

b) Sesiones de entrenamientos de Fútbol Sala, el 20% del total del tiempo del bloque de formación práctica.

c) Sesiones de acondicionamiento físico de futbolistas, el 20% del total del tiempo del bloque de formación práctica.

d) Sesiones de dirección de equipos en competiciones de Fútbol Sala propias de su nivel, entre el 15% del total del tiempo del bloque de formación práctica.

e) Sesiones de programación de las actividades realizadas, el 15% del total del tiempo del bloque de formación práctica.

2.—El bloque de formación práctica constará de tres fases: Fase de observación, Fase de colaboración y Fase de actuación supervisada. La observación por el alumno de la actividad formativo-deportiva se llevará a cabo por el tutor; la colaboración del alumno con el tutor versará sobre las labores propias de la acción deportiva, y en la actuación supervisada, el alumno asumirá de forma responsable el conjunto de tareas propias del proceso de enseñanzas - aprendizaje o bien entrenamiento - rendimiento que le sea encomendada por el tutor, de acuerdo con los objetivos que correspondan

#### C) Evaluación

Al término de las tres fases el alumno realizará una Memoria de Prácticas la cual deberá ser evaluada por el tutor y por el centro donde hubiera realizado su formación.

En el bloque de formación práctica solo se concederá la calificación de apto o no apto. Para alcanzar la calificación de apto los alumnos tendrán que:

\* Haber asistido como mínimo al 80% de las horas establecidas para cada una de las fases.

\* Participar de forma activa en las sesiones de trabajo.

\* Alcanzar los objetivos formativos en cada una de las sesiones.

### 2809 **ORDEN de 22 de septiembre de 2006, del Departamento de Educación, Cultura y Deporte, por la que se establecen los currículos y las pruebas de acceso específicas correspondientes a los títulos de técnico deportivo de las especialidades de los deportes de invierno en la Comunidad Autónoma de Aragón.**

El Real Decreto 1913/1997, de 19 de diciembre, (BOE 23 de enero de 1998) por el que se configuran como enseñanzas de régimen especial las conducentes a la obtención de titulaciones de técnicos deportivos, en su artículo 19 señala que corresponde al órgano competente de las Comunidades Autónomas en pleno ejercicio de sus competencias en educación, establecer, en el ámbito de sus respectivas competencias, el currículo de las modalidades y, en su caso, especialidades deportivas, del que formarán parte en todo caso, las enseñanzas mínimas.

El Real Decreto 319/2000, de 3 de marzo, (BOE 28 de marzo) ha establecido los títulos de técnico deportivo y técnico deportivo superior en las especialidades de los deportes de invierno, ha aprobado las correspondientes enseñanzas mínimas y regulado las pruebas de acceso a estas enseñanzas.

El Decreto 29/2004, de 10 de febrero, del Gobierno de Aragón, por el que se establece la estructura orgánica del Departamento de Educación, Cultura y Deporte, atribuye al Departamento en su artículo 1, la planificación, implantación, gestión y seguimiento de la Educación en Aragón.

En su virtud dispongo:

#### Artículo primero.—Objeto.

1.—De conformidad con lo establecido en el artículo 11 del Real Decreto 319/2000, por el que se establecen los títulos de técnico deportivo y técnico deportivo superior en las especialidades de los deportes de invierno, se aprueban las correspondientes enseñanzas mínimas y se regulan las pruebas de acceso a estas enseñanzas, por la presente Orden se aprueban, de forma experimental, los currículos y las pruebas de acceso de

carácter específico correspondientes a los siguientes títulos de grado medio:

a) Técnico Deportivo en Esquí Alpino.

b) Técnico Deportivo en Esquí de Fondo.

c) Técnico Deportivo en Snowboard.

#### Artículo segundo. Ambito de aplicación.

1.—La presente Orden será de aplicación en el ámbito de la Comunidad Autónoma de Aragón.

#### Artículo tercero. Finalidad de las enseñanzas.

1.—Las enseñanzas conducentes a la obtención de los títulos a que se refiere el artículo primero de la presente Orden tienen por finalidad, proporcionar a los alumnos la formación necesaria para:

a) Garantizar su competencia técnica y profesional en la correspondiente especialidad de los deportes de invierno y una madurez profesional motivadora de futuros aprendizajes y adaptaciones al cambio de las cualificaciones.

b) Comprender las características y la organización de su modalidad deportiva y conocer los derechos y obligaciones que se derivan de sus funciones.

c) Adquirir los conocimientos y habilidades necesarias para desarrollar su labor en condiciones de seguridad.

#### Artículo cuarto. Estructuración de las enseñanzas.

1.—Conforme a lo establecido en el artículo 4 del Real Decreto 319/2000, las enseñanzas se estructuran en:

a) Un bloque común compuesto por módulos transversales de carácter científico y técnico general, que son coincidentes y obligatorios para todas las especialidades de los deportes de invierno.

b) Un bloque específico que contiene los módulos de formación deportiva de carácter científico y técnico propios de cada una de las especialidades de los deportes de invierno.

c) Un bloque complementario que comprende los contenidos que tienen por objeto formativo la utilización de recursos tecnológicos, adaptación de los deportes de invierno a las personas con discapacidad y el conocimiento de la terminología específica básica en el idioma que proceda.

d) Un bloque de formación práctica que se realiza al superar los bloques común, específico y complementario de cada nivel o grado.

#### Artículo quinto. Requisitos para acceder a las enseñanzas.

1.—Tener 16 años cumplidos o cumplirlos en el año natural de comienzo de las enseñanzas.

2.—Para acceder al primer nivel de las enseñanzas del grado medio, en cualquiera de las especialidades, además de estar en posesión del título de Graduado en Educación Secundaria o titulación equivalente, será necesario superar la Prueba de acceso de carácter específico que se establece en el anexo I de la presente Orden.

3.—Para acceder al segundo nivel de las enseñanzas del Grado Medio en cualquiera de las especialidades será necesario poseer el Certificado de Superación del Primer Nivel de las enseñanzas de los deportes de invierno en la especialidad correspondiente.

#### Artículo sexto. Acceso sin el título de Graduado en Educación Secundaria o de Bachiller.

1.—No obstante lo dispuesto en el apartado anterior, será posible acceder a las enseñanzas sin cumplir los requisitos de titulación de Graduado en Educación Secundaria, siempre que el aspirante supere o cumpla los otros requisitos establecidos en el apartado anterior para cada caso, y reúna las condiciones de edad y supere la prueba de madurez correspondiente, que a tal efecto y conforme a lo dispuesto en el artículo 9 del Real Decreto 1913/1997, de 19 de diciembre, convoque el Departamento de Educación, Cultura y Deporte.

#### Artículo séptimo. Pruebas de carácter específico. Efectos y vigencia.

1.—Las pruebas de carácter específico para acceder a las

enseñanzas de grado medio contempladas en el artículo cuarto de la presente Orden, están reguladas en la Orden de 14 de diciembre de 2001, del Departamento de Educación y Ciencia («Boletín Oficial de Aragón» del día 28), modificada por Orden de 2 de diciembre de 2003, del Departamento de Educación, Cultura y Deporte («Boletín Oficial de Aragón» del día 15)

2.—Conforme al artículo 9 del Real Decreto 319/2000, la superación de la prueba de carácter específico tendrá efectos en todo el ámbito del Estado y una vigencia de dieciocho meses contados a partir de la fecha de la terminación de la misma.

*Artículo octavo. Exención de las Pruebas y requisitos de acceso para los deportistas de alto nivel.*

1.—De acuerdo con lo dispuesto en el artículo 10 del Real Decreto 1913/1997, de 19 de diciembre, los deportistas de alto nivel que reúnan los requisitos de titulación académica a los que se refiere el artículo quinto de la presente Orden o superen la prueba de madurez a la que hace referencia el artículo sexto, estarán exentos de realizar las pruebas de carácter específico. La cualificación de deportistas de alto nivel en la especialidad deportiva correspondiente a los deportes de invierno, se acreditará mediante certificación individual expedida por el Consejo Superior de Deportes.

2.—Asimismo, y en aplicación de lo dispuesto en el artículo 10 del Decreto 227/2005, de 8 de noviembre, del Gobierno de Aragón, sobre deporte aragonés de nivel cualificado, los deportistas aragoneses de nivel cualificado estarán exentos de la realización de la prueba de carácter específico de su modalidad correspondiente y de los requisitos deportivos que se pueden establecer para el acceso a cualquiera de los grados de las enseñanzas deportivas de régimen especial que se desarrollen en la Comunidad Autónoma de Aragón. Los deportistas aragoneses de nivel cualificado deberán figurar, de acuerdo con lo establecido en el artículo 2 del citado Decreto, en las relaciones anuales que aprueba el Departamento de Educación, Cultura y Deporte.

*Artículo noveno. Pruebas de acceso adaptadas a personas con discapacidad.*

1. Las solicitudes de acceso a las enseñanzas de Técnico Deportivo en las especialidades a las que se refiere la presente Orden, de personas con discapacidad, deberán acompañarse del correspondiente certificado de minusvalía, expedido por el Instituto Aragonés de Servicios Sociales (IASS), el Instituto de Migraciones y Servicios Sociales (IMSERSO) o el órgano competente a tal fin, de las Comunidades Autónomas.

2.—El Departamento de Educación, Cultura y Deporte, en aplicación de lo dispuesto en el artículo 11 del Real Decreto 1913/1997, de 19 de diciembre, designará un tribunal para valorar el grado de discapacidad y limitaciones de los aspirantes para cursar con aprovechamiento las enseñanzas en las especialidades de deportes de montaña y escalada.

3.—El tribunal determinará si procede, la modificación de las pruebas específicas, que en todo caso deberán respetar los objetivos fijados en la presente Orden y en las enseñanzas mínimas contempladas en el Real Decreto 318/2000, de 3 de marzo, que establece los títulos de técnico deportivo en las especialidades de los deportes de invierno.

*Artículo décimo. Objetivos, contenidos, criterios de evaluación y duración de las enseñanzas.*

1.—Los objetivos, contenidos, criterios de evaluación y duración de las enseñanzas de los bloques común, específico, complementario y del bloque de formación práctica se establecen en la presente Orden de la siguiente forma:

—Enseñanzas de Técnico deportivo en Esquí Alpino: anexo II.

—Enseñanzas de Técnico deportivo en Esquí de Fondo: anexo III.

—Enseñanzas de Técnico deportivo en Snowboard: anexo IV.

*Artículo decimoprimer. Programación didáctica.*

1.—Los centros en los que se impartan las enseñanzas reguladas en esta Orden, elaborarán programaciones didácticas que deberán contener, al menos, la adecuación de los objetivos y los contenidos de cada módulo a las características del alumnado y del entorno del centro, los principios metodológicos y los criterios que se aplicarán en el proceso de evaluación, así como los materiales que emplearán en el desarrollo de estas enseñanzas.

*Artículo decimosegundo. Horario.*

1.—El desarrollo de la formación para la obtención de los títulos que se indican en el artículo primero de esta Orden será, con carácter general, de forma presencial. El alumno deberá asistir al menos al 80% de las horas de la fase teórica y práctica de los módulos de los diferentes bloques que conforman las enseñanzas, en cualquiera de las convocatorias de que dispone el alumno.

2.—El centro dónde se impartan las enseñanzas elaborará un calendario con los días y horas en que se impartirán cada uno de los módulos, respetando, en todos los casos, las horas establecidas para cada uno de los mismos y que se especifican en los anexos de esta Orden. Dicho calendario tendrá que ser aprobado, antes de comenzar la actividad docente, por el Servicio Provincial del Departamento de Educación, Cultura y Deporte correspondiente.

*Artículo decimotercero. Metodología.*

1.—La metodología promoverá en el alumnado una visión global y coordinada de los procesos en los que tiene que intervenir, mediante la necesaria integración de los contenidos científicos, técnicos, prácticos, tecnológicos y organizativos de las enseñanzas de los deportes de invierno.

*Artículo decimocuarto. Evaluación.*

1.—Cada módulo se evaluará separadamente, considerando los objetivos educativos y los criterios de evaluación especificados en cada uno de ellos, así como la madurez académica del alumnado en relación con las competencias para los que capaciten.

2.—La evaluación de los diferentes módulos de los bloques será continua, debiendo de realizarse, en todo caso, un examen final a la terminación del módulo.

3.—Para la obtención del correspondiente certificado de primer nivel o del título correspondiente al grado medio de las enseñanzas que se contemplan en la presente Orden, se requerirá la calificación positiva en cada uno de los módulos en que se organizan las enseñanzas, así como del bloque de formación práctica.

4.—Los alumnos dispondrán de cuatro convocatorias para superar cada módulo. Con carácter excepcional, el Departamento de Educación, Cultura y Deporte, a través de la Dirección General de Formación Profesional y Educación Permanente, podrá autorizar hasta dos convocatorias extraordinarias en los supuestos de enfermedad u otros que merezcan igual consideración que impidan el normal desarrollo de los estudios.

*Artículo decimoquinto. Informes de la evaluación.*

1.—Será de aplicación lo establecido en la Orden Ministerial de 22 de febrero de 2002 (BOE 5 de marzo), por la que se establecen los elementos básicos de los informes de evaluación de las enseñanzas conducentes a la obtención de titulaciones de técnicos deportivos reguladas por el Real Decreto 1913/1997, de 19 de diciembre, así como los requisitos formales derivados del proceso de evaluación que son necesarios para garantizar la movilidad de los alumnos.

*Artículo decimosexto. Organización y evaluación del bloque de formación práctica.*

1.—De acuerdo con el artículo 5 del Real Decreto 1913/1997,

de 19 de diciembre, se realizará una vez superados los bloques común, específico y complementario de cada nivel o grado.

2.—El bloque de formación práctica se llevará a cabo en instituciones deportivas de titularidad pública o entidades privadas, así como en el marco de programas de intercambio internacional.

3.—El bloque de formación práctica tendrá como finalidad complementar los conocimientos y destrezas adquiridos en los módulos que integran el currículo, así como conseguir las competencias de cada uno de los títulos que se especifican en el artículo primero de la presente Orden.

4.—Los alumnos dispondrán de dos convocatorias para superar el bloque de formación práctica. Con carácter excepcional, el Departamento de Educación, Cultura y Deporte, a través de la Dirección General de Formación Profesional y Educación Permanente, podrá autorizar una convocatoria extraordinaria en los supuestos de enfermedad u otros que merezcan igual consideración que impidan el normal desarrollo de los estudios.

5.—En la evaluación del bloque de formación práctica colaborará el responsable de la formación del alumnado designado por la institución deportiva. Dicha colaboración se expresará a través de un informe que será tenido en cuenta en la calificación final, expresada en términos de apto/no apto y que será realizada por el profesor-tutor del centro educativo.

6.—Para la organización y seguimiento del bloque de formación práctica será de aplicación lo establecido en la Resolución de la Dirección General de Centros y Formación Profesional de 27 de julio de 2001 («Boletín Oficial de Aragón» 8 de agosto) por la que se dictan instrucciones a los centros docentes que imparten ciclos formativos de formación profesional, programas de iniciación profesional y programas de garantía social para alumnos con necesidades educativas especiales, respecto del módulo de F.C.T.

7.—Podrá determinarse la exención total o parcial del bloque de formación práctica por su correspondencia con la práctica laboral, siempre que se acredite, al menos, un año de experiencia relacionada con los estudios que permitan demostrar las capacidades correspondientes a dicho bloque, de acuerdo con lo dispuesto en el artículo 30 del Real Decreto 362/2004, de 5 de marzo, por el que se establece la ordenación general de la formación profesional específica.

*Disposición Adicional Primera. Habilitación para realizar las funciones asignadas a los Técnicos Deportivos Superiores en las Pruebas de acceso de carácter específico.*

Hasta el momento en que estén totalmente implantadas las enseñanzas reguladas en esta Orden, los Servicios Provinciales del Departamento de Educación, Cultura y Deporte, podrán habilitar a quienes posean el diploma de superior nivel que haya expedido, en la correspondiente especialidad, la Federación Aragonesa de Deportes de Invierno o la Federación Española de Deportes de Invierno, para realizar las funciones que en el anexo I de la presente Orden se asignan a quienes posean el título de Técnico deportivo superior en las especialidades de los deportes de invierno.

*Disposición Adicional Segunda. Habilitación del profesorado hasta que se realicen los cursos de capacitación pedagógica.*

De acuerdo a la disposición transitoria segunda del R.D. 319/2000 y hasta el momento en que se desarrollen los cursos de capacitación pedagógica a los que se refiere el artículo 27 del R.D. 319/2000, los Servicios Provinciales del Departamento de Educación, Cultura y Deporte, podrán habilitar temporalmente para impartir las enseñanzas recogidas en esta Orden, a quienes posean el título de técnico deportivo superior en la modalidad de los deportes de invierno.

*Disposición Adicional Tercera. Habilitación para realizar las funciones asignadas a los Técnicos Deportivos Superiores para impartir determinados módulos.*

De acuerdo a la disposición transitoria segunda del R.D.

319/2000, los Servicios Provinciales del Departamento de Educación, Cultura y Deporte, para impartir determinados módulos del bloque específico o para la tutorización de la formación práctica, podrá autorizar a quienes estén en posesión del diploma o certificado de máximo nivel federativo en la especialidad de los deportes de invierno correspondiente, que haya sido reconocido por el Consejo Superior de Deportes, conforme a lo previsto en el artículo 42 del R.D. 1913/1997. Estas personas, además, tendrán que acreditar mediante currículum personal que poseen formación o experiencia docente en la materia.

*Disposiciones Finales*

*Disposición Final Primera: Habilitación de desarrollo.*

Se faculta a la Dirección General de Formación Profesional y Educación Permanente para dictar las instrucciones necesarias para el desarrollo o complemento de la presente Orden.

*Disposición Final Segunda: Entrada en vigor.*

La presente Orden entrará en vigor el día siguiente al de su publicación en el «Boletín Oficial del Aragón».

Zaragoza, 22 de septiembre de 2006.

**La Consejera de Educación, Cultura  
y Deporte  
EVA ALMUNIA BADIA**

#### ANEXO I

Pruebas de carácter específico para el acceso a las enseñanzas de técnicos deportivos de los Deportes de Invierno.

#### 1. OBJETIVOS Y CARACTERÍSTICAS GENERALES DE LAS PRUEBAS.

1.1. Las pruebas de carácter específico para el acceso a las enseñanzas de las especialidades de los deportes de invierno tienen por objetivo que los aspirantes demuestren poseer la condición física y las destrezas específicas necesarias para seguir con aprovechamiento la formación elegida.

#### 2. PARA ACCEDER A LAS ENSEÑANZAS DE ESQUI ALPINO.

Las pruebas de acceso constarán de tres partes.

##### 2.1. PRIMERA PARTE.

\* Descender esquiando, con virajes de radio y arco variables, una pista que reúna las siguientes características:

o Longitud: 200 - 400 m.

o Desnivel: 35 - 45 %.

o Nieve: Preferiblemente compactada.

o Terreno: Liso con al menos un cambio de pendiente.

\* Descender esquiando, con virajes de arco y radio variables, una pista que reúna las siguientes características:

o Longitud: 200 - 400 m.

o Desnivel: 25 - 45%.

o Nieve: Preferiblemente no pisada.

o Terreno: Irregular

Los aspirantes tendrán una sola oportunidad para completar cada uno de los recorridos.

Cada recorrido será calificado de 1 a 5 puntos por cada evaluador, al valorar los siguientes aspectos:

\* La posición del centro de gravedad con respecto al centro de equilibrio de los esquís.

\* La disposición correcta de los segmentos corporales.

\* La continuidad, dosificación y ejecución gradual.

\* La coordinación y precisión de movimientos.

\* El control de la velocidad de traslación.

\* El control de la trayectoria de descenso.

\* La adaptación del gesto técnico a los distintos condicionantes externos: terreno, tipo de nieve y velocidad.

\* La adaptación del esquiador al ritmo y variaciones del ritmo.

Para superar esta primera parte, será necesario que el aspi-

rante supere a su vez los dos recorridos. Para ello deberá obtener al menos 3 puntos en cada uno de ellos, al promediar la calificación otorgada por los evaluadores.

## 2.2. SEGUNDA PARTE.

\* Descender en el tiempo determinado previamente, por un trazado de slalom gigante que

reúna las siguientes características:

o Pista homologada según las normas de la FIS.

o Desnivel: 200 - 400 m.

o Nieve: Preferiblemente compactada dura.

o Terreno: Liso con al menos un cambio de pendiente.

o Número de puertas del 12% al 15% del desnivel de la pista.

Para establecer el tiempo que han de realizar los aspirantes, el tribunal:

\*Determinará la media de los puntos FIS que acrediten los esquiadores que marcan el tiempo de referencia y la media de los tiempos realizados por cada uno de ellos.

\*Teniendo en cuenta la media de los puntos FIS -columna (a)-, incrementará la media del tiempo en el porcentaje que corresponda -columna (b)-.

Cuando no sea posible la participación de mujeres como marcador de tiempo de referencia, el tribunal incrementará la media del tiempo en el porcentaje que corresponda, de conformidad con los valores que se establecen en la columna (c) de la tabla.

(a)	(b)	(c)
Puntos FIS	% de Incremento	% de Incremento
De 10 a 30 puntos	38%	48%
De 31 a 50 puntos	36%	46%
De 51 a 70 puntos	34%	44%
De 71 a 90 puntos	32%	42%
De 91 a 110 puntos	30%	40%
De 111 a 130 puntos	27%	37%
De 131 a 150 puntos	25%	35%

\* El tiempo se contabilizará mediante cronometraje electrónico.

\* Para superar esta segunda parte de las pruebas, los aspirantes habrán de completar el recorrido en el tiempo establecido, para lo cual, dispondrán de dos oportunidades:

\* La primera actuarán según el orden que estableció el sorteo.

\* En el caso de utilizar la segunda oportunidad, el orden de actuación será inverso al establecido por el sorteo y el recorrido será diferente al de la primera.

## 2.3. TERCERA PARTE.

\* Descender esquiando, realizando giros en cuña, en una pista que reúna

las siguientes características:

o Longitud: 100-150 m.

o Desnivel: 10-15%.

o Nieve: Nieve pisada.

\* Descender esquiando, realizando virajes fundamentales, en una pista que reúna las siguientes características:

o Longitud:200-300m

o Desnivel: 15-20%

o Nieve: Pisada.

\* Descender esquiando, realizando virajes paralelos elementales, en una pista que reúna las siguientes características:

o Longitud:300-400m

o Desnivel: 20-25%.

o Nieve: Pisada.

—Los aspirantes tendrán una sola oportunidad para completar cada uno de los recorridos.

—Cada recorrido será calificado de 1 a 5 puntos por cada evaluador, al valorar los siguientes aspectos:

\* La actitud del candidato en cada uno de los ejercicios.

\* La coordinación de movimientos.

\* La velocidad y ritmo de bajada.

—Para superar esta tercera parte de las pruebas, será necesario que el aspirante supere a su vez los tres descensos. Para ello habrá de obtener al menos 3 puntos en cada uno de ellos, al promediar la calificación otorgada por los evaluadores.

## 3. PARA ACCEDER A LAS ENSEÑANZAS DE ESQUI DE FONDO.

Las pruebas de acceso constarán de dos partes.

### 3.1. PRIMERA PARTE.

\* Completar, en los tiempos previamente determinados, y utilizando las técnicas que en cada caso se expresan, dos recorridos que se trazarán conforme a lo que se establece para las pruebas de esquí de fondo, en reglamento de la FIS.

\* Primer recorrido: Empleando la «técnica clásica».

	Hombres	Mujeres
Longitud	10 km.	5 km.
HD	100 a 150 m	50 a 100 m
MM	40 a 50 m	20 a 30 m.
MT	200 a 250 m	100 a 150 m

HD: Diferencia de altura entre los puntos de mayor y menor altura del recorrido

MM: Diferencia máxima de una sola subida.

Puede ser interrumpida por una parte llana

MT: Ascenso total realizado a lo largo del recorrido

\* Segundo recorrido: Empleando la «técnica de patinador».

	Hombres	Mujeres
Longitud	15 km.	10 km.
HD	150 a 200 m	100 a 150 m
MM	60 a 70 m	40 a 50 m.
MT	300 a 350 m	200 a 250 m

HD: Diferencia de altura entre los puntos de mayor y menor altura del recorrido

MM: Diferencia máxima de una sola subida.

