil.

Desenvolupar les accions de disseny, creació i manteniment d'una base de dades aplicada a situacions relacionades amb els/esportistes, els resultats i altres informacions esportives.

Confeccionar fulls de càlcul senzills aplicables al càlcul i al control de paràmetres de l'entrenament i la competició.

c) *Continguts de fets, conceptes i sistemes conceptuals*:

1. Informàtica bàsica:

Concepte de tractament automàtic de la informació.

Maquinari i programari.

Sistemes operatius: concepte, tipus i funcions.

2. Tractament de textos:

Concepte de tractament de text i aplicacions pràctiques.

Programari electrònic de tractament de text.

Arxius: gestió i protecció.

Disseny de documents: formats, taules i gràfics.

Edició i impressió de textos.

Manuais: ús i maneig.

3. Tractament de dades:

Concepte de tractament de dades i aplicacions pràctiques.

Tipus de gestors electrònics de bases de dades.

Disseny de bases de dades.

Procediment de consulta: impressió i protecció de les dades.

Manuais: ús i maneig.

4. Tractament de nombres:

Concepte de tractament de nombres i aplicacions pràctiques.

Programari de tractament de nombres: full de càlcul electrònic.

Funcions: construcció de fórmules, format i edició del full de càlcul.

Manuais: ús i maneig.

5. Tractament del gràfic i de la imatge:

Concepte del tractament del gràfic i de la imatge.

Programari del tractament del gràfic i de la imatge: l'autoeditor.

Funcions: disseny i presentació de gràfics.

d) *Continguts de procediments:*

1. Instal·lació de programes informàtics:

Identificació de les característiques del maquinari i programari.

Consulta als manuals de procediments.

Instal·lació física del programari en el maquinari.

Identificació de les condicions d'instal·lació.

Configuració i adaptació del programari als procediments de treball establerts.

Comprovació del funcionament dels elements d'acord amb la configuració.

2. Creació de textos:

Identificació de la finalitat del text.

Definició del format de pàgina, línia, paràgraf i estil.

Espectura del text.

Determinació del format de les taules i/o gràfics.

Inserció i/o escriptura.

Verificació de l'ortografia i la presentació.

Verificació de la configuració de la impressora.

Impressió del document.

3. Disseny d'una base de dades:

Identificació del tipus de dades que cal tractar.

Definició del camp i dels atributs.

Definició del format i del formulari d'accés.

Introducció i emmagatzematge de la informació.

Recuperació, consulta i actualització d'arxius.

Elaboració d'un informe i/o llista.

e) *Continguts d'actituds:*

1. Constància en corregir els errors detectats en els processos de tractament de la informació.

2. Eficàcia en la realització dels processos rutinaris d'accions sobre els fitxers.

3. Ordenació de la seqüència d'accions que intervenen en els processos de treball de les diferents aplicacions.

4. Conservació del material informàtic.

5. Autosuficiència per consultar els manuals i buscar ajuda en les pròpies aplicacions.

6. Interès pels avenços tecnològics en el camp de la informàtica.

7. Interès per millorar el resultat i per buscar una bona presentació de la informació tractada en les diferents aplicacions.

8. Voluntat d'aprendre en el mitjà informàtic.

9. Observació de les normes de seguretat en la manipulació del material informàtic.

D) Bloc de pràctiques

a) *Durada:* 200 hores, de les quals:

Un mínim de 20 hores correspondran a activitats de conducció de persones i grups per terrenys d'alta muntanya.

Un mínim de 35 hores correspondran a activitats d'ensenyament de l'alpinisme i l'esquí de muntanya.

Un mínim de 25 hores correspondran a activitats d'entrenament d'alpinistes i esquiadors i esquiadores de muntanya.

Un mínim de 20 hores correspondran a activitats de programació de les activitats realitzades.

b) *Objectius terminals:*

Adaptar-se, d'una manera responsable i participativa, a les funcions pròpies de les entitats/empreses que ofereixen activitats de muntanya.

Afrontar, amb progressiva autonomia, organització i iniciativa de treball, les tasques relacionades amb la conducció de persones i grups per terrenys d'alta muntanya, amb l'ensenyament i l'organització d'activitats d'alpinisme i d'esquí de muntanya, i amb l'entrenament i la direcció d'esportistes i equips per la seva participació en activitats d'alpinisme o en competicions d'esquí de muntanya de nivell bàsic i mitjà.

Valorar el conjunt d'accions realitzades en les entitats/empreses que ofereixen activitats de muntanya, a partir dels interessos i les aptituds personals, i de l'experiència acumulada en el centre de treball.

c) *Tipus d'activitats formatives de referència proposades (possibles tasques que es poden fer al centre de treball):*

1. Activitats formatives de referència relacionades amb la conducció de persones i grups per terrenys d'alta muntanya:

1.1 Programació i organització d'activitats d'alpinisme amb la clientela.

1.2 Conducció de persones o grups en ascensions bàsicament de neu.

1.3 Conducció de persones o grups en geres.

1.4 Conducció de persones o grups en escalades alpines i amb bivac.

1.5 Conducció de persones o grups en glaç (cascades de glaç).

1.6 Conducció de persones o grups en terreny mixt.

2. Activitats formatives de referència relacionades amb la programació i organització d'activitats d'alpinisme i d'esquí de muntanya:

2.1 Programació i organització d'ascensions alpines.

2.2 Logística i desenvolupament d'ascensions alpines.

2.3 Programació i organització d'activitats d'esquí de muntanya.

2.4 Logística i desenvolupament d'activitats d'esquí de muntanya.

3. Activitats formatives de referència relacionades amb la programació i realització de l'ensenyament de l'alpinisme i l'esquí de muntanya:

3.1 Programació i organització de cursos d'alpinisme de diferents nivells.

3.2 Programació i preparació de xerrades i conferències sobre diferents aspectes de l'alpinisme.

3.3 Programació i organització de cursos de cascades de glaç de diferents nivells.

3.4 Programació i preparació de xerrades i conferències sobre aspectes d'aquest tipus d'escalada.

3.5 Programació i organització de cursos d'esquí de muntanya de diferents nivells.

3.6 Programació i preparació de xerrades i conferències sobre aspectes de l'esquí de muntanya.

4. Activitats formatives de referència relacionades amb programació i direcció de l'entrenament d'alpinistes i esquiadors i esquiadores de muntanya:

4.1 Preparació d'un pla d'entrenament per l'alpinisme de nivell mitjà.

4.2 Preparació d'un pla d'entrenament per l'alpinisme de nivell alt.

4.3 Preparació d'un pla d'entrenament psicològic per a l'alpinisme.

4.4 Preparació d'un pla d'entrenament d'esquiadors i esquiadores de muntanya de nivell mitjà.

4.5 Preparació d'un pla d'entrenament d'esquiadors i esquiadores de muntanya de nivell alt.

4.6 Preparació de sistemes d'avaluació i seguiment per a alpinistes.

4.7 Preparació de sistemes d'avaluació i seguiment per a esquiadors i esquiadores.

5. Activitats formatives de referència relacionades amb la direcció d'esportistes i equips durant la seva participació en competicions d'esquí de muntanya de nivell bàsic i mitjà:

5.1 Gestió de la logística que permeti la participació en competicions.

5.2 Plantejament de la tàctica a aplicar.

5.3 Direcció dels/les esportistes i equips durant la competició esportiva.

5.4 Avaluació de l'actuació dels/les esportistes en la competició.

5.5 Col·laboració en la detecció de talents.

d) *Cada centre docent en determina els continguts i s'hi apliquen els criteris generals d'avaluació següents:*

Analitza l'àmbit de treball i identifica les relacions laborals amb el marc organitzatiu i de funcionament de l'entitat/empresa.

S'adapta a les característiques organitzatives i a les situacions pròpies del centre de treball.

Actua amb responsabilitat en l'àmbit productiu del centre de treball, tenint en compte la normativa legal i les condicions de seguretat.

Treballa en equip quan cal, i es coresponsabilitza, coopera, respecta i valora el treball de les altres persones, i hi coopera.

Adopta una actitud participativa, s'interessa per aprendre i té iniciativa amb relació a les tasques encomanades.

Té una visió de conjunt i coordinada de les funcions, fases, processos o productes de l'entitat/empresa.

Obté la informació i els mitjans necessaris per realitzar l'activitat assignada, utilitzant els canals existents.

Executa les tasques i s'ajusta progressivament als nivells particulars de l'entitat/empresa.

Detecta anomalies o desviacions en l'àmbit de l'activitat assignada, n'identifica les causes i hi proposa possibles solucions.

Interpreta i expressa la informació amb la terminologia o simbologia i els mitjans propis de treball.

Identifica les característiques particulars dels mitjans de producció, l'utilitatge, els equips i les eines, i hi aplica els procediments tècnics adequats.

Identifica les condicions de l'entitat/empresa més relacionades amb la seva professió perquè puguin ésser millorades.

Identifica les activitats, tasques i àmbits d'actuació que s'adeqüen millor a les seves aptituds i als interessos professionals.

Identifica els aspectes positius i negatius de l'àmbit de treball: condicions de seguretat personal i mediambiental, riscos, relacions personals, etc.

ANNEX 4

Perfil professional i currículum dels ensenyaments de segon nivell que condueixen a l'obtenció del títol de tècnic/tècnica d'esport en descens de barrancs.

1. *Denominació:* tècnic o tècnica d'esport en descens de barrancs.

2. *Durada i distribució horària dels ensenyaments*

2.1 Durada: 555 hores.

2.2 Distribució horària dels ensenyaments:

Bloc comú

Bases anatòmiques i fisiològiques de l'esport II: 40 h.t.

Bases psicopedagògiques de l'ensenyament i l'entrenament II: 45 h.t.

Entrenament esportiu II: 30 h.t.+10 h.p.

Organització i legislació de l'esport II: 5 h.t.

Teoria i sociologia de l'esport: 20h.t.

Càrrega horària del bloc: 140 h.t.+10 h.p.

Total hores: 150 h.

Bloc específic

Desenvolupament professional II: 10 h.t.

Coneixement del medi: 10 h.t.+10 h.p.

Psicologia dels esports de muntanya i escalada: 10 h.t.

Formació tècnica i metodològica del descens de barrancs: 20 h.t.+40 h.p.

Entrenament del descens de barrancs: 5 h.t.+5 h.p.

Seguretat en el descens de barrancs: 10 h.t.+25 h.p.

Conducció en barrancs: 10 h.t.+20 h.p.

Càrrega horària del bloc: 75 h.t.+100 h.p.

Total hores: 175 h.

Bloc complementari

Terminologia específica estrangera: 10 h.t.

Equipaments esportius: 10 h.t.

Informàtica bàsica aplicada: 10 h.t.

Càrrega horària del bloc: 30 h.t.

Bloc de formació pràctica: 200 h.t.

Durada total: 555 h.t.

3. *Perfil professional*

3.1 *Competència:*

El títol de tècnic o tècnica d'esport en descens de barrancs acredita que la persona titular té les competències necessàries per conduir persones o grups per barrancs, organitzar activitats de descens de barrancs i programar i realitzar l'ensenyament d'aquesta activitat.

3.2 *Competències professionals:*

a) Conduir persones o grups en activitats de descens de barrancs:

1. Progressar amb seguretat i eficàcia en terrenys de muntanya baixa i mitjana, en barrancs de característiques aquàtiques i verticals i altres terrenys que no requereixin tècniques d'alpinisme o escalada, en qualsevol estació climàtica, amb o sense condicions de visibilitat, i independentment de les condicions del terreny.

2. Seleccionar l'emplaçament del lloc de pernoctació segons els criteris de seguretat i en funció de la programació establerta.

3. Informar les persones participants sobre l'itinerari previst amb la utilització de mapes.

4. Informar les persones participants sobre les característiques culturals i naturals de l'itinerari.

5. Modificar l'itinerari en funció de les condicions de les persones participants i del medi.

6. Preveure els canvis de temps en una àrea per l'observació dels fenòmens atmosfèrics locals.

7. Identificar els fenòmens atmosfèrics indicatius d'un possible canvi de temps meteorològic.

8. Preveure els canvis en el terreny en funció de les condicions atmosfèriques.

b) Programar i organitzar activitats de descens de barrancs:

1. Establir el pla d'actuacions per al desenvolupament de les activitats de barrancs, amb la finalitat d'assolir els objectius previstos, tot garantint les condicions de seguretat i segons la condició física i els interessos de les persones practicants.

2. Preveure les mesures de seguretat necessàries per a la realització de l'activitat.

3. Controlar la logística de l'activitat i assegurar la disponibilitat de la prestació de tots els serveis necessaris.

4. Avaluar les possibilitats de realització de l'activitat a l'indret escollit.

5. Traçar els itineraris sobre els mapes i recórrer el mateix itinerari sobre el terreny.

6. Accedir a les fonts d'informació meteorològica, interpretar la informació i predir l'evolució del temps.

7. Col·laborar en la promoció del patrimoni cultural de les zones de muntanya i en la conservació de la natura.

8. Detectar informació tècnica relacionada amb la seva feina, amb la finalitat d'incorporar tècniques i tendències i utilitzar els nous equips i materials del sector.

9. Detectar i interpretar els canvis tecnològics, organitzatius, econòmics i socials que incideixen en l'activitat professional.

10. Posseir una visió global i integradora del procés, comprendre la funció de les instal·lacions i equips, i les dimensions tècniques, pedagògiques, organitzatives, econòmiques i humanes de la seva feina.

c) Programar i realitzar l'ensenyament del descens de barrancs:

1. Programar les sessions d'ensenyament, determinant els objectius, continguts, recursos i mètodes, i l'avaluació i temporització de les activitats de barranquisme.

2. Explicar i demostrar les tècniques, tàctiques i habilitats bàsiques específiques del descens de barrancs.

3. Informar sobre les característiques de l'equip i el material adequats per a la pràctica del barranquisme, així com el seu manteniment preventiu i la seva conservació.

4. Demostrar la utilització de l'equip i material específics del descens de barrancs.

5. Corregir el plantejament tàctic, l'execució tècnica i la utilització del material.

6. Avaluar la progressió de l'aprenentatge, identificant els errors de tècnica i tàctica dels/es esportistes, les seves causes, i aplicar els mètodes i mitjans necessaris per a la seva correcció.

7. Transmetre les normes, valors i continguts ètics de la pràctica esportiva.

8. Fomentar la pràctica esportiva saludable.

3.3 *Camp professional:*

3.3.1 *Àmbit professional*

Aquest/a tècnic/a exercirà la seva activitat en el sector esportiu i del lleure, en l'àmbit de la conducció i l'ensenyament d'activitats de descens de barrancs.

S'exclou expressament del seu àmbit d'actuació la conducció en alta muntanya, glaceres, i terrenys que per a la progressió requereixin l'ús de tècniques o materials d'alpinisme, escalada o esquí de muntanya.

Aquest/a tècnic/a podrà actuar de forma autònoma o en el si d'organismes públics o entitats privades. Els diversos tipus d'empreses on pot desenvolupar les seves funcions són:

Escoles i centres d'iniciació esportiva,

Clubs i associacions esportives o de lleure,

Federacions esportives,

Patronats esportius,

Empreses de serveis esportius o de lleure,

Centres escolars (activitats extraescolars).

Activitats principals que es poden desenvolupar quan s'hagi adquirit la competència professional definida en el perfil:

Guia de barrancs.

Instructor o instructora de barranquisme.

Director o directora d'activitats de barranquisme.

3.3.2 *Àmbit funcional:*

Les responsabilitats que seran requerides a aquest/a tècnic/a són les següents: Conducció de persones o grups per muntanya fins el barranc on es realitzi l'activitat.

Conducció de persones o grups durant el descens de barrancs.

Programació i organització d'activitats de descens de barrancs.

Ensenyament de les tècniques del descens de barrancs.

Control i avaluació del procés d'instrucció esportiva.

Seguretat de les persones o grups durant el desenvolupament d'activitats de descens de barrancs.

Compliment de les instruccions generals de la persona responsable de l'entitat.

4. *Currículum*

A) *Bloc comú*

El bloc comú dels ensenyaments de segon nivell del títol de tècnic o tècnica d'esport en descens de barrancs és igual al del de segon nivell del tècnic o tècnica d'esport en alta muntanya.

B) *Bloc específic*

CRÈDIT 1

Desenvolupament professional II

a) *Durada:* 10 hores (teòriques).

b) *Objectius terminals:*

Identificar el perfil, marc legal, competències i àmbit professional i funcional del tècnic o tècnica d'esport.

Definir les responsabilitats civils i penals derivades de l'exercici professional del tècnic o tècnica d'esport.

Identificar les diferents opcions d'associaci-

onisme professional existents a nivell internacional, estatal i autonòmic.

Sintetitzar els condicionants existents en un codi deontològic professional.

c) *Continguts de fets, conceptes i sistemes conceptuals:*

1. Tècnic o tècnica d'esport:
Marc legal.
Competència professional.
Àmbit professional i funcional.
2. Associacionisme professional:
Origen de la professió.
Organitzacions professionals internacionals, estatals i autonòmiques.
Deontologia professional.
3. Sector dels esports de muntanya i escalada a l'estranger:
Condicions laborals.
Experiències professionals.

d) *Continguts de procediments:*

1. Identificació del perfil professional del tècnic o tècnica d'esport en descens de barrancs:
Identificació del currículum formatiu.
Identificació del marc legal.
Identificació de les competències professionals.
Delimitació de l'àmbit professional.
Identificació de les responsabilitats civils i penals en l'exercici professional.
2. Caracterització del sector dels esports de muntanya a l'estranger:
Identificació de les similituds i diferències en la pràctica professional.
Identificació de l'equivalència de les titulacions.
Comparació dels currículums formatius.
Comparació de les competències professionals.
Comparació de les responsabilitats civils i penals en l'exercici professional.

e) *Continguts d'actituds:*

1. Constància en detectar, corregir i revisar el treball efectuat, així com els possibles errors.
2. Coneixement de l'estructuració legal i federativa dels esports de muntanya.
3. Coneixement de les causes jurídiques, les conseqüències i les cobertures de la responsabilitat civil.
4. Acceptació de les normes i de les responsabilitats assignades.
5. Consciència del deure o de la tasca assignada.
6. Comunicació amb els superiors per valorar el treball i reconduir-lo, si escau.
7. Interès per l'actualització de la informació.
8. Acceptació de l'altra persona i de les opinions i judicis aliens.
9. Cordialitat i respecte envers les/els altres professionals amb les/els quals es relaciona.
10. Creativitat en la recerca de les formes d'actuació i d'organització de les tasques i les accions relacionades amb la professió.
11. Interès pels nous coneixements i modificacions que es produeixin en relació amb l'estructuració i normativa de la professió.

b) *Objectius terminals:*

Identificar els principals tipus de roques a partir de l'observació directa i la utilització de diferents proves.

Relacionar els tipus de roques amb les característiques del paisatge, tenint en compte els agents erosius i la tectònica de la zona.

Identificar els elements geològics relacionats amb els agents erosius.

Situar les principals serralades i els principals accidents geogràfics de la Terra i, en especial, de Catalunya.

Localitzar les principals zones de pràctica esportiva de muntanya de la Península Ibèrica i, en especial, de Catalunya.

Reconèixer les principals espècies vegetals de muntanya de Catalunya, a partir de la visualització directa.

Situar les espècies vegetals de muntanya en les diferents serralades de Catalunya.

Reconèixer les principals espècies animals de muntanya de Catalunya, a partir de la seva visualització directa o dels seus rastres.

Situar les espècies animals de muntanya en les diferents serralades de Catalunya.

Identificar els efectes de l'actuació dels/les esportistes sobre el medi, en els diferents ambients de muntanya.

Determinar el contingut, la metodologia i els recursos necessaris per a la realització d'activitats envers la protecció del medi ambient, tenint en compte les característiques de les diferents modalitats esportives de muntanya.

c) *Continguts de fets, conceptes i sistemes conceptuals:*

1. Geologia:
Roques.
Eres geològiques.
Paisatge i agents erosius. Rius i glaceres.
Paisatge i tectònica.
2. Geografia de les muntanyes de la terra:
Serralades de l'àrea europea/mediterrània.
Accidents geogràfics de les serralades de l'àrea europea/mediterrània.
Serralades de la resta del món.
Accidents geogràfics de les diferents serralades del món.
Geografia de les zones d'escalada, engorjats i alta muntanya de la Península Ibèrica.
3. Geografia i geologia de Catalunya:
Geografia i geologia de les unitats de relleu de Catalunya: Pirineus i Prepirineus, Depressió Central i Serralades Costaneres.
Geografia de les zones d'escalada, engorjats i alta muntanya de Catalunya.
Geologia de les zones d'escalada, engorjats i alta muntanya de Catalunya.
4. Vegetació de muntanya:
Generalitats: factors climàtics, altura, orientació i materials en relació amb la vegetació.
Vegetació de muntanya de Catalunya: boscos, prats, tarteres i codines, penya-segats, engorjats, vegetació de ribera i mulladius i vegetació ruderal i nitròfila.
Vegetació de muntanya de la Península Ibèrica.
5. Fauna de muntanya
Generalitats: el factors climàtics, l'altura i la vegetació en relació amb la fauna.
Fauna de muntanya de Catalunya.
Fauna de muntanya de la Península Ibèrica.

6. Riscos i impacte dels esports de muntanya en el medi ambient:

- Excursionisme.
- Escalada.
- Descens d'engorjats.
- Alpinisme.
- Esquí.

d) *Continguts de procediments:*

1. Interpretació de les característiques del paisatge en relació amb l'activitat esportiva:

Identificació dels principals tipus de roques a partir de l'observació directa i la utilització de diferents proves.

Determinació de les relacions entre els agents erosius, la tectònica i les roques amb el paisatge.

Identificació dels elements geològics relacionats amb els agents erosius.

Relació entre el paisatge i l'activitat de descens de barrancs.

2. Localització dels elements geogràfics:

Identificació de les principals serralades i els principals accidents geogràfics de la terra, de la Península Ibèrica i de Catalunya.

Situació en els mapes de les principals serralades i els principals accidents geogràfics de la Terra, de la Península Ibèrica i de Catalunya.

Identificació de les principals zones de pràctica del descens de barrancs de la Península Ibèrica i de Catalunya.

Situació en els mapes de les principals zones de descens de barrancs de la Península Ibèrica i de Catalunya.

3. Reconeixement de les principals espècies vegetals de muntanya de Catalunya:

Identificació de les diferents espècies vegetals de muntanya i dels barrancs per observació directa.

Situació de les diferents espècies vegetals en els diferents ambients de muntanya.

Situació de les diferents espècies vegetals dels barrancs amb relació al tipus de roques, l'orientació i altres característiques ambientals.

4. Reconeixement de les principals espècies animals de Catalunya:

Relació de les diferents espècies animals de muntanya i dels barrancs amb les seves característiques.

Identificació de les diferents espècies animals per observació directa o dels seus rastres.

Situació de les principals espècies animals en els diferents ambients de muntanya.

Situació de les espècies animals dels barrancs amb relació a les característiques de la zona.

5. Determinació de les activitats a realitzar amb relació a la protecció del medi de muntanya:

Identificació de l'actuació dels/les esportistes sobre el medi, en els diferents ambients de muntanya, i en especial, en el descens de barrancs.

Determinació del contingut, la metodologia i els recursos necessaris per a la realització d'activitats envers la protecció del medi ambient, tenint en compte les característiques de les diferents modalitats esportives de muntanya, i en especial del descens de barrancs.

e) *Continguts d'actituds:*

1. Presa de decisions en la selecció de les fonts d'informació sobre les característiques geogràfiques, geològiques, botàniques i faunístiques de la zona.

2. Determinació en la metodologia utilitzada per a la realització d'activitats esportives tenint en compte la protecció del medi ambient.

CRÈDIT 2

Coneixement del medi

a) *Durada:* 20 hores (10 de teòriques+10 de pràctiques)

3. Acceptació de les normes i de les responsabilitats assignades.

4. Col·laboració en la protecció del medi natural.

5. Interès per l'actualització de la informació mediambiental i sobre aspectes de la zona que puguin ser significatius per a l'activitat.

6. Col·laboració amb altres professionals en l'obtenció de dades sobre la meteorologia i les característiques geològiques, geogràfiques, botàniques i faunístiques de la zona.