Puede ser interrumpida por una parte llana

MT: Ascenso total realizado a lo largo del recorrido

—Esta primera parte de las pruebas se realizará en dos días sucesivos; un día para cada recorrido.

—Los aspirantes efectuarán la salida a intervalos de 30 segundos.

—El tiempo se contabilizará mediante cronometraje electrónico.

—Para establecer el tiempo máximo para la realización de los contenidos, el tribunal incrementará en un 25 % el que realice el esquiador designado por el propio tribunal conforme a lo dispuesto en el apartado 6 del presente anexo. Cuando no sea posible la participación de una

mujer como marcador de tiempo, el tribunal incrementará en un 30% el tiempo obtenido por un esquiador de categoría masculina, designado igualmente conforme a lo dispuesto apartado 6 del presente anexo.

—Para superar esta primera parte, el aspirante deberá completar cada uno de los recorridos en el tiempo establecido, sin caídas, con seguridad, y utilizando los gestos adecuados de la técnica solicitada.

### 3.2. SEGUNDA PARTE.

\* Completar, en los tiempos previamente determinados y utilizando las técnicas que en cada caso se expresan, tres recorridos que se trazarán conforme a lo que para las pruebas de esquí de fondo, se establece en el reglamento de la FIS.

\*Primer recorrido. Empleando la «técnica clásica», utilizando al menos paso alternativo, impulso con un paso e impulso simultáneo.

o Longitud: 400 - 600 m

o Desnivel: 10 a 20 m.

o Nieve: Compactada con una o doble huella.  
o Terreno variado en proporción aproximada de un 33% de terreno llano, 33% de subida y 33% de bajada.

\*Segundo recorrido. Con la «técnica de patinador», utilizando al menos paso 2-1 asimétrico, paso 1-1 alternativo, paso 2-1 y paso patinador sin bastones.

o Longitud: 400 - 600 m

o Desnivel: 10 a 20 m.

o Nieve: Compactada sin huellas.

o Terreno variado en proporción aproximada de un 33% de terreno llano, 33% de subida y 33% de bajada.

\*Tercer recorrido. Bajada libre efectuando virajes en cuña, viraje fundamental y viraje en paralelo.

o Longitud: 200 - 300 m

o Desnivel: 20 a 30 m.

o Nieve: Compactada.

o Terreno: Liso con al menos un cambio de pendiente.

—Los aspirantes tendrán una sola oportunidad para completar cada uno de los recorridos, que serán calificados de 1 a 5 puntos por cada evaluador, al valorar los siguientes aspectos:

\* La posición del centro de gravedad con respecto al centro de equilibrio de los esquís.

\* La disposición correcta de los segmentos corporales.

\* La amplitud, la continuidad y la dosificación de los movimientos.

\* La coordinación del clavado de los bastones con los movimientos de los miembros inferiores.

\* La fase de cambio de peso.

\* La adaptación de los gestos técnicos al terreno, al tipo de nieve y a

la velocidad.

\* El control de la trayectoria del descenso.

—Para superar esta segunda parte de las Pruebas, será necesario que el aspirante supere a su vez los tres recorridos. Para ello deberá obtener al menos 3 puntos en cada uno de ellos, al promediar la calificación otorgada los evaluadores.

#### 4. PARA ACCEDER A LAS ENSEÑANZAS DE SNOWBOARD.

Las pruebas de acceso constarán de tres partes.

##### 4.1. PRIMERA PARTE.

\* Completar dos descensos con las características que en cada caso se detallan, en los tiempos previamente determinados, y utilizando las técnicas que en cada caso se expresan.

\* Primer descenso. Realizando virajes de radio y arco variables.

o Longitud: 100- 200 m.

o Desnivel: 15 - 25%.

o Nieve: Preferiblemente compactada.

o Terreno: Liso con al menos un cambio de pendiente.

\* Segundo descenso. Efectuando virajes de arco y radio variables.

o Longitud: 100- 200 m.

o Desnivel: 15 - 25%.

o Nieve: Preferiblemente no pisada.

o Terreno: Irregular.

—Los aspirantes tendrán una sola oportunidad para completar cada uno de los descensos, los cuales serán calificados de 1 a 5 puntos por cada evaluador, al valorar los siguientes aspectos:

\* La posición del centro de gravedad con respecto al centro de equilibrio de la tabla de snowboard.

\* La disposición correcta de los segmentos corporales.

\* La continuidad, la dosificación y la ejecución gradual.

\* Realización de virajes por extensión y/o por flexión.

\* La toma de canto.

\* Realización de conducciones mixtas.

\* La precisión en la conducción del viraje.

\* El control de la velocidad de traslación.

\* El control de la trayectoria del descenso.

\* Efectuar al menos un cambio de ritmo.

\* La adaptación del gesto técnico a las distintas condiciones del terreno y del tipo de nieve.

\* El movimiento simultáneo de rotación del tren superior del cuerpo y transmisión al tren inferior (efecto del momento de giro en el eje vertical o longitudinal).

\* La flexión y extensión de los miembros inferiores.

\* La rotación anticipada y cambio de pesos.

\* La rotación acompañada y reparto de pesos.

—Para superar esta primera parte de las Pruebas, será necesario que el aspirante supere a su vez los dos descensos. Para ello deberá obtener al menos 3 puntos en cada uno de ellos, al promediar la calificación otorgada los evaluadores.

#### 4.2. SEGUNDA PARTE.

\* Descender por un circuito cronometrado que reúna las siguientes características:

o Longitud: 250-550 m.

o Desnivel: 80 m.

o Terreno: Irregular, con cambios de tipo de terreno y obstáculos preparados o naturales que no han de superar 1,2 metros de altura, con un máximo de tres obstáculos.

o Distancia entre puertas: Distancia mínima de 10 metros y máxima 15 metros.

o Número de puertas: Veinte 20 puertas como mínimo y 35 puertas como máximo.

—Para superar esta segunda parte de las pruebas, los aspirantes deberán completar el recorrido en el tiempo establecido.

—Para establecer el tiempo máximo que han de realizar los aspirantes, el tribunal:

\*Determinará la media de los puntos FIS o puntos FIS World Cup que acrediten los

esquiadores que marcan el tiempo de referencia y la media de los tiempos realizados por

cada uno de ellos.

\*Teniendo en cuenta el valor de la media de los puntos FIS o de los puntos FIS World Cup, -columna (a)-, incrementará el valor de la media del tiempo en el porcentaje que corresponda -columna (b)-.

Quando no sea posible la participación de mujeres como marcador de tiempo de referencia, el tribunal incrementará el valor de la media del tiempo en el porcentaje que corresponda de la columna (c).

	(a)	(b)	(c)
Puntos FIS		% de Incremento	% de Incremento
De 501 a 1000 puntos		38%	48%
De 301 a 500 puntos		36%	46%
De 101 a 300 puntos		34%	44%
De 71 a 100 puntos		32%	42%
De 66 a 70 puntos		30%	40%
De 51 a 65 puntos		27%	37%
De 35 a 50 puntos		25%	35%

	(a)	(b)	(c)
Puntos FIS World Cup		% de Incremento	% de Incremento
De 1301 a 2000 puntos		38%	48%
De 801 a 1300 puntos		36%	46%
De 101 a 800 puntos		34%	44%
De 76 a 100 puntos		32%	42%
De 51 a 75 puntos		30%	40%
De 26 a 50 puntos		27%	37%
De 0 a 25 puntos		25%	35%

\* El tiempo se contabilizará mediante cronometraje electrónico.

\* Para superar la prueba, los aspirantes dispondrán de dos oportunidades:

\* En la primera actuarán según el orden que estableció el sorteo.

\* En el caso de utilizar la segunda oportunidad, el orden de actuación será inverso al establecido por el sorteo y el recorrido será diferente al de la primera.

#### 4.3. TERCERA PARTE.

\* Descender esquiando, con derrapaje.

\* Descender esquiando, con virajes al monte.

\* Descender esquiando, con virajes básicos.

—La pista para los 3 descensos tendrá las siguientes características:

o Longitud: 200-300 m

o Desnivel: 15-20%

o Nieve: Pisada.

—Los aspirantes tendrán una sola oportunidad para completar cada uno de los recorridos.

—Cada recorrido será calificado de 1 a 5 puntos por cada evaluador, al valorar los siguientes aspectos:

\* La actitud del candidato en cada uno de los ejercicios.

\* La coordinación de movimientos.

\* La velocidad y el ritmo de bajada.

—Para superar esta tercera parte de las pruebas, será necesario que el aspirante supere a su vez los tres descensos. Para ello deberá obtener al menos 3 puntos en cada uno de ellos, al promediar la calificación otorgada por los evaluadores

#### 5. EVALUACION FINAL.

\* Solo se concederá la calificación de «apto» o «no apto».

\* Para alcanzar la calificación de apto los aspirantes deberán superar cada una de las partes que componen las respectivas pruebas, conforme a los criterios que en cada caso se establecen.

#### 6. EL TRIBUNAL

6.1. El tribunal estará compuesto por:

a) Un presidente

b) Un Secretario

c) Tres evaluadores.

6.2. El tribunal que será nombrado por el respectivo Servicio Provincial de Educación, Cultura y Deporte, previo informe del centro correspondiente.

6.3. Corresponderá al tribunal:

a) Fijar los recorridos a los que se refieren los distintos contenidos del punto 2, 3, 4 y 5 del presente anexo.

b) Establecer los tiempos en que los aspirantes han de completar los recorridos a los que se refieren los puntos 2, 3, 4 y 5 del presente anexo.

—Para establecer el tiempo de referencia, el tribunal tomará el tiempo que inviertan en efectuar el recorrido los esquiadores designados por el propio tribunal, y lo incrementará en los porcentajes correspondientes, mediante el procedimiento que

#### 6.5. Requisitos.

a) De los evaluadores. Deberán estar en posesión de la siguiente titulación:

##### *Pruebas de acceso*

Pruebas de acceso a las enseñanzas de Esquí Alpino

Pruebas de acceso a las enseñanzas de Esquí de Fondo

Pruebas de acceso a las enseñanzas de Snowboard

para cada caso se establece en los puntos 2, 3 y 4 del presente anexo.

Para ello, tomará como referencia el tiempo realizado por un ejecutante que el propio tribunal designe, y lo incrementará como máximo un 20%. Asimismo, en función de las circunstancias climatológicas que concurren en el mismo momento de las pruebas, podrá incrementar nuevamente el tiempo, en el porcentaje que en cada caso estime procedente.

Los esquiadores que han de marcar el tiempo de referencia:

\*Serán de la categoría masculina para determinar las referencias de tiempo de los

hombres y de la categoría femenina para las referencias de tiempo de las mujeres.

\*Deberán estar incluidos en:

—La lista vigente de poseedores de puntos FIS, para actuar en las pruebas de acceso a las enseñanzas de esquí alpino.

—La lista vigente de poseedores de puntos de la Real Federación Española de Deportes de Invierno, para actuar en las pruebas de acceso a las enseñanzas de esquí de fondo.

—La lista vigente de poseedores de puntos FIS o de puntos FIS World Cup

para actuar en las pruebas de acceso a las enseñanzas de snowboard.

c) Teniendo en cuenta las características de las pruebas, cuando las condiciones de la nieve o meteorológicas lo exijan, el tribunal podrá modificar los trazados y tiempos de referencia, siempre que tal modificación no suponga perjuicio para ninguno de los aspirantes.

d) Establecer el orden de actuación de los aspirantes mediante sorteo público. Este orden será el mismo para la realización de todos los contenidos, con excepción de la segunda manga del slalom en la especialidad de esquí alpino y de la segunda manga del circuito

cronometrado en la especialidad de snowboard a las que se refieren las pruebas correspondientes. En tales casos, la actuación se realizará en orden inverso al establecido en el sorteo.

e) Publicar, con antelación al comienzo de las pruebas, y para conocimiento de los aspirantes, los itinerarios, los tiempos de referencia y el orden de participación.

#### 6.4. Funciones propias de sus miembros.

a) Presidente. Garantizar que el desarrollo de las pruebas de acceso se realice conforme a lo establecido en el presente anexo.

b) Secretario. Levantar el acta del desarrollo de las pruebas certificando que la actuación se atiene a lo establecido en el presente anexo. También realizará las funciones del presidente, en su ausencia.

c) Evaluadores. Valorar, de forma independiente, la realización de las pruebas por los aspirantes, siguiendo los criterios establecidos para cada caso.

##### *Titulación de los evaluadores*

Técnico Deportivo Superior en Esquí Alpino

Técnico Deportivo Superior en Esquí de Fondo

Técnico Deportivo Superior en Snowboard

## ANEXO II

**ENSEÑANZAS CORRESPONDIENTES A LOS TÍTULOS DE  
TÉCNICO DEPORTIVO EN ESQUÍ ALPINO**

**A) PRIMER NIVEL****1. Horario de los bloques y módulos de formación de las enseñanzas del Primer Nivel de Técnico Deportivo en Esquí Alpino.**

	Horas	
	Teóricas	Prácticas
<b>Bloque Común</b>		
Bases anatómicas y fisiológicas del deporte	20	-
Bases psicopedagógicas de la enseñanza y del entrenamiento	15	5
Entrenamiento deportivo	15	5
Fundamentos sociológicos del deporte	5	-
Organización y legislación del deporte	5	-
Primeros auxilios e higiene en el deporte	20	10
	80	20
Carga horaria del bloque	100	
<b>Bloque Específico</b>	<b>Teóricas</b>	<b>Prácticas</b>
Desarrollo profesional	20	-
Formación técnica del esquí alpino	35	30
Material de esquí alpino	5	5
Medio ambiente de montaña	5	5
Metodología de la enseñanza del esquí alpino	30	20
Seguridad deportiva	15	5
Euroseguridad	10	5
	120	70
Carga horaria del bloque	190	
<b>Bloque complementario</b>	25	
<b>Bloque de Formación Práctica</b>	150	
<b>Carga horaria total</b>	465	

## 2.—Descripción del perfil profesional.

### 2.1.—Definición genérica del perfil profesional.

El Certificado de Primer Nivel de Técnico Deportivo en Esquí Alpino acredita que a su titular posee las competencias necesarias para realizar la iniciación al esquí alpino, así como para promocionar esta modalidad deportiva.

### 2.2.—Unidades de Competencia.

\* Instruir en los principios fundamentales de la técnica y la táctica del esquí alpino.

\* Conducir y acompañar a individuos o grupos durante la práctica deportiva.

\* Garantizar la seguridad de los esquiadores y aplicar en caso necesario los primeros auxilios.

### 2.3.—Capacidades profesionales.

Este técnico debe ser capaz de:

\* Esquiar con seguridad y eficacia por el dominio esquiabile de una estación de deportes de invierno.

\* Realizar la enseñanza del esquí alpino, siguiendo los objetivos, los contenidos, recursos y métodos de evaluación, en función de la programación general de la actividad.

\* Instruir a los alumnos sobre las técnicas y las tácticas básicas del esquí alpino, utilizando los equipamientos y materiales apropiados, demostrando los movimientos y los gestos según los modelos de referencia.

\* Evaluar a su nivel la progresión del aprendizaje, identificar los errores de ejecución técnica y táctica de los deportistas, sus causas y aplicar los métodos y medios necesarios para su corrección, preparándoles para las fases posteriores de tecnificación deportiva.

\* Enseñar la utilización de los materiales específicos de esquí alpino, así como su mantenimiento preventivo y su conservación.

\* Enseñar la utilización de las instalaciones específicas de las estaciones de deportes de invierno.

\* Informar sobre los materiales y vestimenta adecuados para la práctica del esquí alpino.

\* Seleccionar, preparar y supervisar el material de enseñanza.

\* Ejercer el control del grupo, cohesionando y dinamizando la actividad.

\* Enseñar y hacer cumplir las normas básicas del reglamento de las estaciones de deportes de invierno.

\* Motivar a los alumnos en el progreso técnico y la mejora de la condición física.

\* Transmitir a los deportistas las normas, valores y contenidos éticos de la práctica deportiva.

\* Introducir a los deportistas en la práctica deportiva saludable.

\* Prevenir las lesiones más frecuentes en el esquí alpino y los accidentes más comunes durante la práctica deportiva.

\* Aplicar en caso necesario la asistencia de emergencia siguiendo los protocolos y pautas establecidas.

\* Controlar la disponibilidad de la asistencia sanitaria existente.

\* Organizar el traslado del enfermo o accidentado, en caso de urgencia, en condiciones de seguridad y empleando el sistema más adecuado a la lesión y nivel de gravedad.

\* Colaborar con los servicios de evacuación y primeros auxilios en pistas de las estaciones de deportes de invierno.

\* Enseñar y hacer cumplir la normativa vigente sobre la conservación de la naturaleza.

\* Identificar los efectos de sus actuaciones sobre el medio ambiente de montaña.

\* Detectar la información técnica relacionada con sus funciones profesionales.

### 2.4.—Ubicación en el ámbito deportivo.

Ejercerá su actividad en el ámbito de la iniciación deportiva, desarrollando sesiones de enseñanza de esquiadores, en las

pistas balizadas de una estación de deportes de invierno. Se excluye expresamente de su ámbito de actuación la enseñanza del esquí de montaña. Este técnico actuará siempre en el seno de un organismo público o privado relacionado con la práctica del esquí alpino. Los distintos tipos de entidades o empresas donde pueden desarrollar sus funciones son:

o Escuelas deportivas.

o Centros de iniciación deportiva.

o Clubes o asociaciones deportivas.

o Federaciones deportivas.

o Patronatos deportivos.

o Empresas de servicios deportivos.

o Centros escolares (actividades extraescolares).

### 2.5.—Responsabilidad en las situaciones de trabajo.

Este técnico actuará bajo la supervisión general de técnicos y/o profesionales de nivel superior al suyo, siéndole requeridas las responsabilidades siguientes:

\* La enseñanza del esquí alpino hasta la obtención por parte del deportista, de los conocimientos técnicos y tácticos elementales que les capaciten para ascender en los remotes mecánicos y descender con seguridad esquiando por pistas rojas empleando el viraje paralelo básico.

\* La elección de objetivos, medios, métodos y materiales más adecuados para la realización de la enseñanza.

\* La evaluación y control del proceso de enseñanza deportiva.

\* La elección de las pistas y los remotes mecánicos.

\* La información a los practicantes sobre los materiales y vestimenta adecuados más apropiados en función de las condiciones climáticas existentes.

\* La enseñanza de la utilización de las instalaciones específicas de las estaciones de deportes de invierno.

\* La conducción y el acompañamiento de individuos y grupos durante la práctica de la actividad deportiva.

\* La seguridad del grupo durante el desarrollo de la actividad.

\* La administración de los primeros auxilios en caso de accidente o enfermedad en ausencia de personal facultativo.

\* El cumplimiento del reglamento de las estaciones de deportes de invierno.

\* La colaboración con los servicios de primeros auxilios y evacuación de pistas de las estaciones de deportes de invierno.

\* El cumplimiento de las instrucciones generales procedentes del responsable de la entidad deportiva.

## 3.—Enseñanzas.

### 3.1.—Bloque Común.

#### Módulo de Bases anatómicas y fisiológicas del deporte.

##### A.1 Objetivos.

\* Conocer la estructura y funcionamiento del organismo humano.

\* Conocer los elementos básicos de la anatomía funcional humana y su implicación en la actividad deportiva.

\* Conocer los elementos anatómico-fisiológicos de los órganos y sistemas del cuerpo humano.

\* Comprender el funcionamiento del organismo humano y las repercusiones que sobre el mismo puede tener la práctica de los deportes.

\* Familiarizar con la terminología básica de las ciencias biológicas, en especial con la utilizada habitualmente en el deporte.

\* Conocer los conceptos básicos de la biomecánica en relación con la actividad física.

\* Conocer los procesos fisiológicos y su relación con la actividad física y el entrenamiento deportivo.

\* Conocer las fuentes de obtención de energía fundamentales para la producción de movimiento.

\* Analizar el sistema cardio-circulatorio y respiratorio, su



implicación en el ejercicio y las adaptaciones al esfuerzo que experimenta.

\* Conocer y valorar las recomendaciones y hábitos en la alimentación e hidratación del deportista.

#### A.2 Contenidos.

1. Introducción a la anatomía. Su importancia para el técnico deportivo.

2. Fundamentos de la biomecánica del aparato locomotor.

2.7 Conceptos básicos de la biomecánica.

2.8 Introducción a la biomecánica del movimiento humano.

2.9 Fuerzas actuantes en el cuerpo humano. El cuerpo como un sistema de palancas.

2.10 Biomecánica del movimiento articular. Tipos de movimiento.

2.11 Estructuras básicas del movimiento. Biológicas y espaciales.

2.12 Ejes y planos de movimiento.

7. El Esqueleto. División del esqueleto.

7.1 El hueso. Características, clasificación, funciones, propiedades mecánicas del tejido óseo.

8. Las articulaciones.

8.1 Artrología general. Características y clasificaciones de las articulaciones.

8.2 Estudio de la articulación tipo.

8.3 Las principales articulaciones.

8.4 Los movimientos articulares.

9. Los músculos del cuerpo humano.

9.1 Estructura muscular. Tipos de músculos.

9.2 Estructura y función del músculo esquelético.

9.3 Las grandes regiones anatómicas. Principales grupos musculares.

10. Las grandes regiones anatómicas.

8.1. Cuello, tronco, tórax y canales vertebrales. Esqueleto. Grupos

musculares. Su función.

8.2. Esqueleto del miembro superior. Grupos musculares del miembro superior. Su función.

6.9 El hombro. La articulación. Músculos motores. Movimientos analíticos.

6.10 El codo. La articulación. Músculos motores. Movimientos analíticos.

6.11 Esqueleto del miembro inferior. Grupos musculares del miembro inferior. Su función.

6.12 La cadera. Componentes óseos. Articulaciones de la cadera.

6.13 Ligamentos y cápsulas. Músculos motores. Movimientos analíticos.

6.14 La rodilla. La articulación. Ligamentos y cápsulas. Músculos

motores. Movimientos analíticos.

9. Elementos fisiológicos de la actividad deportiva.

7.3 El corazón y aparato circulatorio.

7.3.1 El corazón. Estructura y funcionamiento.

7.3.2 Circulación de la sangre.

7.3.3 Sistema vascular.

7.3.4 Conceptos de frecuencia cardíaca, gasto cardíaco en reposo y en ejercicio, presión arterial y retorno venoso.

7.3.5 Respuesta circulatoria al ejercicio.

7.4 El tejido sanguíneo.

7.2.1 La sangre. Componentes y funciones.

7.2.2 Respuesta hemática al ejercicio.

7.3 El aparato respiratorio y la función respiratoria.

7.3.1 Aparato respiratorio. Características anatómicas.

7.3.2 Mecánica respiratoria. Inspiración y espiración.

7.3.3 Intercambio y transporte de gases. Diferencia arterio-venosa de O<sub>2</sub>.

7.3.4 La difusión tisular. La respiración interna.

7.3.5 Capacidades y volúmenes pulmonares.

7.3.6 Ventilación pulmonar en reposo y en ejercicio.

7.4 Adaptaciones agudas y crónicas al ejercicio.

7.5 Metabolismo energético.

7.5.1 Principales vías metabólicas.

7.5.2 Vías principales de producción de energía en el organismo durante el ejercicio.

7.5.3 La contracción muscular. Elementos contráctiles y proceso de la contracción.

7.6 Bases fisiológicas de la nutrición y de la hidratación.

7.6.1 Nutrientes y agua en la dieta equilibrada.

7.6.2 Alimentación equilibrada en el deporte.

7.6.3 Hidratación en la práctica de la actividad física.

A.3.— *Criterios de evaluación.*

\* Localizar los principales huesos y grupos musculares del cuerpo humano vinculándoles espacialmente.

\* Localizar las principales articulaciones del cuerpo humano y describir su grado de movilidad.

\* Reproducir los distintos movimientos de los segmentos corporales explicando las interacciones músculo esqueléticas que se producen.

\* Describir los diferentes grupos musculares y los principales movimientos en los que se encuentran implicados.

\* Describir a nivel macroscópico las estructuras anatómicas del aparato locomotor.

\* Definir los conceptos fundamentales de la biomecánica del movimiento humano.

\* Explicar las características mecánicas de las palancas del cuerpo humano en relación a los movimientos en el deporte.

\* Describir los distintos movimientos explicando la implicación del esqueleto y la musculatura implicada.

\* Describir a nivel macroscópico las estructuras anatómicas del sistema cardiovascular y del sistema respiratorio.

\* Describir el aparato respiratorio y la mecánica de funcionamiento de éste, vinculándolo al transporte e intercambio fisiológico de los gases.

\* Describir el aparato cardiocirculatorio y su respuesta al ejercicio.

\* Describir el papel de la sangre en el transporte e intercambio de los gases y sus modificaciones como respuesta al ejercicio.

\* Describir los efectos de la práctica sistemática de ejercicio físico sobre los sistemas del organismo humano.

\* Definir las principales vías metabólicas de producción de energía durante el ejercicio y su papel en la contracción muscular.

\* Diferenciar las distintas fibras musculares en razón de su función y de su metabolismo energético.

\* Explicar los macronutrientes y micronutrientes de nuestra dieta, y los diferentes porcentajes a ingerir derivados de un estado de reposo o durante la actividad física.

\* Explicar la importancia de la hidratación para la vida en general y para la actividad física en concreto.

*B) Módulo de Bases psicopedagógicas de la enseñanza y del entrenamiento deportivo*

*B.1 Objetivos.*

\* Conocer las funciones y modelos posibles de Técnico Deportivo.

\* Describir las principales características psicológicas de las distintas etapas del desarrollo y su influencia en la iniciación deportiva.

\* Aplicar las técnicas básicas para la motivación de los deportistas.

\* Identificar los factores que intervienen en el proceso de adquisición y mejora de las técnicas deportivas.

\* Determinar el papel que juega el técnico deportivo en la adquisición de destrezas y habilidades deportivas.

\* Analizar los procesos de comunicación más adecuados en la enseñanza-aprendizaje de habilidades deportivas

\* Aplicar los métodos y sistemas de enseñanza de las habilidades deportivas.

\* Conocer los elementos básicos en la programación, seguimiento y evaluación de un proceso de enseñanza-aprendizaje.

\* Elaborar sesiones de clase atendiendo a sus distintas fases y a los criterios de elección, presentación y seguimiento de tareas en el aprendizaje deportivo.

\* Emplear la terminología básica de la didáctica.

### B.2 Contenidos.

1. Funciones, modelos y características del Técnico Deportivo.

2. Características psicológicas de los deportistas en función de su grupo de edad, y su repercusión en el aprendizaje y la práctica de habilidades deportivas

3. Propuestas de intervención psico-pedagógica del Técnico Deportivo.

4. La comunicación en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

5. La motivación de los deportistas jóvenes: conceptos básicos.

6. Aprendizaje del acto motor.

7. Diferentes estilos de enseñanza-aprendizaje de las habilidades deportivas.

8. La sesión de clase: diseño y desarrollo.

9. Evaluación de la enseñanza-aprendizaje de la actividad física Programación de actividades de enseñanza-aprendizaje.

10. Características generales de los grupos.

### B.3 Criterios de evaluación.

\* Definir las funciones más relevantes de un técnico deportivo así como los diferentes modelos y sus características.

\* Definir las características psicológicas del deportista en función de su edad, así como su influencia en la práctica de actividades deportivas.

\* Definir procedimientos para la motivación en la iniciación deportiva.

\* Definir los principios del aprendizaje motor y sus implicaciones para la enseñanza de actividades físico-deportivas.

\* Enunciar los elementos que componen el proceso de la comunicación y su aplicación a la enseñanza deportiva.

\* Exponer el proceso de desarrollo psicomotor y de crecimiento físico en la edad escolar y la adolescencia y su influencia en el aprendizaje de habilidades deportivas.

\* Exponer los factores que intervienen en el proceso de enseñanza-aprendizaje del deporte.

\* Aplicar diferentes estilos de enseñanza de habilidades deportivas.

\* Enunciar y caracterizar los tipos de evaluación de enseñanza-aprendizaje del deporte.

\* Aplicar los aspectos fundamentales para evaluar el aprendizaje del acto motor.

\* Elaborar una programación básica para la enseñanza-aprendizaje de una determinada habilidad deportiva.

\* Diseñar adecuadamente una sesión de clase.

\* Demostrar un uso adecuado de la terminología básica de la didáctica.

### C) Módulo de Entrenamiento deportivo.

#### C.1 Objetivos.

\* Conocer los elementos básicos del entrenamiento deportivo.

\* Conocer las cualidades físicas básicas y su desarrollo en función de la edad.

\* Conocer las cualidades perceptivo-motrices y su desarrollo en función de la edad.

\* Conocer los métodos y medios básicos para el desarrollo de las cualidades físicas básicas.

\* Conocer los métodos y medios básicos para el desarrollo de las cualidades perceptivo motrices.

\* Identificar un núcleo básico de ejercicios con las cualidades que desarrollan atendiendo a su correcta ejecución.

\* Aplicar los conceptos básicos a la ejecución de un calentamiento y de una vuelta a la calma adecuados a la actividad.

\* Emplear la terminología básica de la teoría del entrenamiento.

### C.2 Contenidos.

3. Bases conceptuales del entrenamiento deportivo:

1.5 Concepto de entrenamiento.

1.6 Objetivos del entrenamiento.

1.7 Ambitos del entrenamiento.

1.8 Elementos del entrenamiento:

1.8.1 Componentes de la carga.

1.8.2 Leyes del entrenamiento.

4. La Condición motriz.

2.1 Las Cualidades físicas básicas: métodos y medios básicos para su desarrollo. Su evolución con la edad del deportista y las fases sensibles.

— la fuerza.

— la resistencia.

— la velocidad.

2.2 Las Cualidades facilitadoras: métodos y medios básicos para su desarrollo. Su evolución con la edad del deportista y las fases sensibles.

— la relajación.

— la flexibilidad.

2.3 Las Cualidades coordinativas: métodos y medios básicos para su desarrollo. Su evolución con la edad del deportista y las fases sensibles.

— el equilibrio.

— el ritmo.

— la orientación espacio temporal.

— la diferenciación cinestésica: coordinación ojo-pie, ojo-mano.

— la combinación de movimientos.

— la capacidad de reacción.

3. El calentamiento y la vuelta a la calma:

— Funciones.

— Metodología.

— Repertorio básico de ejercicios para la realización de un calentamiento general y una vuelta a la calma.

4. Concepto de recuperación.

5. Ejercicio físico y salud.

### C.3 Criterios de evaluación.

\* Identificar los elementos básicos que componen el entrenamiento deportivo

\* Demostrar el dominio de la terminología específica del entrenamiento deportivo

\* Determinar las cualidades físicas condicionales y las cualidades perceptivo-motrices estableciendo las etapas sensibles para su desarrollo

\* En un supuesto de sesión de entrenamiento para un grupo de deportistas de una edad determinada, disponer los medios y seleccionar las actividades de entrenamiento más adecuadas para el desarrollo de las cualidades físicas básicas.

\* En un supuesto de sesión de entrenamiento para un grupo de deportistas de una edad determinada, disponer los medios y seleccionar las actividades de entrenamiento más adecuadas para el desarrollo de las cualidades facilitadoras.

\* En un supuesto de sesión de entrenamiento para un grupo de deportistas de una edad determinada, disponer los medios y seleccionar las actividades de entrenamiento más adecuadas para el desarrollo de las cualidades perceptivo-motrices

\* Justificar la elección de los ejercicios para el desarrollo de una determinada cualidad física

### D) Módulo de Fundamentos sociológicos del deporte.

#### D.1 Objetivos.

\* Identificar los valores sociales y culturales transmisibles a través del deporte.

\* Conocer el papel del Técnico Deportivo en la transmisión de valores.

\* Identificar los valores sociales y culturales a transmitir por el técnico deportivo.

\* Comprender la dimensión social del deporte y la función que desempeña en la sociedad.

\* Comprender la responsabilidad ética y moral del Técnico Deportivo en el desarrollo de su trabajo con niños y jóvenes.

#### *D.2 Contenidos.*

1. Concepto y objeto de estudio de la sociología del deporte.

1.2 Concepto de sociología.

1.2 Concepto de deporte.

2. Funciones sociales del deporte.

3. Valores sociales y culturales del deporte. Diferentes concepciones.

4. Valores transmitibles por el técnico deportivo.

4.2 Valores personales.

—La estética.

—La salud.

—El espíritu de superación.

4.2 Valores de relación colectivos.

—La familia.

—Los amigos.

4.3 Valores de relación comunes entre individuos.

—Deportividad.

—Cooperación.

—Entrega.

4.5 Valores de relación con el entorno.

—Entorno urbano.

—Entorno rural.

—Entorno natural.

7. Actuaciones comportamentales y educativas del técnico deportivo en la transmisión de valores sociales y culturales en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

8. La ética profesional.

#### *D.3 Criterios de evaluación.*

\* Analizar de forma comparativa las distintas concepciones sobre el deporte.

\* Identificar valores sociales y culturales transmisibles a través del deporte.

\* Identificar valores sociales y culturales transmisibles por el técnico a través del proceso de enseñanza-aprendizaje deportivo.

\* Identificar las actuaciones comportamentales del Técnico deportivo en el proceso de transmisión de valores sociales.

#### *E) Módulo de Organización y Legislación del deporte.*

##### *E.1 Objetivos.*

\* Conocer la estructura administrativa para el deporte en la Comunidad Autónoma correspondiente y su relación con la administración general del Estado.

\* Diferenciar entre las competencias administrativas que en el ámbito del deporte corresponden a la Administración autonómica, de las que, en el mismo ámbito, son propias de las entidades locales.

\* Conocer el modelo asociativo de la Comunidad Autónoma correspondiente.

##### *E.2 Contenidos.*

1. El sistema deportivo.

1.2 Elementos

1.2 El modelo de organización básica del deporte en España.

—Organización administrativo-deportiva.

—Organización privada del deporte.

5. Legislación deportiva.

2.1 El deporte en la constitución española y en el estatuto de autonomía.

2.2 Normas que inciden en el ámbito deportivo.

6. Las competencias deportivas de las administraciones públicas.

3.2 Competencias del estado.

3.2 Competencias en el ámbito del deporte en las C.C.A.A

3.3 Competencias de las entidades locales.

7. El modelo asociativo de ámbito autonómico.

4.2 Los clubes deportivos.

4.2 Las Federaciones deportivas autonómicas.

4.3 Otras figuras asociativas de ámbito autonómico.

4.4 El acceso al registro deportivo de entidades públicas y privadas.

5. Otras entidades privadas con competencias deportivas.

5.1 Las empresas de servicios deportivos.

#### *E.3 Criterios de evaluación.*

\* Demostrar un conocimiento básico sobre el modelo organizativo del deporte en nuestro país.

\* Ubicar las competencias de la administración deportiva de la Comunidad Autónoma en el marco de las correspondientes a la Administración General del Estado.

\* Comparar las competencias, en materia de deporte, de la administración autonómica, con las propias de las entidades locales.

\* Comparar las funciones de las asociaciones deportivas reconocidas en el ámbito autonómico.

#### *F) Módulo de Primeros auxilios e higiene en el deporte*

##### *F.1 Objetivos.*

\* Identificar las lesiones y heridas evaluando, a su nivel, la gravedad de las mismas.

\* Aplicar los métodos y las técnicas de primeros auxilios.

\* Aplicar los protocolos de evacuación de lesionados y heridos.

\* Conocer la legislación que limita la intervención del técnico deportivo en materia de primeros auxilios.

\* Explicar los principios generales de la higiene en el deporte.

\* Describir las técnicas de recuperación después del ejercicio físico.

\* Conocer los principios de higiene postural.

\* Conocer los efectos de las principales drogodependencias sobre el organismo humano.

\* Identificar los factores que inducen al consumo de drogas e identificar los efectos sobre el organismo de los deportistas.

##### *F.2 Contenidos.*

1. Primeros Auxilios

1.1 Introducción a los primeros auxilios. Pautas Generales.

1.2 Valoración primaria y secundaria. Evaluación a su nivel de la víctima

1.3 Dinámica cardiorrespiratoria.

1.4 Reanimación Pulmonar Básica (RCP) en adultos y niños.

1.5 Grandes atagantamientos. Intervención primaria.

1.6 Angina de pecho e infarto de miocardio. Intervención primaria y evacuación.

1.7 Hemorragias y heridas. Intervención primaria y evacuación.

1.8 Casos especiales. Amputaciones y objetos clavados. Intervención primaria y evacuación.

1.9 Shock. Etiología. Signos y síntomas. Control del choque. Intervención primaria.

1.10 Lesiones de partes blandas. Contusiones. Intervención primaria.

1.11 Traumatismos del aparato locomotor. Intervención primaria y evacuación.

1.12 Traumatismos de la columna vertebral. Intervención primaria y evacuación.

1.13 Traumatismos del cráneo y la cara. Intervención primaria y evacuación.

1.14 El politraumatizado. Intervención primaria y evacuación.

1.15 Patología neurológica.

—Síncope, ataque histérico y cuadros convulsivos.

—Signos. Síntomas.

—Intervención primaria.

1.16 Quemaduras. Intervención primaria y evacuación.

1.17 Intoxicaciones. Intervención primaria y evacuación.

1.18 Reacción alérgica. Prevención. Intervención primaria.

1.19 Actuación en caso de coma diabético y choque insulínico.

1.20 Trastornos producidos por la temperatura elevada. Prevención. Intervención primaria y evacuación.

1.21 Trastornos producidos por bajas temperaturas. Prevención. Intervención primaria y evacuación.

1.22 Legislación. Límites de actuación del técnico deportivo en materia de primeros auxilios.

2. Higiene Deportiva

2.1 Higiene en el deporte.

\* Prevención.

\* Actuación correcta durante el ejercicio físico.

\* Técnicas recuperadoras tras el ejercicio físico.

\* Patologías debidas a la sobrecarga.

\* Decálogo de gestos deportivos incorrectos.

\* Enfermedad crónica y actividad física.

2.2 Educación postural.

\* La espalda.

\* Higiene postural.

2.3 Principales drogodependencias y actividad física.

\* Drogas ilegales.

\* Tabaquismo.

\* Alcoholismo.

2.4. Ejercicio Físico y Salud.

*F.3 Criterios de evaluación:*

\* Explicar y demostrar el procedimiento a seguir para la evaluación del estado de un accidentado.

\* Efectuar correctamente durante un tiempo prefijado las técnicas de recuperación cardiorrespiratoria sobre modelos y maniqués en adultos y niños.

\* Efectuar correctamente las técnicas ante un atragantamiento de un paciente adulto consciente, otro inconsciente y en niños.

\* En sesiones de simulación de distintos supuestos, realizar:

\* Técnicas de inmovilización ante fracturas previamente determinadas

\* Maniobras de inhibición de hemorragias.

\* Maniobras de traslado de accidentados en razón de la gravedad de las lesiones, poniendo especial énfasis en lesionados de la columna vertebral

\* Actuaciones ante golpes de calor, hipotermias y congelaciones.

\* Actuaciones ante coma diabético, choque insulínico e infartos.

\* Describir las indicaciones y el seguimiento a realizar a los deportistas tras una sesión de entrenamiento o competición, desde el punto de vista de la higiene deportiva.

\* Explicar los aspectos relacionados con la prevención de lesiones deportivas.

\* Saber aplicar los principios de educación postural en supuestos prácticos.

\* Explicar la incidencia del consumo de estupefacientes en la salud del individuo en general y del deportista en particular.

3.2.—*Bloque Específico.*

A) *Módulo de Desarrollo profesional.*

A.1.—*Objetivos.*

\* Conocer el entorno institucional, socio-económico y legal de los Deportes de Invierno.

\* Conocer la legislación laboral aplicable a los titulares de los certificados de primer nivel de los técnicos deportivos de los Deportes de Invierno.

\* Describir los requisitos legales para el ejercicio de la profesión.

\* Especificar las competencias, funciones, tareas y responsabilidades del Técnico Deportivo.

\* Determinar el sistema básico de organización de los Deportes de Invierno en la Comunidad Autónoma.

\* Conocer las asociaciones profesionales de profesores de esquí o Snowboard de carácter nacional e internacional.

\* Conocer las características que definen el Turismo de Nieve.

\* Introducir en la reglas de la Federación Internacional de Esquí, FIS.

\* Conocer el desarrollo profesional de los técnicos deportivos de Esquí y Snowboard en los países de la Unión Europea.

\* Conocer la historia del esquí a nivel internacional y nacional.

A.2.—*Contenidos.*

1. La figura del Técnico Deportivo; marco legal.

1.1. Requisitos legales para el ejercicio profesional.

1.2. Requisitos laborales y sociales para el ejercicio de la profesión.

1.3. Requisitos fiscales para el ejercicio de la profesión. I.R.P.F.

2. Régimen de responsabilidades del Técnico Deportivo en el ejercicio profesional.

2.1. Responsabilidad civil.

2.2. Responsabilidad penal.

2.3. Requisitos fiscales del trabajador por cuenta ajena.

2.4. Impuestos directos e indirectos. Incumplimiento de las obligaciones fiscales.

3. Competencias profesionales del Primer nivel de los técnicos deportivos de los Deportes de Invierno.

3.1. Funciones y tareas.

3.2. Limitaciones.

4. Federación territorial de Deportes de Invierno. Organización y funciones.

5. Clubes de Deportes de Invierno. Su clasificación y características.

6. Regulación de actividades deportivas en el medio natural.

7. Asociación profesional de profesores de esquí.

8. Asociación Internacional de Profesores de Esquí (International Ski Instructor Association, ISIA).

9. El Turismo de Nieve.

9.1. Características definitorias del Turismo de Nieve.

9.2. Competencias y responsabilidades de los servicios que intervienen en el Turismo de Nieve.

10. Los Técnicos de Deportes de Invierno en los países de la Unión Europea.

10.1. El desarrollo profesional en los países de la Unión Europea.

10.2. Equivalencias de las titulaciones de los técnicos de Deportes de Invierno en los países de la Unión Europea.

11. Introducción a los reglamentos de la F.I.S.

12. Planes de formación de los técnicos deportivos de Deportes de Invierno.

13. La historia del esquí Internacional y en España.

A.3.—*Criterios de evaluación.*

\* Describir las funciones y tareas propias del primer nivel de Técnico Deportivo en Esquí Alpino.

\* En un supuesto de un accidente, con unas condiciones determinadas, definir la responsabilidad civil y penal del técnico.

\* Describir los tipos y ventajas de los seguros de responsabilidad civil.

\* Describir el funcionamiento de un club elemental de Deportes de Invierno.

\* Describir los trámites necesarios, administrativos, laborales y fiscales para ejercer la profesión.

\* Describir los derechos, obligaciones y responsabilidades de carácter laboral y fiscal que corresponden a un Técnico Deportivo en el ejercicio de su profesión.

\* Describir las características más significativas del Turismo de Nieve.

\* Describir las competencias y responsabilidades de los servicios que intervienen en el Turismo de Nieve.

\* Describir la evolución del esquí desde sus orígenes

\* Describir la evolución del esquí en España.

*B) Módulo de Formación técnica del esquí alpino.*

*B.1.—Objetivos.*

\* Esquiar según un modelo de referencia en pistas balizadas.

\* Conocer los fundamentos de la técnica y la táctica del esquí alpino.

\* Determinar las cualidades físicas condicionales y las perceptivo-motrices implicadas en la práctica del esquí alpino.

\* Emplear la terminología elemental del esquí alpino.

\* Entender y explicar la mecánica y biomecánica del esquí alpino.

\* Conocer las características de los materiales específicos y su influencia en la técnica del esquí alpino.

\* Ejecutar los gestos técnicos y mecanismos fundamentales del esquí alpino.

\* Ejecutar las acciones tácticas básicas del esquí alpino.

\* Introducir a nivel de iniciación la técnica del esquí de fondo.

*B.2.—Contenidos.*

1. Características de la técnica de esquí alpino.

1.1. Cualidades físicas condicionales y perceptivo-motrices y su relación con la técnica de esquí alpino. Ejercicios técnicos para el desarrollo específico de las cualidades.

1.2. Biomecánica aplicada al análisis de los gestos técnicos del esquí alpino.

2. Estudio de los gestos técnicos y mecanismos fundamentales del esquí alpino.

2.1. Concepto de gesto técnico modelo y gesto técnico adaptado.

2.2. Concepto de mecanismo y efecto mecánico en el esquí alpino.

2.3. El deslizamiento.

2.4. La conducción.

2.5. Las posiciones.

2.6. Los impulsos.

2.7. Los pasos.

2.8. Los tipos de virajes.

2.9. Los saltos.

3. Perfeccionamiento de los gestos técnicos y mecanismos fundamentales del esquí alpino.

4. Materiales técnicos y desarrollo de la técnica del esquí alpino.

5. Las tácticas básicas en el esquí alpino.

5.1. Concepto y clasificación de las tácticas deportivas.

5.2. Capacidades cognitivas, sensoriales, coordinativas, habilidades técnicas, en su relación con las acciones tácticas.

5.3. Capacidades condicionales en su relación con las habilidades tácticas.

5.4. Características específicas de la táctica en el esquí alpino.

5.5. Conceptos espaciales y tácticos básicos del esquí alpino.

6. Trayectorias de descenso.

7. Tipos de virajes.

8. Terminología española e internacional del esquí alpino.

9. Técnica elemental del esquí de fondo.

*B.3.—Criterios de evaluación.*

\* Esquiar según un modelo de referencia en todo tipo de pista, nieve y terreno en pistas

\* balizadas de una estación de deportes de invierno.

\* En pista balizada, demostrar los gestos técnicos y los mecanismos fundamentales del esquí alpino.

\* Explicar los gestos técnicos y los mecanismos fundamentales del esquí alpino.

\* Explicar los fundamentos de la técnica y la táctica del esquí alpino.

\* Determinar la influencia de las cualidades físicas condicionales y de las perceptivo-motrices en la ejecución del gesto técnico del esquí alpino.

\* Definir los conceptos fundamentales de la biomecánica y su aplicación al esquí alpino.

\* Definir la estructura de los gestos técnicos fundamentales del esquí alpino.

\* Explicar las relaciones entre los materiales técnicos y la técnica del esquí alpino.

\* Explicar las actitudes tácticas básicas del esquí alpino.

\* Describir las distintas trayectorias de descenso explicando mediante la física las influencias de las fuerzas externas e internas sobre la masa del esquiador modelo.

\* Emplear correctamente la terminología española e internacional del esquí alpino.

\* Completar un circuito de esquí de fondo previamente establecido.

*C) Módulo de Material de esquí alpino.*

*C.1.—Objetivos.*

\* Conocer, en un nivel básico, los materiales que se usan en la práctica del esquí alpino.

\* Elegir de forma adecuada, el material básico, así como conocer y aplicar los procesos para cuidado y mantenimiento de los materiales técnicos.

\* Elegir la vestimenta y complementos específicos para la práctica del esquí alpino, así como su conservación.

*C.2.—Contenidos.*

1. Materiales técnicos del esquí alpino. Conocimientos generales del material básico.

1.1. Esquíes, fijaciones, botas y bastones actuales para debutantes, iniciados, avanzados e infantiles.

1.2. Elección del material adecuado (tipo y longitud de esquí) para debutantes, iniciados, avanzados e infantiles.

2. Mantenimiento del material técnico.

2.1. Preparación pre-estreno, puesta a punto y reparación básica del material duro.

2.2. Diferentes tipos de encerado básico. Herramientas para el mantenimiento. Procesos de mantenimiento.

3. Complementos técnicos.

3.1. Vestimenta en función de las diferentes prácticas y de la climatología.

3.2. Los tejidos más usuales. Novedades de temporada.

3.3. Guantes, cascos, gafas, mascarar. Otros.

3.4. Material didáctico para niños y para jardines de nieve.

4. Conocimientos básicos sobre el material de ayuda para la práctica del esquí por los minusválidos. Material de primera ayuda en pista.

5. Conocimiento básico del material usado en los deportes de nieve más usuales: snowboard y esquí nórdico.

*C.3.—Criterios de evaluación.*

\* Describir las características técnicas de los materiales específicos del esquí alpino.

\* Realizar el reglaje de las fijaciones.

\* Describir la relación existente entre las características del material y la técnica de esquí alpino.

\* Describir y realizar los cuidados que deben ser aplicados al material para su correcta conservación.

\* Describir las características de la vestimenta y de los complementos deportivos.

*D) Módulo de Medio ambiente de montaña.*

*D.1.—Objetivos.*

\* Introducción al medio ambiente de montaña.

\* Introducción a la cartografía y a la orientación en la montaña.

\* Conocer la legislación ambiental en relación a los ecosistemas de montaña.