7. Acceptació de l'altra persona i de les opinions i judicis aliens.

8. Rígor en l'obtenció i anàlisi de les dades i en l'execució del treball.

9. Autosuficiència en la recerca i tractament de la informació.

10. Interès pel missatge i per la persona interlocutora.

11. Motivació de les persones participants cap a les conductes de respecte al medi.

12. Interès per donar la informació sobre les característiques de la zona a les persones participants.

13. Interès pels nous coneixements i els avenços científics que es produeixen amb relació al medi.

14. Observació de les normes de conducta i seguretat en el medi natural.

15. Consideració per la salut pròpia i la de les altres persones.

16. Ús d'elements que no perjudiquin el medi ambient.

CRÈDIT 3

Psicologia dels esports de muntanya i escalada

a) *Durada*: 10 hores (teòriques).

b) *Objectius terminals*:

Identificar i aplicar els recursos psicològics per millorar el treball com a tècnic o tècnica i el rendiment dels/es esportistes.

Identificar les característiques i el perfil psicològic dels/es esportistes que practiquen les activitats de muntanya.

Conèixer les característiques intrínseques dels esports de muntanya.

Identificar els trets diferencials entre els/les esportistes de les diverses modalitats d'esports de muntanya.

Diferenciar les característiques i el perfil psicològic del tècnic/la tècnica d'esports de muntanya, d'acord amb les diferents modalitats d'actuació: guia, entrenador o entrenadora i monitor/professor o monitora/professora.

Valorar la importància de l'estatus i l'estil personal del tècnic/la tècnica.

Aplicar recursos per a la pròpia motivació com a tècnic/tècnica.

Adequar la funció del tècnic/la tècnica, mitjançant eines psicològiques, a la diversitat del grup o dels seus membres, i a les característiques de les tasques a desenvolupar.

Saber actuar amb persones o grups tipificats com a difícils, o en situacions límit.

Identificar i aplicar les tècniques d'activació, relaxació, concentració, visualització, construcció de la confiança i cohesió de grup per a la millora del rendiment esportiu.

Elaborar i aplicar un pla d'actuació per a la millora dels aspectes psicològics.

c) *Continguts de fets, conceptes i sistemes conceptuals*:

1. *Triada por/risc/perill*:

Identificació de la triada com a elements psicològics genuïns en la pràctica dels esports de muntanya.

Conceptualització de la triada.

2. *Binomi actuació/reflexió*:

Identificació del binomi fonamental actuació/reflexió com a element intrínsec de la psicologia de les persones practicants d'esports de muntanya.

Conceptualització del binomi.

3. *Mestratge*:

Conceptualització del mestratge com element volitiu i central en la psicologia del tècnic/la tècnica dels esports de muntanya.

Transmissió de coneixements i experiència. Autolimitació.

Voluntat de transmissió i elements didàctics.

4. *Estatus i estil personal del tècnic/la tècnica dels esports de muntanya*:

Elements vocacionals.

Sosteniment de l'estatus del tècnic/la tècnica d'esports de muntanya.

5. *Grup*:

Característiques dels trets comuns de les persones membres del grup.

Característiques de la diversitat de les persones membres del grup.

6. *Situacions límit*:

Definicions dels casos i situacions límit.

Tipificacions dels casos i situacions límit segons les característiques de la situació i les característiques personals individuals o de grup.

7. *Tècniques per a la millora del rendiment esportiu*:

Activació.

Relaxació.

Concentració.

Visualització.

Construcció de confiança.

Cohesió del grup.

8. *Pla d'actuació*:

Elaboració.

Jerarquització dels elements.

d) *Continguts de procediments*:

1. Anàlisi i identificació dels diversos elements objectius i subjectius que intervenen en la triada por/risc/perill:

Identificació dels coneixements previs i l'experiència.

Valoració de la nova situació.

Identificació dels requeriments tècnics, instrumentals, físics i psíquics.

2. Anàlisi de procés de les seqüències reflexió/actuació/reflexió/actuació:

Aplicació dels criteris d'establiment de les jerarquitzacions pertinents en els binomis R-A. Valoració de la dimensió temporal.

Anàlisi dels elements de la lògica subjectiva: instant de veure, temps per comprendre, moment de concloure.

3. Anàlisi dels elements clau del mestratge:

Anàlisi de la transmissió de coneixements.

Valoració de l'experiència.

Determinació de l'autolimitació.

Anàlisi de la voluntat de transmissió.

Identificació dels elements didàctics.

4. Anàlisi de l'estatus i l'estil personal del/la professional:

Anàlisi de la professionalitat, il·lusió i responsabilitat envers l'alumnat o clientela i sosteniment del rol i funcions de la persona professional.

5. Anàlisi de les diferents poblacions de treball:

Anàlisi del grup.

Caracterització del grup segons les persones que el componguin.

Determinació dels recursos.

6. Tipificació de les situacions definibles com a límit:

Identificació de les situacions límit segons les característiques de la situació.

Identificació de les situacions límit segons les característiques personals individuals o de grup.

Determinació dels recursos d'intervenció.

7. Aplicació de les tècniques d'activació, relaxació, concentració, visualització, construcció de l'autoconfiança i cohesió de grup:

Anàlisi de la situació inicial.

Explicació de les accions que es portaran a terme.

Comprovació del compliment de les necessitats i condicions de partida.

Execució de les accions segons els protocols establerts i la tècnica a aplicar.

Verificació del compliment de les indicacions per part de les persones participants.

8. Elaboració d'un pla d'actuació:

Identificació de les característiques de les persones destinatàries del pla.

Determinació dels objectius: selecció dels aspectes psicològics que cal millorar.

Modificació del pla d'actuació a partir de les experiències adquirides, tot aplicant les tècniques i habilitats necessàries per tal de millorar-lo.

e) *Continguts d'actituds*:

1. Presa de decisions davant de situacions que puguin afectar el desenvolupament de les activitats.

2. Introducció permanent dels elements racionals i racionalitzables que permeten la consecució dels objectius proposats amb el mínim de riscos i esforços a realitzar.

3. Responsabilitat i professionalitat en les tasques a desenvolupar.

4. Claredat i compromís personal en la transmissió dels estímuls.

5. Rígor i claredat en tots els elements didàctics que han de facilitar o possibilitar la realització del pla d'actuació.

6. Interès per motivar la clientela per comprendre el sentit i beneficis psicològics i personals que pot comportar la pràctica d'esports de muntanya, fins i tot en grups que requereixen especial atenció.

7. Respecte per les diferències d'altri i comprensió per les dificultats alienes, encara que sigui en detriment dels objectius proposats.

8. Il·lusió en la pràctica dels esports de muntanya, tot i tenint en compte els riscos que comporten.

9. Incorporació, a través de la pròpia experiència, de la distinció por/perill, de cara a la màxima eficàcia de l'empresa proposada.

10. Satisfacció, curiositat i interès per les relacions interpersonals.

11. Rígor en l'aprenentatge de les tècniques de millora del rendiment esportiu.

12. Consideració per la salut pròpia i la de les altres persones.

CRÈDIT 4

Formació tècnica i metodològica del descens de barrancs

a) *Durada*: 60 hores (20 de teòriques+40 de pràctiques).

b) *Objectius terminals*:

Identificar les característiques de l'equip i el material bàsic per al descens de barrancs.

Relacionar el material amb el nombre, les característiques de les persones participants i el tipus de barranc.

Utilitzar adequadament el material específic per al descens de barrancs.

Revisar l'estat del material i mantenir-lo en les condicions adients.

Relacionar les diferents tècniques de progressió amb les característiques del barranc.

Progressar per barrancs aplicant la tècnica més adient, en funció de cada tipus de barranc: terrestre, aquàtic, vertical o horitzontal.

Identificar les dificultats que poden crear les aigües vives.

Aplicar la tècnica més adient per superar les dificultats creades per les aigües vives.

Interpretar i elaborar ressenyes de descens de barrancs.

Planificar les intervencions docents en el descens de barrancs, assegurant la realització de la programació general, les sessions, el disseny d'exercicis i la producció de fitxes d'activitats.

Preparar materials i instal·lacions per tal de poder impartir classes de descens de barrancs d'acord amb la programació.

Aplicar convenientment la intervenció didàctica en el descens de barrancs mitjançant la transmissió d'informació, les demostracions, la realització d'activitats i la correcció.

Mostrar les tècniques de progressió en ascens i descens, i les maniobres per a la superació d'obstacles en les variables de terreny pròpies del descens de barrancs.

Obtenir dades i registres per tal de valorar el procés d'aprenentatge de l'alumnat.

c) *Continguts de fets, conceptes i sistemes conceptuals*:

1. Equip i material per al descens de barrancs: Equip i material personal i col·lectiu.

Criteris d'elecció del material.

Material per a grans descensos o per equipar.

2. Tècniques de progressió sense corda: Marxa a peu en el descens d'engorjats.

Tècniques de desplaçament en un mitjà aquàtic: natació, salt, tobogans, cabussament.

Tècniques d'escalada en roca aplicables a la progressió en descens d'engorjats.

3. Tècniques de progressió amb corda: Nusos.

Instal·lacions.

Tècniques de ràpel.

Pèndols, passamans, tirolines.

Tècniques de progressió amb corda aplicables al descens de barrancs.

4. Tècniques d'aigües vives: Elements particulars de les aigües vives: si-fons, rebufo, remolins, contracorrents.

Maniobres a aplicar segons el grau de dificultat.

5. Ressenyes en el descens de barrancs: Simbologia de les ressenyes.

Confecció de ressenyes: informació necessària, tecnologia.

6. Didàctica del descens de barrancs:

Planificació de la intervenció didàctica en el descens de barrancs: situació inicial, fins i objectius, programació de sessions, activitats i exercicis.

Recursos metodològics de la didàctica del descens de barrancs.

Avaluació: objecte a avaluar, tipus, mètodes.

d) *Continguts de procediments*:

1. Preparació del material i l'equip:

Identificació de la tipologia del material i l'equip personal bàsic per al descens de barrancs.

Anàlisi de les característiques del material i de l'equip personal bàsic per al descens de barrancs.

Utilització correcta del material i de l'equip bàsic.

Aplicació del correcte manteniment del material i de l'equip personal bàsic per al descens de barrancs.

Identificació del material per realitzar grans descensos.

2. Progressió en el descens de barrancs:

Interpretació i elaboració, en cas necessari, de les ressenyes en el descens de barrancs.

Identificació dels requeriments de la marxa a peu en la pràctica del descens de barrancs.

Identificació dels obstacles en el desplaçament per un medi aquàtic.

Identificació del comportament de les aigües vives.

Identificació dels diferents nusos i de les instal·lacions.

Valoració del tipus d'instal·lació a realitzar en cada situació.

Utilització del material necessari per equipar o reequipar un descens de barrancs.

Aplicació del tipus de nus més adequat a la situació.

Aplicació dels mètodes per a superar obstacles en un medi aquàtic.

Aplicació de les tècniques d'escalada necessàries en el descens de barrancs.

Aplicació de les diferents tècniques del ràpel en el descens de barrancs.

Aplicació de les tècniques de descens més idònies segons les característiques del barranc.

Aplicació de les maniobres necessàries per a superar les dificultats aquàtiques de les aigües vives.

3. Aplicació de la metodologia de l'ensenyament del descens de barrancs:

Planificació de la intervenció didàctica en el descens de barrancs: programació general, programació de sessions, disseny d'exercicis, producció de fitxes d'activitats.

Aplicació de la intervenció didàctica en el descens de barrancs: preparació de les instal·lacions, comunicació, demostració i realització de les activitats, correcció dels exercicis.

Avaluació del procés d'aprenentatge.

e) *Continguts d'actituds*:

1. Presa de decisions en les situacions que puguin afectar el desenvolupament de la sortida plantejada.

2. Presa de decisions en la modificació de les activitats previstes si es produeixen variacions que puguin afectar la seguretat de les persones participants, o bé si es detecta en el grup una diferència de nivell significativa, respecte al previst, o anomalies en el material o equip.

3. Detecció de situacions que s'allunyin de la planificació.

4. Presa de decisions davant les incidències aparegudes durant el descens de barrancs.

5. Rigor i cura en la selecció, verificació, utilització i manteniment del material i l'equip.

6. Ordenació en la planificació.

7. Consciència del deure o de la tasca assignada i de les repercussions que es poden derivar de l'incompliment.

8. Acceptació de les responsabilitats assignades com a tècnic o tècnica de descens de barrancs.

9. Aplicació de les mesures de seguretat en el descens de barrancs.

10. Col·laboració amb altres tècnics o tècniques.

11. Confiança en el company o companya de cordada, en l'alumnat i altres persones col·laboradores.

12. Autoconfiança en les pròpies capacitats tècniques i en les decisions preses durant les activitats de descens de barrancs.

13. Esperit de superació.

14. Valoració de les pròpies capacitats tècniques.

15. Respects per les decisions preses per altres tècnics o tècniques.

16. Amabilitat amb l'alumnat i la clientela.

17. Interès per l'actualització de la informació sobre aspectes de material, equip i tècniques del descens de barrancs.

18. Determinació en l'assessorament a persones i grups en la utilització de

l'equip i el material, i en l'execució de les tècniques pròpies de l'activitat.

19. Determinació en les solucions aplicades a situacions d'emergència.

20. Interès pels nous coneixements que es produeixen amb relació al material, l'equip, la didàctica i la progressió.

21. Claredat i seguretat en les demostracions del diferents tipus de progressió.

22. Aparença personal de calma i seguretat en situacions adverses o tràgiques.

23. Observació de les normes higienicosanitàries.

24. Actitud positiva davant les dificultats derivades del descens de barrancs.

25. Respects pel medi ambient i per les condicions ambientals dels barrancs.

CRÈDIT 5

Entrenament del descens de barrancs

a) *Durada*: 10 hores (5 de teòriques+5 de pràctiques).

b) *Objectius terminals*:

Identificar els requeriments físics i psíquics per a la pràctica del descens de barrancs.

Identificar les exigències motrius, energètiques, dietètiques i higièniques del descens de barrancs.

Identificar les principals estructures anatòmiques implicades en el descens de barrancs.

Planificar l'entrenament del descens de barrancs, establint els objectius i la periodització, a partir de les possibilitats i les necessitats de l'esportista.

Seleccionar i aplicar els mètodes adients per a l'escalfament previ i per a la recuperació posterior a l'activitat del descens de barrancs.

Identificar i aplicar els mètodes, sistemes i exercicis aplicats per al desenvolupament de les capacitats motrius i per a la millora de la tècnica i l'estratègia en el descens de barrancs.

Avaluar l'entrenament i la millora de les capacitats motrius, tècniques i estratègiques.

Seleccionar i aplicar les proves per a la valoració de les capacitats motrius, tècniques i estratègiques.

c) *Continguts de fets, conceptes i sistemes conceptuals:*

1. Descens de barrancs com a activitat física:

Requeriments físics i psíquics.

Estructures anatòmiques implicades. Músculs i contraccions.

Processos energètics i capacitats condicionals.

Dietes i higiene.

Escalfament. Fases: activació, mobilització, estiraments, increment de la càrrega i descans.

2. Planificació de l'entrenament específic:

Situació inicial: capacitats físiques de l'esportista i recursos disponibles.

Objectius de l'entrenament.

Criteris de planificació.

Distribució temporal del treball: cicles plurianuals, anuals, macrocicle, mesocicle, microcicle i sessions.

Tecnologia de la planificació: procés i registre.

3. Entrenament:

Entrenament de les capacitats motrius, condicionals i coordinatives: mètodes, sistemes i exercicis.

Entrenament de la tècnica i estratègia: mètodes, sistemes i exercicis.

4. Avaluació de l'entrenament:

Objectius de l'avaluació de l'entrenament.

Elements de control de l'entrenament.

Proves per a la valoració de les capacitats motrius, la tècnica i l'estratègia.

d) *Continguts de procediments:*

1. Anàlisi del descens de barrancs com a activitat física:

Identificació dels requeriments físics per al descens de barrancs.

Identificació dels requeriments psíquics per al descens de barrancs.

Identificació de les parts anatòmiques implicades en el descens de barrancs.

Relació de les diferents accions amb el tipus de contracció muscular.

Relació dels processos energètics amb les capacitats condicionals en el descens de barrancs.

2. Planificació de l'entrenament:

Anàlisi de les capacitats físiques inicials de l'esportista.

Identificació de les possibilitats i les necessitats de l'esportista.

Determinació dels objectius de l'entrenament.

Anàlisi dels recursos disponibles.

Distribució temporal del treball: cicles plurianuals, anuals, macrocicle, mesocicle, microcicle i sessions.

Utilització de la tecnologia de la planificació.

3. Entrenament de l'esportista:

Selecció i aplicació dels mètodes per a l'escalfament i la recuperació del descens de barrancs.

Selecció i aplicació dels mètodes, sistemes i

exercicis aplicats per al desenvolupament de les capacitats motrius en el descens de barrancs.

Selecció i aplicació dels mètodes, sistemes i exercicis aplicats a la millora de la tècnica i estratègia del descens de barrancs.

4. Avaluació de l'entrenament:

Identificació dels objectius de l'avaluació de l'entrenament.

Identificació del nivell inicial dels/les esportistes.

Determinació dels moments més adients per a realitzar l'avaluació.

Selecció de les proves a aplicar.

Aplicació de les proves.

Valoració de la millora del rendiment en base al resultat de les proves.

e) *Continguts d'actituds:*

1. Determinació en la presa de decisions en la selecció o adaptació de mètodes, sistemes i exercicis d'entrenament.

2. Constància en la detecció, correcció i revisió del treball efectuat, així com dels possibles errors en la planificació i el desenvolupament de l'entrenament.

3. Aprofitament del temps i dels recursos disponibles en la planificació i periodització de l'entrenament.

4. Acceptació de l'altra persona i de les opinions i judicis aliens en la determinació dels objectius de l'entrenament.

5. Autoavaluació del treball realitzat en la planificació de l'entrenament i en la selecció o adaptació dels mètodes, sistemes i exercicis.

6. Cordialitat i respecte envers les altres persones en la comunicació i transmissió de missatges.

7. Recerca de noves actuacions en l'entrenament per al descens de barrancs.

8. Exigència a si mateix/a i als i a les esportistes en els resultats de l'entrenament.

CRÈDIT 6

Seguretat en el descens de barrancs

a) *Durada:* 35 hores (10 de teòriques+25 de pràctiques).

b) *Objectius terminals:*

Identificar els perills naturals relacionats amb el descens de barrancs.

Relacionar les situacions de perill en el descens de barrancs amb les normes de comportament que cal adoptar, les accions que cal emprendre i les necessitats d'utilització del material de seguretat.

Identificar les causes d'accidents i lesions en el descens de barrancs.

Identificar els símptomes, valorar la gravetat i aplicar els protocols d'assistència sanitària immediata, en cas necessari, de les lesions i patologies més típiques relacionades amb l'escalada.

Aplicar les mesures preventives necessàries per evitar les causes de les lesions cròniques típiques de la pràctica de l'escalada.

Identificar les situacions que requereixen autorescat.

Identificar les característiques del material d'autorescat.

Aplicar les pautes i maniobres necessàries en l'autorescat, amb eficàcia i seguretat, utilitzant el material adequat.

Determinar la necessitat de la sol·licitud de rescat i actuar amb eficàcia, en cas necessari.

Organitzar el grup durant un accident o rescat.

Identificar les característiques tècniques dels mitjans de radiocomunicació que es poden utilitzar dins d'un barranc.

Identificar les zones de cobertura i mitjans adequats per a cada barranc per comunicar-se amb l'exterior.

Interpretar senyals de socors.

Determinar les limitacions per a persones amb malalties o discapacitats.

Planificar els accessos, sortides i llocs d'evacuació d'un barranc segons les dificultats i les capacitats de les persones d'un grup o de rescat.

Aplicar les tècniques de fortuna més adequades per a solucionar situacions imprevistes.

c) *Continguts de fets, conceptes i sistemes conceptuals:*

1. Perills naturals en el descens de barrancs:

Característiques dels principals perills naturals: pluja i avingudes, temperatura, incendis i despreniments.

Pautes d'actuació en cas de senyals evidents de perill natural.

Actuació enfront dels diferents perills naturals.

Planificació del descens de barrancs tenint en compte els perills associats, els accessos i els llocs d'evacuació, atenent als criteris de seguretat.

2. Autorescat:

Valoració de la situació.

Identificació de la maniobra a realitzar.

Material de fortuna i material mecanitzat.

Evacuació de la persona ferida.

3. Rescat:

Senyals de socors.

Mitjans de radiocomunicació per al descens de barrancs. Zones de cobertura. Actuació durant el rescat.

4. Lesions en el descens de barrancs:

Lesions cròniques: prevenció, causes, símptomes, tractament inicial.

Lesions agudes: prevenció, causes, símptomes, tractament inicial.

Malalties i limitacions físiques compatibles i incompatibles amb el descens de barrancs.

d) *Continguts de procediments:*

1. Reconeixement dels perills naturals:

Observació constant de l'entorn.

Identificació dels senyals que poden comportar perills naturals.

2. Aplicació de l'autorescat en el descens de barrancs:

Planificació del descens de barrancs tenint en compte els accessos i llocs d'evacuació.

Identificació del material de fortuna i del material mecanitzat en l'autorescat.

Aplicació de les tècniques d'evacuació de persones ferides.

3. Actuació en cas de perill o de rescat:

Anàlisi i valoració de la situació.

Determinació de la necessitat de trasllat o evacuació de persones accidentades.

Comunicació amb els serveis de socors o de rescat, en cas necessari.

Aplicació de les normes generals d'actuació i rescat davant de situacions de perill o d'accidents.

4. Prevenció i tractament de les lesions i accidents més freqüents en el descens de barrancs:

Identificació de les malalties i limitacions físiques compatibles i incompatibles amb el descens de barrancs.

Anàlisi de les causes de lesions cròniques, agudes i altres patologies.

Aplicació dels procediments per a la prevenció de lesions cròniques, agudes i altres patologies.

Identificació dels símptomes de les lesions cròniques, agudes i altres patologies.

Valoració de la gravetat de les lesions.

Determinació de la necessitat de trasllat o evacuació.

Aplicació dels protocols de l'assistència sanitària immediata de les lesions cròniques, agudes i altres patologies.

e) *Continguts d'actituds:*

1. Valoració dels factors de perill durant l'activitat.

2. Presa de decisions respecte a les actuacions davant d'incidents, de lesions o de situacions que puguin comportar perill.

3. Presa de decisions en la modificació de les activitats previstes si s'han produït variacions que puguin afectar la seguretat de les persones participants.

4. Presa de decisions en la determinació de la necessitat de trasllat o evacuació de persones malaltes, lesionades o accidentades i en l'aplicació dels protocols d'assistència sanitària immediata.

5. Presa de decisions en l'organització i control del grup en situacions de perill.

6. Ordenació de l'actuació davant d'un accident o d'un rescat a muntanya.

7. Acceptació de les normes i de les responsabilitats assignades.

8. Cura de la higiene general i dels materials implicats en l'atenció a la persona accidentada i en el rescat.

9. Compliment dels protocols de seguretat en la utilització del material, especialment en situacions de risc.

10. Confiança i col·laboració amb els equips de rescat i amb els companys i companyes en les accions d'autorescat.

11. Aprofitament dels recursos disponibles en situacions d'emergència.

12. Recerca del coneixement de noves tècniques d'autorescat.

13. Participació en programes de formació relacionats amb mesures de seguretat i rescat.

14. Cordialitat i amabilitat en el tracte amb la persona accidentada.

15. Aparença personal de calma i seguretat en situacions adverses o tràgiques.

16. Observació de les normes higienicosanitàries.

17. Consideració per la salut pròpia i la de les altres persones.

usuàries que poden condicionar la selecció o el disseny de l'itinerari.

Modificar la planificació de l'itinerari d'acord amb les condicions del medi, meteorològiques i de les característiques del grup.

Determinar els aspectes que cal tenir en compte en l'organització i el control de persones o de grups en el descens de barrancs, d'acord amb les normes de conducció de grups.

Aplicar les normes de prevenció i seguretat durant el descens de barrancs.

Establir un codi de comunicació gestual i verbal amb el grup, tot mantenint un control visual.

Determinar el ritme de l'activitat i els punts d'aturada, d'acord amb les condicions del medi i meteorològiques i de les característiques del grup.

c) *Continguts de fets, conceptes i sistemes conceptuals:*

1. Organització i planificació d'itineraris de descens de barrancs:

Característiques dels itineraris: dificultat, durada, aproximació, etc.

Aspectes del medi o meteorològics que condicionen el disseny o la selecció d'itineraris.

Aspectes de les persones clientes/usuàries que condicionen el disseny o la selecció d'itineraris: edat, sexe, forma física, etc.

Aspectes que cal tenir en compte en l'organització i el control de persones i grups en el descens de barrancs.

Normes de prevenció i seguretat durant l'activitat de descens de barrancs.

2. Conducció de grups.

Seguretat.

Normes i protocols d'actuació.

Punts d'aturada.

Comunicació gestual i verbal: informació inicial, codis de comunicació.

d) *Continguts de procediments:*

1. Organització i planificació d'itineraris:

Identificació dels objectius de l'activitat i de les característiques i motivacions de les persones participants.

Selecció i interpretació de les fonts d'informació: mapes, ressenyes, guies, etc.

Selecció de l'itinerari.

Reconeixement directe del terreny, si escau.

Determinació del ritme de l'activitat, el temps previst i els llocs de descans, àpats, pernoctacions, llocs d'evacuació, etc.

Determinació del material necessari.

Determinació de les solucions que cal adoptar en cas de possibles incidències: retirada, bivac de fortuna, etc.

2. Comunicació amb el grup:

Determinació de les instruccions i la informació que han de rebre les persones participants.

Ordenació de la informació.

Establiment dels codis de comunicació gestual i verbal.

Emissió de la informació.

Verificació de la interpretació correcta de la informació.

3. Conducció de grups:

Verificació de l'equip i material col·lectiu i personal de les persones participants.

Verificació de l'ajustament de les característiques del barranc, les condicions meteorològiques i les característiques de les persones participants amb les previsions.

Distribució del grup.

Adaptació als horaris i durades previstes.

Conducció amb seguretat.

Verificació de les maniobres que executen les persones participants i correcció en cas necessari.

Modificació de la planificació de l'activitat en funció del seu desenvolupament i dels possibles incidents.

e) *Continguts d'actituds:*

1. Presa de decisions davant de situacions que puguin afectar el desenvolupament de l'activitat plantejada, i en la modificació de l'itinerari si es detecta una diferència significativa en el nivell de les persones participants o en les condicions del medi o meteorològiques respecte a les previsions.

2. Constància en la detecció, correcció i revisió de la planificació de l'activitat i del disseny o selecció de l'itinerari.

3. Aprofitament dels recursos disponibles en situacions no previstes.

4. Consciència del propi deure com a conductor o conductora d'un grup i de les repercussions que es poden derivar de l'incompliment.

5. Coordinació amb els companys i companyes en les tasques de control i supervisió del grup.

6. Respecte i acceptació de les opinions i judicis aliens en les possibles modificacions de l'itinerari previst.

7. Determinació en l'execució de les tècniques pròpies de l'activitat i en les solucions aplicades a situacions d'emergència.

8. Rigor en l'execució del treball.

9. Cordialitat i amabilitat en el tracte amb les persones components del grup i amb els companys i companyes.

10. Interès pels nous coneixements que es produeixen en relació amb la conducció de grups en el descens de barrancs.

11. Aparença personal de calma i seguretat en situacions adverses o tràgiques. 12. Observació de les normes higienicosanitàries, de protecció de la natura, d'utilització dels refugis de muntanya, i d'ús i conservació de les instal·lacions de les ascensions i dels itineraris.

13. Consideració per la salut i la seguretat pròpies i les de les altres persones.

C) *Bloc complementari*

El bloc complementari dels ensenyaments de segon nivell del títol de tècnic o tècnica d'esport en descens de barrancs és igual al del segon nivell del tècnic o tècnica d'esport en alta muntanya.

D) *Bloc de pràctiques*

a) *Durada:* 200 hores, de les quals:

Un mínim de 70 hores correspondran a activitats de conducció de persones i grups en descens de barrancs.

Un mínim de 50 hores correspondran a activitats de programació de les activitats realitzades.

b) *Objectius terminals*

Adaptar-se, d'una manera responsable i participativa, a les funcions pròpies de les entitats/empreses que fan oferta d'activitats de barranquisme.

CRÈDIT 7

Conducció en barrancs

a) *Durada:* 30 hores (10 de teòriques+20 de pràctiques).

b) *Objectius terminals:*

Seleccionar o dissenyar itineraris que s'adaptin als objectius i les característiques de les persones usuàries i a la durada prevista de l'activitat.

Identificar aspectes de les persones clientes/

Afrontar les tasques relacionades amb la conducció de persones i grups en el descens de barrancs i engorjats, i amb l'ensenyament i l'organització d'activitats de barranquisme, amb progressiva autonomia, organització i iniciativa de treball.

Valorar el conjunt d'accions realitzades en les entitats/empreses que fan oferta d'activitats de barranquisme, a partir dels interessos, les aptituds personals i l'experiència acumulada en el centre de treball.

c) *Tipus d'activitats formatives de referència proposades (possibles tasques que es poden fer al centre de treball).*

1. Activitats formatives de referència relacionades amb la conducció de persones i grups en els descensos d'engorjats i de barrancs:

Realització de descensos de barrancs i engorjats.

Conducció de persones i grups en descensos de barrancs i engorjats.

2. Activitats formatives de referència relacionades amb la programació i organització d'activitats de barranquisme:

Programació i organització de descensos de barrancs i engorjats.

Logística i desenvolupament dels descensos.

3. Activitats formatives de referència relacionades amb programació i realització de l'ensenyament del barranquisme:

Programació de cursos, xerrades i conferències sobre diferents aspectes dels descensos de barrancs i engorjats.

Organització de cursos, xerrades i conferències sobre diferents aspectes dels descensos de barrancs i engorjats.

Realització de les exposicions teòriques dels cursos de barranquisme.

Realització de demostracions pràctiques de diferents aspectes de l'activitat del barranquisme.

d) *Cada centre docent en determina els continguts i s'hi apliquen els criteris generals d'avaluació següents:*

1. Analitza l'àmbit de treball i identifica les relacions laborals amb el marc organitzatiu i de funcionament de l'entitat/empresa.

2. S'adapta a les característiques organitzatives i a les situacions pròpies del centre de treball.

3. Actua amb responsabilitat en l'àmbit productiu del centre de treball, tenint en compte la normativa legal i les condicions de seguretat.

4. Treballa en equip quan cal, i es coresponsabilitza, coopera, respecta i valora el treball de les altres persones, i hi coopera.

5. Adopta una actitud participativa, s'interessa per aprendre i té iniciativa amb relació a les tasques encomanades.

6. Té una visió de conjunt i coordinada de les funcions, les fases, els processos o els productes de l'entitat/empresa.

7. Obté la informació i els mitjans necessaris per realitzar l'activitat assignada, utilitzant els canals existents.

8. Executa les tasques i s'ajusta progressivament als nivells particulars de l'entitat/empresa.

9. Detecta anomalies o desviacions en l'àmbit de l'activitat assignada, n'identifica les causes i hi proposa possibles solucions.

10. Interpreta i expressa la informació amb la terminologia o simbologia i els mitjans propis de treball.

11. Identifica les característiques particulars dels mitjans de producció, l'utilitatge, els equips i les eines, i hi aplica els procediments tècnics adequats.

12. Identifica les condicions de l'entitat/empresa més relacionades amb la seva professió perquè puguin ésser millorades.

13. Identifica les activitats, les tasques i els àmbits d'actuació que s'adeqüen millor a les seves aptituds i als interessos professionals.

14. Identifica els aspectes positius i negatius de l'àmbit de treball: condicions de seguretat personal i mediambiental, riscos, relacions personals, etc.

ANNEX 5

Perfil professional i currículum dels ensenyaments de segon nivell que condueixen a l'obtenció del títol de tècnic o tècnica d'esport en escalada

1. *Denominació:* tècnic o tècnica d'esport en escalada

2. *Durada i distribució horària dels ensenyaments*

2.1 Durada: 630 hores

2.2 Distribució horària dels ensenyaments:

Bloc comú

Bases anatòmiques i fisiològiques de l'esport II: 40 h.t.

Bases psicopedagògiques de l'ensenyament i l'entrenament II: 45 h.t.

Entrenament esportiu II: 30 h.t.+ 10 h.p.

Organització i legislació de l'esport II: 5 h.t.

Teoria i sociologia de l'esport: 20 h.t.

Càrrega horària del bloc: 140 h.t.+10 h.p.

Total hores: 150 h.

Bloc específic

Desenvolupament professional II: 10 h.t.

Coneixement del medi: 10 h.t.+10 h.p.

Psicologia dels esports de muntanya i escalada: 10 h.t.

Formació tècnica i metodològica de l'ensenyament de l'escalada: 25 h.t.+40 h.p.

Equipament d'instal·lacions d'escalada: 10 h.t.+25 h.p.

Entrenament de l'escalada: 15 h.t.+35 h.p.

Seguretat en l'escalada: 10 h.t.+ 15 h.p.

Conducció en escalada: 10 h.t.+ 25 h.p.

Càrrega horària del bloc: 100 h.t.+150 h.p.

Total hores: 250 h.

Bloc complementari

Terminologia específica estrangera: 10 h.t.

Equipaments esportius: 10 h.t.

Informàtica bàsica aplicada: 10 h.p.

Càrrega horària del bloc: 30 h.p.

Bloc de formació pràctica: 200 h.p.

Durada total: 630 h.

3. *Perfil professional*

3.1 Competència

El títol de tècnic o tècnica d'esport en escalada acredita que la persona titular té les competències necessàries per programar i realitzar l'ensenyament de l'escalada, per programar i dirigir l'entrenament bàsic d'esportistes i equips i per dirigir la seva participació en competicions d'escalada d'àmbit local i autonòmic.

3.2 Competències professionals

a) Conduir persones o grups en activitats d'escalada:

1. Progressar amb seguretat i eficàcia en terrenys d'escalada, en qualsevol estació climàtica, amb o sense condicions de visibilitat, i independentment de les condicions del terreny.

2. Seleccionar l'emplaçament del lloc de pernoctació d'acord amb els criteris de seguretat i la programació establerta.

3. Informar les persones que hi participen sobre l'itinerari previst amb la utilització de mapes i ressenyes.

4. Informar les persones participants sobre les característiques culturals i naturals de l'itinerari.

5. Modificar l'itinerari d'acord amb les condicions de les persones que hi participen i del medi.

6. Preveure els canvis de temps en una àrea per l'observació dels fenòmens atmosfèrics locals.

7. Identificar els fenòmens atmosfèrics indicatius d'un possible canvi de temps meteorològic.

8. Preveure els canvis del terreny segons les condicions atmosfèriques.

b) Programar i organitzar activitats lligades a l'ensenyament i la pràctica de l'escalada:

1. Establir el pla d'actuacions per al desenvolupament de les activitats d'escalada amb la finalitat d'assolir els objectius previstos, tot garantint les condicions de seguretat, i segons la condició física i els interessos de les persones practicants.

2. Preveure les mesures de seguretat necessàries per a la realització de l'activitat.

3. Controlar la logística de l'activitat i assegurar la disponibilitat de la prestació de tots els serveis necessaris.

4. Avaluar les possibilitats de realització de l'activitat a l'indret escollit.

5. Preparar les instal·lacions i el material necessaris per al desenvolupament de l'activitat.

6. Accedir a les fonts d'informació meteorològica, interpretar la informació i predir l'evolució del temps.

7. Preveure els canvis de temps en una àrea per l'observació dels fenòmens atmosfèrics locals.

8. Identificar els fenòmens atmosfèrics indicatius d'un possible canvi de temps meteorològic.

9. Preveure els canvis en el terreny d'acord amb les condicions atmosfèriques.

10. Col·laborar en la promoció del patrimoni cultural de les zones de muntanya i en la conservació de la natura.

11. Detectar informació tècnica relacionada amb la seva feina, amb la finalitat d'incorporar tècniques i tendències, i utilitzar els nous equips i materials del sector.

12. Detectar i interpretar els canvis tecnològics, organitzatius, econòmics i socials que incideixen en l'activitat professional.

13. Posseir una visió global i integradora del procés, comprenent la funció de les instal·lacions i equips, i les dimensions tècniques, pedagògiques, organitzatives, econòmiques i humanes de la seva feina.

c) Programar i realitzar l'ensenyament de l'escalada:

1. Progressar amb seguretat i eficàcia en els diferents tipus de terreny específics de l'escalada.

2. Programar les sessions d'ensenyament, determinant els objectius, continguts, recursos,

mètodes, avaluació i temporització de les activitats d'escalada.

3. Explicar i demostrar les tècniques, tàctiques i habilitats bàsiques específiques de l'escalada.

4. Informar sobre les característiques de l'equip i el material adequats per a la pràctica de l'escalada, així com el seu manteniment preventiu i la seva conservació.

5. Demostrar la utilització de l'equip i material específics de l'escalada.

6. Corregir el plantejament tàctic, l'execució tècnica i la utilització del material.

7. Avaluar la progressió de l'aprenentatge esportiu, identificant els errors d'execució tècnica i tàctica dels/es esportistes i les seves causes, i aplicar els mètodes i mitjans necessaris per a la seva correcció, preparant-los per a les fases posteriors d'alt rendiment esportiu.

8. Transmetre les normes, valors i continguts ètics de la pràctica esportiva.

9. Fomentar la pràctica esportiva saludable.

d) Dirigir l'entrenament bàsic d'escaladors i escaladores:

1. Realitzar la programació específica i la programació operativa de l'entrenament d'acord amb la planificació i programació general.

2. Dirigir les sessions d'entrenament tècnic, en funció dels objectius establerts, tot garantint les condicions de seguretat.

3. Dirigir el condicionament físic d'escaladors i escaladores, segons els objectius establerts.

4. Realitzar l'avaluació i el seguiment del rendiment dels/es esportistes.

e) Dirigir esportistes i equips durant la seva participació en competicions d'escalada d'àmbit local i regional:

1. Realitzar el plantejament tàctic aplicable a la competició esportiva d'escalada.

2. Dirigir els/es esportistes o l'equip en la seva actuació tècnica i tàctica durant la competició esportiva.

3. Avaluar l'actuació dels/es esportistes o l'equip en la competició.

4. Explicar, respectar i fer complir la reglamentació de les competicions d'escalada.

5. Col·laborar en la detecció de talents amb característiques físiques i psíquiques susceptibles d'introduir-se en processos d'alt rendiment esportiu.

3.3 Camp professional

3.3.1 Àmbit professional

Aquest/a tècnic/a exercirà la seva activitat en el sector esportiu i del lleure, en l'àmbit de l'ensenyament i l'entrenament de l'escalada en:

Itineraris de totes les dificultats en vies equipades d'un llarg com a màxim;

Itineraris de dos o més llargs completament equipats, de dificultat màxima de 7a;

Itineraris de dos o més llargs no equipats de 6b i A2;

Itineraris hivernals difícils fins a 3500 metres;

Itineraris d'escalada en roca V+/A1.

S'exclouen expressament del seu àmbit d'actuació:

Les zones que requereixin l'ús de tècniques o material específic d'alpinisme o esquí de muntanya per a l'accés o progressió;

Les barrancs de característiques aquàtiques o verticals, que requereixin l'ús de tècniques o materials específics.

Aquest/a tècnic/a podrà actuar de forma autònoma o en el si d'organismes públics o enti-

tats privades. Els diversos tipus d'empreses on pot desenvolupar les seves funcions són:

Escoles i centres d'iniciació esportiva,

Clubs i associacions esportives o de lleure,

Federacions esportives,

Patronats esportius,

Empreses de serveis esportius o de lleure,

Centres escolars (activitats extraescolars).

Principals ocupacions que es poden desenvolupar quan s'hagi adquirit la competència professional definida en el perfil:

Instructor o instructora d'escalada.

Entrenador o entrenadora d'escalada a nivell bàsic.

Director o directora d'activitats d'escalada.

3.3.2 Àmbit funcional

Les responsabilitats que seran requerides a aquest tècnic o tècnica són les següents:

La programació i organització d'activitats d'escalada;

L'ensenyament de l'escalada;

El control i avaluació del procés d'instrucció esportiva;

L'entrenament d'escaladors i escaladores a nivell bàsic;

El control del rendiment esportiu;

La direcció tècnica d'esportistes i equips durant la participació en competicions d'escalada;

La seguretat de les persones o grups durant el desenvolupament d'activitats d'escalada;

El compliment de les instruccions generals de la persona responsable de l'entitat.

4. Currículum.

A) Bloc comú

El bloc comú dels ensenyaments de segon nivell del títol de tècnic o tècnica d'esport en escalada és igual al del segon nivell del de tècnic o tècnica d'esport en alta muntanya.

B) Bloc específic

CRÈDIT 1

Desenvolupament professional II

a) *Durada*: 10 hores (teòriques).

b) *Objectius finals*:

Identificar el perfil, el marc legal, les competències i l'àmbit professional i funcional del tècnic o tècnica d'esport.

Definir les responsabilitats civils i penals derivades de l'exercici professional del tècnic o tècnica d'esport.

Identificar les diferents opcions d'associacionisme professional existents a nivell internacional, estatal i autonòmic.

Sintetitzar els condicionants existents en un codi deontologia professional.

c) *Continguts de fets, conceptes i sistemes conceptuals*:

1. Tècnic o tècnica d'esport:

Marc legal.

Competència professional.

Àmbit professional i funcional.

2. Associacionisme professional:

Origen de la professió.

Organitzacions professionals internacionals, estatals i autonòmiques.

Deontologia professional.

3. Sector dels esports de muntanya i escalada a l'estranger:

Condicions laborals.

Experiències professionals.

d) *Continguts de procediments*:

1. Identificació del perfil professional del tècnic o tècnica d'esport en escalada:

Identificació del currículum formatiu.

Identificació del marc legal.

Identificació de les competències professionals.

Delimitació de l'àmbit professional.

Identificació de les responsabilitats civils i penals en l'exercici professional.

2. Caracterització del sector dels esports de muntanya a l'estranger:

Identificació de les similituds i diferències en la pràctica professional.

Identificació de l'equivalència de les titulacions.

Comparació dels currículums formatius.

Comparació de les competències professionals.

Comparació de les responsabilitats civils i penals en l'exercici professional.

e) *Continguts d'actituds*:

1. Constància en detectar, corregir i revisar el treball efectuat, així com els possibles errors.

2. Coneixement de l'estructuració legal i federativa dels esports de muntanya.

3. Coneixement de les causes jurídiques, les conseqüències i les cobertures de la responsabilitat civil.

4. Acceptació de les normes i les responsabilitats assignades.

5. Consciència del deure o de la tasca assignada.

6. Comunicació amb els/es superiors per valorar el treball i reconduir-lo, si escau.

7. Interès per l'actualització de la informació.

8. Acceptació de l'altra persona i de les opinions i judicis aliens.

9. Cordialitat i respecte envers els/es altres professionals amb els/les quals es relaciona.

10. Creativitat en la recerca de les formes d'actuació i d'organització de les tasques i les accions relacionades amb la professió.

11. Interès pels nous coneixements i modificacions que es produeixen en relació amb l'estructuració i normativa de la professió.

CRÈDIT 2

Coneixement del medi

a) *Durada*: 20 hores (10 de teòriques+10 de pràctiques).

b) *Objectius finals*:

Identificar els principals tipus de roques a partir de l'observació directa i la utilització de diferents proves.

Relacionar els tipus de roques amb les característiques del paisatge, tenint en compte els agents erosius i la tectònica de la zona.

Identificar els elements geològics relacionats amb els agents erosius.

Situar les principals serralades i els principals accidents geogràfics de la terra i, en especial, de Catalunya.

Localitzar les principals zones de pràctica

esportiva de muntanya de la Península Ibèrica i, en especial, de Catalunya.

Reconèixer les principals espècies vegetals de muntanya de Catalunya, a partir de la visualització directa.

Situar les espècies vegetals de muntanya en les diferents serralades de Catalunya.

Reconèixer les principals espècies animals de muntanya de Catalunya, a partir de la visualització directa o dels seus rastres.

Situar les espècies animals de muntanya en les diferents serralades de Catalunya.

Identificar els efectes de l'actuació dels/es esportistes sobre el medi, en els diferents ambients de muntanya.

Determinar el contingut, la metodologia i els recursos necessaris per a la realització d'activitats envers la protecció del medi ambient, tenint en compte les característiques de les diferents modalitats esportives de muntanya.

c) *Continguts de fets, conceptes i sistemes conceptuals:*

1. Geologia:

Roques.

Eres geològiques.

Paisatge i agents erosius. Rius i glaceres.

Paisatge i tectònica.

2. Geografia de les muntanyes de la terra:

Serralades de l'àrea europea mediterrània.

Accidents geogràfics de les serralades de l'àrea europea mediterrània.

Serralades de la resta del món.

Accidents geogràfics de les diferents serralades del món.

Geografia de les zones d'escalada, engorjats i alta muntanya de la Península Ibèrica.

3. Geografia i geologia de Catalunya:

Geografia i geologia de les unitats de relleu de Catalunya: els Pirineus i Prepirineus, la Depressió Central i les Serralades Costaneres.

Geografia de les zones d'escalada, engorjats i alta muntanya de Catalunya.

Geologia de les zones d'escalada, engorjats i alta muntanya de Catalunya.

4. Vegetació de muntanya:

Generalitats: factors climàtics, l'altura, l'orientació i els materials amb relació a la vegetació.

Vegetació de muntanya de Catalunya: boscos, prats, tarteres i codines, penya-segats, engorjats, vegetació de ribera i mulladius i vegetació ruderal i nitròfila.

Vegetació de muntanya de la Península Ibèrica.

5. Fauna de muntanya:

Generalitats: factors climàtics, l'altura i la vegetació amb relació a la fauna.

Fauna de muntanya de Catalunya.

Fauna de muntanya de la Península Ibèrica.

6. Riscos i impacte dels esports de muntanya en el medi ambient:

Excursionisme.

Escalada.

Descens d'engorjats.

Alpinisme.

Esquí.

d) *Continguts de procediments:*

1. Interpretació de les característiques del paisatge amb relació a l'activitat esportiva:

Identificació dels principals tipus de roques a partir de l'observació directa i la utilització de diferents proves.

Determinació de les relacions entre els agents erosius, la tectònica i les roques amb el paisatge.

Identificació dels elements geològics relacionats amb els agents erosius.

Relació entre el paisatge i les activitats d'escalada.

2. Localització dels elements geogràfics:

Identificació de les principals serralades i els principals accidents geogràfics de la terra, la Península Ibèrica i Catalunya.

Situació en els mapes de les principals serralades i els principals accidents geogràfics de la terra, la Península Ibèrica i Catalunya.

Identificació de les principals zones de pràctica de l'escalada de la Península Ibèrica i de Catalunya.

Situació en els mapes de les principals zones d'escalada de la Península Ibèrica i de Catalunya.

3. Reconeixement de les principals espècies vegetals de muntanya de Catalunya:

Identificació de les diferents espècies vegetals de muntanya per observació directa.

Situació de les diferents espècies vegetals en els diferents ambients de muntanya.

Situació de les diferents espècies vegetals segons el tipus de roques, l'orientació i d'altres característiques ambientals.

4. Reconeixement de les principals espècies animals de Catalunya:

Relació de les diferents espècies animals de muntanya amb les seves característiques.

Identificació de les diferents espècies animals per observació directa o a dels seus rastres.

Situació de les principals espècies animals en els diferents ambients de muntanya.

Situació de les espècies animals segons les característiques de la zona.

5. Determinació de les activitats a realitzar amb relació a la protecció del medi de muntanya:

Identificació de l'actuació dels/es esportistes sobre el medi, en els diferents ambients de muntanya, i en especial, en les activitats d'escalada.

Determinació del contingut, la metodologia i els recursos necessaris per a la realització d'activitats envers la protecció del medi ambient, tenint en compte les característiques de les diferents modalitats esportives de muntanya, i d'escalada.

e) *Continguts d'actituds:*

1. Presa de decisions en la selecció de les fonts d'informació sobre les característiques geogràfiques, geològiques, botàniques i faunístiques de la zona.

2. Determinació de la metodologia utilitzada per a la realització d'activitats esportives tenint en compte la protecció del medi ambient.

3. Acceptació de les normes i de les responsabilitats assignades.

4. Col·laboració en la protecció del medi natural.

5. Interès per l'actualització de la informació mediambiental i sobre aspectes de la zona que puguin ser significatius per a l'activitat.

6. Col·laboració amb altres professionals en l'obtenció de dades sobre la meteorologia, les característiques geològiques, geogràfiques, botàniques i faunístiques de la zona.