*D.2.—Contenidos.*

1. Geografía de la Península Ibérica.

1.1. Cadenas montañosas y sus cuencas hidrográficas.

1.2. Estaciones de esquí asociadas a las cadenas montañosas.

2. Cartografía y orientación en la montaña.

2.1. Elementos geográficos.

2.2. Cartografía.

2.3. Lectura del mapa y utilización del terreno.

2.4. Utilización de la brújula.

2.5. Utilización conjunta de mapa y brújula.

2.6. Orientación con signos naturales.

3. Introducción a la promoción y conservación de la naturaleza silvestre.

3.1. Legislación española sobre la conservación de la flora y fauna silvestre.

3.2. Legislación española sobre la conservación de los espacios naturales

3.3. Espacios Naturales Protegidos.

3.4. Problemática actual de las estaciones de esquí y los espacios protegidos.

3.5. Evaluación económica del medio ambiente: ECOTASAS.

3.6. Especies amenazadas y sus planes de gestión. Delito ecológico.

3.7. Actividades en la naturaleza no legisladas.

3.8. Normativas de utilización de espacios naturales.

3.9. Actuaciones institucionales para la conservación de la naturaleza silvestre.

3.10. Ayuntamientos. Comunidades Autónomas. Administración Central. Unión Europea.

*D.3.—Criterios de evaluación.*

\* Ubicar las cadenas montañosas dentro de la Península Ibérica.

\* Ubicar las cuencas hidrográficas en relación con las cadenas montañosas de la Península

\* Ibérica.

\* Analizar diferentes tipos de mapas e interpretar su simbología.

\* Calcular desniveles y distancias longitudinales a partir de mapas de diferentes escalas.

\* Reconocer e interpretar diferentes signos naturales para orientarse.

\* Manejar adecuadamente la brújula, el altímetro y otros instrumentos accesorios de orientación y describir su funcionamiento.

\* Empleando brújula y mapas:

\* Determinar la propia situación en el mapa, a partir de los accidentes geográficos y/o los datos de los instrumentos de orientación.

\* Situar en el mapa puntos desconocidos.

\* Definir itinerarios sobre el mapa y justificar esta elección.

\* Interpretar la legislación en relación a los espacios naturales y las prácticas deportivas normativizadas.

\* Analizar las condiciones de práctica de diferentes actividades no legisladas y su impacto medio-ambiental.

\* Proponer acciones personales y colectivas a realizar para sensibilizar el respeto a la naturaleza y minimizar el impacto medio-ambiental.

\* Analizar la realidad de las estaciones de esquí de España en relación a los espacios y especies protegidas.

\* Proponer acciones personales y colectivas para sensibilizar el respeto a la naturaleza y minimizar el impacto medio-ambiental. Criticar las acciones existentes.

*E) Módulo de Metodología de la enseñanza del esquí alpino.*

*E.1.—Objetivos formativos.*

\* Aplicar los principios fundamentales de la didáctica al proceso de enseñanza-aprendizaje del esquí alpino.

\* Desarrollar las progresiones metodológicas para la enseñanza de la técnica del esquí alpino.

\* Determinar los contenidos técnicos y tácticos de las etapas de iniciación al esquí alpino y de adquisición de los fundamentos de la técnica.

\* Caracterizar los diferentes métodos y estilos de enseñanza y su aplicación en las etapas de iniciación y adquisición de los fundamentos de la técnica.

\* Emplear los diferentes medios, recursos y ayudas para la enseñanza de la técnica del esquí alpino y aplicar en las etapas de iniciación y adquisición de los fundamentos de la técnica.

\* Identificar los defectos de ejecución técnica, determinar sus causas y aplicar los métodos y medios para su corrección.

\* Aplicar los criterios para evaluar la progresión del aprendizaje de la técnica.

\* Emplear la didáctica del esquí alpino específica para los niños.

*E.2. Contenidos*

1. El proceso de aprendizaje de los gestos técnicos del esquí alpino.

2. Principios metodológicos de la didáctica aplicados a la enseñanza del esquí alpino.

3. Etapas en la enseñanza de la técnica del esquí alpino. La progresión metodológica.

4. Análisis del perfil del alumno. Criterios de clasificación de los esquiadores en función de su nivel técnico.

5. Unidades de enseñanza. La organización de las unidades de enseñanza.

6. Definición de objetivos de enseñanza en el esquí alpino.

7. Métodos y estilos de enseñanza aplicables al esquí alpino.

8. Medios, ayudas y recursos para la enseñanza del esquí alpino.

9. La explicación y la demostración del gesto técnico.

10. La ejecución del gesto técnico por parte del alumno.

11. La corrección de los defectos de ejecución del gesto técnico.

12. Criterios para la evaluación del proceso de aprendizaje.

13. Factores que afectan al proceso de aprendizaje del esquí alpino.

14. La enseñanza del esquí a los niños.

15. Etapa de Iniciación al Esquí Alpino.

15.1. Objetivos terminales de la enseñanza de la etapa de iniciación al esquí alpino.

15.2. Metodologías de la enseñanza de los contenidos técnicos.

15.3. Contenidos técnicos de la etapa de iniciación al esquí alpino.

16. Etapa de Adquisición de los Fundamentos de la Técnica.

16.1. Objetivos terminales de la enseñanza de la etapa de adquisición de los fundamentos de la técnica.

16.2. Metodologías de la enseñanza de los contenidos técnicos.

16.3. Contenidos técnicos de la etapa de adquisición de los fundamentos de la técnica.

*E.3.—Criterios de evaluación.*

\* En tres supuestos prácticos de desarrollo de una sesión de enseñanza de un determinado gesto técnico de esquí alpino:

\* En la etapa de iniciación con alumnos menores de cinco años.

\* En la etapa de iniciación con alumnos mayores de cinco años.

\* En la etapa de adquisición de los fundamentos de la técnica con alumnos de

\* características dadas.

o Explicar las características técnicas del gesto.

- o Emplear un estilo de enseñanza y justificar su utilización.
- o Aplicar un método de enseñanza del gesto técnico y justificar su empleo.
- o Ejecutar la secuencia los ejercicios más adecuados para el aprendizaje.
- o Explicar y caracterizar los errores de ejecución más frecuentes.
- o Detectar los errores de ejecución de los practicantes y emplear los ejercicios para la corrección.
- o Emplear al menos 3 ayudas pedagógicas y justificar su utilización.
- o Definir las características del material técnico de los participantes.
- o Justificar la elección de los remontes mecánicos y de las pistas.
- o En caso necesario proponer la modificación morfológica de las pistas para la mejor adecuación a la enseñanza del gesto técnico.
- o Determinar los parámetros que deben tenerse en cuenta para evaluar el aprendizaje de los alumnos.
- o Determinar los parámetros que deben tenerse en cuenta para evaluar el desarrollo de la sesión de enseñanza.
- o Justificar la ubicación del grupo en la pista y del técnico con respecto al grupo.
- o Definir las medidas que hay que tomar para garantizar la seguridad del grupo.
- o Explicar la aplicación de los principios de la didáctica a la enseñanza de la técnica del esquí alpino.
- o Determinar los distintos estilos de enseñanza aplicables a la enseñanza del esquí, en función de las características del grupo.
- \* En un supuesto práctico, aplicar los diferentes recursos y ayudas para el aprendizaje de la técnica del esquí alpino y justificar su empleo en función de:
  - \* Las características del grupo.
  - \* Del gesto técnico a enseñar.
  - \* De las condiciones meteorológicas y de las condiciones de las pistas.
- \* Para las etapas de iniciación al esquí alpino y de adquisición de los fundamentos de la técnica:
  - \* Definir los objetivos terminales de la enseñanza.
  - \* Determinar los contenidos técnicos de las etapas.
  - \* Concretar las diferentes metodologías de la enseñanza de los contenidos técnicos.
  - \* Definir las características diferenciales de la metodología de la iniciación del esquí alpino, con alumnos de diferentes edades.
  - \* Definir la progresión metodológica para la enseñanza de la técnica del esquí alpino en función de alumnos de diferentes edades.
  - \* Explicar y demostrar los contenidos de la etapa de iniciación y de la etapa de adquisición de la técnica del esquí alpino.
  - \* Definir e identificar los defectos de ejecución técnica más comunes, explicando sus causas primarias y describir los métodos y medios más eficaces para su corrección.
  - \* Indicar los criterios clasificar por niveles a los esquiadores.
  - \* Definir los criterios para evaluar la progresión de los alumnos en el aprendizaje de la técnica.
  - \* Realizar un calentamiento específico al comenzar una jornada de esquí.
  - \* Aplicar conceptos objetivos para clasificar las pistas de esquí por su nivel de dificultad.
  - \* Realizar correctamente las demostraciones de los gestos técnicos y los mecanismos fundamentales del esquí alpino.
  - \* Realizar las demostraciones de las actitudes tácticas básicas del esquí alpino.

#### *F) Módulo de Seguridad deportiva.*

##### *F.1.—Objetivos.*

- \* Conocer las lesiones por sobrecarga más frecuentes en el Esquí Alpino y los medios y métodos de evitarlas.
- \* Conocer las lesiones por agentes indirectos más frecuentes en el Esquí Alpino y los medios de evitarlas.
- \* Conocer los métodos y las técnicas de socorrismo y de los primeros auxilios aplicables en áreas esquiabiles.
- \* Conocer las medidas de prevención de accidentes y de seguridad en áreas esquiabiles.
- \* Conocer los procedimientos de actuación en caso de accidente durante la práctica de los deportes de deslizamiento en nieve.
- \* Conocer la organización básica de las estaciones de Deportes de Invierno.
- \* Conocer y caracterizar los métodos y medios de seguridad aplicables a pistas balizadas y zonas esquiabiles fuera de pista.
- \* Conocer la señalización más utilizada de las áreas esquiabiles.
- \* Conocer las reglas de comportamiento de los esquiadores en pista.
- \* Conocer y aplicar los métodos más efectivos para la prevención de los trastornos ocasionados por la acción de las radiaciones solares.
- \* Iniciarse en el conocimiento de las avalanchas.

##### *F.2.—Contenidos.*

1. Lesiones por sobrecarga más frecuentes en el Esquí Alpino.
    - 1.1. Mecanismo de producción.
    - 1.2. Prevención de las lesiones por sobrecarga.
    - 1.3. Medios y métodos de evitarlos.
    - 1.4. Efecto del calentamiento en la prevención de los accidentes por sobrecarga.
  2. Lesiones por agentes indirectos más frecuentes.
    - 2.1. Mecanismo de producción.
    - 2.2. Prevención de las lesiones.
  3. Estaciones de Deportes de Invierno.
    - 3.1. Departamentos técnicos en la estación de Deportes de Invierno.
    - 3.2. El dominio esquiabile.
    - 3.3. Seguridad en pistas de esquí.
    - 3.4. Normas, de balizaje de pistas.
    - 3.5. Señalización de peligros.
    - 3.6. Sistemas de protección.
    - 3.7. Reglas de comportamiento del esquiador. Normas FIS
    - 3.8. Colisiones y accidentes en pistas.
    - 3.9. Planes de evacuación de telesillas y telecabinas.
    - 3.10. Aplicación de contenidos en estaciones de Deportes de Invierno.
    - 3.11. Máquinas pisanieves.
    - 3.12. Innivación programada.
  4. Trastornos ocasionados por la acción de las radiaciones solares.
    - 4.1. Clasificación de las radiaciones solares
    - 4.2. Factores que influyen. Tipos de filtros solares y su función
    - 4.3. El factor de protección solar.
    - 4.4. Definición del FPS
    - 4.5. Eritema solar. Síntomas. Prevención. Intervención primaria.
    - 4.6. Envejecimiento cutáneo. Síntomas. Prevención. Intervención a medio plazo. Procesos cancerosos en la piel. Reconocimiento y prevención.
    - 4.7. Intervención a medio y largo plazo.
  5. Las avalanchas.
    - 5.1. Conceptos básicos.
- ##### *F.3.—Criterios de evaluación.*
- \* Describir las lesiones o traumatismos más usuales en el

Esquí Alpino, en relación a las causas que lo producen, su prevención, los síntomas que presentan, las normas de actuación, los factores que predisponen, etc.

\* Explicar el procedimiento a seguir para la evaluación del estado de un accidentado.

\* Dando diferentes supuestos, en sesiones de simulación, realizar:

\* Técnicas de inmovilización.

\* Las maniobras de inhibición de hemorragias.

\* Maniobras de traslado de accidentados.

\* En un supuesto dado de actuación en caso de accidente, enumerar cronológicamente las técnicas de salvamento.

\* Demostración práctica de atención a accidentados con fractura de fémur, columna y cráneo.

\* Demostración práctica de elevación e inmovilización con colchón de vacía.

\* Demostración práctica de la actuación del Técnico Deportivo en Esquí Alpino en un simulacro de evacuación de telesillas y telecabinas.

\* En un supuesto dado clasificar las pistas de esquí por su nivel de dificultad.

\* Reconocer e interpretar la señalización de las pistas.

\* Definir los factores que condicionan el cierre de pistas o su apertura.

\* Interpretar los carteles y los paneles de información a esquiadores.

\* Reconocer e indicar la utilización del material de balizaje en pistas.

\* Definir e interpretar las reglas de comportamiento del técnico de Esquí Alpino en las estaciones de Deportes de Invierno.

\* Definir e interpretar las reglas de comportamiento del usuario de las estaciones de Deportes de Invierno.

\* Definir las condiciones de seguridad que tienen que acompañar a las actuaciones del técnico de esquí en sus desplazamientos con grupos en zonas balizadas.

\* Diferenciar la categoría de los accidentes en pista.

\* Determinar la información que debe ser transmitida a los servicios de rescate y asistencia en pistas.

\* Definir la actuación del Técnico Deportivo en Esquí Alpino en un plan de evacuación de telesillas y telecabinas.

\* Explicar a forma de actuación del Técnico Deportivo en Esquí en la evacuación aérea y terrestre.

\* Explicar los efectos sobre la piel de la sobreexposición a las radiaciones solares en los deportes de montaña.

\* Explicar las medidas que hay que tomar para la prevención de los efectos perniciosos del sol en la piel de los practicantes de los deportes practicados en la montaña.

#### G) Módulo de EuroSeguridad

##### G.1.—Objetivos.

\* Conocer la nieve y las avalanchas.

\* Conocer los fenómenos meteorológicos ligados a la práctica del esquí fuera de pista.

\* Conocer los elementos fisiológicos: esfuerzo, fatiga, supervivencia, frío, altitud.

\* Conocer el ecosistema de la montaña nevada.

\* Conocer el material de búsqueda y seguridad.

\* Conducir un grupo fuera de pista.

\* Estudiar el terreno.

\* Planificar la estrategia de progresión del grupo.

\* Gestión de decisión.

\* Planificar una jornada o una semana.

##### G.2.—Contenidos.

1. La nieve, metamorfosis y movimiento.

2. La cartográfica. Interpretación y orientación.

3. La meteorología en Alta Montaña. Microclimas.

4. La fisiología. Adaptación y rendimiento en Altitud.

5. El entorno de Alta Montaña.

6. La seguridad en Alta Montaña.

7. La conducción de grupos en Alta Montaña.

8. La orografía.

9. El Grupo y su progresión.

10. La gestión de decisión.

11. La planificación del trabajo con el grupo.

##### G.3.—Criterios de evaluación.

\* Descender en todo tipo de nieve con una mochila con el material de seguridad una pista con un desnivel de 400 metros.

\* Prueba cronometrada de búsqueda con ARVA.

\* Protocolo del mensaje de alerta.

\* Estudio de la nieve.

\* Meteorología invernal.

\* Cartografía, describir un relieve sobre un determinado itinerario.

\* Psicología invernal.

\* Ecosistema de la montaña nevada.

### 3.3.—Bloque complementario.

#### A) Objetivos.

\* Entender la terminología más frecuentemente utilizada en las ciencias de la especialidad deportiva, en alemán, francés o inglés.

\* Emplear un procesador de textos para facilitar el cumplimiento de las funciones adecuadas a su nivel.

\* Utilizar, como usuario, alguno de los procesadores de textos habituales actualmente en el mercado.

\* Introducir a los futuros técnicos en la práctica deportiva realizada por discapacitados.

\* Valorar la historia, organización y estructura de las especialidades de los deportes de invierno para discapacitados.

\* Conocer la descripción de la etiología y tipología y la clasificación médica y funcional de las diferentes discapacidades.

\* Conocer, en función de su discapacidad, los sistemas y métodos para desarrollar las cualidades físicas y perceptivo-motrices necesarias para practicar las especialidades de los deportes de invierno en el caso de los deportistas discapacitados.

#### B) Contenidos.

1. Terminología específica básica de la especialidad deportiva en el idioma que proceda.

2. Procesamiento de texto.

2.1. Abrir, elaborar y cerrar un documento.

2.2. Formatos de caracteres, párrafos y página.

2.3. Almacenar textos y gráficos con autotexto.

2.4. Tablas y columnas.

2.5. Plantillas y estilos.

3. El esquí alpino como deporte para discapacitados.

3.1. Análisis histórico de la especialidad del esquí alpino para discapacitados.

3.2. La organización federativa internacional, estatal y autonómica.

3.3. Etiología y tipología de las discapacidades de los deportistas que pueden practicar el esquí alpino.

3.4. Técnica y táctica adaptada.

3.5. Técnicas de motivación para esquiadores discapacitados.

#### C) Criterios de Evaluación.

\* Utilizar un procesador de texto para emitir un informe o tarea determinada.

\* Elaborar un documento que se refiera al plan de viaje de un equipo de esquiadores que estando paginado, contenga todos los datos precisos.

\* Sobre un texto en el idioma que proceda, referido a la especialidad deportiva, seleccionar y traducir los términos básicos de la misma.

\* Aplicar la didáctica adecuada para enseñar un aspecto de



la especialidad a discapacitados físicos, psíquicos y sensoriales.

\* Describir las diferentes discapacidades así como su clasificación médica y funcional.

\* Seleccionar las discapacidades que posibilitan la práctica de esquí alpino de competición.

\* En un supuesto dado, utilizar recursos didácticos para enseñar a un discapacitado tres gestos técnicos diferentes.

\* En un supuesto dado, enumerar y explicar recursos que motiven el aprendizaje o la mejora de gestos técnicos.

### 3.4.—Bloque de Formación Práctica.

#### A) Objetivos.

El bloque de Formación Práctica del Primer Nivel del Técnico Deportivo en Esquí Alpino, tiene como finalidad, que los alumnos desarrollen de forma práctica las competencias adquiridas durante el período de formación, aplicando en situaciones reales los conocimientos y habilidades adquiridas en la formación teórica y práctica, y obtengan la experiencia necesaria para realizar con eficacia:

a) La iniciación al Esquí Alpino.

b) El acompañamiento de individuos o grupos durante su práctica deportiva.

c) Garantizar la seguridad de los individuos o y grupos durante el desarrollo de la actividad, aplicando en caso necesario los primeros auxilios.

d) Colaborar en la promoción y conservación de la naturaleza de montaña.

#### B) Contenidos.

1.—La Formación Práctica del primer nivel del Técnico Deportivo en Esquí Alpino, consistirán en la asistencia continuada, durante un período de tiempo previamente fijado, y con una duración no inferior a 150 horas, a sesiones de iniciación al Esquí Alpino, bajo la supervisión de un tutor asignado y con

grupos designados a tal efecto. Este período deberá contener en su desarrollo sesiones de iniciación al Esquí Alpino entre el 60 y el 80% del total del tiempo del bloque de formación práctica y entre el 20 y el 40 % en sesiones de programación de las actividades realizadas.

2.—El Bloque de Formación Práctica constará de tres fases: Fase de observación, Fase de colaboración y Fase de actuación supervisada.

3.—Al término de las tres fases el alumno realizará una Memoria de Prácticas la cual deberá ser evaluada por el tutor y por el centro de formación donde hubiera realizado su formación.

#### C) Criterios de Evaluación.

En el bloque de formación práctica solo se concederá la calificación de apto o no apto. Para alcanzar la calificación de apto los alumnos tendrán que:

\* Haber asistido como mínimo al 80% de las horas establecidas para cada una de las fases.

\* Participar de forma activa en las sesiones de trabajo.

\* Alcanzar los objetivos formativos en cada una de las sesiones.

\* Utilizar de un lenguaje claro y una correcta terminología específica.

\* Presentar correctamente la memoria de prácticas.

\* Estructurar la memoria de prácticas al menos en los apartados

siguientes:

\* Descripción de la estructura y funcionamiento del centro, de las instalaciones y los espacios de las prácticas y del grupo o grupos con los que haya realizado el período de prácticas.

\* Desarrollo de las prácticas: Fichas de seguimiento de las prácticas de cada sesión agrupadas por fases.

\* Informe de autoevaluación de las prácticas.

\* Informe de evaluación del tutor.

## B) SEGUNDO NIVEL

*1. Horario de los bloques y módulos de formación de las enseñanzas del Segundo Nivel de Técnico Deportivo en Esquí Alpino.*

	Horas	
	Teóricas	Prácticas
Bloque Común		
Bases anatómicas y fisiológicas del deporte	30	5
Bases psicopedagógicas de la enseñanza y del entrenamiento	20	5
Entrenamiento deportivo	20	15
Organización y legislación del deporte	5	-
Teoría y sociología del deporte	10	-
	85	25
Carga horaria del bloque		110
Bloque Específico	Teóricas	Prácticas
Desarrollo profesional	15	-
Formación técnica del esquí alpino	30	45
Material de esquí alpino	10	10
Medio ambiente de montaña	10	5
Metodología de la enseñanza del esquí alpino	25	25
Metodología del entrenamiento del esquí alpino	25	25
Seguridad deportiva	15	10
Euroseguridad	5	10
	135	130
Carga horaria del bloque		265
Bloque complementario		45
Bloque de Formación Práctica		200
Carga horaria total		620

## 2.—Descripción del perfil profesional.

### 2.1.—Definición genérica del perfil profesional.

El título de Técnico Deportivo en Esquí Alpino acredita que su titular posee las competencias necesarias para programar y efectuar la enseñanza del esquí alpino con vistas al perfeccionamiento de la ejecución técnica y táctica del deportista, así como efectuar el entrenamiento básico de deportistas y equipos de esta modalidad deportiva.

### 2.2.—Unidades de Competencia.

\* Programar y efectuar la enseñanza del esquí alpino y programar y dirigir el entrenamiento básico de esquiadores.

\* Dirigir a deportistas y equipos durante su participación en competiciones de esquí alpino.

\* Programar y organizar las actividades ligadas a la enseñanza y a la práctica del esquí alpino.

### 2.3.—Capacidades profesionales.

Este técnico debe ser capaz de:

\* Esquiar con seguridad y eficacia en todo tipo de pista balizada y en terrenos no balizados dentro del dominio esquiabile de una estación de deportes de invierno.

\* Programar la enseñanza del esquí alpino y la evaluación del proceso de enseñanza

\* aprendizaje.

\* Realizar la enseñanza del esquí alpino con vistas al perfeccionamiento técnico y táctico del deportista.

\* Evaluar la progresión del aprendizaje.

\* Identificar los errores de ejecución técnica y táctica de los esquiadores, detectar las causas y aplicar los medios y los métodos necesarios para su corrección, preparándoles para las fases posteriores de tecnificación deportiva.

\* Efectuar la programación específica y la programación operativa del entrenamiento a corto y medio plazo.

\* Dirigir las sesiones entrenamiento, en razón de los objetivos deportivos, garantizando las condiciones de seguridad.

\* Dirigir a su nivel el acondicionamiento físico de esquiadores en función del rendimiento deportivo.

\* Dirigir equipos o deportistas en competiciones de esquí alpino de ámbito autonómico, haciendo cumplir el reglamento de las competiciones.

\* Realizar el planteamiento táctico aplicable a la competición deportiva.

\* Dirigir a deportistas o equipos en su actuación técnica y táctica durante la competición.

\* Evaluar la actuación del deportista o el equipo después de la competición.

\* Colaborar en la detección de individuos con características físicas y psíquicas susceptibles de introducirse en procesos de alto rendimiento deportivo.

\* Establecer el plan de actuaciones para el desarrollo de las actividades de esquí alpino con el fin de alcanzar el objetivo deportivo propuesto, garantizando las condiciones de seguridad, en razón de la condición física y los intereses de los practicantes.

\* Controlar la disponibilidad de la prestación de todos los servicios necesarios.

\* Acceder a las fuentes de información meteorológica e interpretar la información obtenida.