7. Acceptació de l'altra persona i de les opinions i judicis aliens.

8. Rigor en l'obtenció i anàlisi de les dades i en l'execució del treball.

9. Autosuficiència en la recerca i tractament de la informació.

10. Interès pel missatge i per la persona interlocutora.

11. Motivació de les persones participants cap a les conductes de respecte al medi.

12. Interès per donar la informació sobre les característiques de la zona a les persones participants.

13. Interès pels nous coneixements i els avenços científics que es produeixin amb relació al medi.

14. Observació de les normes de conducta i seguretat en el medi natural.

15. Consideració per la salut pròpia i la de les altres persones.

16. Ús d'elements que no perjudiquin el medi ambient.

CRÈDIT 3

Psicologia dels esports de muntanya i escalada

a) *Durada:* 10 hores (teòriques).

b) *Objectius terminals:*

Identificar i aplicar els recursos psicològics per millorar el treball com a tècnic o tècnica i el rendiment dels/es esportistes.

Identificar les característiques i perfil psicològic dels/es esportistes que practiquen les activitats de muntanya.

Conèixer les característiques intrínseques dels esports de muntanya.

Identificar els trets diferencials entre els/es esportistes de les diverses modalitats d'esports de muntanya.

Diferenciar les característiques i el perfil psicològic del tècnic/la tècnica d'esports de muntanya d'acord amb les diferents modalitats d'actuació: guia, entrenador/a i monitor/a-professor/a.

Valorar la importància de l'estatus i l'estil personal de la persona tècnica.

Aplicar recursos per a la pròpia motivació com a tècnic o tècnica.

Adequar la funció del tècnic o tècnica, mitjançant eines psicològiques, a la diversitat del grup o dels seus membres, i a les característiques de les tasques a desenvolupar.

Saber actuar amb persones o grups tipificats com a difícils, o en situacions límit.

Identificar i aplicar les tècniques d'activació, relaxació, concentració, visualització, construcció de la confiança i cohesió de grup per a la millora del rendiment esportiu.

Elaborar i aplicar un pla d'actuació per a la millora dels aspectes psicològics.

c) *Continguts de fets, conceptes i sistemes conceptuals:*

1. Tríada por/risc/perill:

Identificació de la tríada com a elements psicològics genuïns en la pràctica dels esports de muntanya.

Conceptualització de la tríada.

2. Binomi actuació/reflexió:

Identificació del binomi fonamental actuació/reflexió com a element intrínsec de la psicologia de les persones practicants d'esports de muntanya.

Conceptualització del binomi.

3. Mestratge:
Conceptualització del mestratge com element volitiu i central en la psicologia del tècnic/la tècnica d'esports de muntanya.

Transmissió de coneixements i experiències.
Autolimitació.

Voluntat de transmissió i elements didàctics.

4. Estatus i estil personal del tècnic/la tècnica d'esports de muntanya.

Elements vocacionals.

Sosteniment de l'estatus del tècnic/la tècnica d'esports de muntanya.

5. Grup:

Característiques dels trets comuns de les persones membres del grup.

Característiques de la diversitat de les persones membres del grup.

6. Situacions límit:

Definicions dels casos i situacions límit.

Tipificacions dels casos i situacions límit segons les característiques de la situació i les característiques personals individuals o de grup.

7. Tècniques per a la millora del rendiment esportiu:

Activació.

Relaxació.

Concentració.

Visualització.

Construcció de confiança.

Cohesió del grup.

8. Pla d'actuació:

Elaboració.

Jerarquització dels elements.

d) *Continguts de procediments*

1. Anàlisi i identificació dels diversos elements objectius i subjectius que intervenen en la triada por/risc/perill:

Identificació dels coneixements previs i l'experiència.

Valoració de la nova situació.

Identificació dels requeriments tècnics, instrumentals, físics i psíquics.

2. Anàlisi de procés de les seqüències reflexió/actuació/reflexió/actuació:

Aplicació dels criteris d'establiment de les jerarquitzacions pertinents en els binomis R-A.

Valoració de la dimensió temporal.

Anàlisi dels elements de la lògica subjectiva: instant de veure, temps per comprendre, moment de concloure.

3. Anàlisi dels elements clau del mestratge:

Anàlisi de la transmissió de coneixements.

Valoració de l'experiència.

Determinació de l'autolimitació.

Anàlisi de la voluntat de transmissió.

Identificació dels elements didàctics.

4. Anàlisi de l'estatus i de l'estil personal del/la professional.

Anàlisi de la professionalitat, la il·lusió, la responsabilització envers l'alumnat o clientela i el sosteniment del rol i funcions de la persona professional.

5. Anàlisi de les diferents poblacions de treball:

Anàlisi del grup.

Caracterització del grup segons les persones que el componguin.

Determinació dels recursos.

6. Tipificació de les situacions definibles com a límit:

Identificació de les situacions límit segons les característiques de la situació.

Identificació de les situacions límit segons les característiques personals individuals o de grup.
Determinació dels recursos d'intervenció.

7. Aplicació de les tècniques d'activació, relaxació, concentració, visualització, construcció de l'autoconfiança i cohesió de grup:

Anàlisi de la situació inicial.

Explicació de les accions que es portaran a terme.

Comprovació del compliment de les necessitats i condicions de partida.

Execució de les accions segons els protocols establerts i la tècnica a aplicar.

Verificació del compliment de les indicacions per part de les persones participants.

8. Elaboració d'un pla d'actuació:

Identificació de les característiques de les persones destinatàries del pla.

Determinació dels objectius: selecció dels aspectes psicològics que cal millorar. Modificació del pla d'actuació a partir de les experiències adquirides, tot aplicant les tècniques i habilitats necessàries per tal de millorar-lo.

e) *Continguts d'actituds:*

1. Presa de decisions davant de situacions que puguin afectar el desenvolupament de les activitats.

2. Introducció permanent dels elements racionals i racionalitzables que permeten la consecució dels objectius proposats amb el mínim de riscos i esforços a realitzar.

3. Responsabilitat i professionalitat en les tasques a desenvolupar.

4. Claredat i compromís personal en la transmissió dels estímuls.

5. Rigor i claredat en tots els elements didàctics que han de facilitar o possibilitar la realització del pla d'actuació.

6. Interès per motivar la clientela per comprendre el sentit i beneficis psicològics i personals que pot comportar-li la pràctica d'esports de muntanya, fins i tot en grups de població que requereixen especial atenció.

7. Respecte per les diferències d'altri i comprensió per les dificultats alienes, encara que sigui en detriment dels objectius proposats.

8. Il·lusió en la pràctica dels esports de muntanya, tot i tenint en compte els riscos que comporten.

9. Incorporació, a través de la pròpia experiència, de la distinció por/perill de cara a la màxima eficàcia de l'empresa proposada.

10. Satisfacció, curiositat i interès per les relacions interpersonals.

11. Rigor en l'aprenentatge de les tècniques de millora del rendiment esportiu.

12. Consideració per la salut pròpia i la de les altres persones.

CRÈDIT 4

Formació tècnica i metodològica de l'ensenyament de l'escalada

a) *Durada:* 65 hores (25 de teòriques+40 de pràctiques).

b) *Objectius terminals:*

Identificar les característiques de l'equip bàsic i del material de l'escalador/a.

Identificar els diferents elements gestuals de la tècnica de progressió en escalada.

Identificar els principis físics i mecànics de l'escalada.

Escalar amb eficàcia en tècnica lliure i en tècnica artificial.

Identificar els diferents elements de la tècnica de protecció en escalada.

Assegurar amb eficàcia altres escaladors o escaladores.

Aplicar correctament les tècniques de protecció per garantir la pròpia seguretat mentre s'escala.

Interpretar i elaborar ressenyes d'escalada.

Aplicar la sistemàtica de la programació i organització d'activitats d'escalada.

Planificar les intervencions docents en escalada assegurant la realització de la programació general, les sessions, el disseny d'exercicis i la producció de fitxes

d'activitats.

Preparar materials i instal·lacions per tal de poder impartir classes d'escalada, segons la programació.

Aplicar convenientment la intervenció didàctica en escalada mitjançant la transmissió d'informació, les demostracions, la realització d'activitats i la correcció.

Obtenir dades i registres per tal de valorar el procés d'aprenentatge de l'alumnat.

Interpretar els reglaments de competicions d'escalada.

c) *Continguts de fets, conceptes i sistemes conceptuals:*

1. Equip i material d'escalada:

Equip personal bàsic: vestimenta, calçat.

Material bàsic: tipus, característiques, utilitats i manteniment.

Material per a escalada en grans parets: tipus, característiques, utilitats i manteniment.

2. Tècnica de progressió en escalada:

Biomecànica i física de l'escalada.

Tècnica lliure de progressió.

Tècnica artificial de progressió.

3. Tècnica de protecció en escalada:

Tècnica d'assegurament en l'escalada en bloc. Cadena de seguretat.

Tècnica d'assegurament al primer/a de cordada: des del terra, des de la reunió.

Tècnica d'assegurament al segon/a de cordada: des del terra, des de la reunió.

4. Ressenyes i escales de dificultat:

Tipus de ressenyes.

Escales de dificultat: en lliure, en artificial.

Simbologia i interpretació: dificultat, morfologia, metres, altres.

Confecció de ressenyes: informació necessària, tecnologia.

5. Sistemàtica de la programació i organització d'activitats d'escalada:

Establiment d'objectius.

Elecció de l'itinerari d'acord amb els objectius.

Avaluació i prevenció de riscos.

Estratègia, aspectes tàctics i logística de la sortida.

Seqüenciació d'actuacions per augmentar la seguretat d'una sortida.

6. Didàctica de l'escalada:

Planificació de la intervenció didàctica en l'escalada: situació inicial, fins i objectius, programació de sessions, activitats i exercicis.

Recursos metodològics de la didàctica de l'escalada.

Avaluació: objecte a avaluar, tipus, mètodes.

7. Reglaments de competició:
Reglament FEDME de competicions d'escalada.

Reglament FEEC de competicions d'escalada.

Altres reglaments de competicions d'escalada.

d) *Continguts de procediments:*

1. Preparació de l'equip i material d'escalada:
Identificació de l'equip personal i del material bàsic de l'escalador o escaladora. Anàlisi de les característiques de l'equip personal i del material bàsic de l'escalador o escaladora.

Utilització correcta de l'equip i el material bàsic.

Aplicació del correcte manteniment de l'equip personal i del material bàsic de l'escalador o escaladora.

2. Progressió en l'escalada:

Identificació dels elements tècnics gestuals de la progressió en escalada lliure o en escalada artificial, segons el cas.

Execució dels elements tècnics gestuals de la progressió en escalada lliure o en escalada artificial, segons el cas.

3. Protecció en escalada:

Identificació dels elements tècnics de l'assegurament en escalada en bloc.

Execució dels elements tècnics de l'assegurament en escalada en bloc.

Identificació dels elements de la cadena de seguretat i el seu comportament físic.

Identificació dels elements tècnics de l'assegurament al primer/a o al segon/a de cordada des del terra i des de la reunió.

Aplicació dels elements tècnics de l'assegurament al/la primer/a o al/la segon/a de cordada des del terra i des de la reunió.

4. Interpretació i elaboració de ressenyes:

Identificació dels diferents tipus de ressenyes.
Identificació de les diferents escales de dificultat en lliure i en artificial.

Interpretació de la simbologia de la dificultat, la morfologia, els metres, etc.

5. Realització d'activitats d'escalada:

Determinació dels objectius principals i secundaris de l'activitat.

Elecció de l'itinerari d'acord amb els objectius.

Avaluació i prevenció de riscos.

Selecció de l'estratègia, els aspectes tàctics i la logística de la sortida.

Seqüenciació d'actuacions per augmentar la seguretat de la sortida.

6. Aplicació de la metodologia de l'ensenyament de l'escalada:

Planificació de la intervenció didàctica en escalada: programació general, programació de sessions, disseny d'exercicis, producció de fitxes d'activitats.

Aplicació de la intervenció didàctica en l'escalada: preparació de les instal·lacions, comunicació de les activitats, demostració de les activitats, realització de les activitats, correcció dels exercicis.

Avaluació del procés d'aprenentatge.

7. Aplicació dels reglaments de competició:
Interpretació del reglament FEDME de competicions d'escalada.

Interpretació del reglament FEEC de competicions d'escalada.

Familiarització amb altres reglaments de competicions d'escalada.

e) *Continguts d'actituds:*

1. Detecció de situacions que s'allunyen de la planificació.

2. Presa de decisions davant les incidències aparegudes durant l'escalada.

3. Rigor en la selecció, preparació, revisió i conservació de l'equip i material necessaris.

4. Acompliment de la programació.

5. Respects de normes i reglaments.

6. Acceptació de les responsabilitats assignades com a tècnic/tècnica d'escalada.

7. Aplicació de les mesures de seguretat en l'escalada.

8. Col·laboració amb d'altres tècnics o tècniques.

9. Confiança en l'alumnat, altres col·laboradors i col·laboradores, i en el company o companya de cordada.

10. Autoconfiança en les pròpies capacitats tècniques i en les decisions preses durant les activitats d'escalada.

11. Esperit de superació.

12. Valoració de les pròpies capacitats tècniques.

13. Respects per les decisions preses per altres tècnics/tècniques.

14. Amabilitat amb alumnat i clientela.

15. Recerca de nous coneixements respecte dels materials i tècniques d'escalada.

16. Creativitat en el disseny d'activitats i itineraris.

17. Actitud positiva davant les dificultats derivades de l'escalada.

18. Respects pel medi ambient.

19. Valoració de les condicions ambientals de l'escalada.

CRÈDIT 5

Equipament d'instal·lacions d'escalada

a) *Durada:* 35 hores (10 de teòriques+25 de pràctiques).

b) *Objectius terminals:*

Procedir eficientment i amb seguretat al manteniment d'estructures artificials d'escalada.

Equipar vies d'escalada en estructures artificials.

Identificar la tipologia i les propietats dels ancoratges en el medi rocós per tal de triar els adequats per a cada situació.

Col·locar ancoratges correctament.

Identificar la tipologia de les instal·lacions en medi rocós per a la seva instal·lació segons el medi i les necessitats.

Equipar instal·lacions correctament.

Obrir una via d'escalada, després d'haver analitzat les característiques del terreny, determinat la línia de progressió i l'emplaçament dels punts d'ancoratge i preparat la paret i l'entorn.

Identificar la tipologia dels sistemes amb cordes.

Muntar correctament sistemes amb cordes.

c) *Continguts de fets, conceptes i sistemes conceptuals:*

1. Estructures artificials d'escalada (EAE): EAE: suports, materials de superfície, plafons, perfils, sistemes mòbils.

Mitjans d'accessibilitat: sistemes de cordes, escales, elevadors.

Ancoratges i seguretat.

Preses.

Disseny d'itineraris.

Manteniment d'EAE.

2. Ancoratges:

Ancoratges per expansió: tipus, estris per a la col·locació, col·locació.

Ancoratges químics: tipus, estris per a la col·locació, col·locació.

Altres ancoratges.

3. Instal·lacions:

Finals de via.

Reunions.

Ràpels.

Passamans.

4. Equipament de vies:

Elecció de la zona, la línia i preparació de la paret.

Instal·lació de punts d'ancoratge.

Equipament de vies ferrades.

5. Sistemes amb cordes:

Pèndol.

Tirolina.

Pont tirolès.

Pont tibetà.

d) *Continguts de procediments:*

1. Utilització d'estructures artificials d'escalada:

Reconeixement de les característiques d'una EAE.

Utilització d'ancoratges i col·locació de preses.

Identificació de línies de progressió en EAE.

Equipament de vies d'escalada en EAE.

Detecció de les necessitats de manteniment d'EAE.

Aplicació del manteniment d'EAE.

2. Utilització dels ancoratges:

Identificació de la tipologia i propietats dels ancoratges: per expansió, químics, altres.

Identificació dels materials per a col·locació i de les aplicacions dels ancoratges.

Col·locació d'ancoratges.

3. Realització d'instal·lacions:

Identificació de les instal·lacions en medi rocós: finals de via, reunions, ràpel, passamans.

Determinació de les instal·lacions segons les funcions i l'emplaçament.

Equipament de les instal·lacions.

4. Equipament de vies:

Interpretació de les característiques del terreny per equipar-lo amb vies d'escalada.

Determinació de la línia de progressió per un nou itinerari.

Determinació dels punts de col·locació d'ancoratges.

Preparació de la paret i l'entorn.

Equipament de vies: escalada esportiva, escalada en terreny d'aventura, ferrades.

5. Utilització de sistemes amb cordes:

Identificació dels sistemes amb cordes: pèndol, tirolina, pont tirolès, pont tibetà.

Muntatge dels sistemes amb cordes.

e) *Continguts d'actituds:*

1. Presa de decisions davant les incidències aparegudes en el desenvolupament de la tasca.

2. Planificació de la tasca.

3. Selecció i preparació de l'equip i material necessari per a la tasca.

4. Acompliment de la programació.
5. Respecte de normes i reglaments.
6. Revisió i conservació del material.
7. Aplicació de les mesures de seguretat.
8. Col·laboració amb altres tècnics o tècniques.
9. Respecte per les decisions preses per altres tècnics o tècniques.
10. Recerca de nous coneixements respecte a materials i tècniques d'equipament.
11. Creativitat en el disseny d'itineraris.
12. Respecte pel medi ambient.

CRÈDIT 6

Entrenament de l'escalada

a) *Durada*: 50 hores (15 de teòriques+35 de pràctiques).

b) *Objectius finals*:

Identificar els requeriments físics i psíquics per a la pràctica de l'escalada.

Identificar les exigències motrius i energètiques de l'escalada.

Identificar les principals estructures anatòmiques implicades en l'escalada.

Planificar l'entrenament, establint els objectius i la periodització, a partir de les possibilitats i les necessitats de l'esportista.

Seleccionar i aplicar els mètodes adients per a l'escalfament previ i per a la recuperació posterior a l'activitat d'escalada.

Identificar i aplicar els mètodes, sistemes i exercicis per al desenvolupament de les capacitats motrius i per a la millora de la tècnica i l'estratègia en escalada.

Avaluar l'entrenament i la millora de les capacitats motrius, tècniques i estratègiques.

Seleccionar i aplicar les proves per a la valoració de les capacitats motrius, tècniques i estratègiques.

Identificar les característiques individuals de cada esportista per a contribuir al procés de detecció de talents esportius per a l'escalada.

c) *Continguts de fets, conceptes i sistemes conceptuals*:

1. Escalada com a activitat física:

Requeriments físics i psíquics.

Estructures anatòmiques implicades. Músculs i contraccions.

Processos energètics i capacitats condicionals.

Escalfament. Fases: activació, mobilització, estiraments, increment de la càrrega i descans. Situacions d'escalfament: competició, escalada en paret, escalada esportiva i entrenament en bloc.

2. Planificació de l'entrenament:

Situació inicial: capacitats físiques de l'escalador i recursos disponibles.

Objectius de l'entrenament.

Criteris de planificació.

Distribució temporal del treball: cicles plurianuals, anuals, macrocicle, mesocicle, microcicle i sessions.

Tecnologia de la planificació: procés i registre.

3. Entrenament:

Entrenament de les capacitats motrius, condicionals i coordinatives: mètodes, sistemes i exercicis.

Entrenament de la tècnica i estratègia: mètodes, sistemes i exercicis.

4. Avaluació de l'entrenament:

Objectius de l'avaluació de l'entrenament.

Elements de control de l'entrenament.

Proves per a la valoració de les capacitats motrius, la tècnica i l'estratègia.

5. Detecció de talents esportius:

Característiques del talent esportiu per a l'escalada: morfològiques, fisiològiques i psicològiques.

Procés de detecció de talents.

d) *Continguts de procediments*:

1. Anàlisi de l'escalada com a activitat física:

Identificació dels requeriments físics per a la pràctica de l'escalada.

Identificació dels requeriments psíquics per a la pràctica de l'escalada.

Identificació de les parts anatòmiques implicades en l'escalada.

Relació de les diferents accions amb el tipus de contracció muscular.

Relació dels processos energètics amb les capacitats condicionals en diferents situacions d'escalada.

2. Planificació de l'entrenament:

Anàlisi de les capacitats físiques inicials de l'esportista.

Identificació de les possibilitats i les necessitats de l'esportista.

Determinació dels objectius de l'entrenament.

Anàlisi dels recursos disponibles.

Distribució temporal del treball: cicles plurianuals, anuals, macrocicle, mesocicle, microcicle i sessions.

Utilització de la tecnologia de la planificació.

3. Entrenament de l'esportista:

Selecció i aplicació dels mètodes per a l'escalfament i la recuperació de l'activitat excursionista.

Selecció i aplicació dels mètodes, sistemes i exercicis aplicats per al desenvolupament de les capacitats motrius en l'excursionisme.

Selecció i aplicació dels mètodes, sistemes i exercicis aplicats a la millora de la tècnica i estratègia de l'excursionisme.

4. Avaluació de l'entrenament:

Identificació dels objectius de l'avaluació de l'entrenament.

Identificació del nivell inicial dels/les esportistes.

Determinació dels moments més adients per a realitzar l'avaluació.

Selecció de les proves a aplicar.

Aplicació de les proves.

Valoració de la millora del rendiment en base al resultat de les proves.

5. Detecció de talents esportius en l'escalada:

Identificació de les característiques morfològiques, fisiològiques i psicològiques dels/les esportistes.

Comparació amb els paràmetres establerts en els protocols de detecció de talents establerts.

Selecció dels/les esportistes susceptibles d'introduir-se en processos de formació de talents en escalada.

e) *Continguts d'actituds*:

1. Determinació en la presa de decisions en la selecció o adaptació de mètodes, sistemes i exercicis d'entrenament.

2. Constància en detectar, corregir i revisar el treball efectuat, així com els possibles errors

en la planificació i el desenvolupament de l'entrenament.

3. Aprofitament del temps i dels recursos disponibles en la planificació i periodització de l'entrenament.

4. Acceptació de l'altra persona i de les opinions i judicis aliens en la determinació dels objectius de l'entrenament.

5. Autoavaluació del treball realitzat en la planificació de l'entrenament i en la selecció o adaptació dels mètodes, sistemes i exercicis d'entrenament.

6. Cordialitat i respecte envers les altres persones en la comunicació i transmissió de missatges.

7. Recerca de noves actuacions en l'entrenament per a l'escalada.

8. Exigència a si mateix i als/les esportistes en els resultats de l'entrenament.

CRÈDIT 7

Seguretat en l'escalada

a) *Durada*: 25 hores (10 de teòriques+15 de pràctiques).

b) *Objectius finals*:

Identificar els perills naturals relacionats amb l'escalada.

Relacionar les situacions de perill a la muntanya amb les normes de comportament que cal adoptar, les accions que cal emprendre i les necessitats d'utilització del material de seguretat.

Identificar els símptomes, valorar la gravetat i aplicar els protocols de l'assistència sanitària immediata, en cas necessari, de les lesions i patologies més típiques relacionades amb l'escalada.

Aplicar les mesures preventives necessàries per evitar les causes de les lesions cròniques típiques de la pràctica de l'escalada.

Identificar les situacions que requereixen autorescat.

Identificar les característiques del material d'autorescat.

Aplicar les pautes i maniobres necessàries en l'autorescat, amb eficàcia i seguretat, i utilitzant el material adequat.

Determinar la necessitat de la sol·licitud de rescat i actuar amb eficàcia, en cas necessari.

c) *Continguts de fets, conceptes i sistemes conceptuals*:

1. Perills naturals en l'escalada:

Característiques dels perills naturals: boira, pluja i avingudes, tempesta elèctrica, temperatura, incendis i despreniments.

Actuació en front dels diferents perills naturals.

2. Autorescat:

Valoració de la situació.

Identificació de la maniobra a realitzar.

Material de fortuna i material mecanitzat.

Descens de persones ferides.

Ascens de persones ferides.

3. Rescat:

Senyals de socors.

Actuació durant el rescat.

4. Lesions més freqüents en l'escalada:

Lesions cròniques: prevenció, causes, símptomes, tractament inicial.

Lesions agudes: prevenció, causes, símptomes, tractament inicial.

Altres patologies: prevenció, causes, símptomes, tractament inicial.

d) *Continguts de procediments:*

1. Reconeixement dels perills naturals: Observació constant de l'entorn. Identificació dels senyals que poden indicar perills naturals.

2. Aplicació de l'autorescat en l'escalada: Identificació del material de fortuna i del material mecanitzat en l'autorescat. Anàlisi de la situació.

Aplicació de les tècniques de descens i ascens de persones ferides.

3. Actuació en cas de perill o de rescat: Anàlisi i valoració de la situació.

Determinació de la necessitat de trasllat o evacuació d'accidentats.

Comunicació amb els serveis de socors o de rescat en cas necessari.

Aplicació de les normes generals d'actuació i rescat davant de situacions de perill o d'accidents.

4. Prevenció i tractament de les lesions i accidents més freqüents en l'escalada:

Anàlisi de les causes de lesions cròniques, agudes i altres patologies.

Aplicació dels procediments per a la prevenció de lesions cròniques, agudes i altres patologies.

Identificació dels símptomes de les lesions cròniques, agudes i altres patologies.

Valoració de la gravetat de les lesions.

Determinació de la necessitat de trasllat o evacuació.

Aplicació dels protocols de l'assistència sanitària immediata de les lesions cròniques, agudes i altres patologies.

e) *Continguts d'actituds:*

1. Presa de decisions respecte a les actuacions davant d'incidents, de lesions o de situacions que puguin comportar perill.

2. Presa de decisions en la modificació de les activitats previstes si s'han produït variacions que puguin afectar la seguretat de les persones participants.

3. Presa de decisions en la determinació de la necessitat de trasllat o evacuació de persones malaltes, lesionades o accidentades i en l'aplicació dels protocols d'assistència sanitària immediata.

4. Presa de decisions en l'organització i control del grup en situacions de perill.

5. Ordenació de l'actuació davant d'un accident o d'un rescat a muntanya.

6. Acceptació de les normes i de les responsabilitats assignades.

7. Cura de la higiene general i dels materials implicats en l'atenció a la persona accidentada i en el rescat.

8. Compliment dels protocols de seguretat en la utilització del material, especialment en situacions de risc.

9. Confiança i col·laboració amb els equips de rescat i amb els companys i companyes en les accions d'autorescat.

10. Aprofitament dels recursos disponibles en situacions d'emergència.

11. Recerca del coneixement de noves tècniques d'autorescat.

12. Participació en programes de formació

relacionats amb les mesures de seguretat i el rescat.

13. Cordialitat i amabilitat en el tracte amb la persona accidentada.

14. Aparença personal de calma i seguretat en situacions adverses o tràgiques.

15. Observació de les normes higienicosanitàries.

16. Consideració per la salut pròpia i la de les altres persones.

CRÈDIT 8

Conducció en escalada

a) *Durada:* 35 hores (10 de teòriques+25 de pràctiques).

b) *Objectius terminals:*

Seleccionar o dissenyar itineraris que s'adaptin als objectius i les característiques de les persones usuàries i a la durada prevista de l'activitat.

Identificar aspectes de la clientela/persones usuàries que poden condicionar la selecció o el disseny de l'itinerari.

Modificar la planificació de l'itinerari d'acord amb les condicions del medi, les meteorològiques i les característiques del grup.

Determinar els aspectes que cal tenir en compte en l'organització i el control de persones o de grups en l'escalada, en funció de les normes de conducció de grups.

Aplicar les normes de prevenció i seguretat durant l'escalada.

Establir un codi de comunicació gestual i verbal amb el grup, tot i mantenint un control visual.

Determinar els punts d'aturada, d'acord amb les condicions del medi, les meteorològiques i les característiques del grup.

c) *Continguts de fets, conceptes i sistemes conceptuals:*

1. Organització i planificació d'itineraris d'escalada:

Característiques dels itineraris: dificultat, durada, aproximació, etc.

Aspectes del medi o meteorològics que condicionen el disseny o la selecció d'itineraris.

Aspectes de la clientela/persones usuàries que condicionen el disseny o la selecció d'itineraris: edat, sexe, forma física, etc.

Aspectes que cal tenir en compte en l'organització i el control de persones i grups en escalada.

Normes de prevenció i seguretat durant l'activitat d'escalada.

2. Conducció de grups:

Seguretat.

Normes i protocols d'actuació.

Punts d'aturada.

Comunicació gestual i verbal: informació inicial, codis de comunicació.

d) *Continguts de procediments:*

1. Organització i planificació d'itineraris:

Identificació dels objectius de l'activitat i de les característiques i motivacions de les persones participants.

Selecció i interpretació de les fonts d'informació: mapes, ressenyes, guies, etc.

Selecció de l'itinerari.

Reconeixement directe del terreny, si escau.

Determinació del ritme de l'activitat, el temps

previst i els llocs de descans, àpats, pernoctacions, etc.

Determinació del material necessari.

Determinació de les solucions que cal adoptar en cas de possibles incidències.

2. Comunicació amb el grup:

Determinació de les instruccions i la informació que han de rebre les persones participants.

Ordenació de la informació.

Establiment dels codis de comunicació gestual i verbal.

Emissió de la informació.

Verificació de la interpretació correcta de la informació.

3. Conducció de grups:

Verificació de l'equip i material col·lectiu i personal de les persones que hi participen.

Verificació de l'ajustament de les condicions del medi i meteorològiques i de les característiques de les persones participants amb les previsions.

Distribució del grup.

Adaptació als horaris i durades previstes.

Conducció amb seguretat.

Modificació de la planificació de l'activitat d'acord amb el seu desenvolupament i els possibles incidents.

e) *Continguts d'actituds:*

1. Presa de decisions davant de situacions que puguin afectar el desenvolupament de l'activitat plantejada, i en la modificació de l'itinerari si es detecta una diferència significativa en el nivell de les persones que hi participen o en les condicions del medi o meteorològiques respecte a les previsions.

2. Constància en detectar, corregir i revisar la planificació de l'activitat i el disseny o selecció de l'itinerari.

3. Aprofitament dels recursos disponibles a situacions no previstes.

4. Consciència del propi deure com a conductor o conductora d'un grup i de les repercussions que es poden derivar de l'incompliment.

5. Coordinació amb els companys i companyes en les tasques de control i supervisió del grup.

6. Respecte i acceptació de les opinions i judicis aliens en les possibles modificacions de l'itinerari previst.

7. Determinació en l'execució de les tècniques pròpies de l'activitat i en les solucions aplicades a situacions d'emergència.

8. Rigor en l'execució del treball.

9. Cordialitat i amabilitat en el tracte amb els/les components del grup i amb els companys i companyes.

10. Interès pels nous coneixements que es produeixin en relació amb la conducció de grups en l'escalada.

11. Aparença personal de calma i seguretat en situacions adverses o tràgiques.

12. Observació de les normes higienicosanitàries, de protecció de la natura, d'utilització dels refugis de muntanya i d'ús i conservació de les instal·lacions de les ascensions i dels itineraris.

13. Consideració per la salut i la seguretat pròpies i les de les altres persones.

C) *Bloc complementari*

El bloc complementari dels ensenyaments de segon nivell del títol de tècnic o tècnica d'esport

en escalada és igual al del segon nivell del de tècnic o tècnica d'esport en alta muntanya.

D) Bloc de pràctiques

a) Durada: 200 hores, de les quals:

Un mínim de 35 hores correspondran a activitats d'ensenyament de l'escalada.

Un mínim de 25 hores correspondran a activitats d'entrenament bàsic d'escaladors i escaladores.

Un mínim de 25 hores correspondran a activitats de condicionament físic d'escaladors i escaladores.

Un mínim de 20 hores correspondran a activitats de direcció d'esportistes i equips en competicions d'escalada d'àmbit local i autonòmic.

Un mínim de 10 hores correspondran a activitats d'equipament d'instal·lacions d'escalada.

Un mínim de 30 hores correspondran a activitats de conducció d'escalada.

Un mínim de 20 hores correspondran a activitats de programació de les activitats realitzades.

b) Objectius terminals:

Adaptar-se, d'una manera responsable i participativa, a les funcions pròpies de les entitats/empreses que ofereixen activitats d'escalada.

Afrontar, amb progressiva autonomia, organització i iniciativa de treball, les tasques relacionades amb l'ensenyament i l'organització d'activitats d'escalada, i amb l'entrenament bàsic i la direcció d'esportistes i equips per a la seva participació en competicions d'escalada d'àmbit local i autonòmic.

Valorar el conjunt d'accions realitzades en les entitats/empreses que ofereixen activitats d'escalada, a partir dels interessos i les aptituds personals, i de l'experiència acumulada en el centre de treball.

c) Tipus d'activitats formatives de referència proposades (possibles tasques que es poden fer al centre de treball).

1. Activitats formatives de referència relacionades amb la programació i organització d'activitats lligades a la pràctica de l'escalada:

Programació i organització d'activitats d'escalada en medi natural.

Programació i organització d'activitats d'escalada en rocòdrom.

Programació i organització d'activitats lúdiques afins a l'escalada (tirolines, ràpels, etc.).

2. Activitats formatives de referència relacionades amb la programació i realització de l'ensenyament de l'escalada:

Programació de cursos, xerrades i conferències sobre diferents aspectes de l'escalada.

Organització de cursos, xerrades i conferències sobre diferents aspectes de l'escalada.

Realització d'exposicions teòriques dels cursos d'escalada.

Realització de demostracions pràctiques de diferents aspectes de l'escalada.

3. Activitats formatives de referència relacionades amb la programació i direcció de l'entrenament bàsic d'escaladors i escaladores:

Realització de la programació d'un entrenament d'escalada.

Direcció d'un entrenament d'escalada.

Avaluació d'un entrenament d'escalada.

4. Activitats formatives de referència relacionades amb la direcció d'esportistes i equips

durant la seva participació en competicions d'escalada d'àmbit local, autonòmic i estatal:

Gestió de la logística que permeti la participació en competicions.

Realització del plantejament tàctic aplicable a la competició d'escalada.

Direcció d'esportistes o equips en l'actuació tècnica i tàctica durant la competició esportiva.

Avaluació de l'actuació dels/les esportistes en la competició.

Col·laboració en la detecció de talents esportius.

5. Activitats formatives de referència relacionades amb la preparació i manteniment d'instal·lacions d'escalada:

Disseny i equipament d'itineraris d'escalada en roca.

Disseny i equipament d'itineraris d'escalada en rocòdrom.

Valoració de l'estat de conservació dels equipaments d'escalada.

6. Activitats formatives de referència relacionades amb la conducció de persones o grups en la pràctica de l'escalada:

Programació i organització d'escalada amb clientela.

Conducció de persones o grups.

d) Cada centre docent en determina els continguts i s'hi apliquen els criteris generals d'avaluació següents:

1. Analitza l'àmbit de treball i identifica les relacions laborals en el marc organitzatiu i de funcionament de l'entitat/empresa.

2. S'adapta a les característiques organitzatives i a les situacions pròpies del centre de treball.

3. Actua amb responsabilitat en l'àmbit productiu del centre de treball, tenint en compte la normativa legal i les condicions de seguretat.

4. Treballa en equip quan cal, i es coresponsabilitza, respecta i valora el treball de les altres persones i hi coopera.

5. Adopta una actitud participativa, s'interessa per aprendre i té iniciativa amb relació a les tasques encomanades.

6. Té una visió de conjunt i coordinada de les funcions, les fases, els processos o els productes de l'entitat/empresa.

7. Obté la informació i els mitjans necessaris per realitzar l'activitat assignada, utilitzant els canals existents.

8. Executa les tasques i s'ajusta progressivament als nivells particulars de l'entitat/empresa.

9. Detecta anomalies o desviacions en l'àmbit de l'activitat assignada, n'identifica les causes i hi proposa possibles solucions.

10. Interpreta i expressa la informació amb la terminologia o simbologia i els mitjans propis de treball.

11. Identifica les característiques particulars dels mitjans de producció, l'utilatge, els equips i les eines, i hi aplica els procediments tècnics adequats.

12. Identifica les condicions de l'entitat/empresa més relacionades amb la seva professió perquè puguin ésser millorades.

13. Identifica les activitats, les tasques i els àmbits d'actuació que s'adeqüen millor a les seves aptituds i als interessos professionals.

14. Identifica els aspectes positius i negatius de l'àmbit de treball: condicions de seguretat

personal i mediambiental, riscos, relacions personals, etc.

ANNEX 6

Perfil professional i currículum dels ensenyaments de segon nivell que condueixen a l'obtenció del títol de tècnic o tècnica d'esport en muntanya mitjana

1. *Denominació:* tècnic o tècnica d'esport en muntanya mitjana

2. *Durada i distribució horària dels ensenyaments:*

2.1 Durada: 555 hores.

2.2 Distribució horària dels ensenyaments:

Bloc comú

Bases anatòmiques i fisiològiques de l'esport II: 40 h.t.

Bases psicopedagògiques de l'ensenyament i l'entrenament II: 45 h.t.

Entrenament esportiu II: 30 h.t.+ 10 h.p.

Organització i legislació de l'esport II: 5 h.t.

Teoria i sociologia de l'esport: 20 h.p.

Càrrega horària del bloc: 140 h.p.+ 10 h.t.

Total hores: 150 h.

Bloc específic

Desenvolupament professional II: 10 h.t.

Coneixement del medi: 10 h.t.+ 10 h.p.

Psicologia dels esports de muntanya i escalada: 10 h.t.

Formació tècnica i metodològica de la progressió en muntanya: 20 h.t.+35 h.p.

Entrenament de l'excursionisme: 10 h.t.+10 h.p.

Seguretat en la muntanya mitjana: 10 h.t.+25 h.p.

Conducció en la muntanya mitjana: 5 h.t.+20 h.p.

Càrrega horària del bloc: 75 h.t.+ 100 h.p.

Total hores: 175 h.

Bloc complementari

Terminologia específica estrangera: 10 h.t.

Equipaments esportius: 10 h.t.

Informàtica bàsica aplicada: 10 h.t.

Càrrega horària del bloc: 30 h.t.

Bloc de formació pràctica: 200 h.t.

Durada total: 555 h.

3. Perfil professional

3.1 Competències

El títol de tècnic o tècnica d'esport en muntanya mitjana acreditada que el seu/la seva titular té les competències necessàries per a conduir persones o grups en condicions de seguretat per muntanya baixa i mitjana en qualsevol època de l'any i per alta muntanya a l'estiu, sense utilitzar tècniques específiques de l'alpinisme, l'escalada o el descens de barrancs, per organitzar activitats d'excursionisme i per programar i realitzar l'ensenyament de l'excursionisme.

3.2 Competències professionals

a) Conduir persones o grups per muntanya mitjana i baixa i altres terrenys que no requereixin tècniques d'alpinisme, escalada o descens de barrancs:

1. Progressar amb seguretat i eficàcia en terrenys de muntanya baixa i mitjana, amb o sense condicions de visibilitat, i independentment de les condicions del terreny

2. Evolucionar amb raquetes en terrenys nevats rurals.

3. Seleccionar l'emplaçament del lloc de pernoctació segons els criteris de seguretat i la programació establerta.

4. Preveure els canvis de temps en una àrea per l'observació dels fenòmens atmosfèrics locals.

5. Identificar els fenòmens atmosfèrics indicatius d'un possible canvi de temps meteorològic.

6. Preveure els canvis del terreny d'acord amb les condicions atmosfèriques.

7. Informar les persones que hi participen sobre l'itinerari previst, amb la utilització de mapes.

8. Informar les persones participants sobre les característiques culturals i naturals de l'itinerari.

9. Modificar l'itinerari d'acord amb les condicions de les persones que hi participen i el medi.

b) Programar i organitzar activitats d'excursionisme:

1. Establir el pla d'actuacions per al desenvolupament de les excursions amb la finalitat d'assolir els objectius previstos, tot garantint les condicions de seguretat, i segons la condició física i els interessos dels practicants.

2. Preveure les mesures de seguretat necessàries per a la realització de l'activitat.

3. Controlar la logística de l'activitat i assegurar la disponibilitat de la prestació de tots els serveis necessaris.

4. Avaluar les possibilitats de realització de l'activitat a l'indret escollit.

5. Traçar els itineraris sobre els mapes i recórrer el mateix itinerari sobre el terreny.

6. Accedir a les fonts d'informació meteorològica, interpretar la informació i predir l'evolució del temps.

7. Col·laborar en la promoció del patrimoni cultural de les zones de muntanya i en la conservació de la natura.

8. Detectar informació tècnica relacionada amb la seva feina, amb la finalitat d'incorporar-hi tècniques i tendències, i utilitzar els nous equips i materials del sector.

9. Detectar i interpretar els canvis tecnològics, organitzatius, econòmics i socials que incideixen en l'activitat professional.

10. Posseir una visió global i integradora del procés, comprendre la funció de les instal·lacions i equips, i les dimensions tècniques, pedagògiques, organitzatives, econòmiques i humanes de la seva feina.

c) Programar i realitzar l'ensenyament de l'excursionisme:

1. Programar les sessions d'ensenyament determinant els objectius, els continguts, els recursos i mètodes, l'avaluació i la temporització de les activitats.

2. Explicar i demostrar les tècniques, tàctiques i habilitats bàsiques específiques de l'excursionisme.

3. Informar sobre les característiques de l'equip i el material adequats per a la pràctica de l'excursionisme, així com el seu manteniment preventiu i la seva conservació.

4. Demostrar la utilització de l'equip i material específics de l'excursionisme.

5. Corregir el plantejament tàctic, l'execució tècnica i la utilització del material.

6. Transmetre les normes, valors i continguts ètics de la pràctica esportiva.

7. Fomentar la pràctica esportiva saludable.

8. Avaluar la progressió de l'aprenentatge, identificant els errors d'execució i les seves causes, i aplicar els mètodes i mitjans necessaris per a la seva correcció.

3.3 Camp professional

3.3.1 Àmbit professional

Aquest/a tècnic/a exercirà la seva activitat en el sector esportiu i del lleure, en l'àmbit de l'ensenyament de l'excursionisme i en la conducció de grups i persones per muntanya baixa i mitjana i altres terrenys de poca dificultat.

S'exclouen del seu àmbit d'actuació: les glaceres i els terrenys que requereixin per a la progressió l'ús de tècniques i materials específics d'alpinisme, escalada, descens de barrancs o esquí de muntanya.

S'exclou també la docència de l'alpinisme, el descens de barrancs, l'escalada i l'esquí de muntanya.

Aquest/a tècnic/a podrà actuar de forma autònoma o en el si d'organismes públics o entitats privades. Els diversos tipus d'empreses on pot desenvolupar les seves funcions són:

Escoles esportives,
Clubs i associacions esportives o de lleure,
Federacions esportives,
Patronats esportius,
Empreses de serveis esportius o de lleure,
Centres escolars (activitats extraescolars).

Les principals ocupacions que es poden desenvolupar quan s'hagi adquirit la competència professional definida en el perfil són:

Guia de muntanya baixa i mitjana.
Instructor/instructora o monitor/monitora d'excursionisme.

Director/directora d'activitats d'excursionisme.

3.3.2 Àmbit funcional

Les responsabilitats que li seran requerides a aquest/a tècnic/a són les següents:

Conducció i acompanyament de persones i grups per terrenys de muntanya.

Programació i organització d'activitats d'excursionisme,

Ensenyament de l'excursionisme,
Control i avaluació del procés d'instrucció esportiva,

Seguretat de les persones o grup durant el desenvolupament de l'activitat,

Compliment de les instruccions generals de la persona responsable de la entitat esportiva.

4. Currículum.

A) Bloc comú

El bloc comú dels ensenyaments de segon nivell del títol de tècnic o tècnica d'esport en muntanya mitjana és igual al del segon nivell del de tècnic o tècnica d'esport en alta muntanya.

B) Bloc específic

CRÈDIT 1

Desenvolupament professional II

a) *Durada*: 10 hores (teòriques).

b) *Objectius terminals*:

Identificar el perfil, el marc legal, les competències i l'àmbit professional i funcional del tècnic/la tècnica d'esport.

Definir les responsabilitats civils i penals derivades de l'exercici professional del tècnic/la tècnica d'esport.

Identificar les diferents opcions d'associacionisme professional existents a nivell internacional, estatal i autonòmic.

Sintetitzar els condicionants existents en un codi deontològic professional.

c) *Continguts de fets, conceptes i sistemes conceptuals*:

1. Tècnic o tècnica d'esport:

Marc legal.

Competència professional.

Àmbit professional i funcional.

2. Associacionisme professional:

Origen de la professió.

Organitzacions professionals internacionals, estatals i autonòmiques.

Deontologia professional.

3. Sector dels esports de muntanya i escalada a l'estranger:

Condicions laborals.

Experiències professionals.

d) *Continguts de procediments*:

1. Identificació del perfil professional del tècnic/la tècnica d'esport:

Identificació del currículum formatiu.

Identificació del marc legal.

Identificació de les competències professionals.

Delimitació de l'àmbit professional.

Identificació de les responsabilitats civils i penals en l'exercici professional.

2. Caracterització del sector dels esports de muntanya a l'estranger:

Identificació de les similituds i diferències en la pràctica professional.

Identificació de l'equivalència de les titulacions.

Comparació dels currículums formatius.

Comparació de les competències professionals.

Comparació de les responsabilitats civils i penals en l'exercici professional.

e) *Continguts d'actituds*:

1. Constància en la detecció, correcció i revisió del treball efectuat, així com els possibles errors.

2. Coneixement de l'estructuració legal i federativa dels esports de muntanya.

3. Coneixement de les causes jurídiques, les conseqüències i les cobertures de la responsabilitat civil.

4. Acceptació de les normes i de les responsabilitats assignades.

5. Consciència del deure o de la tasca assignada.

6. Comunicació amb els/les superiors per valorar el treball i reconduir-lo, si escau.

7. Interès per l'actualització de la informació.

8. Acceptació de l'altra persona i de les opinions i judicis aliens.

9. Cordialitat i respecte envers els/les altres professionals amb qui es relaciona.

10. Creativitat en la recerca de les formes d'actuació i d'organització de les tasques i les accions relacionades amb la professió.

11. Interès pels nous coneixements i modificacions que es produeixen amb relació a l'estructuració i normativa de la professió.

CRÈDIT 2

Coneixement del medi

a) *Durada*: 20 hores (10 de teòriques+10 de pràctiques).

b) *Objectius terminals*:

Identificar els principals tipus de roques a partir de l'observació directa i la utilització de diferents proves.

Relacionar els tipus de roques amb les característiques del paisatge, tenint en compte els agents erosius i la tectònica de la zona.

Identificar els elements geològics relacionats amb els agents erosius.

Situar les principals serralades i els principals accidents geogràfics de la Terra i, en especial, de Catalunya.

Localitzar les principals zones de pràctica esportiva de muntanya de la Península Ibèrica i, en especial, de Catalunya.

Reconèixer les principals espècies vegetals de muntanya de Catalunya, a partir de la visualització directa.

Situar les espècies vegetals de muntanya en les diferents serralades de Catalunya.

Reconèixer les principals espècies animals de muntanya de Catalunya, a partir de la seva visualització directa o dels seus rastres.

Situar les espècies animals de muntanya en les diferents serralades de Catalunya.

Identificar els efectes de l'actuació dels/les esportistes sobre el medi, en els diferents ambients de muntanya.

Determinar el contingut, la metodologia i els recursos necessaris per a la realització d'activitats envers la protecció del medi ambient, tenint en compte les característiques de les diferents modalitats esportives de muntanya.

c) *Continguts de fets, conceptes i sistemes conceptuals*:

1. Geologia:

Roques.

Eres geològiques.

Paisatge i agents erosius. Rius i glaceres.

Paisatge i tectònica.

2. Geografia de les muntanyes de la terra:

Serralades de l'àrea europea/mediterrània.

Accidents geogràfics de les serralades de l'àrea europea/mediterrània.

Serralades de la resta del món.

Accidents geogràfics de les diferents serralades del món.

Geografia de les zones d'escalada, els engorjats i l'alta muntanya de la Península Ibèrica.

3. Geografia i geologia de Catalunya:

Geografia i geologia de les unitats de relleu de Catalunya: els Pirineus i Prepirineus, la Depressió Central i les Serralades Costaneres.

Geografia de les zones d'escalada, els engorjats i l'alta muntanya de Catalunya.

Geologia de les zones d'escalada, els engorjats i l'alta muntanya de Catalunya.

4. Vegetació de muntanya:

Generalitats: factors climàtics, altura, orientació i materials amb relació a la vegetació.

Vegetació de muntanya de Catalunya: boscos, prats, tarteres i codines, penya-segats, engorjats, vegetació de ribera i mulladius i vegetació ruderal i nitròfila.

Vegetació de muntanya de la Península Ibèrica.

5. Fauna de muntanya:

Generalitats: factors climàtics, altura i vegetació amb relació a la fauna.

Fauna de muntanya de Catalunya.