\* Prever e identificar los cambios de tiempo en un área por la observación de los meteoros locales \*Prever la evolución de la nieve en función de las condiciones atmosféricas.

\* Colaborar en la promoción del patrimonio cultural de las zonas de montaña y en la conservación de la naturaleza silvestre.

\* Detectar e interpretar la información técnica relacionada con su trabajo, con el fin de incorporar nuevas técnicas y tendencias, y utilizar nuevos equipos y materiales del sector.

\* Detectar e interpretar los cambios tecnológicos, organizativos, económicos y sociales que inciden en la actividad profesional.

\* Poseer una visión global e integradora del proceso, comprendiendo la función de las instalaciones y equipos, y las dimensiones técnicas, pedagógicas, organizativas, económicas y humanas de su trabajo.

### 2.4.—Ubicación en el ámbito deportivo.

El título de Técnico Deportivo en Esquí Alpino acredita la adquisición de los conocimientos y las competencias profesionales suficientes, para asumir sus responsabilidades de forma autónoma o en el seno de un organismo público o empresa privada.

Ejercerá su actividad en el ámbito de la enseñanza y del entrenamiento del esquí alpino. Su actuación profesional se realizará en pistas balizadas y fuera de pista en el dominio esquiabile de una estación de deportes de invierno. Se excluye expresamente de su ámbito de actuación la enseñanza del esquí de montaña y la conducción de individuos o grupos por terrenos que necesiten para la progresión técnicas y materiales específicos de escalada o alpinismo.

Los distintos tipos de entidades o empresas donde pueden desarrollar sus funciones son:

o Escuelas deportivas.

o Clubes o asociaciones deportivas.

o Federaciones deportivas.

o Patronatos deportivos.

o Empresas de servicios deportivos.

o Centros escolares (actividades extraescolares).

### 2.5.—Responsabilidad en las situaciones de trabajo.

A este técnico le son requeridas las responsabilidades siguientes:

\* La enseñanza del esquí alpino hasta el perfeccionamiento de la ejecución técnica y táctica del esquiador.

\* El entrenamiento básico de esquiadores y equipos de esquí alpino.

\* El control y evaluación del proceso de instrucción deportiva.

\* El control a su nivel del rendimiento deportivo.

\* La dirección técnica de esquiadores y equipos durante la participación en competiciones de esquí alpino.

## 3. Enseñanzas.

### 3.1.—Bloque Común

#### A) Módulo de Bases anatómicas y fisiológicas del deporte II.

##### A.1 Objetivos.

\* Familiarizar con la terminología básica de las ciencias biológicas, en especial con la utilizada habitualmente en el deporte.

\* Conocer la estructura y funcionamiento del organismo humano.

\* Conocer los elementos básicos de la anatomía funcional humana y su implicación en la actividad deportiva.

\* Profundizar en el conocimiento de la principal musculatura implicada en el movimiento.

\* Conocer los elementos anatómo-fisiológicos de los órganos y sistemas del cuerpo humano y

\* Comprender el funcionamiento del organismo humano y las repercusiones que sobre el mismo puede tener la práctica deportiva.

\* Conocer los procesos fisiológicos y su relación con la actividad física y el entrenamiento deportivo.

\* Iniciar en la biomecánica aplicada a la actividad física.

\* Entender la técnica deportiva a través de la biomecánica.

##### A.2 Contenidos.

#### 1. Elementos anatómicos de la actividad deportiva:

Las grandes regiones anatómicas.

1.1 Articulaciones de la muñeca. Músculos del antebrazo. Movimientos analíticos de la articulación de la muñeca.

1.2 Articulaciones y músculos de la mano. Movimientos analíticos de las articulaciones de la mano.

1.3 Columna vertebral. Músculos troncozonales.

1.4 Articulación de la rodilla. Movimientos analíticos de la articulación de la rodilla.

1.5 Articulación del tobillo. Movimientos analíticos de la articulación del tobillo

1.6 Articulaciones del pie. Movimientos analíticos de la articulación del pie. La propulsión.

2. Fundamentos de la biomecánica del aparato locomotor:

2.1. Introducción a la biomecánica deportiva.

—Objetivos de la biomecánica deportiva.

2.2. Introducción al análisis cinemático del movimiento humano.

—Sistemas de referencia.

—Parámetros cinemáticos. (Posición, trayectoria, velocidad y aceleración)

2.3. Introducción al análisis dinámico del movimiento humano.

—Fuerzas actuantes en el movimiento humano.

\*Fuerzas internas.

\*Fuerzas externas.

\*Momento de fuerza muscular.

—Concepto de cinética y estática.

—Cinética. Principios biomecánicos del movimiento.

\*Principio biomecánico de la fuerza inicial.

\*Principio biomecánico de coordinación de impulsos parciales.

\*Principio biomecánico curso óptimo de aceleración.

\*Principio biomecánico de acción reacción.

—Estática

\*Concepto de equilibrio.

\*Tipos de equilibrio.

\*Factores que intervienen. (centro de gravedad...)

\*Principios mecánicos del equilibrio postural.

3. Elementos fisiológicos de la actividad deportiva:

3.1 Fisiología aplicada a la actividad física.

—Generalidades y definiciones.

—Metabolismo y actividad deportiva.

3.2 Metabolismo energético.

—El sistema anaeróbico aláctico.

—El sistema anaeróbico láctico o la glucólisis anaeróbica.

—El sistema aeróbico.

—Adaptación metabólica a los distintos tipos de entrenamiento.

—Causas metabólicas que se asocian a la fatiga muscular.

3.3 Sistema cardiorespiratorio y respuesta al ejercicio.

—Adaptación cardiovascular al ejercicio.

—Consumo de oxígeno, deuda de oxígeno y umbral anaeróbico.

—Test de adaptación cardiovascular al esfuerzo.

—Adaptación respiratoria al ejercicio.

3.4 Las fibras musculares. Microestructura.

—Mecánica de la contracción muscular.

—Tipos de contracción muscular.

—Las fibras de contracción lenta de tipo I.

—Las fibras de contracción rápida de tipo II b.

—Las fibras oxidativas de contracción rápida de tipo II a.

3.5 Sistema Nervioso. Generalidades.

—La neurona: Estructura y función.

—La sinapsis. Transmisión del impulso nervioso.

—Organización general del sistema nervioso.

—El sistema nervioso: central, periférico y vegetativo.

3.6 Sistema endocrino. Generalidades.

—Concepto de hormonas y glándulas.

—Glándulas endocrinas. Situación y hormonas que segregan.

—Principales hormonas. Acciones específicas.

3.7 El aparato digestivo y función digestiva.

—Estructura anatómica del sistema digestivo.

—Funciones básicas del sistema digestivo.

—La función gastrointestinal durante el ejercicio.

—Efectos de la actividad física sobre el aparato digestivo.

3.8 El riñón y su función.

—Anatomía básica del riñón.

—Funciones básicas del riñón.

—Equilibrio hidroeléctrico.

—Los efectos de la actividad física sobre el riñón.

3.9 Fisiología de las cualidades físicas.

3.10 La alimentación en el deporte.

—Macronutrientes energéticos. Hidratos de carbono, lípidos y proteínas.

—Función de los distintos nutrientes energéticos.

—Balance hidroeléctrico durante el ejercicio.

—El agua. Bebidas de reposición hidroeléctrica.

—Actividad física y gasto energético.

A.3 Criterios de evaluación.

\* Distinguir las funciones de los músculos en los movimientos articulares de los segmentos corporales.

\* Determinar el grado y los límites de movilidad de las articulaciones del cuerpo humano.

\* Identificar los tipos de contracción muscular.

\* Distinguir entre dinámica y cinemática.

\* Identificar todas las fuerzas externas al cuerpo humano y su intervención en el movimiento deportivo.

\* Definir las diferencias entre el movimiento de rotación y traslación.

\* Explicar los conceptos de cinética y estática, así como los principios y factores que los conforman.

\* Identificar el mecanismo de generación de la fuerza en el aparato locomotor.

\* Determinar los mecanismos que producen los movimientos de rotación del deportista en apoyo y en el aire.

\* Identificar los factores que proporcionan el equilibrio postural al deportista en condiciones estáticas y dinámicas.

\* Explicar los mecanismos fisiológicos que conducen a un estado de fatiga.

\* Describir los mecanismos de adaptación funcional al esfuerzo físico de los sistemas y aparatos del cuerpo humano.

\* Describir los centros y vías del sistema nervioso que intervienen en el acto motor.

\* Explicar el control neuronal del movimiento humano, definiendo el papel de cada una de las partes implicadas en la transmisión nerviosa.

\* Explicar las implicaciones del sistema nervioso simpático y parasimpático en el control de las funciones del organismo humano.

\* Explicar la fisiología del sistema cardiorespiratorio indicando las adaptaciones que se producen en cada estructura al ejercicio prolongado.

\* Explicar la estructura del sistema cardiovascular y su adaptación al ejercicio.

\* Definir las mejoras fisiológicas asociadas al entrenamiento aeróbico.

\* Describir el equilibrio hidroeléctrico y los efectos de la actividad sobre el mismo, así como las precauciones a tener en cuenta para evitar las alteraciones.

\* Explicar la implicación del sistema hormonal en el ejercicio máximo y su adaptación al ejercicio prolongado.

\* Discriminar las distintas cadenas metabólicas y su implicación y adaptación a los distintos tipos de entrenamiento.

\* Describir el proceso de la contracción muscular.

\* Describir las mejoras metabólicas de los diferentes tipos de entrenamiento.

\* Explicar la fisiología de las cualidades físicas y su mejora mediante el ejercicio.

\* Describir las necesidades nutricionales de los ejercicios prolongados en deportistas y explicar los componentes de una dieta equilibrada en razón del gasto energético.

\* Explicar los requerimientos de hidratación de los deportistas en esfuerzos supramáximo de corta duración, esfuerzos máximos de larga duración y en deportes con esfuerzos intermitentes.

\* Explicar las ventajas y los cuidados de los métodos que facilitan la preparación y la recuperación de los deportistas.

*B) Módulo de Bases Psicopedagógicas de la enseñanza y del entrenamiento deportivo II.*

#### *B.1 Objetivos*

\* Determinar los aspectos psicológicos más relevantes que influyen en el aprendizaje de las conductas deportivas.

\* Aplicar las estrategias para mejorar el funcionamiento psicológico de los deportistas.

\* Identificar los factores y problemas emocionales ligados al entrenamiento y la competición deportiva.

\* Identificar los factores perceptivos que intervienen en la optimización deportiva.

\* Evaluar el efecto de la toma de decisiones en el rendimiento deportivo.

\* Diseñar las condiciones de la práctica para la mejora de los aprendizajes deportivos.

\* Conocer los aspectos psicológicos relacionados con la dirección de los grupos deportivos.

\* Conocer estrategias de participación de los padres en el entrenamiento y la competición de sus hijos.

\* Conocer estrategias para la evaluación psicológica del deportista.

\* Conocer los principios de la dinámica de grupos y algunas de las técnicas que se utilizan para trabajarla.

#### *B.2 Contenidos*

1. Aspectos psicológicos implicados en el aprendizaje de conductas deportivas.

2. Necesidades psicológicas del deporte de competición.

3. Características psicológicas del entrenamiento deportivo.

4. El desarrollo de la capacidad competitiva a través del entrenamiento deportivo: conceptos y estrategias.

5. Aspectos psicológicos relacionados con el rendimiento en la competición.

6. Conceptos básicos sobre la organización y el funcionamiento de los grupos deportivos. La adherencia al entrenamiento.

7. El proceso de optimización de los aprendizajes deportivos.

8. La participación de los padres o tutores en el entrenamiento y la competición de sus hijos.

9. La evaluación psicológica del deportista.

10. Técnicas básicas para el conocimiento y manejo de grupos.

#### *B.3 Criterios de evaluación*

\* Describir las principales necesidades psicológicas del deportista en el ámbito del entrenamiento y la competición y describir las formas de actuación para el control de las variables psicológicas que pueden influir en la adherencia al entrenamiento.

\* En un supuesto práctico, elaborar un ejemplo de intervención del entrenador en el proceso utilizando estrategias psicológicas que favorezcan la adherencia al entrenamiento, el aprendizaje de una conducta de ejecución técnica, de una conducta deportiva y la participación de los padres.

\* Analizar el papel de los procesos perceptivos en la optimización deportiva.

\* Evaluar el efecto de las tomas de decisión en el rendimiento deportivo.

\* Diseñar las condiciones de práctica para la mejora de los aprendizajes deportivos.

\* Describir la influencia de los factores emocionales sobre el procesamiento consciente de la información.

\* Aplicar e interpretar alguna de las técnicas del trabajo de dinámica de grupos.

#### *C) Módulo de Entrenamiento Deportivo II.*

##### *C.1 Objetivos*

\* Conocer la teoría general del entrenamiento, así como los principios y factores en que se fundamenta.

\* Conocer y emplear adecuadamente los sistemas y métodos que desarrollan las distintas cualidades físicas básicas, facilitadoras y perceptivo motrices.

\* Conocer y saber diseñar los elementos básicos de la planificación y control del entrenamiento.

\* Aprender repertorios de ejercicios para utilizar en el entrenamiento.

\* Conocer los conceptos básicos de la preparación de las cualidades psíquicas y de la conducta.

\* Diferenciar los distintos enfoques metodológicos de la técnica y la táctica deportivas.

##### *C.2 Contenidos*

1. Teoría del entrenamiento deportivo.

1.1 Origen y evolución del entrenamiento deportivo

1.2 Las leyes del entrenamiento deportivo

\* Ley de Syle o Síndrome General de Adaptación

\* Ley del Umbral

1.3 Carga del entrenamiento

\* Componentes de la carga: cuantitativos y cualitativos

1.4 La recuperación

\* Recuperación dentro de una sesión de entrenamiento.

\* Recuperación entre sesiones.

\* Jornadas de descanso en el microciclo semanal.

1.5 Los principios del entrenamiento.

2. La planificación del entrenamiento.

2.1 Generalidades.

2.2 Entrenamiento general y específico.

2.3 Periodización tradicional.

\* Período preparatorio.

\* Período de competición.

\* Período de transición.

\* Periodización doble y múltiple.

2.4 Unidades de periodización del entrenamiento.

\* La organización de la temporada deportiva. Los ciclos

\* La sesión de entrenamiento

\* Microciclos.

\* Mesociclos.

\* Macrociclos.

\* Ejemplos de programación anual.

\* Contenidos de la programación.

\* Elaboración de las sesiones de entrenamiento.

o Determinación de objetivos.

o Contenido de la sesión de entrenamiento.

o Evaluación de la sesión de entrenamiento.

3. Entrenamiento de las cualidades físicas básicas

3.1 Características del entrenamiento de la fuerza.

\* Manifestaciones de la fuerza.

\* Mejora de la fuerza. La naturaleza del ejercicio. La intensidad. La duración. La recuperación. Número de repeticiones.

\* Adaptaciones al entrenamiento. Inconvenientes.

\* Propuesta de entrenamiento de la fuerza.

\* Métodos para el desarrollo de la fuerza máxima.

\* Métodos para el desarrollo de la fuerza explosiva.

\* Métodos para el desarrollo de la fuerza-resistencia.

3.2 Características del entrenamiento de la resistencia.

\* Manifestaciones de la resistencia.

\* Mejora de la resistencia. La naturaleza del ejercicio. La intensidad. La duración. La recuperación. Número de repeticiones.

\* Adaptaciones al entrenamiento. Inconvenientes.

\* Métodos para el desarrollo de la resistencia.

\* Métodos para el desarrollo de la resistencia aeróbica.

\* Métodos para el desarrollo de la resistencia anaeróbica.

3.3 Características del entrenamiento de la velocidad.

\* Manifestaciones de la velocidad.

\* Mejora de la velocidad. La naturaleza del ejercicio. La intensidad. La duración. La recuperación. Número de repeticiones.

\* Adaptaciones al entrenamiento. Inconvenientes.

\* Métodos para el desarrollo de la velocidad.

\* Métodos para el desarrollo de la velocidad de acción.

\* Métodos para el desarrollo de la velocidad frecuencial.

4. Entrenamiento de las cualidades facilitadoras

4.1 Características del entrenamiento de la flexibilidad.

\* Manifestaciones de la flexibilidad.

\* Mejora de la flexibilidad. La naturaleza del ejercicio. La intensidad. La duración. La recuperación. Número de repeticiones.

\* Adaptaciones. Inconvenientes.

\* Métodos para el desarrollo de la flexibilidad estática.

\* Métodos para el desarrollo de la flexibilidad dinámica.

4.2 Características del entrenamiento de la relajación.

\* Métodos para el desarrollo de la relajación. La naturaleza del ejercicio. La intensidad. La duración. La recuperación. Número de repeticiones. Adaptaciones. Inconvenientes.

\* Propuesta de entrenamiento de la relajación.

5. Entrenamiento de las cualidades perceptivo-motrices.

5.1 Características del entrenamiento del equilibrio.

\* Métodos para el desarrollo del equilibrio. La naturaleza del ejercicio. La intensidad. La duración. La recuperación. Número de repeticiones. Adaptaciones. Inconvenientes.

\* Propuesta de entrenamiento del equilibrio.

5.2 Características del entrenamiento del ritmo.

\* Métodos para el desarrollo del ritmo. La naturaleza del ejercicio. La intensidad. La duración. La recuperación. Número de repeticiones. Adaptaciones. Inconvenientes.

\* Propuesta de entrenamiento del ritmo.

5.3 Características del entrenamiento de la orientación espacio temporal.

\* Métodos para el desarrollo de la orientación espacio temporal. La naturaleza del ejercicio. La intensidad. La duración. La recuperación. Número de repeticiones. Adaptaciones.

\* Inconvenientes.

\* Propuesta de entrenamiento de la orientación espacio temporal.

5.4 Características del entrenamiento de la diferenciación cinestésica.

\* Métodos para el desarrollo de la diferenciación cinestésica. La naturaleza del ejercicio. La intensidad. La duración. La recuperación. Número de repeticiones. Adaptaciones. Inconvenientes.

\* Propuesta de entrenamiento de la diferenciación cinestésica.

5.5 Características del entrenamiento de la combinación de movimientos.

\* Métodos para el desarrollo de la combinación de movimientos. La naturaleza del ejercicio. La intensidad. La duración. La recuperación. Número de repeticiones. Adaptaciones. Inconvenientes.

\* Propuesta de entrenamiento de la combinación de movimientos.

5.6 Características del entrenamiento de la capacidad de reacción.

\* Métodos para el desarrollo de la capacidad de reacción. La naturaleza del ejercicio. La intensidad. La duración. La recuperación. Número de repeticiones. Adaptaciones. Inconvenientes.

\* Propuesta de entrenamiento de la capacidad de reacción.

6. Pruebas para la valoración de las cualidades físicas.

6.1 Pruebas para la valoración de las cualidades físicas básicas

\* Valoración de los distintos tipos de fuerza.

\* Valoración de los distintos tipos de resistencia.

\* Valoración de los distintos tipos de velocidad.

6.2 Pruebas para la valoración de las cualidades físicas facilitadoras.

6.3 Pruebas para la valoración de las cualidades perceptivo motrices

7. Cualidades psíquicas y de la conducta.

\* Capacidad de rendimiento.

\* Disposición para el rendimiento.

\* Establecimiento de objetivos.

\* Capacidades del carácter y de la conducta.

\* Capacidades psicoafectivas.

\* Capacidades sociales.

\* Capacidades intelectuales.

8. Aspectos generales de la técnica y la táctica deportiva.

*C.3 Criterios de evaluación.*

\* Describir diferentes métodos para el desarrollo de las capacidades físicas.

\* Describir diferentes métodos para el desarrollo de las capacidades motrices.

\* Enumerar los factores a tener en cuenta para evitar lesiones o sobrecargas durante el desarrollo de las diferentes capacidades físicas y/o motrices.

\* Establecer una progresión de ejercicios para el desarrollo de las capacidades físicas y motrices.

\* Indicar los errores más frecuentes en la realización de los ejercicios tipo para el desarrollo de las capacidades físicas y motrices.

\* Enumerar y describir el equipamiento y material tipo para el desarrollo de la condición física y motriz y sus posibles aplicaciones.

\* Aplicar los métodos de entrenamiento adecuados para el logro de un objetivo de desarrollo dado de una determinada capacidad.

\* Planificar el entrenamiento deportivo a largo plazo para edades infantiles y juveniles.

\* Diferenciar conceptualizando la capacidad para el rendimiento y la disposición para el rendimiento.

\* En un supuesto práctico establecer los objetivos deportivos en función de la valoración de la capacidad de rendimiento y disposición para el rendimiento.

\* Definir las capacidades del carácter y de la conducta caracterizando cada una de ellas.

\* Definir las capacidades psico-afectiva caracterizando cada una de ellas.

\* Definir las capacidades intelectuales caracterizando cada una de ellas.

\* Definir las capacidades sociales caracterizando cada una de ellas.

*D) Módulo de Organización y Legislación del deporte II.*

*D.1 Objetivos.*

\* Conocer el ordenamiento jurídico del deporte.

\* Diferenciar las competencias en materia de deporte correspondientes a la Administración General del Estado de las correspondientes a la Comunidad Autónoma.

\* Conocer el modelo asociativo deportivo en el ámbito del Estado.

#### D.2 Contenidos.

1. La ley del deporte en el ámbito del estado.

1.1. Un apunte histórico sobre la legislación deportiva.

1.2.—Las razones para una regulación del deporte desde el Estado.

1.3. Análisis de la Ley del deporte de 1990 y su reforma parcial de 1998.

2. La ley autonómica del deporte en Aragón.

2.1. Análisis de la Ley 4/1993 del Deporte en Aragón.

3. El consejo superior de deportes.

3.1. La estructura y organización del CSD

3.2. Las competencias del CSD.

4. El comité olímpico español.

4.1. Organización y funciones de del COE.

4.2. La organización y funciones del Comité Paralímpico Español.

5. El modelo asociativo de ámbito estatal.

5.1.—Club deportivo.

5.2.—Sociedad anónima deportiva.

5.3.—Ligas profesionales.

5.4.—Las federaciones deportivas españolas.

5.5.—Las agrupaciones de clubes.

5.6.—Los entes de promoción deportiva.

#### D.3 Criterios de evaluación.

\* Comparar las competencias de la Administración General del Estado y de las Comunidades Autónomas en materia de deporte.

\* Comparar las funciones de las distintas figuras asociativas reconocidas en el ámbito estatal.

\* Comparar la ley del deporte en el ámbito del Estado con la ley del deporte autónoma.

#### E) Módulo de Teoría y Sociología del Deporte.

##### E.1 Objetivos.

\* Conocer los conceptos básicos de la teoría y la historia del deporte.

\* Conocer la evolución etimológica de la voz deporte.

\* Comprender los principales factores históricos y culturales que han propiciado la presencia masiva del fenómeno deportivo en las sociedades avanzadas.

\* Relacionar la evolución del deporte con el desarrollo de nuestra sociedad.

\* Analizar los rasgos constitutivos del deporte y comprender como en función de la preponderancia e cada uno de estos rasgos se construyen las diferentes formas de práctica deportiva.

\* Conocer el marco ético en que se desenvuelve el deporte y las causas que perturban o distorsionan la ética deportiva.

\* Conocer los principios que rigen el mercado de trabajo en el mundo deportivo.

##### E.2 Contenidos

1. Deporte. Desarrollo conceptual.

1.1. Etimología de la palabra deporte.

1.2. Concepto de deporte.

1.3. Rasgos constitutivos del deporte.

—Clasificación del deporte en relación a la preponderancia de sus rasgos.

—Deporte de rendimiento, ocio, educativo, salud.

2. El deporte como fenómeno socio-cultural.

—Sociedad. Cultura.

—Evolución histórica del deporte: perspectiva historicista vs contemporánea.

—Factores de expansión del deporte.

—Evolución de los hábitos deportivos en nuestra sociedad.

—Interacción del deporte con otros sectores sociales.

—Marketing y mercado de trabajo.

3. La teoría del deporte como conflicto.

—El marco ético del deporte.

—Causas que cancelan el carácter ético del deporte:

—Doping.

—Violencia.

—Comercialización.

—Discriminación.

4. La práctica deportiva: aspectos formativos.

—Objetivos educativos del deporte.

—Formación deportiva y desarrollo de la personalidad.

#### E.3 Criterios de evaluación.

\* Analizar los rasgos constitutivos del deporte y comprender como en función de la preponderancia de cada uno de estos rasgos se construyen las diferentes formas de práctica deportiva.