Fauna de muntanya de la Península Ibèrica.

6. Riscos i impacte dels esports de muntanya en el medi ambient:

Excursionisme.

Escalada.

Descens d'engorjats.

Alpinisme.

Esquí.

d) *Continguts de procediments*:

1. Interpretació de les característiques del paisatge amb relació a l'activitat esportiva:

Identificació dels principals tipus de roques a partir de l'observació directa i la utilització de diferents proves.

Determinació de les relacions entre els agents erosius, la tectònica i les roques amb el paisatge.

Identificació dels elements geològics relacionats amb els agents erosius.

Relació entre el paisatge i les activitats de muntanya mitjana.

2. Localització dels elements geogràfics:

Identificació de les principals serralades i els principals accidents geogràfics de la terra, la Península Ibèrica i Catalunya.

Situació en els mapes de les principals serralades i accidents geogràfics de la terra, la Península Ibèrica i Catalunya.

Identificació de les principals zones de pràctica de muntanya mitjana de la Península Ibèrica i de Catalunya.

Situació en els mapes de les principals zones de muntanya mitjana de la Península Ibèrica i de Catalunya.

3. Reconeixement de les principals espècies vegetals de muntanya de Catalunya:

Identificació de les diferents espècies vegetals de la muntanya mitjana per observació directa.

Situació de les diferents espècies vegetals en els diferents ambients de muntanya.

Situació de les diferents espècies vegetals de la muntanya mitjana segons el tipus de roques, l'orientació i d'altres característiques ambientals.

4. Reconeixement de les principals espècies animals de Catalunya:

Identificació de les diferents espècies animals de la muntanya mitjana per observació directa o dels seus rastres.

Situació de les principals espècies animals en els diferents ambients de muntanya.

Situació de les espècies animals de la muntanya mitjana segons les característiques de la zona.

5. Determinació de les activitats a realitzar amb relació a la protecció del medi de muntanya:

Identificació de l'actuació dels/les esportistes sobre el medi, en els diferents ambients de muntanya.

Determinació del contingut, la metodologia i els recursos necessaris per a la realització d'activitats envers la protecció del medi ambient, tenint en compte les característiques de les diferents modalitats esportives de muntanya.

e) *Continguts d'actituds*:

1. Presa de decisions en la selecció de les fonts d'informació sobre les característiques geogrà-

fiques, geològiques, botàniques i faunístiques de la zona.

2. Determinació en la metodologia utilitzada per a la realització d'activitats esportives tenint en compte la protecció del medi ambient.

3. Acceptació de les normes i de les responsabilitats assignades.

4. Col·laboració en la protecció del medi natural.

5. Interès per l'actualització de la informació mediambiental i sobre aspectes de la zona que puguin ser significatius per a l'activitat.

6. Col·laboració amb altres professionals en l'obtenció de dades sobre la meteorologia, les característiques geològiques, geogràfiques, botàniques i faunístiques de la zona.

7. Acceptació de l'altra persona i de les opinions i judicis aliens.

8. Rigor en l'obtenció i anàlisi de les dades i en l'execució del treball.

9. Autosuficiència en la recerca i tractament de la informació.

10. Interès pel missatge i per la persona interlocutora.

11. Motivació de les persones participants cap a les conductes de respecte al medi.

12. Interès per donar la informació sobre les característiques de la zona a les persones participants.

13. Interès pels nous coneixements i els avenços científics que es produeixen amb relació al medi.

14. Observació de les normes de conducta i seguretat en el medi natural.

15. Consideració per la salut pròpia i la de les altres persones.

16. Ús d'elements que no perjudiquin el medi ambient.

CRÈDIT 3

Psicologia dels esports de muntanya i escalada

a) *Durada*: 10 hores (teòriques).

b) *Objectius terminals*:

Identificar i aplicar els recursos psicològics per millorar el treball com a tècnic o tècnica i el rendiment dels/les esportistes.

Identificar les característiques i perfil psicològic dels/les esportistes que practiquen les activitats de muntanya.

Conèixer les característiques intrínseques dels esports de muntanya.

Identificar els trets diferencials entre els/les esportistes de les diverses modalitats d'esports de muntanya.

Diferenciar les característiques i el perfil psicològic del tècnic/la tècnica d'esports de muntanya d'acord amb les diferents modalitats d'actuació: guia, entrenador o entrenadora i monitor o monitora - professor o professora.

Valorar la importància de l'estatus i l'estil personal del tècnic/la tècnica.

Aplicar recursos per a la pròpia motivació com a tècnic/tècnica.

Adequar la funció del tècnic/la tècnica, mitjançant eines psicològiques, a la diversitat del grup o dels seus membres, i a les característiques de les tasques a desenvolupar.

Saber actuar amb persones o grups tipificats com a difícils, o en situacions límit.

Identificar i aplicar les tècniques d'activació, relaxació, concentració, visualització, construc-

ció de la confiança i cohesió de grup per a la millora del rendiment esportiu.

Elaborar i aplicar un pla d'actuació per a la millora dels aspectes psicològics.

c) *Continguts de fets, conceptes i sistemes conceptuals:*

1. Tríada por/risc/perill:

Identificació de la tríada com a elements psicològics genuïns en la pràctica dels esports de muntanya.

Conceptualització de la tríada.

2. Binomi actuació/reflexió:

Identificació del binomi fonamental actuació/reflexió com a element intrínsec de la psicologia de les persones practicants dels esports de muntanya.

Conceptualització del binomi.

3. Mestratge:

Conceptualització del mestratge com element volitiu i central en la psicologia de la persona tècnica dels esports de muntanya.

Transmissió de coneixements i experiència. Autolimitació.

Voluntat de transmissió i elements didàctics.

4. Estatus i estil personal de la persona tècnica dels esports de muntanya:

Elements vocacionals.

Sosteniment de l'estatus de la persona tècnica dels esports de muntanya.

5. Grup:

Característiques dels trets comuns de les persones membres del grup.

Característiques de la diversitat de les persones membres del grup.

6. Situacions límit:

Definicions dels casos i situacions límit.

Tipificacions dels casos i situacions límit segons les característiques de la situació i les característiques personals individuals o de grup.

7. Tècniques per a la millora del rendiment esportiu:

Activació.

Relaxació.

Concentració.

Visualització.

Construcció de confiança.

Cohesió del grup.

8. Pla d'actuació:

Elaboració.

Jerarquització dels elements.

d) *Continguts de procediments:*

1. Anàlisi i identificació dels diversos elements objectius i subjectius que intervenen en el trinomi por/risc/perill.

Identificació dels coneixements previs i l'experiència.

Valoració de la nova situació.

Identificació dels requeriments tècnics, instrumentals, físics i psíquics.

2. Anàlisi de procés de les seqüències reflexió-actuació-reflexió-actuació (R-A):

Aplicació dels criteris d'establiment de les jerarquitzacions pertinents en els binomis R-A.

Valoració de la dimensió temporal.

Anàlisi dels elements de la lògica subjectiva: instant de veure, temps per comprendre, moment de concloure.

3. Anàlisi dels elements clau del mestratge:

Anàlisi de la transmissió de coneixements.

Valoració de l'experiència.

Determinació de l'autolimitació.

Anàlisi de la voluntat de transmissió.

Identificació dels elements didàctics.

4. Anàlisi de l'estatus i de l'estil personal del/la professional.

Anàlisi de: professionalitat, il·lusió, responsabilització envers l'alumnat o clientela i sosteniment del rol i funcions del/la professional.

5. Anàlisi de les diferents poblacions de treball:

Anàlisi del grup.

Caracterització del grup segons les persones que el componguin.

Determinació dels recursos.

6. Tipificació de les situacions definibles com a límit:

Identificació de les situacions límit segons les seves característiques. Identificació de les situacions límit segons les característiques personals individuals o de grup.

Determinació dels recursos d'intervenció.

7. Aplicació de les tècniques d'activació, relaxació, concentració, visualització, construcció de l'autoconfiança i cohesió de grup:

Anàlisi de la situació inicial.

Explicació de les accions que es portaran a terme.

Comprovació del compliment de les necessitats i condicions de partida.

Execució de les accions segons els protocols establerts i la tècnica a aplicar.

Verificació del compliment de les indicacions per part de les persones que hi participen.

8. Elaboració d'un pla d'actuació:

Identificació de les característiques de les persones destinatàries del pla.

Determinació dels objectius: selecció dels aspectes psicològics que cal millorar.

Modificació del pla d'actuació a partir de les experiències adquirides, tot i aplicant les tècniques i habilitats necessàries per tal de millorar-lo.

e) *Continguts d'actituds:*

1. Presa de decisions davant de situacions que puguin afectar el desenvolupament de les activitats.

2. Introducció permanent dels elements racionals i racionalitzables que permeten la consecució dels objectius proposats amb el mínim de riscos i esforços a realitzar.

3. Responsabilitat i professionalitat en les tasques a desenvolupar.

4. Claredat i compromís personal en la transmissió dels estímuls.

5. Rigor i claredat en tots els elements didàctics que han de facilitar o

possibilitar la realització del pla d'actuació.

6. Interès per motivar la clientela per comprendre el sentit i beneficis psicològics i personals que li pot comportar la pràctica d'esports de muntanya, fins i tot en grups de població que requereixen especial atenció.

7. Respecte per les diferències d'altri i comprensió per les dificultats alienes, encara que sigui en detriment dels objectius proposats.

8. Il·lusió en la pràctica dels esports de muntanya, tot i tenint en compte els riscos que comporten.

9. Incorporació, a través de la pròpia experiència, de la distinció por/perill de cara a la màxima eficàcia de l'empresa proposada.

10. Satisfacció, curiositat i interès per les relacions interpersonals.

11. Rigor en l'aprenentatge de les tècniques de millora del rendiment esportiu.

12. Consideració per la salut pròpia i la de les altres persones.

CRÈDIT 4

Formació tècnica i metodològica de la progressió en muntanya

a) *Durada:* 55 hores (20 de teòriques+35 de pràctiques).

b) *Objectius terminals:*

Identificar l'equip personal i el material necessari per a la pràctica de l'excursionisme, particularment en condicions climatològiques desfavorables.

Identificar la roba d'altres prestacions per a baixes temperatures.

Seleccionar adequadament l'equipament per a cada persona i activitat.

Identificar el material per a la progressió sobre terreny nevad tipus nòrdic.

Relacionar l'equip personal i el material amb les condicions d'utilització, manteniment i reparacions a realitzar en cas necessari.

Identificar i demostrar les accions bàsiques de la tècnica per a la progressió sobre terreny nevad tipus nòrdic.

Identificar els elements biomecànics del desplaçament amb raquetes.

Identificar i demostrar les tècniques de desplaçament amb raquetes en qualsevol direcció.

Determinar les posicions de caiguda més adients a cada situació.

Progressar amb eficàcia i seguretat sobre terreny nevad tipus nòrdic, amb o sense raquetes, utilitzant les tècniques més adequades segons les condicions del terreny.

Interpretar i confeccionar ressenyes.

Planificar la sortida.

Planificar les intervencions docents, garantint la disposició de la programació general, les sessions, el disseny d'exercicis i la producció de fitxes d'activitats.

Seleccionar la zona més adient per tal de poder demostrar les tècniques, d'acord amb la programació.

Aplicar convenientment la intervenció didàctica mitjançant la transmissió d'informació, les demostracions, la realització d'activitats i la correcció.

Obtenir dades i registres per tal de valorar el procés d'aprenentatge de l'alumnat.

c) *Continguts de fets, conceptes i sistemes conceptuals:*

1. Equip i material:

Equip personal bàsic: vestimenta i calçat.

Material bàsic. Manteniment i reparacions.

Material hivernal: raquetes de neu, pales de neu, sonda i ARVA.

2. Tècniques de desplaçament sobre terreny nevad tipus nòrdic.

Biomecànica del desplaçament sobre terreny nevad tipus nòrdic.

Progressió sense raquetes sobre terreny nevad tipus nòrdic: pla, ascens, descens, flanqueig i autodetenció.

Progressió amb raquetes sobre terreny nevad tipus nòrdic: pla, ascens, descens, flanqueig i autodetenció.

3. Tàctica a l'excursionisme:

Ressenyes: tipus, simbologia, interpretació i confecció de ressenyes.

Logística general prèvia a la sortida.

Estratègia en la preparació de la sortida.
Tàctica durant la sortida.

4. Didàctica de l'excursionisme:

Metodologia de la intervenció didàctica en la progressió en muntanya baixa i mitjana: situació inicial, objectius, programació de sessions, activitats i exercicis.

Recursos metodològics de la didàctica de l'excursionisme.

Avaluació: objectius, tipus i mètodes.

d) *Continguts de procediments:*

1. Preparació i utilització del material i l'equip:

Determinació de la vestimenta i l'equip necessari per a la pràctica de l'excursionisme, particularment en condicions climatològiques desfavorables, o per a la progressió i el desplaçament sobre terreny nevats tipus nòrdic.

Comprovació de l'adequació de l'equipament a les característiques de cada persona i activitat.

Comprovació de l'estat i del funcionament de l'equip i del material.

Verificació de la correcta utilització de l'equip i del material.

Determinació del manteniment més adient per a cada peça de l'equip i cada element del material.

2. Desplaçament sobre terreny nevats tipus nòrdic:

Anàlisi de les condicions del terreny.

Determinació de la necessitat d'utilitzar raquetes de neu.

Aplicació de la tècnica de progressió més adequada sobre terreny nevats tipus nòrdic, en funció de la utilització o no de raquetes i de la direcció a seguir (en pla, en ascens, en descens o en flanqueig).

Adaptació o canvi de la tècnica de progressió escollida segons les variacions del terreny.

Utilització de la posició de caiguda més adient segons la situació.

3. Determinació de la logística, l'estratègia i la tàctica de la sortida:

Identificació dels elements a tenir en compte per projectar i desenvolupar les activitats amb les màximes possibilitats d'èxit i de seguretat: característiques del terreny, meteorològiques, del grup i del material, entre d'altres.

Interpretació de ressenyes existents.

Confecció de ressenyes en cas necessari.

4. Ensenyament de les tècniques de progressió en muntanya:

Planificació de la intervenció didàctica en la progressió: programació general, programació de sessions, disseny d'exercicis, producció de fitxes d'activitats.

Aplicació de la intervenció didàctica en la progressió: determinació i reconeixement de la zona; comunicació, demostració i realització de les activitats; correcció dels exercicis.

Avaluació del procés d'aprenentatge.

e) *Continguts d'actituds:*

1. Presa de decisions davant de situacions que puguin afectar el desenvolupament de la sortida plantejada.

2. Presa de decisions en la modificació de les activitats previstes si s'han produït variacions que puguin afectar la seguretat de les persones participants, o bé si es detecta una diferència significativa en el nivell d'aquestes persones respecte al previst, o anomalies en el material o equip.

3. Rigor i cura en la selecció, la verificació, la utilització i el manteniment del material i l'equip.

4. Ordenació en la planificació.

5. Consciència del deure o la tasca assignada i de les repercussions que es poden derivar de l'incompliment.

6. Interès per l'actualització de la informació sobre aspectes de material, equip i progressió en terreny sense neu o terreny nevats de tipus nòrdic.

7. Determinació en l'assessorament a persones i grups en la utilització de l'equip i el material, i en l'execució de les tècniques pròpies de l'activitat.

8. Determinació en les solucions aplicades a situacions d'emergència.

9. Interès pels nous coneixements que es produeixin amb relació al material, l'equip, la didàctica i la progressió.

10. Claredat i seguretat en les demostracions dels diferents tipus de progressió.

11. Aparença personal de calma i seguretat en situacions adverses o tràgiques.

12. Observació de les normes higienicosanitàries.

CRÈDIT 5

Entrenament en l'excursionisme

a) *Durada:* 20 hores (10 de teòriques+10 de pràctiques).

b) *Objectius terminals:*

Identificar els requeriments físics i psíquics per a la pràctica de l'excursionisme.

Identificar les principals estructures anatòmiques implicades en l'excursionisme.

Seleccionar i aplicar els mètodes adients per a l'escalfament previ i per a la recuperació posterior a l'activitat excursionista.

Identificar i aplicar els mètodes, sistemes i exercicis aplicats per al desenvolupament de les capacitats motrius i per a la millora de la tècnica i l'estratègia en excursionisme.

Planificar l'entrenament, establint els objectius i la periodització, a partir de les possibilitats i les necessitats de l'esportista.

Avaluar l'entrenament i la millora de les capacitats motrius, tècniques i estratègiques.

Seleccionar i aplicar les proves per a la valoració de les capacitats motrius, tècniques i estratègiques.

c) *Continguts de fets, conceptes i sistemes conceptuals:*

1. Excursionisme com a activitat física:

Requeriments físics i psíquics.

Estructures anatòmiques implicades.

Mètodes per a l'escalfament i la recuperació de l'activitat excursionista.

2. Planificació de l'entrenament

Situació inicial: capacitats físiques i recursos disponibles.

Objectius de l'entrenament.

Criteris de planificació.

Distribució temporal del treball: cicles plurianuals, anuals, macrocicle, mesocicle, microcicle i sessions.

3. Entrenament:

Entrenament de les capacitats motrius: mètodes, sistemes i exercicis.

Entrenament de la tècnica i estratègia: mètodes, sistemes i exercicis.

4. Avaluació de l'entrenament:

Elements de control de l'entrenament.

Proves per a la valoració de les capacitats motrius, la tècnica i l'estratègia.

d) *Continguts de procediments:*

1. Anàlisi de l'excursionisme com a activitat física:

Identificació dels requeriments físics per a la pràctica de l'excursionisme.

Identificació dels requeriments psíquics per a la pràctica de l'excursionisme.

Identificació de les parts anatòmiques implicades en l'excursionisme.

2. Planificació de l'entrenament:

Anàlisi de les capacitats físiques inicials de l'esportista.

Identificació de les possibilitats i les necessitats de l'esportista.

Determinació dels objectius de l'entrenament.

Anàlisi dels recursos disponibles.

Distribució temporal del treball: cicles plurianuals, anuals, macrocicle, mesocicle, microcicle i sessions.

3. Entrenament de l'esportista:

Selecció i aplicació dels mètodes per a l'escalfament i la recuperació de l'activitat excursionista.

Selecció i aplicació dels mètodes, sistemes i exercicis aplicats per al desenvolupament de les capacitats motrius en l'excursionisme.

Selecció i aplicació dels mètodes, sistemes i exercicis aplicats a la millora de la tècnica i estratègia de l'excursionisme.

4. Avaluació de l'entrenament:

Identificació del nivell inicial dels/esportistes.

Determinació dels moments més adients per a realitzar l'avaluació.

Selecció de les proves a aplicar.

Aplicació de les proves.

Valoració de la millora del rendiment en base al resultat de les proves.

e) *Continguts d'actituds:*

1. Determinació en la presa de decisions en la selecció o adaptació de mètodes, sistemes i exercicis d'entrenament.

2. Constància en detectar, corregir i revisar el treball efectuat, així com els possibles errors en la planificació i el desenvolupament de l'entrenament.

3. Aprofitament del temps i dels recursos disponibles en la planificació i periodització de l'entrenament.

4. Acceptació de l'altra persona i de les opinions i judicis aliens en la determinació dels objectius de l'entrenament.

5. Autoavaluació del treball realitzat en la planificació de l'entrenament i en la selecció o adaptació dels mètodes, sistemes i exercicis d'entrenament.

6. Cordialitat i respecte envers les altres persones en la comunicació i transmissió de missatges.

7. Recerca de noves actuacions en l'entrenament per a l'excursionisme.

CRÈDIT 6

Seguretat en la muntanya mitjana

a) *Durada:* 35 hores (10 de teòriques+25 de pràctiques).

b) *Objectius terminals:*

Identificar els perills naturals relacionats amb la pràctica d'activitats de muntanya mitjana i baixa.

Relacionar les situacions de perill en muntanya amb les normes de comportament que cal adoptar, les accions que cal emprendre i les necessitats d'utilització del material de seguretat.

Identificar els símptomes de les lesions més típiques de les activitats de muntanya mitjana i baixa, valorar-ne la gravetat i aplicar els protocols de l'assistència sanitària immediata en cas necessari.

Aplicar les mesures preventives necessàries per evitar les causes de les lesions cròniques típiques de la pràctica d'activitats de muntanya mitjana i baixa.

Reconèixer els diferents tipus de neu a partir de l'observació directa.

Interpretar un perfil estratigràfic del mantell nival.

Relacionar el tipus de neu, la climatologia i les característiques del terreny amb el risc d'allaus.

Valorar la situació en cas d'una allau.

Aplicar les pautes d'actuació més adients en cas d'una allau.

Aplicar les tècniques de localització i rescat en les allaus.

Determinar l'actuació dels serveis de socors.

Identificar l'equip humà i tècnic necessaris en el rescat en una allau.

Identificar els senyals de socors.

Identificar el material i equip i els aspectes psicològics de la supervivència.

Aplicar les tècniques de construcció de bivacs improvisats.

Aplicar els procediments per a l'obtenció d'aigua i aliments.

c) *Continguts de fets, conceptes i sistemes conceptuals:*

1. Perills naturals a la muntanya mitjana i baixa:

Característiques dels perills naturals: boira, pluja, llampegueigs, temperatura, incendi, desprendiments, allaus, etc.

Pautes d'actuació en cas de senyals evidents de perill natural.

2. Lesions més freqüents a la muntanya mitjana i baixa:

Prevenició, causes i símptomes.

Pautes d'actuació segons els protocols de l'assistència sanitària immediata.

3. Neu i allaus:

Característiques i transformacions de la neu.

Tipus d'allaus.

Factors de risc d'allaus.

Pautes d'actuació en cas de senyals de possibilitat d'allau.

4. Salvament en cas d'allau:

Valoració de la situació.

Pautes d'actuació.

Tècniques de localització i rescat.

Equip humà i material dels serveis de socors.

Senyals de socors.

5. Supervivència:

Psicologia de la supervivència.

Material i equip de supervivència.

Tècniques de construcció de bivacs improvisats.

Procediments per a l'obtenció d'aigua i aliments.

d) *Continguts de procediments:*

1. Reconeixement dels perills naturals:

Observació constant de l'entorn.

Identificació dels senyals que poden indicar perills naturals.

Reconeixement dels diferents tipus de neu a partir de l'observació directa.

Anàlisi d'un perfil estratigràfic del mantell nival.

Aplicació de les proves més adients per quantificar la possibilitat d'una allau.

2. Prevenició i tractament de les lesions més típiques a la muntanya mitjana i baixa:

Aplicació dels procediments de prevenició de les lesions.

Identificació dels símptomes de les lesions.

Valoració de la gravetat de les lesions.

Determinació de la necessitat de trasllat o evacuació.

Aplicació dels protocols de l'atenció sanitària immediata en cas necessari.

3. Actuació en cas de perill:

Valoració de la situació.

Comunicació amb els serveis de socors o rescat, en cas necessari.

Aplicació de les normes generals d'actuació i rescat davant d'una allau o d'altres perills naturals.

4. Actuació en cas de rescat:

Anàlisi de la situació.

Determinació de les pautes d'actuació més adients en el rescat.

Aplicació de les tècniques de localització i rescat.

Utilització de material específic en cas d'allau.

Determinació de la necessitat de trasllat o evacuació d'accentats.

Aplicació dels protocols de l'atenció sanitària immediata en cas necessari.

5. Aplicació dels elements de supervivència:

Identificació del material i equip de supervivència.

Utilització correcta del material i equip de supervivència.

Construcció de bivacs improvisats d'acord amb la situació.

Obtenció d'aigua i aliments en cas necessari.

e) *Continguts d'actituds:*

1. Presa de decisions en la valoració de les dades del mantell nival.

2. Argumentació de les prediccions realitzades sobre la possibilitat del risc d'allaus.

3. Presa de decisions davant de situacions que puguin comportar perill.

4. Presa de decisions en la modificació de les activitats previstes si s'han produït variacions que puguin afectar la seguretat de les persones participants.

5. Presa de decisions en la determinació de la necessitat de trasllat o evacuació de persones malaltes, lesionades o accidentades i en l'aplicació dels protocols de l'assistència sanitària immediata.

6. Presa de decisions en l'organització i control del grup en situacions de perill.

7. Ordenació de l'actuació davant d'un accident o d'un rescat a muntanya.

8. Acceptació de les normes i responsabilitats assignades.

9. Cura de la higiene general i dels materials implicats en l'atenció a la persona accidentada i en el rescat.

10. Compliment dels protocols de seguretat en la utilització del material, especialment en situacions de risc.

11. Aprofitament dels recursos disponibles en situacions d'emergència.

12. Interès per l'actualització de la informació sobre aspectes de seguretat i supervivència.

13. Participació en programes de formació relacionats amb les mesures de seguretat i els aspectes relacionats.

14. Col·laboració amb els serveis de rescat.

15. Col·laboració amb d'altres professionals en l'obtenció de dades sobre les característiques del mantell nival.

16. Determinació en les solucions aplicades a situacions d'emergència.

17. Cordialitat i amabilitat en el tracte amb la persona accidentada.

18. Motivació de les persones participants en el coneixement de les característiques del terreny nevat.

19. Aparença personal de calma i seguretat en situacions adverses o tràgiques.

20. Consideració per la salut pròpia i la de les altres persones.

CRÈDIT 7

Conducció en la muntanya mitjana

a) *Durada:* 25 hores (5 de teòriques+20 de pràctiques).

b) *Objectius terminals:*

Seleccionar o dissenyar itineraris que s'adaptin als objectius i característiques de les persones usuàries i a la durada prevista de l'activitat.

Identificar aspectes de la clientela/persones usuàries que poden condicionar la selecció o el disseny de l'itinerari.

Modificar la planificació de l'itinerari segons les condicions del medi, les meteorològiques i les característiques del grup.

Determinar els aspectes que cal tenir en compte en l'organització i el control de grups a la muntanya baixa i mitjana, d'acord amb les normes de conducció de grups.

Aplicar les normes de prevenició i seguretat en passos difícils i davant de possibles contingències del medi o de les persones.

Establir un codi de comunicació gestual i verbal amb el grup, tot i mantenint un control visual.

Determinar els punts d'aturada, d'acord amb les condicions del medi, les meteorològiques i les característiques del grup.

c) *Continguts de fets, conceptes i sistemes conceptuals:*

1. Organització i planificació d'itineraris en muntanya baixa i mitjana:

Característiques dels itineraris: dificultat, durada, aproximació, etc.

Aspectes del medi o meteorològics que condicionen el disseny o la selecció d'itineraris.

Aspectes de la clientela/persones usuàries que condicionen el disseny o la selecció d'itineraris: edat, sexe, forma física, etc.

Aspectes que cal tenir en compte en l'organització i el control de grups a la muntanya baixa i mitjana.

Normes de prevenició i seguretat en passos difícils i possibles contingències del medi o de les persones.

2. Conducció de grups:
Seguretat.
Normes i protocols d'actuació.
Punts d'aturada.
Comunicació gestual i verbal: informació inicial, codis de comunicació.

d) *Continguts de procediments:*

1. Organització i planificació d'itineraris:
Identificació dels objectius de l'activitat i de les característiques i motivacions de les persones participants.

Selecció i interpretació de les fonts d'informació: mapes, ressenyes, guies, etc.

Selecció de l'itinerari.

Reconeixement directe del terreny, si escau.
Determinació del ritme de marxa, el temps previst i els llocs de parada.

Determinació del material necessari.

Determinació de les solucions que cal adoptar en cas de possibles incidències.

2. Comunicació amb el grup:

Determinació de les instruccions i la informació que han de rebre les persones que hi participen.

Ordenació de la informació.

Establiment dels codis de comunicació gestual i verbal.

Emissió de la informació.

Verificació de la interpretació correcta de la informació.

3. Conducció de grups:

Verificació de l'equip i material personal i col·lectiu de les persones que hi participen.

Verificació de l'ajustament de les condicions del medi i meteorològiques, i de les característiques de les persones que hi participen, amb les previsions.

Distribució del grup.

Adaptació als horaris i durades previstes.

Conducció amb seguretat.

Modificació de la planificació de l'activitat d'acord amb el seu desenvolupament i els possibles incidents.

e) *Continguts d'actituds:*

1. Presa de decisions davant de situacions que puguin afectar el desenvolupament de la sortida plantejada, i en la modificació de l'itinerari si es detecta una diferència significativa en el nivell de les persones participants o en les condicions del medi o meteorològiques respecte a les previsions.

2. Constància en detectar, corregir i revisar la planificació de l'activitat i el disseny o selecció de l'itinerari.

3. Aprofitament dels recursos disponibles en situacions no previstes.

4. Consciència del propi deure com a conductor o conductor d'un grup i de les repercussions que es poden derivar del seu incompliment.

5. Coordinació amb els companys i companyes en les tasques de control i supervisió del grup.

6. Respecte i acceptació de les opinions i judicis aliens en les possibles modificacions de l'itinerari previst.

7. Determinació en l'execució de les tècniques pròpies de l'activitat i en les solucions aplicades a situacions d'emergència.

8. Rígor en l'execució del treball.

9. Cordialitat i amabilitat en el tracte amb els components del grup i amb els companys i companyes.

10. Interès pels nous coneixements que es produeixin amb relació a la conducció de grups per muntanya baixa i mitjana.

11. Aparença personal de calma i seguretat en situacions adverses o tràgiques.

12. Observació de les normes higienicosanitàries, de protecció de la natura i d'utilització dels refugis de muntanya.

13. Consideració per la salut i la seguretat pròpies i les de les altres persones.

C) *Bloc complementari*

El bloc complementari dels ensenyaments de segon nivell del títol de tècnic o tècnica d'esport en muntanya mitjana és igual al del segon nivell del de tècnic o tècnica d'esport en alta muntanya.

D) *Bloc de pràctiques*

a) *Durada:* 200 hores, de les quals:

Un mínim de 70 hores correspondran a activitats de conducció de persones i grups per muntanya mitjana i baixa.

Un mínim de 50 hores correspondran a activitats de programació de les activitats realitzades.

b) *Objectius terminals:*

Adaptar-se, d'una manera responsable i participativa, a les funcions pròpies de les entitats/empreses que ofereixen activitats d'excursionisme.

Afrontar, amb progressiva autonomia, organització i iniciativa de treball, les tasques relacionades amb la conducció de persones i grups per muntanya mitjana i baixa, i amb l'ensenyament i l'organització d'activitats d'excursionisme.

Valorar el conjunt d'accions realitzades en les entitats/empreses que ofereixen activitats d'excursionisme, a partir dels interessos i les aptituds personals, i de l'experiència acumulada en el centre de treball.

c) *Tipus d'activitats formatives de referència proposades (possibles tasques que es poden fer al centre de treball)*

1. Activitats formatives de referència relacionades amb la conducció de persones i grups per muntanya mitjana i baixa i d'altres terrenys que no requereixin tècniques d'alpinisme, escalada o descens d'engorjats:

Realització de marxas excursionistes.

Realització de curses de muntanya.

Realització de campaments i estades.

Realització de sortides guiades.

2. Activitats formatives de referència relacionades amb la programació i organització d'activitats d'excursionisme:

Programació i organització de marxas.

Programació i organització de curses de muntanya.

Programació i organització de campaments i estades.

Programació i organització de sortides guiades.

3. Activitats formatives de referència relacionades amb la programació i realització de l'ensenyament de l'excursionisme:

Programació de cursos, xerrades i conferències sobre diferents aspectes de l'excursionisme.

Organització de cursos, xerrades i conferències sobre diferents aspectes de l'excursionisme.
Realització de les exposicions teòriques dels cursos d'excursionisme.

Realització de demostracions pràctiques de diferents aspectes de l'activitat excursionista.

d) *Cada centre docent en determina els continguts i s'hi apliquen els criteris generals d'avaluació següents:*

1. Analitza l'àmbit de treball i identifica les relacions laborals amb el marc organitzatiu i de funcionament de l'entitat/empresa.

2. S'adapta a les característiques organitzatives i a les situacions pròpies del centre de treball.

3. Actua amb responsabilitat en l'àmbit productiu del centre de treball, tenint en compte la normativa legal i les condicions de seguretat.

4. Treballa en equip quan cal, i es coresponsabilitza, respecta i valora el treball de les altres persones, i hi coopera.

5. Adopta una actitud participativa, s'interessa per aprendre i té iniciativa amb relació a les tasques encomanades.

6. Té una visió de conjunt i coordinada de les funcions, les fases, els processos o els productes de l'entitat/empresa.

7. Obté la informació i els mitjans necessaris per realitzar l'activitat assignada, utilitzant els canals existents.

8. Executa les tasques i s'ajusta progressivament als nivells particulars de l'entitat/empresa.

9. Detecta anomalies o desviacions en l'àmbit de l'activitat assignada, n'identifica les causes i hi proposa possibles solucions.

10. Interpreta i expressa la informació amb la terminologia o simbologia i els mitjans propis de treball.

11. Identifica les característiques particulars dels mitjans de producció, l'utilatge, els equips i les eines, i hi aplica els procediments tècnics adequats.

12. Identifica les condicions de l'entitat/empresa més relacionades amb la seva professió perquè puguin ésser millorades.

13. Identifica les activitats, les tasques i els àmbits d'actuació que s'adeqüen millor a les seves aptituds i als interessos professionals.

14. Identifica els aspectes positius i negatius de l'àmbit de treball: condicions de seguretat personal i mediambiental, riscos, relacions personals, etc.

ANNEX 7

Relació de crèdits en què s'estructuren els mòduls professionals dels ensenyaments corresponents als títols de tècnic o tècnica d'esport en alta muntanya, tècnic o tècnica d'esport en descens de barrancs, tècnic o tècnica d'esport en escalada i tècnic o tècnica d'esport en muntanya mitjana

7.1 *Relació dels crèdits en què s'estructuren els mòduls del bloc comú*

a) Primer nivell:

Mòdul: bases anatòmiques i fisiològiques de l'esport.

Crèdit 1: bases anatòmiques i fisiològiques de l'esport I.

Mòdul: bases psicopedagògiques de l'ensenyament i l'entrenament.

Crèdit 2: bases psicopedagògiques de l'ensenyament i l'entrenament I.

Mòdul: entrenament esportiu.

Crèdit 3: entrenament esportiu I.

Mòdul: fonaments sociològics de l'esport.

Crèdit 4: fonaments sociològics de l'esport.

Mòdul: organització i legislació de l'esport.

Crèdit 5: organització i legislació de l'esport I.

Mòdul: primers auxilis i higiene en l'esport.

Crèdit 6: primers auxilis i higiene en l'esport.

b) Segon nivell:

Mòdul: bases anatòmiques i fisiològiques de l'esport II.

Crèdit 1: bases anatòmiques i fisiològiques de l'esport II.

Mòdul: bases psicopedagògiques de l'ensenyament i l'entrenament II.

Crèdit 2: bases psicopedagògiques de l'ensenyament i l'entrenament II.

Mòdul: entrenament esportiu II.

Crèdit 3: entrenament esportiu II.

Mòdul: organització i legislació de l'esport II.

Crèdit 4: organització i legislació de l'esport II.

Mòdul: teoria i sociologia de l'esport.

Crèdit 5: teoria i sociologia de l'esport.

7.2 Relació dels crèdits en què s'estructuren els mòduls del bloc específic.

a) Primer nivell d'excursionisme:

Mòdul: desenvolupament professional.

Crèdit 1: desenvolupament professional I.

Mòdul: formació tècnica en el muntanyisme.

Crèdit 2: formació tècnica d'excursionisme.

Mòdul: medi ambient de muntanya.

Crèdit 3: medi ambient de muntanya.

Mòdul: seguretat en el muntanyisme.

Crèdit 4: seguretat en l'excursionisme.

b) Segon nivell del tècnic o tècnica d'esport en alta muntanya:

Mòdul: desenvolupament professional del tècnic esportiu en alta muntanya.

Crèdit 1: desenvolupament professional II.

Mòdul: medi ambient de muntanya II.

Crèdit 2: coneixement del medi.

Crèdit 3: psicologia dels esports de muntanya i escalada.

Mòdul: formació tècnica i metodològica de l'ensenyament de l'alpinisme.

Crèdit 4: formació tècnica i metodològica de l'ensenyament de l'alpinisme.

Crèdit 6: formació tècnica i metodològica de l'ensenyament de l'escalada.

Mòdul: formació tècnica i metodològica de l'ensenyament de l'esquí de muntanya.

Crèdit 5: formació tècnica i metodològica de l'ensenyament de l'esquí de muntanya.

Mòdul: entrenament de l'alpinisme i l'esquí de muntanya.

Crèdit 8: entrenament de l'alpinisme i l'esquí de muntanya.

Mòdul: entrenament del muntanyisme.

Crèdit 7: entrenament de l'excursionisme.

Mòdul: seguretat en l'alta muntanya.

Crèdit 9: seguretat en l'alta muntanya.

Mòdul: conducció en l'alpinisme i l'esquí de muntanya.

Crèdit 10: conducció en l'alpinisme i l'esquí de muntanya.

c) Segon nivell del tècnic o tècnica d'esport en descens de barrancs:

Mòdul: desenvolupament professional del tècnic esportiu en barrancs.

Crèdit 1: desenvolupament professional II.

Mòdul: medi ambient dels barrancs.

Crèdit 2: coneixement del medi.

Crèdit 3: psicologia dels esports de muntanya i escalada.

Mòdul: formació tècnica i metodologia de l'ensenyament del descens de barrancs.

Crèdit 4: formació tècnica i metodologia del descens de barrancs.

Mòdul: entrenament del descens de barrancs.

Crèdit 5: entrenament del descens de barrancs.

Mòdul: seguretat en les activitats de descens de barrancs.

Crèdit 6: seguretat en el descens de barrancs.

Mòdul: conducció en barrancs.

Crèdit 7: conducció en barrancs.

Crèdit 1: desenvolupament professional II.

Mòdul: medi ambient dels barrancs.

Crèdit 2: coneixement del medi.

Crèdit 3: psicologia dels esports de muntanya i escalada.

Mòdul: formació tècnica i metodologia de l'ensenyament del descens de barrancs.

Crèdit 4: formació tècnica i metodologia del descens de barrancs.

Mòdul: entrenament del descens de barrancs.

Crèdit 5: entrenament del descens de barrancs.

Mòdul: seguretat en les activitats de descens de barrancs.

Crèdit 6: seguretat en el descens de barrancs.

Mòdul: conducció en barrancs.

Crèdit 7: conducció en barrancs.

d) Segon nivell del tècnic o tècnica d'esport en escalada

Mòdul: desenvolupament professional del tècnic esportiu d'escalada.

Crèdit 1: desenvolupament professional II.

Mòdul: medi ambient de muntanya en escalada.

Crèdit 2: coneixement del medi.

Crèdit 3: psicologia dels esports de muntanya i escalada.

Mòdul: formació tècnica i metodològica de l'ensenyament de l'escalada.

Crèdit 4: formació tècnica i metodològica de l'ensenyament de l'escalada.

Crèdit 5: equipament d'instal·lacions d'escalada.

Mòdul: entrenament de l'escalada.

Crèdit 6: entrenament de l'escalada.

Mòdul: seguretat en l'escalada.

Crèdit 7: seguretat en l'escalada.

Mòdul: conducció en l'escalada.

Crèdit 8: conducció en escalada.

e) Segon nivell del tècnic o tècnica d'esport en muntanya mitjana:

Mòdul: desenvolupament professional del tècnic esportiu en muntanya mitjana.

Crèdit 1: desenvolupament professional II.

Mòdul: medi ambient de muntanya II.

Crèdit 2: coneixement del medi.

Crèdit 3: psicologia dels esports de muntanya i escalada.

Mòdul: formació tècnica de la progressió en la muntanya.

Crèdit 4: formació tècnica i metodològica de la progressió en la muntanya.

Mòdul: entrenament del muntanyisme.

Crèdit 5: entrenament de l'excursionisme.

Mòdul: seguretat en les activitats guiades en la muntanya.

Crèdit 6: seguretat en la muntanya mitjana.

Mòdul: conducció en la muntanya mitjana.

Crèdit 7: conducció en la muntanya mitjana.

ANNEX 8

Titulacions, equivalències i especialitats del professorat

8.1 Requisits de titulació del professorat

A) Bloc comú.

Els crèdits del bloc comú hauran de ser impartits per qui acrediti els títols següents o els que es declarin equivalents o homologats:

Crèdit de formació:

Bases anatòmiques i fisiològiques de l'esport.

Titulació del professorat:

Llicenciat/ada en ciències de l'activitat física i de l'esport

Llicenciat/ada en medicina.

Una altra titulació universitària de cicle llarg de l'àrea de ciències experimentals i de la salut i acreditar la formació suficient en la matèria.

Crèdit de formació:

Bases psicopedagògiques de l'ensenyament i de l'entrenament esportiu.

Titulació del professorat:

Llicenciat/ada en ciències de l'activitat física i de l'esport.

Llicenciat/ada en psicologia.

Una altra titulació universitària de cicle llarg de l'àrea d'humanitats o de l'àrea de ciències socials o jurídiques i acreditar la formació suficient en la matèria.

Crèdit de formació:

Entrenament esportiu.

Titulació del professorat:

Llicenciat/ada en ciències de l'activitat física i de l'esport.

Crèdit de formació:

Fonaments sociològics de l'esport.

Titulació del professorat:

Llicenciat/ada en ciències de l'activitat física i de l'esport.

Llicenciat/ada en sociologia.

Una altra titulació universitària de cicle llarg de l'àrea d'humanitats o de l'àrea de ciències socials o jurídiques i acreditar la formació suficient en la matèria.

Crèdit de formació:

Teoria i sociologia de l'esport.

Titulació del professorat:

Llicenciat/ada en ciències de l'activitat física i de l'esport.

Llicenciat/ada en sociologia.

Una altra titulació universitària de cicle llarg de l'àrea d'humanitats o de l'àrea de ciències socials o jurídiques i acreditar la formació suficient en la matèria.

Crèdit de formació:

Organització i legislació de l'esport.

Titulació del professorat:

Llicenciat/ada en ciències de l'activitat física i de l'esport.

Llicenciat/ada en dret.

Una altra titulació universitària de cicle llarg de l'àrea d'humanitats o de l'àrea de ciències socials o jurídiques i acreditar la formació suficient en la matèria.

Crèdit de formació:

Primers auxilis i higiene en l'esport.

Titulació del professorat:

Llicenciat/ada en medicina.

B) Bloc específic.

Els crèdits del bloc específic hauran de ser impartits per qui acrediti els títols següents o els que es declarin equivalents o homologats:

Crèdit de formació:

Desenvolupament professional I i II.

Titulació del professorat:

Llicenciat/ada en economia.

Llicenciat/ada en ciències de l'activitat física i de l'esport.

Llicenciat/ada en dret.

Tècnic o tècnica superior d'esport en l'especialitat corresponent d'esports de muntanya i escalada.

Crèdit de formació:

Medi ambient de muntanya i coneixement del medi.

Titulació del professorat:

Llicenciat/ada en biologia o geologia o física. Llicenciat/ada en ciències de l'activitat física i de l'esport o en ciències ambientals.

Tècnic o tècnica superior d'esport en l'especialitat corresponent d'esports de muntanya i escalada.

Crèdit de formació:

Seguretat en la modalitat esportiva.

Titulació del professorat:

Llicenciat/ada en ciències de l'activitat física i de l'esport.

Tècnic o tècnica superior d'esport en alta muntanya i/o escalada.

Crèdit de formació:

Conducció en alpinisme i esquí de muntanya.

Titulació del professorat:

Tècnic/ca superior en alta muntanya.

Crèdit de formació:

Conducció en barrancs.

Titulació del professorat:

Tècnic/ca superior en alta muntanya.

Crèdit de formació:

Conducció en escalada.

Titulació del professorat:

Tècnic o tècnica superior en escalada.

Crèdit de formació:

Conducció en la muntanya mitjana.

Titulació del professorat:

Tècnic o tècnica superior en alta muntanya.

Crèdit de formació:

Entrenament de l'especialitat esportiva.

Titulació del professorat:

Llicenciat/ada en ciències de l'activitat física i de l'esport.

Tècnic/ca superior d'esport en l'especialitat corresponent dels esports de muntanya i escalada.

Crèdit de formació:

Formació tècnica de l'excursionisme.

Titulació del professorat:

Tècnic/ca superior en qualsevol especialitat dels esports de muntanya i escalada.

Crèdit de formació:

Formació tècnica i metodològica de la progressió en muntanya.

Titulació del professorat:

Tècnic/ca superior en alta muntanya.

Crèdit de formació:

Formació tècnica i metodològica de l'ensenyament de l'especialitat esportiva.

Titulació del professorat:

Tècnic/ca superior d'esport en l'especialitat corresponent dels esports de muntanya i escalada.

Crèdit de formació:

Equipament d'instal·lacions d'escalada.

Titulació del professorat:

Tècnic/ca superior d'esport en escalada o en alta muntanya.

Crèdit de formació:

Psicologia dels esports de muntanya i escalada.

Titulació del professorat:

Tècnic/ca superior d'esport en escalada o en alta muntanya.

Llicenciat/ada en psicologia.

Una altra titulació de cicle llarg en les àrees d'humanitats, ciències socials o jurídiques i acreditar formació suficient en la matèria.

Crèdit de formació:

Didàctica i dinàmica de grups.

Titulació del professorat:

Tècnic/ca superior d'esport en escalada o en alta muntanya.

Llicenciat/ada en psicologia.

Una altra titulació de cicle llarg en les àrees d'humanitats, ciències socials o jurídiques i acreditar formació suficient en la matèria.

C) Bloc complementari

Els crèdits del bloc complementari hauran de ser impartits per qui acrediti els títols següents o els que es declarin equivalents o homologats:

Crèdit de formació:

Terminologia específica catalana.

Titulació del professorat:

Llicenciat/ada en filologia catalana.

Una altra titulació universitària i acreditar la formació suficient en la matèria. Llicenciat/ada en ciències de l'activitat física i de l'esport.

Crèdit de formació:

Terminologia específica estrangera.

Titulació del professorat:

Llicenciat/ada en filologia de la llengua estrangera de què es tracti. Una altra titulació universitària i acreditar la formació suficient en la matèria. Llicenciat/ada en ciències de l'activitat física i de l'esport.

Crèdit de formació:

Fonaments de l'esport adaptat.

Titulació del professorat:

Llicenciat/ada en ciències de l'activitat física i de l'esport.

Crèdit de formació:

Equipaments esportius.

Titulació del professorat:

Llicenciat/ada en ciències de l'activitat física i de l'esport.

Arquitecte/a.

Qualsevol titulació universitària de cicle llarg de l'àrea dels ensenyaments tècnics i acreditar la formació suficient en la matèria.

Crèdit de formació:

Informàtica bàsica aplicada.

Titulació del professorat:

Enginyer/a en informàtica.

Qualsevol titulació universitària de cicle llarg de l'àrea dels ensenyaments tècnics i acreditar la formació suficient en la matèria.

D) Bloc de formació pràctica

Podrà fer el seguiment del bloc de formació pràctica qui acrediti qualsevol de les titulacions especificades en l'apartat b) Bloc específic d'aquest annex, o les que n'hagin estat declarades equivalents o homologades.

8.2 *Equivalències de titulacions a efectes de docència:*

Per a la impartició dels crèdits de formació que a continuació es determinen, s'estableixen les següents equivalències a efectes de docència:

Crèdit de formació:

Desenvolupament professional.

Titulació del professorat:

Diplomat/ada en ciències empresarials.

Diplomat/ada en relacions laborals.

Diplomat/ada en turisme.

Crèdit de formació:

Primers auxilis i higiene en l'esport.

Titulació del professorat:

Diplomat/ada en infermeria.

8.3 *Equivalències de titulacions per al seguiment del bloc de formació pràctica i per al desenvolupament de les proves específiques d'accés:*

Per a la realització del seguiment del bloc de formació pràctica es consideraran equivalents, a efectes de docència, els certificats d'instructor o instructora d'alpinisme, instructor o instructora d'esquí de muntanya, instructor o instructora d'escalada en roca, professor o professora d'alpinisme i professor o professora d'esquí de muntanya, expeditos per la Federació Espanyola dels Esports de muntanya i escalada, que hagi obtingut el corresponent reconeixement, d'acord amb el que preveu l'article 42.2 del Reial decret 1913/1997, de 19 de desembre i la disposició transitòria segona del Decret 169/2002, d'11 de juny.

8.4 Professorat de centres públics

Crèdit de formació:

Bases anatòmiques i fisiològiques de l'esport.

Especialitat del professorat:

Biologia i geologia.

Educació física.

Processos sanitaris.

Processos de diagnòstic clínic i productes ortoprotètics.

Cos: professor/a d'ensenyament secundari.

Crèdit de formació:

Bases psicopedagògiques de l'ensenyament i de l'entrenament esportiu.