\* Explicar las diferencias del deporte en relación con otras prácticas del ámbito de la A.F.

\* Describir y diferenciar la visión historicista del deporte de la contemporánea.

\* Enumerar los factores que han propiciado el desarrollo del deporte y valorar el peso específico de cada uno de ellos.

\* Analizar la diversificación de la demanda de la práctica deportiva en la sociedad actual.

\* Concretar los diferentes factores sociales que intervienen en la demanda deportiva y su incidencia en el mercado de trabajo.

\* Analizar donde radica el carácter ético del deporte y cuales son las causas que disuelven su contenido ético y educativo.

\* Establecer las relaciones del deporte con la Educación Física y sus posibilidades educativas.

3.2.—Bloque Específico.

#### A) Módulo de Desarrollo profesional II.

##### A.1.—Objetivos.

\* Conocer la legislación laboral aplicable al técnico deportivo de los Deportes de Invierno.

\* Conocer las competencias, funciones, tareas y responsabilidades del Técnico Deportivo de los Deportes de Invierno.

\* Conocer la organización y funciones de la Federación Española de Deportes de Invierno.

\* Conocer las características del Turismo de nieve.

##### A.2.—Contenidos.

1. La figura del técnico deportivo. Marco legal del trabajador por cuenta propia.

1.1. Afiliación a la Seguridad Social. Derechos y deberes de la afiliación.

1.2. Régimen especial de los trabajadores autónomos.

1.3. Impuestos que soporta la actividad económica por cuenta Propia. IVA. IRPF. Impuesto sobre Actividades Económicas. Incumplimiento de las obligaciones tributarias.

1.4. Requisitos fiscales del trabajador por cuenta propia. Impuestos directos e indirectos. Tasas o contribuciones. Incumplimiento de las obligaciones fiscales.

2. Trabajo sin remuneración.

3. Competencias del técnico deportivo.

3.1. Funciones y tareas que pueden realizar los técnicos deportivos de deportes de invierno.

3.2. Limitaciones y responsabilidades en su tarea.

4. Federación Española de Deportes de Invierno. Organización y funciones.

4.1. Normas de competición.

4.2. Reglamento de competiciones de esquí y Snowboard.

4.3. Organización de una competición de esquí o Snowboard.

5. Turismo de Nieve.

5.1. Singularidades regionales del turismo de nieve en España.

5.2. Turismo de Nieve en Europa.

5.3. Singularidades nacionales.

5.4. Productos turísticos de nieve para el mercado español.

6. Los técnicos de esquí en los países fuera de Europa.

6.1. El desarrollo profesional en los países de Sur América.  
6.2. El desarrollo profesional en los países de Norte América.

6.3. Equivalencias de las titulaciones.

7. La temporada de esquí en el Hemisferio Sur.

A.3.—*Criterios de evaluación.*

\* Definir las alternativas laborables de los períodos intertemporadas en Europa.

\* Describir las funciones y tareas propias de los técnicos deportivos en Esquí Alpino

\* Describir los trámites necesarios, administrativos, laborales y fiscales para ejercer la profesión por cuenta propia.

\* Enumerar los impuestos aplicables a los trabajadores autónomos.

\* Describir los derechos, obligaciones y responsabilidades de carácter laboral y fiscal que corresponden a un Técnico Deportivo en el ejercicio de su profesión.

\* Definir los roles de cada uno de los miembros de la organización de una carrera de Esquí

\* Alpino de categoría regional.

\* A partir de un programa de competición deportiva convenientemente caracterizado:

\* Describir la estructura organizativa que más se adecua al programa.

\* Definir los recursos humanos necesarios para la ejecución del mismo y su forma de contratación.

\* Definir los recursos materiales necesarios para la ejecución del programa.

\* Describir las características del turismo de deportes de montaña, su evolución en el futuro.

\* Identificar las similitudes y las diferencias de la práctica profesional de los técnicos de deportes de invierno en los países americanos, la equivalencia de titulaciones y las competencias profesionales de éstos con los técnicos españoles.

B) *Módulo de Formación técnica del esquí alpino II.*

B.1.—*Objetivos formativos.*

\* Interpretar los gestos técnicos y mecanismos fundamentales del esquí alpino.

\* Profundizar en el conocimiento de la táctica del esquí alpino.

\* Concretar la influencia de las cualidades físicas condicionales y las perceptivo-motrices en el gesto técnico del esquí alpino.

\* Explicar la mecánica y biomecánica del esquí alpino.

\* Esquiar siguiendo un modelo de referencia ejecutando los mecanismos y gestos técnicos específicos adaptados a situaciones especiales.

\* Esquiar siguiendo un modelo de referencia ejecutando los mecanismos y gestos técnicos específicos adaptados a las disciplinas de competición.

\* Preparar al alumno para la superación del Eurotest

\* Conocer y practicar el telemark.

\* Conocer y practicar el snowboard.

B.2.—*Contenidos.*

1. Gestos técnicos modelo del esquí alpino.

2. La adaptación de los gestos técnicos modelo y mecanismos del esquí alpino a situaciones especiales.

3. La adaptación de los gestos técnicos modelo y mecanismos del esquí alpino a las disciplinas de competición.

4. Las cualidades físicas condicionales y cualidades perceptivo-motrices y su relación con la ejecución de los gestos técnicos del esquí alpino.

5. Las capacidades psíquicas y su relación con el perfeccionamiento de la técnica de esquí alpino.

6. Perfeccionamiento de los gestos técnicos modelo del esquí alpino.

7. Perfeccionamiento de los gestos técnicos y mecanismos del esquí alpino adaptados a las situaciones especiales.

8. Perfeccionamiento de los gestos técnicos y mecanismos adaptados a las disciplinas de competición.

9. Técnica elemental de telemark.

10. Técnica elemental de snowboard.

B.3.—*Criterios de evaluación.*

\* Explicar los gestos técnicos y los mecanismos fundamentales del esquí alpino.

\* Demostrar los gestos técnicos y los mecanismos fundamentales del esquí alpino.

\* Explicar los mecanismos y gestos técnicos específicos de adaptación a situaciones especiales.

\* Demostrar correctamente los gestos técnicos específicos y los mecanismos fundamentales del esquí alpino adaptados a las situaciones especiales.

\* Explicar la adaptación de la técnica a las diferentes disciplinas de la competición de esquí alpino.

\* Demostrar correctamente los gestos técnicos y los mecanismos adaptados a las diferentes disciplinas de la competición de esquí alpino.

\* Demostrar la técnica del esquí alpino adaptada a alta velocidad en cualquier tipo de pista pisada.

\* Descender una pista de una longitud de 200-300 m con un desnivel de 25-45% en técnica de telemark.

\* Descender una pista de una longitud de 200-300 m con un desnivel de 25-45% en técnica de snowboard.

Módulo de Material de esquí alpino II.

C.1.—*Objetivos.*

\* Conocer los procesos y herramientas de preparación del material para la práctica del esquí de turismo y en competiciones infantiles.

\* Conocer los materiales y vestimentas específicos de competición del esquí alpino. ( nivel básico)

\* Conocer los elementos necesarios para el entrenamiento y la competición de esquí alpino.

\* Conocer los materiales más usuales empleados para la práctica del esquí por los discapacitados físicos, los discapacitados sensoriales y los discapacitados psíquicos.

C.2.—*Contenidos.*

1. Los materiales de esquí de competición para niños.

1.1. Esquíes y fijaciones. Botas y bastones.

2. Tipos de suelas y preparaciones de las mismas, ventajas e inconvenientes.

3. Montajes de las placas, alzas y fijaciones (con y sin placa)

4. Los ángulos del canto y el tuning: ventajas e inconvenientes.

5. Protecciones y vestimenta. Evolución. Los nuevos tejidos. Los tejidos más usuales.

5.1. Los guantes, cascos, gafas y mascararas en función del uso.

6. Procesos de preparación de los esquís para la competición

7. Procesos de reparación de los esquís.

7.1. Herramientas para la reparación de los esquís. Limpieza y reparación de las suelas y cantos. Nivelado de suela y cantos.

7.2. Reparación de las suelas y preparación y afilado de los cantos.

7.3. Herramientas y materiales para la preparación de los esquís.

7.4. Tipos de ceras y encerados.

8. Procesos de preparación y reparación para la competición de los materiales de carrera.

8.1. Botas y botines, canting, regulación de la flexión, ayudas, defectos y posibles correcciones.

8.2. Bastones.

8.3. Vestimentas y accesorios específicos de competición.

9. Slalom. Slalom Gigante y Super-gigante.

C. 3.—*Criterios de evaluación.*

\* Efectuar correctamente los procesos de preparación y reparación del material de Esquí alpino ( nivel básico)



\* Explicar sistemáticamente los procesos de preparación para la competición del material de Esquí Alpino.

\* Efectuar correctamente los procesos de preparación para la competición del material de Esquí Alpino

\* Identificar y seleccionar los materiales y vestimentas específicos de competición de Esquí Alpino (competiciones infantiles)

\* Identificar y seleccionar los materiales necesarios para la realización del entrenamiento y la competición de Esquí Alpino (competición)

#### *D) Módulo de Medio Ambiente de Montaña II.*

##### *D.1.—Objetivos.*

\* Profundizar en el conocimiento del medio ambiente de montaña.

\* Iniciar en la ecología de montaña.

\* Identificar los impactos de las actividades humanas en el medio.

\* Conocer las medidas ambientales para evitar, minimizar y/o corregir los impactos.

\* Iniciar en el concepto de educación ambiental.

##### *D.2.—Contenidos.*

#### 1. Zonas esquiiables del planeta.

##### 1.1. Distribución de las zonas esquiiables de España.

##### 1.2. Distribución de las zonas esquiiables de Europa.

##### 1.3. Distribución de las zonas esquiiables del resto del planeta.

#### 2. Conceptos generales de la geología.

##### 2.1. Terminología básica.

##### 2.2. Geogénesis de las cadenas montañosas de la Península Ibérica.

##### 2.3. Geogénesis de las cadenas montañosas de Europa.

#### 3. Iniciación a la ecología de montaña.

##### 3.1. Concepto de ecología.

##### 3.2. Ecosistema y niveles de organización.

##### 3.3. Ecosistemas de montaña de la Península Ibérica.

##### 3.4. Influencia de la actividad productiva humana en los espacios naturales de montaña en relación a la vegetación y la fauna silvestre.

##### 3.5. Influencias del desarrollo turístico y del denominado turismo deportivo en el desarrollo económico y cultural de zonas y poblaciones rurales de montaña.

#### 4. Impactos ambientales.

##### 4.1. Tipos de impactos.

##### 5. Impactos de las estaciones de esquí en el medio natural y socioeconómico.

##### 5.1. Medidas ambientales.

##### 5.2. Medidas preventivas: evaluación de impacto ambiental.

##### 5.2.1. Medidas correctivas: sistemas de gestión ambiental.

##### 5.2.2. Medidas compensatorias.

##### 5.2.3. Realidad de las estaciones de esquí en la Península Ibérica.

#### 6. Educación ambiental.

##### 6.1. Definición.

##### 6.2. Objetivos.

##### 6.3. Recursos metodológicos.

##### *D.3.—Criterios de Evaluación.*

\* Identificar las características de los distintos ecosistemas de montaña.

\* Empleando la bibliografía adecuada realizar una exposición general sobre la fauna y la flora de una determinada zona de montaña.

\* Analizar los efectos de las actuaciones humanas, especialmente las relacionadas con el deporte del esquí, sobre los hábitats silvestres de determinadas zonas de montaña de España.

\* Describir la influencia del sector turístico en el desarrollo rural de zonas de montaña de España.

\* Analizar las medidas que se están tomando, en la actualidad, en materia de medio ambiente en el caso de las estaciones de esquí de España.

\* Proponer acciones personales y colectivas para sensibilizar el respeto a la naturaleza y minimizar el impacto medioambiental.

\* Conocer el papel del profesor de esquí como educador ambiental.

#### *E) Módulo de Metodología de la enseñanza del esquí alpino II.*

##### *E.1.—Objetivos formativos.*

\* Desarrollar las progresiones metodológicas para la enseñanza de la técnica del esquí alpino en las etapas de perfeccionamiento de la técnica y de disponibilidad variable.

\* Determinar los contenidos técnicos y tácticos del esquí alpino de las etapas de perfeccionamiento de la técnica y de disponibilidad variable.

\* Aplicar los diferentes métodos y estilos de enseñanza, en las etapas de perfeccionamiento de la técnica y de disponibilidad variable.

\* Aplicar los diferentes medios, recursos y ayudas para la enseñanza del esquí alpino, en las etapas de perfeccionamiento de la técnica y de disponibilidad variable.

\* Identificar, en las etapas de perfeccionamiento de la técnica y de disponibilidad variable, los defectos de ejecución técnica, determinar sus causas y aplicar los métodos y medios para su corrección.

\* Aplicar los criterios para evaluar la progresión en el aprendizaje de la técnica.

\* Emplear la didáctica del esquí alpino específica para los niños en las etapas de perfeccionamiento de la técnica y de disponibilidad variable.

\* Demostrar los gestos técnicos y mecanismos propios de las etapas de perfeccionamiento de la técnica y de disponibilidad variable.

##### *E.2.—Contenidos.*

#### 1. Etapa de Perfeccionamiento de la Técnica.

##### 1.1. Objetivos terminales de la enseñanza de la etapa de perfeccionamiento de la técnica.

##### 1.2. Metodologías de la enseñanza de los contenidos técnicos.

##### 1.3. Contenidos técnicos de la etapa de perfeccionamiento de la técnica.

#### 2. Etapa de Disponibilidad Variable.

##### 2.1. Objetivos terminales de la enseñanza de la etapa de disponibilidad variable

##### 2.2. Metodologías de la enseñanza de los contenidos técnicos.

##### 2.3. Contenidos técnicos de la etapa de disponibilidad variable.

##### *E.3.—Criterios de evaluación.*

\* En dos supuestos prácticos de desarrollo de una sesión de enseñanza de un determinado gesto técnico de esquí alpino, con alumnos de características dadas, en la etapa de perfeccionamiento de la técnica y en la etapa de disponibilidad variable.

\* Explicar las características técnicas del gesto.

\* Emplear un estilo de enseñanza y justificar su utilización.

\* Aplicar un método de enseñanza del gesto técnico y justificar su empleo.

\* Ejecutar la secuencia los ejercicios más adecuados para el aprendizaje.

\* Explicar y caracterizar los errores de ejecución más frecuentes.

\* Detectar los errores de ejecución de los practicantes y emplear los ejercicios para la corrección.

\* Emplear al menos 3 ayudas pedagógicas y justificar su utilización.

\* Justificar la elección de los remotes mecánicos y de las pistas.

\* Determinar los parámetros que deben tenerse en cuenta para evaluar el aprendizaje de los alumnos.

\* Determinar los parámetros que deben tenerse en cuenta para evaluar el desarrollo de la sesión de enseñanza.

\* Justificar la ubicación del grupo en la pista y del técnico con respecto al grupo.

\* Definir las medidas que hay que tomar para garantizar la seguridad del grupo.

\* Aplicar los diferentes métodos y estilos de enseñanza en las etapas de perfeccionamiento de la técnica y de disponibilidad variable.

\* Explicar y aplicar los diferentes medios, recursos y ayudas para la enseñanza en las etapas de perfeccionamiento de la técnica y de disponibilidad variable.

\* Definir una progresión metodológica de la enseñanza del esquí alpino en las etapas de perfeccionamiento de la técnica y de disponibilidad variable.

\* Definir e identificar los defectos de ejecución técnica más comunes, explicando sus causas primarias y describir los métodos y medios más eficaces para su corrección.

\* Evaluar sin errores la progresión técnica de los alumnos y definir los criterios para evaluar la progresión de los alumnos en el aprendizaje de la técnica.

\* Explicar los gestos técnicos y mecanismos propios de las etapas de perfeccionamiento de la técnica y de disponibilidad variable.

\* Realizar las demostraciones de los gestos técnicos y mecanismos propios de las etapas de perfeccionamiento de la técnica y de disponibilidad variable.

*F) Módulo de Metodología del entrenamiento del esquí alpino.*

*F.1. - Objetivos formativos.*

\* Aplicar los principios y conceptos elementales de la teoría del entrenamiento deportivo al entrenamiento de base del esquí alpino.

\* Aplicar los criterios y emplear los métodos de planificación del entrenamiento del esquí alpino.

\* Realizar el entrenamiento de la técnica y la táctica del esquí alpino de competición.

\* Realizar el entrenamiento específico con esquís de las cualidades físicas condicionales y perceptivo-motrices.

\* Determinar los componentes fundamentales del entrenamiento del esquí alpino.

\* Emplear los criterios para marcar trazados de entrenamiento y competición.

\* Emplear a su nivel los métodos para la valoración del rendimiento de deportistas.

\* Aplicar las técnicas para la preparación del material técnico para la competición

\* Aplicar los criterios para dirigir la participación de deportistas en competiciones de esquí alpino.

\* Prevenir los riesgos físicos y psíquicos de la competición.

*F.2. - Contenidos.*

1. Conceptos generales del entrenamiento del esquí alpino.

2. Etapas fundamentales del entrenamiento a largo plazo del esquí alpino.

3. Componentes del entrenamiento en el esquí alpino.

4. Entrenamiento específico de las capacidades físicas condicionales y de las cualidades perceptivo motrices.

5. Entrenamiento de las capacidades psíquicas y de la conducta.

6. Entrenamiento de la Técnica.

6.1. Fundamentos del entrenamiento de la técnica.

6.2. Aplicación de la técnica a los trazados de competición de las tres disciplinas.

6.3. Adaptación de la técnica a las diferentes condiciones del esquí.

7. Marcaje de trazados de entrenamiento y competición.

8. Entrenamiento de la táctica de carrera de las disciplinas alpinas.

9. Entrenamiento de las capacidades físicas condicionales y cualidades perceptivo-motrices.

10. Preparación del material técnico.

11. Planificación y organización de la participación en las competiciones.

12. Riesgos físicos y psíquicos del esquí de competición.

*F.3. - Criterios de evaluación.*

\* Definir los conceptos y principios elementales del entrenamiento deportivo y aplicarlos al entrenamiento de base del esquí alpino.

\* Determinar las etapas del entrenamiento a largo plazo.

\* Definir los componentes fundamentales del entrenamiento del esquí alpino.

\* Marcar trazados de competición y entrenamiento en las disciplinas de Slalom, Slalom Gigante y Supergigante.

\* En un supuesto teórico, planificar el entrenamiento anual de un equipo de esquí alpino.

\* Realizar la programación del entrenamiento de la técnica y la táctica de un equipo de esquí alpino de base, incluyendo en la programación las etapas de regeneración.

\* Programar y desarrollar una sesión de entrenamiento de la técnica y la táctica de un equipo de esquí alpino de base.

\* Realizar la programación del entrenamiento de las cualidades condicionales y de las cualidades perceptivo-motrices de un equipo de esquí alpino de base.

\* Programar y desarrollar una sesión de entrenamiento de las cualidades condicionales y de las cualidades perceptivo-motrices de un equipo de esquí alpino de base.

\* En un supuesto práctico valorar el rendimiento de deportistas.

\* Efectuar la preparación del material técnico para la competición de un equipo de esquí alpino de base.

*G) Módulo de Seguridad deportiva II.*

*G.1. - Objetivos.*

\* Profundizar en el conocimiento de los principios generales de la meteorología de montaña.

\* Profundizar en el conocimiento del manto de nieve e interpretar los cambios.

\* Profundizar en el conocimiento de las normas que eviten los accidentes por avalanchas.

\* Profundizar en el conocimiento de los métodos de actuación en caso de avalanchas con resultado de personas sepultadas.

\* Conocer el empleo de la radiocomunicación en terreno montañoso.

\* Conducir una sesión de esquí fuera de pista

*G.2. - Contenidos.*

1. Meteorología y climatología de la montaña.

1.1. Iniciación a la climatología y a la meteorología.

1.2. Propiedades físicas de la atmósfera.

1.3. Termodinámica elemental de la atmósfera.

1.4. La presión atmosférica.

1.5. La humedad del aire.

1.6. El viento.

1.7. Las nubes.

1.8. Condensación y precipitaciones.

1.9. La niebla.

1.10. Circulación general de la atmósfera.

1.11. Masas de aire y frentes.

1.12. Depresiones extratropicales.

1.13. Ciclones tropicales.

1.14. Fenómenos locales violentos.

1.15. Meteorología sinóptica.

1.16. Meteorología local.

1.17. Servicios meteorológicos y predicción del tiempo.

1.18. Climatología de la Península Ibérica.

1.19. Situaciones atmosféricas en la Península Ibérica.  
2. Geografía de Península Ibérica en relación con las cadenas montañosas.

3. Climatología de las cadenas montañosas de la Península Ibérica.

4. Previsión meteorológicas en la montaña mediante observación.

5. Organización Meteorológica Mundial.

6. Nieve y avalanchas.

6.1. Propiedades de la nieve.

6.2. Formación del manto de nivoso.

6.3. Metamorfosis de la nieve: estratificación del manto, metamorfosis de isoterma, metamorfosis de gradiente, metamorfosis de fusión, evolución de la nieve en superficie.

6.4. Factores climáticos que influyen en la evolución del manto de nieve.

6.5. Equilibrio del manto de nieve y avalanchas.

6.6. Causas de desprendimiento de aludes.

6.7. Previsión del riesgo de avalanchas.

6.8. Técnicas de medición y previsión de las avalanchas.

6.9. Aplicación de contenidos en estaciones de Deportes de Invierno.

7. Socorro y salvamento en zonas nevadas.

7.1. Peligros objetivos y subjetivos de la montaña invernal en referencia a dominios esquiabiles.

7.2. Socorro en avalanchas.

7.3. Aplicación de contenidos.

8. Radiocomunicaciones.

8.1. Utilización fundamental del radiotransmisor.

8.2. El Emplear radiotransmisor en montaña.

8.3. Frecuencias de socorro.

9. El esquí fuera de pista.

*G.3.—Criterios de evaluación.*

\* Enumerar las fuentes donde se puede obtener un parte meteorológico.

\* Interpretar un parte meteorológico.

\* Identificar los signos naturales que permiten predecir cambios del tiempo meteorológico.

\* Distinguir los distintos tipos de frentes borrascosos. Describir la distribución vertical de la atmósfera.

\* Distinguir los distintos tipos de nubes y de los meteoros.

\* Determinar las condiciones de estabilidad e inestabilidad del aire las condiciones que propician la formación tormentas.

\* Definir los factores que influyen en la formación de los vientos.

\* Describir la circulación general de la atmósfera.

\* Reconocer los distintos frentes de la meteorología sinóptica.

\* Describir los diferentes climas de la Península Ibérica, el continente Europeo y las Islas

\* Británicas, describiendo las situaciones atmosféricas típicas.

\* Identificar las zonas influenciadas por los diferentes climas en España.

\* Explicar la formación de la nieve en la atmósfera.

\* Actuación ante desprendimiento de aludes de nieve.

\* Definir las medidas elementales de seguridad en zonas fuera de pista.

\* Interpretar los signos de la atmósfera y a partir de éstos determinar la previsible evolución del tiempo meteorológico.

\* Realizar previsiones de meteorología local mediante la observación directa de instrumentos, cielo, nubosidad, etc.

\* Relacionar los diferentes factores meteorológicos y su incidencia en el manto nivoso.

\* Diferenciar e interpretar los distintos tipos de metamorfosis de la nieve, los factores que intervienen y sus consecuencias.

\* Reconocer los distintos tipos de cristales de nieve. Identificar un manto de nieve en equilibrio.

\* Explicar los factores que producen el desequilibrio del manto de nieve: factores de riesgos de avalanchas.

\* Diferenciar los distintos tipos de aludes: formación, características y causas de desprendimiento.

\* Dado un perfil estratigráfico del manto de nieve, valorar el posible riesgo de avalanchas y determinar el tipo de alud que puede producirse.

\* Definir el mecanismo de producción de las avalanchas.

\* Definir las medidas elementales de seguridad en zonas fuera de pista.

\* En un supuesto práctico planificar un recorrido de esquí en zonas fuera de pista, teniendo en cuenta el estudio del terreno, la obtención de los datos y partes meteorológicos, las técnicas de progresión por zonas inestables, actuación ante desprendimiento de aludes de nieve, etc..

\* Describir la contribución de los medios heliportados en el salvamento y rescate de accidentados.