Especialitat del professorat:

Psicologia i pedagogia.

Educació física.

Cos: professor/a d'ensenyament secundari.

Crèdit de formació:

Coneixement del medi.

Especialitat del professorat:

Professor o professora especialista.

Crèdit de formació:

Desenvolupament professional I i II.

Especialitat del professorat:

Professor o professora especialista.

Crèdit de formació:

Entrenament esportiu.

Especialitat del professorat:

Educació física.

Cos: professor/a d'ensenyament secundari.

Crèdit de formació:

Entrenament de l'especialitat esportiva.

Especialitat del professorat:
Professor o professora especialista.

Crèdit de formació:
Formació tècnica d'excursionisme.

Especialitat del professorat:
Professor o professora especialista.

Crèdit de formació:
Formació tècnica i metodològica de la progressió en muntanya.

Especialitat del professorat:
Professor o professora especialista.

Crèdit de formació:
Formació tècnica i metodologia de l'ensenyament de l'especialitat esportiva.

Especialitat del professorat:
Professor o professora especialista.

Crèdit de formació:
Fonaments sociològics de l'esport.

Especialitat del professorat:
Psicologia i pedagogia.
Educació física.
Cos: professor/a d'ensenyament secundari.

Crèdit de formació:
Medi ambient de muntanya.

Especialitat del professorat:
Professor o professora especialista.

Crèdit de formació:
Organització i legislació de l'esport.

Especialitat del professorat:
Educació física.
Cos: professor/a d'ensenyament secundari.

Crèdit de formació:
Primers auxilis i higiene en l'esport.

Especialitat del professorat:
Educació física.
Cos: professor/a d'ensenyament secundari.

Crèdit de formació:
Teoria i sociologia de l'esport.

Especialitat del professorat:
Educació física.
Cos: professor/a d'ensenyament secundari.

Crèdit de formació:
Seguretat en la modalitat esportiva.

Especialitat del professorat:
Professor o professora especialista.

Crèdit de formació:
Terminologia específica catalana.

Especialitat del professorat:
Educació física.
Cos: professor/a d'ensenyament secundari.

Crèdit de formació:
Terminologia específica estrangera.

Especialitat del professorat:
Educació física.
Cos: professor/a d'ensenyament secundari.

Crèdit de formació:
Fonaments de l'esport adaptat.

Especialitat del professorat:
Educació física.
Cos: professor/a d'ensenyament secundari.

Crèdit de formació:
Equipaments esportius.

Especialitat del professorat:
Educació física.
Cos: professor/a d'ensenyament secundari.

Crèdit de formació:
Informàtica bàsica aplicada.

Especialitat del professorat:
Informàtica.
Cos: professor/a d'ensenyament secundari.

Crèdit de formació:
Equipament d'instal·lacions d'escalada.

Especialitat del professorat:
Professor o professora especialista.

Crèdit de formació:
Psicologia dels esports de muntanya i escalada.

Especialitat del professorat:
Psicologia i pedagogia.
Cos: professor/a d'ensenyament secundari.

Crèdit de formació:
Didàctica i dinàmica de grups.

Especialitat del professorat:
Psicologia i pedagogia.
Cos: professor/a d'ensenyament secundari.

ANNEX 9

Mòduls de formació susceptibles de convalidació o de correspondència amb la pràctica laboral o esportiva

9.1 *Mòduls de formació que podran ser objecte de convalidació amb la formació professional ocupacional:*
Primers auxilis i higiene en l'esport.

9.2 *Mòduls de formació que podran ser objecte de correspondència amb la pràctica esportiva d'alt nivell, d'acord amb el Reial decret 1467/1997, de 19 de setembre, sobre els/les esportistes d'alt nivell.*

La pràctica dels/les esportistes que hagin obtingut la consideració d'esportistes d'alt nivell en alguna de les especialitats d'alta muntanya, escalada o esquí de muntanya, podrà ser objecte de correspondència formativa amb els mòduls de formació tècnica de l'especialitat esportiva per la qual tingui l'esmentada consideració.

9.3 *Mòduls de formació que podran ser objecte de convalidació amb la pràctica laboral:*

La pràctica laboral acreditada podrà ser objecte de convalidació amb el bloc de formació pràctica.

ANNEX 10

Proves d'accés de caràcter específic

10.1 *Objectiu i característiques de les proves*
Les proves d'accés dels ensenyaments dels tècnics o les tècniques de les especialitats dels esports de muntanya i escalada tenen per objectiu que les persones aspirants demostrin que posseeixen la condició física i les destreses específiques necessàries per cursar amb aprofitament els ensenyaments de l'especialitat a la qual volen accedir.

Les proves d'accés en cadascuna de les especialitats constaran de dues parts, els objectius, continguts i avaluació de les quals s'estableix en els apartats 5 i 6 d'aquest annex.

10.2 *Tribunal*

10.2.1 Es constituirà un tribunal que tindrà les funcions d'organitzar i desenvolupar les pro-

ves conforme el que s'especifica en aquest annex.

Aquest tribunal serà nomenat pel Departament d'Ensenyament, prèvia consulta del centre docent que imparteixi els ensenyaments. Estarà compost per un/a president/a, un/a secretari/a i, almenys, tres persones avaluadores.

10.2.2 La funció del/la president/a del tribunal serà garantir el correcte desenvolupament de les proves d'accés, comprovant que els objectius, continguts i avaluació s'ajustin al que s'estableix en el present annex.

10.2.3 La funció del/la secretari/a del tribunal serà redactar l'acta del desenvolupament de les proves i certificar que s'ajusten al que estableix el present annex. També realitzarà les funcions del/la president/a en la seva absència.

10.2.4 L'avaluació de les actuacions dels/les aspirants les realitzaran els/les avaluadors/res prenent com a base els criteris establerts en aquest annex.

10.2.5 Les persones que actuïn com avaluadors/res en les proves d'accés hauran d'estar en possessió de la següent titulació o equivalent:

Proves d'accés:

Proves d'accés als ensenyaments de 1r nivell.
Titulació dels/les avaluadors/es:
Tècnic/a superior d'esport en qualsevol modalitat dels esports de muntanya i escalada.

Proves d'accés:

Proves d'accés als ensenyaments de 2n nivell de grau mitjà en alta muntanya.
Titulació dels/les avaluadors/es:
Tècnic/a superior d'esport en alta muntanya.
Tècnic/a superior d'esport en esquí de muntanya.

Proves d'accés:

Proves d'accés als ensenyaments de 2n nivell de grau mitjà en descens de barrancs.
Titulació dels/les avaluadors/es:
Tècnic/a superior d'esport en alta muntanya.

Proves d'accés:

Proves d'accés als ensenyaments de 2n nivell de grau mitjà en escalada.
Titulació dels/les avaluadors/es:
Tècnic/a superior d'esport en alta muntanya.
Tècnic/a superior d'esport en escalada.

Proves d'accés:

Proves d'accés als ensenyaments de 2n nivell de grau mitjà en muntanya mitjana.
Titulació dels/les avaluadors/es:
Tècnic/a superior d'esport en alta muntanya.

10.2.6 En els exercicis d'avaluació de la condició física, corresponents a la primera part de les proves, les persones avaluadores hauran d'estar en possessió de les titulacions esmentades anteriorment o bé les requerides per impartir el mòdul d'entrenament esportiu.

10.2.7 Es consideraran equivalents, als efectes d'actuació com a avaluadors/es de les proves específiques d'accés, les persones que disposin dels certificats d'instructor o instructora d'alpinisme, instructor o instructora d'esquí de muntanya, instructor o instructora d'escalada en roca, professor o professora d'alpinisme i professor o professora d'esquí de muntanya, a què fa referència el punt 8.3 de l'annex 8 d'aquest Decret.

10.2.8 El tribunal determinarà els itineraris, els temps de referència i l'ordre de participació

que hauran de seguir els/les aspirants i els farà públics abans del començament de les proves.

10.3 Determinació del temps de referència

10.3.1 El tribunal establirà el temps de referència a què s'hauran d'ajustar els/les aspirants en cada cas. Per fer-ho, tindrà en compte el temps realitzat per una persona que prèviament hagi designat i l'incrementarà en un màxim d'un 20%. Segons les circumstàncies climatològiques, aquest temps es podrà incrementar novament.

10.3.2 La persona que marqui el temps de referència haurà d'estar en possessió del títol de tècnic o tècnica d'esport superior en l'especialitat d'alta muntanya i escalada corresponent, o bé del diploma o certificat de Guia d'alta muntanya que hagin obtingut el reconeixement previst en l'article 42.2 del Reial decret 1913/1997, o bé de qualsevol certificat a què fa referència el punt 8.3 de l'annex 8 d'aquest Decret.

10.3.3 Per tal d'establir el temps d'execució de la primera part de les proves d'accés al primer nivell dels ensenyaments de grau mitjà, la persona designada realitzarà el recorregut mantenint una velocitat mitjana de desplaçament de 4/5 km/hora en el pla i de 400 a 500 metres de desnivell per hora, en l'ascens.

10.3.4 Per tal d'establir el temps d'execució de la primera part de les proves d'accés al segon nivell dels ensenyaments de grau mitjà, la persona designada realitzarà el recorregut mantenint una velocitat mitjana de desplaçament de 5 km/hora en el pla i de 500 metres de desnivell per hora en l'ascens.

10.4 Avaluació i certificació de les proves

10.4.1 L'avaluació de les proves s'ajustarà al que s'estableix als punts 5 i 6 d'aquest annex.

10.4.2 La segona part de les proves corresponents als apartats 6.2, 6.3 i 6.4 d'aquest annex, es qualificarà d'1 a 5 per cadascuna de les persones avaluadores. Per tal de superar la segona part de les proves, l'aspirant haurà d'obtenir almenys 3 punts en tots i cadascun dels continguts quan es faci la mitjana de qualificació de totes les persones avaluadores.

10.4.3 En la qualificació final de les proves d'accés solament s'utilitzaran els termes apte/a i no apte/a. Per assolir la qualificació final d'apte/a, els/les aspirants hauran de superar les dues parts que les componen.

10.4.4 El tribunal emetrà un certificat a cada aspirant on consti la data de realització de la prova i la qualificació obtinguda.

10.5 Proves d'accés al primer nivell de grau mitjà

10.5.1 Primera part

a) Objectiu:
Valoració de la condició física.

b) Contingut:

Recórrer un itinerari de terreny variat de muntanya de 1.500 m de desnivell positiu acumulat, en els temps establerts pel tribunal i transportant una motxilla carregada amb 10 kg de pes.

c) Avaluació:

Aquesta primera part se superarà quan l'aspirant hagi finalitzat el recorregut en el temps establert pel tribunal.

10.5.2 Segona part

a) Objectiu:

Valoració de les habilitats específiques.

b) Contingut:

L'aspirant haurà de carregar una motxilla de 10 kg de pes i completar en el temps establert pel tribunal tres itineraris de les següents característiques:

Recorregut d'herba senyalitzat d'una longitud mínima de 50 m.

Recorregut per tartera senyalitzat d'una longitud mínima de 50 m.

Recorregut amb un ressalt de roca senyalitzat de longitud mínima de 50 m.

c) Avaluació:

Aquesta segona part se superarà quan l'aspirant hagi realitzat els tres recorreguts sense haver patit cap caiguda i en els temps establerts pel tribunal.

10.6 Proves d'accés al segon nivell de grau mitjà

10.6.1 Primera part (comuna per a totes les especialitats dels esports de muntanya i escalada).

a) Objectiu:

Valoració de la condició física

b) Contingut:

Recórrer, en el temps establert pel tribunal i transportant una motxilla amb 10 kg de pes, un itinerari de muntanya de terreny variat, de 1.500 m de desnivell positiu acumulat.

c) Avaluació:

Aquesta primera part se superarà quan l'aspirant hagi completat l'itinerari en el temps establert pel tribunal.

10.6.2 Segona part (específica per a l'especialitat d'alta muntanya).

a) Objectiu:

Valoració de les habilitats específiques.

b) Continguts:

En els temps que estableixi el tribunal, caldrà: Completar un recorregut equipat de dificultat 6b i longitud mínima de 25 metres, en escalada a vista.

Completar un recorregut de dificultat 6a no equipat i longitud mínima de 25 metres, en escalada a vista i portant botes rígides.

Completar un recorregut no equipat de dificultat d'A1/A2 i longitud mínima de 25 metres en escalada artificial.

Progressar en neu i gel amb la tècnica "Totes les puntes" en un circuit en pendents de 35° a 45° i longitud mínima de 25 metres.

Escalar en neu i gel en pendents de 90° i longitud mínima de 25 metres.

Fer el descens esquiant per un pendent, amb neu preferiblement compacta dura, d'una longitud mínima de 150 metres i amb una inclinació mitjana de 30°, fent viratges en paral·lel extensió/flexió.

Fer el descens esquiant per un pendent, amb neu preferiblement no compacta, d'una longitud mínima de 150 metres, amb una inclinació mitjana de 30°, de superfície irregular, fent viratges en paral·lel per salt.

c) Avaluació:

Aquesta segona part quedarà superada quan l'aspirant hagi realitzat els següents recorreguts, complint tots els requisits:

Completar el recorregut de dificultat 6b, en escalada a vista i en el temps establert.

Completar el recorregut de dificultat 6a, en escalada a vista i en el temps establert.

Completar el recorregut de dificultat de A1/A2, en escalada artificial i en el temps establert.

Fer els dos descensos esquiant, sense caigudes, en el temps establert, amb seguretat i amb execució correcta del gest tècnic corresponent.

Progressar i esquiar en neu i gel en el temps establert utilitzant la tècnica adequada i mostrant seguretat en els moviments.

L'aspirant escollirà i utilitzarà correctament només el material tècnic específic per a cada especialitat i en la quantitat adequada.

10.6.3 Segona part (específica per a l'especialitat de descens de barrancs)

a) Objectiu:

Valoració de les habilitats específiques

b) Continguts:

Completar un recorregut equipat, de V grau de dificultat, d'una longitud mínima de 20 metres, en el temps establert pel tribunal. En cas de caiguda, l'aspirant haurà de començar de nou tot l'itinerari, actuant com a primer/a de cordada.

Nedar 100 metres en aigües tranquil·les o vives, amb vestit de neoprè de 7 mm de gruix, en un temps determinat.

Submergir-se a una profunditat de 2,5 metres, utilitzant la tècnica adequada, amb vestit de neoprè de 7 mm de gruix.

Realitzar un descens de barrancs en terreny variat, que incideixi marxa, desgrimpada i ràpel convencional, en el temps establert pel tribunal.

c) Avaluació:

Aquesta segona part se superarà quan l'aspirant hagi:

Finalitzat el recorregut en escalada a vista en el temps establert.

Nedat en superfície la distància requerida en el temps establert.

Realitzat la immersió sense nedar, al primer intent, sense saltar i amb el gest tècnic correcte.

Finalitzat el descens del barranc en el temps establert, sense haver caigut més de tres vegades. Cada nova sortida del circuit establert es penalitzarà incrementant el temps obtingut per l'aspirant amb un 5% del temps establert pel tribunal.

Utilitzar correctament només el material tècnic específic de cada especialitat esportiva, i en la quantitat suficient.

10.6.4 Segona part (específica per a l'especialitat d'escalada)

a) Objectiu:

Valoració de les habilitats específiques.

b) Continguts:

Completar, en els temps establerts pel tribunal per a cadascun dels recorreguts, un total de 5 itineraris diferents:

Dos recorreguts diferents, equipats, de dificultat 7a i longitud mínima de 25 metres, en escalada a vista,

Dos recorreguts diferents, no equipats, de dificultat 6b i longitud mínima de 25 metres,

Un recorregut, no equipat, de dificultat A2 i longitud mínima de 25 metres en escalada artificial.

En cas de caiguda, l'aspirant haurà de començar de bell nou el recorregut corresponent des de l'inici i actuar com a primer/a de cordada.

c) Avaluació:

Aquesta segona part se superarà quan l'aspirant hagi:

Finalitzat els dos itineraris equipats de dificultat 7a, en escalada a vista, realitzant-ne almenys un, en el temps establert;

Finalitzat els dos itineraris no equipats de dificultat 6b, en el temps establert;

Finalitzat l'itinerari no equipat de dificultat A2, en escalada artificial, en el temps establert;

Seleccionat i utilitzat correctament el material específic d'escalada en la quantitat adequada.

10.6.5 Segona part (especifica per a l'especialitat de muntanya mitjana)

a) Objectiu:

Valoració de les activitats específiques.

b) Continguts:

Completar 5 itineraris en el temps establert pel tribunal per a cadascun, amb una motxilla carregada amb 10 kg de pes. Els itineraris tindran les següents característiques:

Recorregut d'herba senyalitzat, de 50 metres de longitud mínima,

Recorregut per tartera senyalitzat, de 50 metres de longitud mínima,

Recorregut amb ressalt rocós senyalitzat, de 50 metres de longitud mínima,

Recorregut de pendent nevat senyalitzat, de 50 metres de longitud mínima,

Recorregut d'orientació amb un mínim de 6 balises i de 12 km de recorregut mitjà en distància reduïda. L'aspirant haurà de passar per totes les balises del recorregut.

c) Avaluació:

Aquesta segona part de les proves se superarà quan l'aspirant hagi realitzat els 5 itineraris en el temps establert. Cada sortida de l'itinerari marcat serà penalitzada incrementant el temps obtingut per l'aspirant amb un 5% del temps establert pel tribunal.

ANNEX 11

Requisits mínims dels centres de formació de tècnics i tècniques dels esports de muntanya i escalada

11.1 Requisits materials

11.1.1 Espais d'ús administratiu i docent

Els centres hauran de disposar:

a) Sala o aula d'ús múltiple per al desenvolupament d'activitats comunes del centre, amb una capacitat suficient pel nombre de places autoritzades.

b) Cada una de les especialitats esportives haurà de disposar d'una unitat de seminari, en horari compatible.

c) Serveis en suport audiovisual, que garanteixin la consulta de llibres, revistes i documents dels esports de muntanya i escalada.

d) Espais independents per als òrgans de govern i els serveis administratius del centre, secretaria i sala de professorat, adequats a la capacitat del centre.

e) Serveis higienicosanitaris adequats a la capacitat del centre, tant per a l'alumnat com per al professorat, d'acord amb el que estableixi la legislació aplicable en cada cas.

f) Dependències per a l'emmagatzematge del material adequat a les necessitats del centre.

g) Zona de vestidors adequada a la capacitat del centre.

11.1.2 Requisits de les instal·lacions i equipaments docents esportius

a) Els centres de formació de tècnics i tècniques d'esports de muntanya i escalada disposaran de l'espai suficient i dels equipaments docents necessaris en les aules per atendre l'a-

lumnat inscrit en cada nivell i grau de formació de l'especialitat corresponent.

b) La superfície de l'aula on es desenvolupin les classes teòriques tindrà almenys 40 m², o 1,5 m² per alumne/a.

c) Els centres disposaran d'una sala esportiva polivalent, equipada convenientment per a la impartició dels continguts teoricopràctics dels diferents crèdits. Les dimensions hauran de ser suficients per atendre simultàniament l'alumnat inscrit en un crèdit determinat de formació, respectant el nombre màxim d'alumnes per professor/a.

d) A més a més, les instal·lacions estaran dotades de l'equipament d'ús col·lectiu, així com del mobiliari i equipament didàctic suficients per impartir els ensenyaments amb garantia de qualitat.

e) Els centres disposaran de mitjans audiovisuals que garanteixin la impartició correcta dels ensenyaments.

f) Per a la impartició de les classes teoricopràctiques, els centres hauran d'acreditar que poden utilitzar terrenys de muntanya mitjana i alta, amb les següents característiques:

Desnivells continus de 500 metres com a mínim (per a tots els títols de grau mitjà);

Zones amb tarteres de pedra fina i gruixuda (per a tots els títols de grau mitjà);

Pendents d'herba (per a tots els títols de grau mitjà);

Ressalts i franges rocoses (per a tots els títols de grau mitjà);

Zona natural d'escalada en roca, de 100 metres de desnivell mínim (per al tècnic o tècnica d'esport en les especialitats d'alta muntanya i escalada);

Zona natural d'escalada en roca de 200 metres de desnivell mínim (per al tècnic o tècnica d'esport en les especialitats d'alta muntanya i escalada);

Àrees boscoses i àrees sense arbres (per a tots els títols de grau mitjà);

Desnivells entre 660 i 1000 metres de terreny nevat continu (per al tècnic o tècnica d'esport en les especialitats d'alta muntanya i muntanya mitjana);

Ressalts de gel de 70° com a mínim (per al tècnic o tècnica d'esport en alta muntanya);

Zones de barrancs aquàtics amb ràpel (per al tècnic o tècnica d'esports en barrancs);

Senders senyalitzats d'acord amb la normativa internacional (per a tots els títols).

Rocòdrom de 6 metres d'alçada mínima (per al tècnic o tècnica d'esport en alta muntanya, tècnic o tècnica d'esports en escalada i tècnic o tècnica d'esports en barrancs).

Estació d'esports d'esquí (per al tècnic o tècnica d'esports en alta muntanya).

g) A més a més, els centres hauran de disposar dels materials que s'especifiquen a continuació:

Equips radiotelefònics de freqüència modulada de 2 metres de banda: una base fixa i vuit transeptors portàtils;

Equip de fotografia i vídeo: una càmera de fotografia amb flaix i una càmera portàtil de vídeo amb trípode;

Equips didàctics de primers auxilis i socors en muntanya: 4 maniquins de recuperació cardiopulmonar, material d'immobilització, etc.

8 cordes estàtiques de 10,5 a 11 mm de diàmetre, de 30 metres de longitud mínima.

Cordes:

16 cordes dinàmiques d'escalada de 8,5 a 9 mm de diàmetre, de 40 a 60 metres de longitud;

16 cordes dinàmiques d'escalada de 10,5 o 11 mm de diàmetre, de 50 a 60 metres de longitud;

4 cordes de barranc de 9 mm de diàmetre;

20 cordes auxiliars (cinta plana o cordino de 9 mm de diàmetre) de 2 a 5 metres de longitud;

8 politges, 8 bloquejadors, 8 martells d'escalada, 8 espitadors, 24 claus d'escalada almenys de 6 tipus diferents, 24 cargols de gel almenys de 6 tipus, 2 àncores de neu de dos tipus, 2 estacques de neu de dos tipus, 2 sacs d'escalada (petates), 8 guindoles, 8 motxilles de barranc, 8 bidons estancs.

Hamaques: individual rígida de paret i doble rígida de paret.

Mosquetons:

16 mosquetons de tipus HMS amb tancament de seguretat, 64 cintes exprés, 8 asseguradors dinàmics;

4 jocs de preses de rocòdrom de diferents tipus.

Un trepant autònom per a equipaments de vies i instal·lacions;

Material d'instal·lacions: espitadors i ancoratges expansius i químics;

16 sondes portàtils per a rescat d'allaus;

4 plaques graduades i lupes per a l'anàlisi del mantell nival;

30 balises mòbils d'orientació;

6 tipus de descensors i asseguradors;

Un joc de "friends" i 1 joc de "microfriends";

2 jocs d'encastadors de sis tipus;

4 tipus de ploms per escalada artificial;

4 tipus de ganxos per escalada artificial.

Estreps per escalada artificial:

20 de cinta plana i 2 de graons rígids;

1 provador d'escalada artificial;

1 cuina de paret;

8 cascos;

8 arnesos;

8 piolets;

8 parells de grampons;

8 brúixoles;

8 detectors de víctimes d'allaus.

11.2 Requisits de seguretat i responsabilitat

Els centres hauran de disposar de:

a) Servei mèdic o assistència mèdica d'urgència concertada.

b) Un pla d'evacuació de persones malaltes i accidentades.

c) Una assegurança de responsabilitat civil del centre d'acord amb la seva activitat.

(03.261.060)

RESOLUCIÓ

ENS/3130/2003, de 10 d'octubre, per la qual es dona publicitat a la Resolució de 4 de setembre de 2003, dels recursos de reposició interposats per la titularitat del centre docent privat Comercial Català, de Barcelona, contra la Resolució ENS/1363/2003, de 12 de maig, i contra la Resolució ENS/2015/2003, de 25 de juny.

Per la Resolució ENS/1363/2003, de 12 de maig (DOGC núm. 3885, de 16.5.2003), es va resoldre amb caràcter provisional la renovació i modificació dels concerts educatius de diversos centres docents privats per als nivells postobligatoris.