\* En un supuesto práctico de víctimas atrapadas en un alud de nieve:

\* Utilizar los diferentes aparatos de ultrasonidos tipo ARVA.

\* Dirigir y coordinar un equipo de sondaje para la búsqueda de víctimas.

\* Enumerar cronológicamente las actuaciones, de ayuda y evacuación de víctimas.

\* Interpretar de forma práctica la escala CEN de riesgo de aludes.

\* Demostrar su capacidad de organización en un supuesto dado de socorro con helicóptero.

\* Alerta a los servicios de rescate. Elección de la zona de aproximación (ZA).

\* Marcaje de la ZA.

\* Control de la aproximación del helicóptero.

\* Embarque.

\* En un supuesto práctico planificar un recorrido de esquí en zonas fuera de pistas dentro del dominio esquiabile de una estación de Deportes de Invierno:

\* Estudio del terreno.

\* Obtención de los datos y partes meteorológicos.

\* Técnicas de progresión por zonas inestables.

\* Diferenciar los distintos tipos de aludes: formación, características y causas de desprendimiento.

\* Dado un perfil estratigráfico del manto de nieve, valorar el posible riesgo de avalanchas y determinar el tipo de alud que puede producirse.

\* Colaborar en acciones de socorro en caso de avalanchas.

\* En un supuesto práctico, planificar una ascensión de 500 metros de desnivel con un grupo, teniendo en cuenta la gestión del programa, la estrategia en la conducción del grupo, su organización y consignas.

\* Elaborar un informe que contenga una o varias actuaciones deportivas relacionadas con la especialidad de un determinado esquiador.

\* Las actuaciones deportivas relacionadas con la especialidad de un determinado compañero en relación con las de otros que forman el grupo.

\* Sobre un texto en el idioma que proceda, referido a la especialidad deportiva, seleccionar y traducir los términos relativos a las ciencias del deporte.

### 3.4.—Bloque de Formación Práctica.

#### A) *Objetivos.*

El bloque de Formación Práctica del Técnico Deportivo en Esquí Alpino, tiene como finalidad, que los alumnos desarrollen de forma práctica las competencias adquiridas durante el período de formación, aplicando en situaciones reales los conocimientos y habilidades adquiridas en la formación teórica y práctica, y obtengan la experiencia necesaria para realizar con eficacia:

a) Efectuar la enseñanza de la técnica y la táctica del Esquí Alpino.

b) Dirigir el entrenamiento del Esquí Alpino.

c) Dirigir a individuos y equipos durante las competiciones de Esquí Alpino.

d) Dirigir el acondicionamiento físico de esquiadores.

e) Programar y organizar actividades de esquí.

#### B) *Contenidos.*

1.—La Formación Práctica del Técnico Deportivo en Esquí Alpino, consistirá en la asistencia continuada, durante un período de tiempo previamente fijado, y con una duración no inferior a 200 horas, en las actividades propias del Técnico Deportivo en Esquí Alpino y con grupos designados a tal efecto. Este período deberá contener en su desarrollo:

a) Sesiones de iniciación y perfeccionamiento del Esquí Alpino, entre el 30 y el 40% del total del tiempo del bloque de formación práctica.

b) Sesiones de entrenamientos de Esquí Alpino, entre un 20 y un 25 % del total del tiempo del bloque de formación práctica.

c) Sesiones de acondicionamiento físico de esquiadores alpinos, entre un 20 y un 25 % del total del tiempo del bloque de formación práctica.

d) Sesiones de dirección de equipos en competiciones de Esquí Alpino propias de su nivel, entre un 15 y un 25 % del total del tiempo del bloque de formación práctica.

e) Sesiones de programación de las actividades realizadas, entre un 15 y un 20 % del total del tiempo del bloque de formación práctica.

2.—El Bloque de Formación Práctica constará de tres fases: Fase de observación, Fase de colaboración y Fase de actuación supervisada.

3.—Al término de las tres fases el alumno realizará una Memoria de Prácticas la cual deberá ser evaluada por el tutor y por el centro donde hubiera realizado su formación.

#### C) *Criterios de Evaluación.*

En el bloque de formación práctica solo se concederá la calificación de apto o no apto. Para alcanzar la calificación de apto los alumnos tendrán que:

\* Haber asistido como mínimo al 80% de las horas establecidas para cada una de las fases.

\* Participar de forma activa en las sesiones de trabajo.

\* Alcanzar los objetivos formativos en cada una de las sesiones.

\* Utilizar de un lenguaje claro y una correcta terminología específica.

\* Presentar correctamente la memoria de prácticas.

\* Estructurar la memoria de prácticas al menos en los apartados siguientes:

o Descripción de la estructura y funcionamiento del centro, de las instalaciones y los espacios de las prácticas y del grupo/s con los que haya realizado el período de prácticas.

o Desarrollo de las prácticas: Fichas de seguimiento de las prácticas de cada sesión agrupadas por fases.

o Informe de autoevaluación de las prácticas.

o Informe de evaluación del tutor.

## ANEXO III

**ENSEÑANZAS CORRESPONDIENTES A LOS TÍTULOS DE  
TÉCNICO DEPORTIVO EN ESQUÍ DE FONDO**

**A) PRIMER NIVEL****1. Horario de los bloques y módulos de formación de las enseñanzas del Primer Nivel de Técnico Deportivo en Esquí de Fondo.**

	Horas	
	Teóricas	Prácticas
<b>Bloque Común</b>		
Bases anatómicas y fisiológicas del deporte	20	-
Bases psicopedagógicas de la enseñanza y del entrenamiento	15	5
Entrenamiento deportivo	15	5
Fundamentos sociológicos del deporte	5	-
Organización y legislación del deporte	5	-
Primeros auxilios e higiene en el deporte	20	10
	80	20
Carga horaria del bloque	100	
<b>Bloque Específico</b>	<b>Teóricas</b>	<b>Prácticas</b>
Desarrollo profesional	20	-
Formación técnica del esquí de fondo	20	30
Material de esquí de fondo	5	5
Medio ambiente de montaña	5	5
Metodología de la enseñanza del esquí alpino	30	20
Seguridad deportiva	15	5
Euroseguridad	10	5
	105	70
Carga horaria del bloque	175	
<b>Bloque complementario</b>	25	
<b>Bloque de Formación Práctica</b>	150	
<b>Carga horaria total</b>	450	

## 2.—Descripción del perfil profesional.

### 2.1.—Definición genérica del perfil profesional.

El Certificado de Primer Nivel de Técnico Deportivo en Esquí de Fondo acredita que su titular posee las competencias necesarias para realizar la iniciación al esquí de fondo, así como para promocionar esta modalidad deportiva.

### 2.2.—Unidades de Competencia.

\* Instruir en los principios fundamentales de la técnica y la táctica del esquí de fondo.

\* Conducir y acompañar a individuos o grupos durante la práctica deportiva.

\* Garantizar la seguridad de los deportistas y aplicar en caso necesario los primeros auxilios.

### 2.3.—Capacidades profesionales.

Este técnico debe ser capaz de:

\* Esquiar con seguridad y eficacia por pistas acondicionadas para el esquí fondo dentro del dominio esquiable de una estación de deportes de invierno.

\* Realizar la enseñanza del esquí de fondo, siguiendo los objetivos, los contenidos, recursos y métodos de evaluación, en función de la programación general de la actividad.

\* Instruir a los alumnos sobre las técnicas y las tácticas básicas del esquí de fondo, utilizando los equipamientos y materiales apropiados, demostrando los movimientos y los gestos según los modelos de referencia y corrigiendo los errores de ejecución de los participantes, preparándoles para las fases posteriores de tecnificación deportiva.

\* Evaluar a su nivel la progresión del aprendizaje, identificar los errores de ejecución técnica y táctica de los deportistas, sus causas y aplicar los métodos y medios necesarios para su corrección, preparándoles para las fases posteriores de tecnificación deportiva.

\* Enseñar la utilización de los materiales específicos del esquí de fondo, así como su mantenimiento preventivo y su conservación.

\* Enseñar la utilización de las instalaciones específicas de las estaciones de deportes de invierno.

\* Informar sobre los materiales y vestimenta adecuados para la práctica del esquí de fondo.

\* Seleccionar, preparar y supervisar el material de enseñanza.

\* Ejercer el control del grupo, cohesionando y dinamizando la actividad.

\* Seleccionar, preparar y supervisar el material de enseñanza.

\* Enseñar y hacer cumplir las normas básicas del reglamento de las estaciones de deportes de invierno.

\* Motivar a los alumnos en el progreso técnico y la mejora de la condición física.

\* Transmitir a los deportistas las normas, valores y contenidos éticos de la práctica deportiva.

\* Introducir a los deportistas en la práctica deportiva saludable.

\* Prevenir las lesiones más frecuentes en el esquí de fondo y los accidentes más comunes durante la práctica deportiva.

\* Aplicar en caso necesario la asistencia de emergencia siguiendo los protocolos y pautas establecidas.

\* Controlar la disponibilidad de la asistencia sanitaria existente.

\* Organizar el traslado del enfermo o accidentado, en caso de urgencia, en condiciones de seguridad y empleando el sistema más adecuado a la lesión y nivel de gravedad.

\* Colaborar con los servicios de evacuación y primeros auxilios en pistas de las estaciones de deportes de invierno.

\* Enseñar y hacer cumplir la normativa vigente sobre la conservación de la naturaleza.

\* Identificar los efectos de sus actuaciones sobre el medio ambiente de montaña.

\* Detectar la información técnica relacionada con sus funciones profesionales.

### 2.4.—Ubicación en el ámbito deportivo.

Ejercerá su actividad en el ámbito de la iniciación deportiva, desarrollando sesiones de enseñanza de esquiadores, en pistas balizadas de una estación de deportes de invierno. Se excluye expresamente de su ámbito de actuación la enseñanza del esquí de montaña y del esquí alpino.

Este técnico actuará siempre en el seno de un organismo público o privado, relacionado con la práctica del esquí de fondo.

Los distintos tipos de entidades o empresas donde pueden desarrollar sus funciones son:

o Escuelas de esquí.

o Centros de iniciación deportiva.

o Clubes o asociaciones deportivas.

o Federaciones deportivas.

o Patronatos deportivos.

o Empresas de servicios deportivos.

o Centros escolares (actividades extraescolares).

### 2.5.—Responsabilidad en las situaciones de trabajo.

Este técnico actuará bajo la supervisión general de técnicos y/o profesionales de nivel superior al suyo, siéndole requeridas las responsabilidades siguientes:

\* La enseñanza del esquí de fondo hasta la obtención por parte del deportista, de los conocimientos técnicos y tácticos elementales que les capaciten para deslizarse con seguridad esquiando por pistas balizadas.

\* La elección de objetivos, medios, métodos y materiales más adecuados para la realización de la enseñanza.

\* La evaluación y control del proceso de enseñanza deportiva.

\* La elección de las pistas.

\* La información a los practicantes sobre los materiales y vestimenta adecuados más apropiados en función de las condiciones climáticas existentes.

\* La conducción y el acompañamiento de individuos y grupos durante la práctica de la actividad deportiva.

\* La seguridad del grupo durante el desarrollo de la actividad.

\* La administración de los primeros auxilios en caso de accidente o enfermedad en ausencia de personal facultativo.

\* El cumplimiento del reglamento de las estaciones de deportes de invierno.

\* La colaboración con los servicios de primeros auxilios y evacuación de pistas de las estaciones de deportes de invierno.

\* El cumplimiento de las instrucciones generales procedentes del responsable de la entidad

## 3.—Enseñanzas.

### 3.1.—Bloque Común.

El Bloque Común de las enseñanzas de primer nivel conducentes al título de Técnico Deportivo en Esquí de Fondo, es igual al expuesto para el Técnico Deportivo en Esquí Alpino.

### 3.2. Bloque Específico.

#### A) Módulo de Desarrollo profesional.

##### A.1.—Objetivos.

\* Conocer el entorno institucional, socio-económico y legal de los Deportes de Invierno.

\* Conocer la legislación laboral aplicable a los titulares de los certificados de primer nivel de los técnicos deportivos de los Deportes de Invierno.

\* Conocer los requisitos legales para el ejercicio de la profesión.

\* Conocer las competencias, funciones, tareas y responsabilidades del Técnico Deportivo.

\* Conocer el sistema básico de organización de los Deportes de Invierno en la Comunidad Autónoma.

\* Conocer las asociaciones profesionales de profesores de esquí o Snowboard de carácter nacional e internacional.

\* Conocer las características que definen el Turismo de Nieve.

\* Introducir en las reglas de la Federación Internacional de Esquí, FIS.

\* Conocer el desarrollo profesional de los técnicos deportivos de Esquí y Snowboard en los países de la Unión Europea.

\* Conocer la Historia del Esquí a nivel internacional.

\* Conocer la Historia del Esquí en España.

#### A.2.—Contenidos.

1. La figura del Técnico Deportivo; marco legal.

1.1. Requisitos legales para el ejercicio profesional.

1.2. Requisitos laborales y sociales para el ejercicio de la profesión.

1.3. Requisitos fiscales para el ejercicio de la profesión. I.R.P.F.

2. Régimen de responsabilidades del Técnico Deportivo en el ejercicio profesional.

2.1. Responsabilidad civil.

2.2. Responsabilidad penal.

2.3. Requisitos fiscales del trabajador por cuenta ajena.

2.4. Impuestos directos e indirectos. Incumplimiento de las obligaciones fiscales.

3. Competencias profesionales del Primer nivel de los técnicos deportivos de los Deportes de Invierno.

3.1. Funciones y tareas.

3.2. Limitaciones.

4. Federación territorial de Deportes de Invierno. Organización y funciones.

5. Clubes de Deportes de Invierno. Su clasificación y características.

6. Regulación de actividades deportivas en el medio natural.

7. Asociación profesional de profesores de esquí.

8. Asociación Internacional de Profesores de Esquí (International Ski Instructor Association, ISIA).

9. El Turismo de Nieve.

9.1. Características definitorias del Turismo de Nieve.

9.2. Competencias y responsabilidades de los servicios que intervienen en el Turismo de Nieve.

10. Los Técnicos de Deportes de Invierno en los países de la Unión Europea.

10.1. El desarrollo profesional en los países de la Unión Europea.

10.2. Equivalencias de las titulaciones de los técnicos de Deportes de Invierno en los países de la Unión Europea.

11. Introducción a los reglamentos de la F.I.S.

12. Planes de formación de los técnicos deportivos de Deportes de Invierno.

13. La historia del esquí Internacional y en España.

#### A.3.—Criterios de evaluación.

\* Describir las funciones y tareas propias del primer nivel de Técnico Deportivo en Esquí Alpino.

\* En un supuesto de un accidente, con unas condiciones determinadas, definir la responsabilidad civil y penal del técnico.

\* Describir los tipos y ventajas de los seguros de responsabilidad civil.

\* Describir el funcionamiento de un club elemental de Deportes de Invierno.

\* Describir los trámites necesarios, administrativos, laborales y fiscales para ejercer la profesión.

\* Describir los derechos, obligaciones y responsabilidades de carácter laboral y fiscal que corresponden a un Técnico Deportivo en el ejercicio de su profesión.

\* Describir las características más significativas del Turismo de Nieve.

\* Describir las competencias y responsabilidades de los servicios que intervienen en el Turismo de Nieve.

\* Describir la evolución del esquí desde sus orígenes

\* Describir la evolución del esquí en España.

#### B) Módulo de Formación técnica del Esquí de Fondo.

##### B.1.—Objetivos.

\* Conocer los fundamentos de la técnica y la táctica del Esquí de Fondo.

\* Esquiar según un modelo de referencia en pistas balizadas.

\* Conocer las capacidades físicas condicionales y las perceptivo-motrices implicadas en la práctica del Esquí de Fondo.

\* Emplear la terminología elemental del Esquí de Fondo.

\* Entender y explicar la mecánica y biomecánica del Esquí de Fondo.

\* Conocer las características de los materiales específicos y su influencia en la técnica del Esquí de Fondo.

\* Ejecutar los gestos técnicos y mecanismos fundamentales del Esquí de Fondo.

\* Ejecutar las acciones tácticas básicas del Esquí de Fondo.

\* Iniciarse en la técnica del esquí alpino.

##### B.2.—Contenidos.

1. Características de la técnica de esquí de fondo.

2. Cualidades físicas condicionales y perceptivo-motrices y su relación con la técnica de esquí de fondo. Ejercicios técnicos para el desarrollo específico de las cualidades.

3. Biomecánica aplicada al análisis de los gestos técnicos del esquí de fondo.

4. Estudio de los gestos técnicos y mecanismos fundamentales del esquí de fondo.

4.1. Concepto de gesto técnico modelo y gesto técnico adaptado.

4.2. Concepto de mecanismo y efecto mecánico en el esquí de fondo.

4.3. El deslizamiento.

4.4. La conducción.

4.5. Las posiciones.

4.6. Los impulsos.

4.7. Los pasos.

4.8. Los tipos de virajes.

4.9. Los saltos.

5. Perfeccionamiento de los gestos técnicos y mecanismos fundamentales del esquí de fondo.

6. Materiales técnicos y desarrollo de la técnica del esquí de fondo.

7. Las tácticas básicas en el esquí de fondo.

7.1. Concepto y clasificación de las tácticas deportivas.

7.2. Capacidades cognitivas, sensoriales, coordinativas, habilidades técnicas, en su relación con las acciones tácticas.

7.3. Capacidades condicionales en su relación con las habilidades tácticas.

7.4. Características específicas de la táctica en el esquí de fondo.

7.5. Conceptos espaciales y tácticos básicos del esquí de fondo.

8. Trayectorias de descenso.

9. Tipos de virajes.

10. Terminología internacional del Esquí de Fondo.

11. Técnica elemental del esquí alpino.

##### B.3.—Criterios de evaluación.

\* Explicar los fundamentos de la técnica del Esquí de Fondo.

\* Esquiar según un modelo de referencia en todo tipo de pista, nieve y terreno.

\* Definir la relación entre las capacidades físicas condicionales y perceptivo motoras y la técnica del Esquí de Fondo.

\* Definir los conceptos fundamentales de la biomecánica y su aplicación al Esquí de Fondo.

\* Definir la estructura de los gestos técnicos fundamentales del Esquí de Fondo.

\* Explicar las relaciones entre los materiales y la técnica del Esquí de Fondo.

\* Explicar los gestos técnicos y los mecanismos fundamentales del Esquí de Fondo.

\* Explicar las actitudes tácticas básicas del Esquí de Fondo.

\* Descender una pista de 200-400 metros de longitud y un desnivel del 25-45%, en técnica de esquí alpino.

*C) Módulo de Material de Esquí de Fondo.*

*C.1.—Objetivos.*

\* Conocer los materiales que intervienen en la práctica del Esquí de Fondo.

\* Conocer los procesos de cuidado y mantenimiento de los materiales técnicos.

\* Conocer la vestimenta y complementos específicos para la práctica del Esquí de Fondo, así como su conservación

*C.2.—Contenidos.*

1. Materiales técnicos del Esquí de Fondo.

1.1. Esquíes.

1.2. Fijaciones.

1.3. Botas.

1.4. Bastones.

2. Mantenimiento de los materiales técnicos.

2.1. Herramientas para el mantenimiento.

2.2. Procesos de mantenimiento.

3. Complementos técnicos.

3.1. Vestimenta.

3.2. Guantes.

3.3. Gafas.

3.4. Otros.

*C.3.—Criterios de evaluación.*

\* Describir las características técnicas de los materiales específicos del Esquí de Fondo.

\* Realizar el reglaje de las fijaciones.

\* Describir la relación existente entre las características del material y de su construcción y la técnica de Esquí de Fondo.

\* Describir y realizar los cuidados que deben ser aplicados al material para su correcta conservación.

\* Describir las características de la vestimenta y de los complementos deportivos

*D) Módulo de Medio ambiente de montaña.*

*D.1.—Objetivos.*

\* Introducción al medio ambiente de montaña.

\* Introducción a la cartografía y a la orientación en la montaña.

\* Conocer las iniciativas legislativas y sociales para la conservación de la naturaleza silvestre de las zonas de montaña de la Península Ibérica.

*D.2.—Contenidos.*

1. Geografía de la Península Ibérica.

1.1. Cadenas montañosas y sus cuencas hidrográficas.

2. Cartografía y orientación en la montaña.

2.1. Elementos geográficos.

2.2. Cartografía.

2.3. Lectura del mapa y utilización del terreno.

2.4. Utilización de la brújula.

2.5. Utilización conjunta de mapa y brújula.

2.6. Orientación con signos naturales.

3. Introducción a la promoción y conservación de la naturaleza silvestre.

3.1. Legislación española sobre la conservación de la naturaleza.

3.2. Actividades en la naturaleza no legisladas.

3.3. Normativas de utilización de espacios naturales.

3.4. Actuaciones institucionales para la conservación de la naturaleza silvestre.

3.5. Ayuntamientos. Comunidades Autónomas. Administración Central. Unión Europea.

*D.3.—Criterios de evaluación.*

\* Ubicar las cadenas montañosas dentro de la Península Ibérica.

\* Ubicar las cuencas hidrográficas en relación con las cadenas montañosas de la Península Ibérica.

\* Analizar diferentes tipos de mapas e interpretar su simbología.

\* Calcular desniveles y distancias longitudinales a partir de mapas de diferentes escalas.

\* Reconocer e interpretar diferentes signos naturales para orientarse.

\* Manejar adecuadamente la brújula, el alfiler y otros instrumentos accesorios de orientación y describir su funcionamiento.

\* Empleando brújula y mapas: \*Determinar la propia situación en el mapa, a partir de los accidentes geográficos y/o los datos de los instrumentos de orientación.

\* Situar en el mapa puntos desconocidos.

\* Definir itinerarios sobre el mapa y justificar esta elección.

\* Interpretar la legislación en relación a los espacios naturales y las prácticas deportivas normativizadas.

\* Analizar las condiciones de práctica de diferentes actividades no legisladas y su impacto medio-ambiental.

\* Proponer acciones personales y colectivas a realizar para sensibilizar el respeto a la naturaleza y minimizar el impacto medio-ambiental.

*E) Módulo de Metodología de la enseñanza del esquí de fondo.*

*E.1.—Objetivos.*

\* Conocer los principios metodológicos fundamentales de la Didáctica y su aplicación al proceso de enseñanza-aprendizaje del Esquí de Fondo.

\* Conocer la progresión metodológica para la enseñanza de la técnica del Esquí de Fondo.

\* Conocer los contenidos técnicos de las etapas de Iniciación al Esquí de Fondo y de Adquisición de los fundamentos de la técnica.

\* Conocer los diferentes métodos y estilos de enseñanza y su aplicación en las fases de Iniciación y Adquisición de los fundamentos de la técnica.

\* Conocer los diferentes medios, recursos y ayudas para la enseñanza de la técnica del Esquí de Fondo y su aplicación en las fases de Iniciación y Adquisición de los fundamentos de la técnica.

\* Conocer la didáctica del Esquí de Fondo específica para los niños.

\* Conocer los defectos de ejecución técnica, identificarlos, conocer sus causas y aplicar los métodos y medios para su corrección.

\* Conocer los criterios para evaluar la progresión en el aprendizaje de la técnica.

*E.2.—Contenidos.*

1. El proceso de aprendizaje de los gestos técnicos del Esquí de Fondo.

1.1. Factores que determinan el aprendizaje del Esquí de Fondo.

1.2. Fases del proceso de aprendizaje. Formas básicas y formas perfeccionadas de los gestos técnicos del Esquí de Fondo.

2. Aplicación de los principios metodológicos de la enseñanza a la enseñanza del Esquí de Fondo.

3. Etapas en la enseñanza de la técnica del Esquí de Fondo. Concepto de progresión metodológica.

3.1. Etapa de Iniciación.

3.2. Etapa de Adquisición de los fundamentos.

3.3. Etapa de Perfeccionamiento.

3.4. Etapa de Disponibilidad Variable.

4. Criterios de clasificación de los esquiadores en función de su nivel técnico.



- 4.1. Primer nivel: Iniciación.
- 4.2. Segundo nivel: Elemental.
- 4.3. Tercer nivel: Intermedio.
- 4.4. Cuarto nivel: Avanzado.
- 4.5. Quinto nivel: Experto.
5. Análisis del perfil del alumno.
6. Unidades de enseñanza.
7. Objetivos de enseñanza en el Esquí de Fondo.
  - 7.1. Tipos de objetivos de enseñanza.
  - 7.2. Factores que determinan la elección de los objetivos de enseñanza.
8. La enseñanza del Esquí de Fondo.
  - 8.1. Métodos de enseñanza.
  - 8.2. Estilos de enseñanza.
9. Medios de enseñanza en el Esquí de Fondo.
  - 9.1. Ejercicios para la adquisición, perfeccionamiento y automatización de las habilidades técnicas.
  - 9.2. Ejercicios para la mejora y desarrollo de las capacidades físicas condicionales, cualidades perceptivo-motrices implícadas en el Esquí de Fondo.
  - 9.3. Ejercicios para la corrección de defectos de ejecución técnica.
  - 9.4. Ejercicios para el calentamiento específico.
  - 9.5. Ejercicios individuales, en parejas y en grupo.
  - 9.6. Juegos y competiciones.
  - 9.7. Factores que determinan la elección de los medios de enseñanza.
10. Ayudas y recursos para la enseñanza.
  - 10.1. El terreno y la nieve.
  - 10.2. Ayudas audiovisuales.
  - 10.3. Sensaciones e imágenes mentales. El ensayo mental.
  - 10.4. Factores que determinan la elección de los recursos y ayudas.
11. La explicación del gesto técnico.
  - 11.1. Imagen ideo-motora del gesto técnico.
  - 11.2. Comprensión del gesto técnico.
  - 11.3. El lenguaje corporal en la explicación del gesto técnico.
  - 11.4. Características didácticas de la explicación del gesto técnico.
12. La demostración del gesto técnico.
  - 12.1. Imagen visual del gesto técnico.
  - 12.2. La imitación del gesto técnico.
  - 12.3. Características didácticas de la demostración del gesto técnico.
13. La ejecución del gesto técnico por parte del alumno.
  - 13.1. Ejecución individual y en grupos.
  - 13.2. El papel del técnico durante la ejecución del gesto por el alumno.
  - 13.3. La observación de la ejecución del gesto técnico.
14. La corrección de los defectos de ejecución del gesto técnico.
  - 14.1. Defectos, errores y coordinaciones gruesas.
  - 14.2. Defectos automatizados y no automatizados.
  - 14.3. Sincinesias.
  - 14.4. El proceso de corrección de defectos.
  - 14.5. Características didácticas de la corrección de defectos.
15. Criterios y sistemas de evaluación del proceso de aprendizaje.
  - 15.1. Criterios de evaluación del proceso de enseñanza aprendizaje.
  - 15.2. Los tests técnicos.
16. La organización de la sesión de enseñanza. La clase de esquí.
  - 16.1. Factores condicionantes.
  - 16.2. Actuaciones preliminares.
  - 16.3. Situación del alumno y del técnico.
  - 16.4. Elección de la pista.
  - 16.5. Elección de la velocidad de traslación, la velocidad y el ritmo de ejecución del gesto técnico, el número de repeticiones del gesto técnico y las pausas durante la actividad.
17. La motivación para el aprendizaje de la técnica del Esquí de Fondo.
  - 17.1. La construcción del grupo.
  - 17.2. La participación de los alumnos en el proceso de enseñanza-aprendizaje.
  - 17.3. La información y justificación de las tareas y los objetivos de enseñanza.
  - 17.4. La variación, asequibilidad y desafío de las tareas, objetivos de enseñanza y de los recorridos.
  - 17.5. La corrección positiva.
  - 17.6. La afirmación y el reconocimiento de los progresos y los esfuerzos.
  - 17.7. La diversión.
18. Factores inhibidores del proceso de aprendizaje del Esquí de Fondo.
  - 18.1. Factores endógenos.
  - 18.2. Factores exógenos.
19. Características del técnico de esquí.
20. Enseñanza del esquí a los niños.
  - 20.1. Análisis de las características de las diferentes franjas de edad.
  - 20.2. El aprendizaje del Esquí de Fondo en los niños.
  - 20.3. El juego y las competiciones.
  - 20.4. Progresión pedagógica del esquí en los niños. Adaptaciones en función de la edad.
  - 20.5. Unidades de enseñanza. Duración de la enseñanza en función de la edad.
  - 20.6. Stadiums de formas del terreno para la enseñanza del esquí. Jardines de nieve.
  - 20.7. La explicación y la demostración del gesto técnico.
  - 20.8. La ejecución por parte de los niños del gesto técnico.
  - 20.9. Detección y corrección de los defectos de ejecución del gesto técnico.
  - 20.10. La motivación del aprendizaje.
  - 20.11. El material de esquí.
  - 20.12. Criterios de clasificación de los niños.
    - 20.12.1. En función de su nivel técnico.
    - 20.12.2. En función de la edad.
  - 20.13. El técnico de esquí como educador.
- Etapa de Iniciación al Esquí de Fondo.*
  1. Objetivos terminales de la enseñanza.
    - 1.1. Dominio de los gestos técnicos elementales del Esquí de Fondo.
    - 1.2. Mantenimiento del equilibrio en desplazamiento en pistas verdes.
    - 1.3. Dominio del movimiento de traslación en línea recta y cambios de dirección en técnica clásica y libre, en cualquier tipo de nieve. Pistas amarillas y verdes.
    - 1.4. Control de la velocidad de desplazamiento en bajadas en pistas amarillas y verdes.
  2. Metodología de la enseñanza de los contenidos técnicos.
    - 2.1. Gestos técnicos.
    - 2.2. Didáctica de los gestos técnicos.
  - 2.3. Detección y corrección de errores de posición y ejecución.
    - 2.4. Didáctica de las acciones tácticas.
  3. Contenidos técnicos del Esquí de Fondo clásico.
    - 3.1. Adaptación del alumno al material, al medio, a la nieve y al deslizamiento.
    - 3.2. Movimientos de traslación en terreno llano y en ligera subida. Impulso simultáneo elemental. Paso alternativo elemental. Impulso simultáneo. Impulso con un paso.
    - 3.3. Movimientos de traslación en terreno llano y en ligera subida. Cambios de dirección o de huella por pasos giratorios.

3.4. Movimientos de traslación rectilínea en la L.M.P. Descenso directo. Descenso en cuña.

3.5. Movimientos de traslación rectilínea fuera de la L.M.P. Posición de media cuña. Descenso en diagonal.

3.6. Movimientos de traslación curvilínea en descenso. Viraje en cuña. Viraje fundamental.

3.7. Control de la velocidad y de la trayectoria del movimiento en los virajes. Series de cambios de dirección en cuña de diferentes arcos y radios.

3.8. Movimientos de traslación en subida en la L.M.P.: Subida en escalera. Paso tijera.

4. Contenidos técnicos del Esquí de Fondo de patinaje.

4.1. Adaptación del alumno al material, al medio, a la nieve y al deslizamiento.

4.2. Movimientos de traslación en terreno llano y en ligera subida.

—Patinador 1-1 alternativo. Patinador asimétrico. Medio patinador.

—Patinador 2-1. Patinaje de velocidad.

5. Contenidos técnicos del Telemark.

5.1. Adaptación del alumno al material, al medio, a la nieve y al deslizamiento.

5.2. Posiciones elementales. Posición básica. Posición de cuña Telemark.

5.3. Movimientos de traslación curvilínea en descenso. Cuña Telemark. Viraje Telemark de base.

5.4. Movimientos de traslación rectilínea fuera de la L.M.P. Posición de diagonal Telemark.

5.5. Control de la velocidad y de la trayectoria del movimiento en los virajes. Series de cambios de dirección en cuña Telemark de diferentes arcos y radios.

*Etapas de Adquisición de los Fundamentos de la Técnica.*

1. Objetivos terminales de la enseñanza.

1.1. Adquisición de las habilidades técnicas fundamentales del Esquí de Fondo.

1.2. Dominio del movimiento de traslación en línea recta y cambios de dirección en técnica clásica y libre, en cualquier tipo de nieve. Pistas rojas y azules.

1.3. Control de la velocidad de desplazamiento en bajadas en pistas rojas y azules.

2. Metodología de la enseñanza de los contenidos técnicos.

2.1. Gestos Técnicos.

2.2. Características cinemáticas y dinámicas de los gestos técnicos.

2.3. Didáctica de los gestos técnicos.

2.4. Detección y corrección de errores de posición y ejecución.

2.5. Clavado del bastón.

2.6. Impulso

2.7. Encadenamiento de virajes.

2.8. Acciones tácticas.

2.9. Didáctica de las acciones tácticas.

3. Contenidos técnicos de la enseñanza.

3.1. Movimientos de traslación en terreno llano y en técnica clásica. Paso alternativo. Paso alternativo con impulso simultáneo (Trozzi). Paso alternativo de tres tiempos. Paso alternativo de cuatro tiempos.

3.2. Movimientos de traslación en terreno llano y en técnica libre. Patinador 1-1. Paso patinador sin impulso de bastones.

3.3. Movimientos de traslación rectilínea en la L.M.P. Patinador 1-1. Paso patinador sin impulso de bastones.

3.4. Movimientos de traslación curvilínea en descenso. Descenso directo.

3.5. Movimientos de traslación curvilínea en llano. Cambios de dirección en paso patinador. Viraje paralelo. Derrapeje.

3.6. Movimientos de traslación en subida y en técnica

clásica. Paso alternativo en subidas medias y fuertes. Media tijera

3.7. Movimientos de traslación en subida y en técnica libre. Paso patinador asimétrico en subidas medias y fuertes.

3.8. Movimientos de cambio de huella en técnica clásica. Entrada a la huella en dos tiempos. Entrada a la huella en tres tiempos.

3.9. Control de la velocidad y de la trayectoria del movimiento en los virajes. Series de virajes con diferentes arcos y radios.

*E.3.—Criterios de evaluación.*

\* Explicar y aplicar a la enseñanza de la técnica del Esquí de Fondo, los principios metodológicos fundamentales, así como los métodos, medios y estilos de enseñanza.

\* Aplicar a la enseñanza de la técnica del Esquí Alpino los diferentes recursos y ayudas para el aprendizaje.

\* Explicar y diferenciar la didáctica del Esquí de Fondo específica para los niños.

\* Definir la progresión metodológica para la enseñanza de la técnica del Esquí de Fondo.

\* Explicar y demostrar los contenidos de la fase de Iniciación y de la fase de Adquisición de la técnica del Esquí de Fondo.

\* Describir y demostrar la didáctica de los gestos técnicos.

\* Definir e identificar los defectos de ejecución técnica más comunes, explicando sus causas primarias, y describir los métodos y medios más eficaces para su corrección.

\* Indicar los factores que hay que tener en cuenta para clasificar por niveles a los esquiadores.

\* Definir los criterios para evaluar la progresión de los alumnos en el aprendizaje de la técnica.

\* Realizar un calentamiento específico al comenzar una jornada de esquí.

\* Aplicar conceptos objetivos para clasificar las pistas de esquí por su nivel de dificultad.

\* Realizar correctamente las demostraciones de los gestos técnicos y los mecanismos fundamentales del Esquí de Fondo.

\* Realizar las demostraciones de las actitudes tácticas básicas del Esquí de Fondo.

\* En un supuesto práctico de desarrollo de una sesión de enseñanza de un determinado gesto técnico del Esquí de Fondo y dado las características e intereses de los participantes, elegir, describir y justificar:

\* Explicación del gesto técnico.

\* El estilo de enseñanza más adecuado.

\* Sistemología de la enseñanza.

\* Secuencia de ejercicios más adecuados.

\* El Emplear ejercicios para la corrección de los errores más frecuentes en la ejecución de movimientos o errores posturales.

\* Los recursos y ayudas pedagógicas.

\* Los juegos aplicables a la sesión.

\* Las características del material técnico de los participantes.

\* La elección de las pistas

\* Modificaciones morfológicas de las pistas.

\* Los parámetros que deben tenerse en cuenta para evaluar el aprendizaje de los alumnos.

\* Los parámetros que deben tenerse en cuenta para evaluar el desarrollo de la sesión.

\* Ubicación del grupo en la pista.

\* Las medidas para garantizar la seguridad del grupo.

\* Ubicación del técnico con respecto al grupo.

*F) Módulo de Seguridad deportiva.*

*F.1.—Objetivos.*

\* Conocer las lesiones por sobrecarga más frecuentes en el Esquí de Fondo y los medios y métodos de evitarlas.

\* Conocer las lesiones por agentes indirectos más frecuentes en el Esquí de Fondo y los medios de evitarlas.

\* Conocer los métodos y las técnicas de socorrismo y de los primeros auxilios aplicables en áreas esquiabiles.

\* Conocer las medidas de prevención de accidentes y de seguridad en áreas esquiabiles.

\* Conocer los procedimientos de actuación en caso de accidente durante la práctica de los deportes de deslizamiento en nieve.

\* Conocer la organización básica de las estaciones de Deportes de Invierno.

\* Conocer y caracterizar los métodos y medios de seguridad aplicables a pistas balizadas y zonas esquiabiles fuera de pista.

\* Conocer la señalización más utilizada de las áreas esquiabiles.

\* Conocer las reglas de comportamiento de los esquiadores en pista.

\* Conocer y aplicar los métodos más efectivos para la prevención de los trastornos ocasionados por la acción de las radiaciones solares.

\* \*Iniciarse en el conocimiento de las avalanchas.

#### *F.2.—Contenidos.*

1. Lesiones por sobrecarga más frecuentes en el Esquí de Fondo.

1.1. Mecanismo de producción.

1.2. Prevención de las lesiones por sobrecarga.

1.3. Medios y métodos de evitarlos.

1.4. Efecto del calentamiento en la prevención de los accidentes por sobrecarga.

2. Lesiones por agentes indirectos más frecuentes.

2.1. Mecanismo de producción.

2.2. Prevención de las lesiones.

3. Estaciones de Deportes de Invierno.

3.1. Departamentos técnicos en la estación de Deportes de Invierno.

3.2. El dominio esquiabile.

3.3. Seguridad en pistas de esquí.

3.4. Normas, de balizaje de pistas.

3.5. Señalización de peligros.

3.6. Sistemas de protección.

3.7. Reglas de comportamiento del esquiador. Normas F.I.S.

3.8. Colisiones y accidentes en pistas.

3.9. Planes de evacuación de telesillas y telecabinas.

3.10. Aplicación de contenidos en estaciones de Deportes de Invierno.

3.11. Máquinas pisanieves.

3.12. Innivación programada.

4. Trastornos ocasionados por la acción de las radiaciones solares.

4.1. Clasificación de las radiaciones solares.

4.2. Factores que influyen. Tipos de filtros solares. Su función.

4.3. El factor de protección solar. Definición del FPS.

4.4. Eritema solar. Síntomas. Prevención. Intervención primaria.

4.5. Envejecimiento cutáneo. Síntomas. Prevención. Intervención a medio plazo.

4.6. Procesos cancerosos en la piel. Reconocimiento y prevención. Intervención a medio y largo plazo.

5. Las avalanchas.

5.1. Conceptos básicos.

#### *F.3.—Criterios de evaluación.*

\* Describir las lesiones o traumatismos más usuales en el Esquí de Fondo, en relación a las causas que lo producen, su prevención, los síntomas que presentan, las normas de actuación, los factores que predisponen, etc.

\* Explicar el procedimiento a seguir para la evaluación del estado de un accidentado.

\* Dando diferentes supuestos, en sesiones de simulación, realizar:

\* Técnicas de inmovilización.

\* Las maniobras de inhibición de hemorragias.

\* Maniobras de traslado de accidentados.

\* En un supuesto dado de actuación en caso de accidente, enumerar cronológicamente las técnicas de salvamento.

\* Demostración práctica de atención a accidentados con fractura de fémur, columna y cráneo.

\* Demostración práctica de elevación e inmovilización con colchón de vacía.

\* Demostración práctica de la actuación del Técnico Deportivo en Esquí de Fondo en un simulacro de evacuación de telesillas y telecabinas.

\* En un supuesto dado clasificar las pistas de esquí por su nivel de dificultad.

\* Reconocer e interpretar la señalización de las pistas.

\* Definir los factores que condicionan el cierre de pistas o su apertura.

\* Interpretar los carteles y los paneles de información a esquiadores.

\* Reconocer e indicar la utilización del material de balizaje en pistas.

\* Definir e interpretar las reglas de comportamiento del técnico de Esquí de Fondo en las estaciones de Deportes de Invierno.

\* Definir e interpretar las reglas de comportamiento del usuario de las estaciones de Deportes de Invierno.

\* Definir las condiciones de seguridad que tienen que acompañar a las actuaciones del técnico de esquí de fondo en sus desplazamientos con grupos en zonas balizadas.

\* Diferenciar las categorías de los accidentes en pista.

\* Determinar la información que debe ser transmitida a los servicios de rescate y asistencia en pistas.

\* Definir la actuación del Técnico Deportivo en Esquí de Fondo en un plan de evacuación de telesillas y telecabinas.

\* Explicar a forma de actuación del Técnico Deportivo en Esquí de Fondo en la evacuación aérea y terrestre.

\* Explicar los efectos de la sobre la piel de la sobreexposición a las radiaciones solares en los deportes de montaña.

\* Explicar las medidas que hay que tomar para la prevención de los efectos perniciosos del sol en la piel de los practicantes de los deportes practicados en la montaña.

#### *G) Módulo de EuroSeguridad*

##### *G.1.—Objetivos.*

\* Conocer la nieve y las avalanchas.

\* Leer e interpretar un plano conocer los fenómenos meteorológicos ligados a la práctica del esquí fuera de pista.

\* Conocer los elementos fisiológicos: esfuerzo, fatiga, supervivencia, frío, altitud.

\* Conocer el ecosistema de la montaña nevada.

\* Conocer el material de búsqueda y seguridad.

\* Conducir un grupo fuera de pista.

\* Estudiar el terreno.

\* Planificar la estrategia de progresión del grupo.

\* Gestión de decisión

\* Planificar una jornada o una semana.

##### *G.2.—Contenidos.*

1. La nieve, metamorfosis y movimiento.

2. La cartografía. Interpretación y orientación.

3. La meteorología en Alta Montaña. Microclimas.

4. La fisiología. Adaptación y rendimiento en Altitud.

5. El entorno de Alta Montaña.

6. La Seguridad en Alta Montaña.

7. La conducción de grupos en Alta Montaña.

8. La orografía.

9. El Grupo y su progresión.

10. La gestión de decisión.

11. La planificación del trabajo con el grupo.

##### *G.3.—Criterios de evaluación.*

- \* Descender en todo tipo de nieve con una mochila con el material de seguridad una pista con un desnivel de 400 metros
- \* Prueba cronometrada de búsqueda con ARVA
- \* Protocolo del mensaje de alerta
- \* Estudio de la nieve
- \* Meteorología invernal
- \* Cartografía, describir un relieve sobre un determinado itinerario
- \* Psicología invernal
- \* Ecosistema de la montaña nevada

### 3.3.—Bloque complementario.

#### A) *Objetivos.*

\* Leer y entender la terminología más frecuente de las ciencias de la especialidad deportiva en alemán, francés o inglés.

\* Deportes para discapacitados.

\* Valorar la historia, organización y estructura de las especialidades de los deportes de invierno para discapacitados.

\* Conocer la descripción de la etiología y tipología y la clasificación médica y funcional de las diferentes discapacidades.

\* Conocer, en función de su discapacidad, los sistemas y métodos para desarrollar las cualidades físicas y perceptivo-motrices necesarias para practicar las especialidades de los deportes de invierno en el caso de los deportistas discapacitados.

\* Manejar programas para procesar textos.

\* Utilizar, como usuario, alguno de los procesadores de textos habituales actualmente en el mercado.

#### B) *Contenidos.*

1. Terminología específica básica de la especialidad deportiva en el idioma que proceda.

2. Deportes para discapacitados

2.1. Análisis histórico de la especialidad de los deportes de invierno para discapacitados.

2.2. La organización federativa internacional, estatal y autonómica.

2.3. Etiología y tipología de las discapacidades de los deportistas que pueden practicar los deportes de invierno.

2.4. Técnicas apropiadas y adaptadas.

2.5. Técnicas de motivación para esquiadores discapacitados.

3. Procesador de textos.

3.1. Abrir, elaborar y cerrar un documento.

3.2. Formatos de caracteres, párrafos y página.

3.3. Almacenar textos y gráficos con autotexto.

3.4. Tablas y columnas.

3.5. Plantillas y estilos.

#### C) *Criterios de evaluación.*

\* Sobre un texto en el idioma que proceda, referido a la especialidad deportiva, seleccionar traducir los términos básicos de la misma.

\* Describir las diferentes discapacidades así como su clasificación médica y funcional.

\* Seleccionar las discapacidades que posibilitan la práctica de los deportes de invierno de competición.

\* En un supuesto dado, utilizar recursos didácticos para enseñar a un discapacitado un tres gestos técnicos diferentes referidos a alguna de las especialidades que pueden practicar.

\* En un supuesto dado, enumerar y explicar recursos que motiven el aprendizaje o la mejora de gestos técnicos relacionados con el esquí de fondo.

\* Utilizando un procesador de textos elaborar un documento que se refiera al desplazamiento a una zona de esquí que contenga todos los datos precisos.

### 3.4.—Bloque de Formación Práctica.

#### A) *Objetivos.*

El bloque de Formación Práctica del Primer Nivel del Técnico Deportivo en Esquí de Fondo, tiene como finalidad, además de las indicadas en el artículo 11 del presente Real Decreto, que los alumnos desarrollen de forma práctica las competencias adquiridas durante el período de formación, aplicando en situaciones reales los conocimientos y habilidades adquiridas en la formación teórica y práctica, y obtengan la experiencia necesaria para realizar con eficacia:

a) La iniciación al Esquí de Fondo.

b) El acompañamiento de individuos o grupos durante su práctica deportiva.

c) Garantizar la seguridad de los individuos o y grupos durante el desarrollo de la actividad, aplicando en caso necesario los primeros auxilios.

d) Colaborar en la promoción y conservación de la naturaleza de montaña.

#### B) *Contenidos.*

1.—La Formación Práctica del Primer Nivel del Técnico Deportivo en Esquí de Fondo, consistirán en la asistencia continuada, durante un período de tiempo previamente fijado, y con una duración no inferior a 150 horas, a sesiones de iniciación al Esquí de Fondo, bajo la supervisión de un tutor asignado y con grupos designados a tal efecto.

Este período deberá contener en su desarrollo sesiones de iniciación al Esquí de Fondo entre el 60 y el 80% del total del tiempo del bloque de formación práctica y entre el 20 y el 40 % en sesiones de programación de las actividades realizadas.

2.—El Bloque de Formación Práctica constará de tres fases: Fase de observación, Fase de colaboración y Fase de actuación supervisada.

3.—Al término de las tres fases el alumno realizará una Memoria de Prácticas la cual deberá ser evaluada por el tutor y por el centro de formación donde hubiera realizado su formación.

#### C) *Criterios de Evaluación.*

En el bloque de formación práctica solo se concederá la calificación de apto o no apto. Para alcanzar la calificación de apto los alumnos tendrán que:

\* Haber asistido como mínimo al 80% de las horas establecidas para cada una de las fases.

\* Participar de forma activa en las sesiones de trabajo.

\* Alcanzar los objetivos formativos en cada una de las sesiones.

\* Utilizar de un lenguaje claro y una correcta terminología específica.

\* Presentar correctamente la memoria de prácticas.

\* Estructurar la memoria de prácticas al menos en los apartados siguientes:

o Descripción de la estructura y funcionamiento del centro, de las instalaciones y los espacios de las prácticas y del grupo o grupos con los que haya realizado el período de prácticas.

o Desarrollo de las prácticas: Fichas de seguimiento de las prácticas de cada sesión agrupadas por fases.

o Informe de autoevaluación de las prácticas.

o Informe de evaluación del tutor.

*B) SEGUNDO NIVEL*

1. Horario de los bloques y módulos de formación de las enseñanzas del Segundo Nivel de Técnico Deportivo en Esquí de Fondo.

	Horas	
	Teóricas	Prácticas
Bloque Común		
Bases anatómicas y fisiológicas del deporte	30	5
Bases psicopedagógicas de la enseñanza y del entrenamiento	20	5
Entrenamiento deportivo	20	15
Organización y legislación del deporte	5	-
Teoría y sociología del deporte	10	-
	85	25
Carga horaria del bloque		110
Bloque Específico	Teóricas	Prácticas
Desarrollo profesional	15	-
Formación técnica del esquí de fondo	30	40
Material de esquí de fondo	15	10
Medio ambiente de montaña	10	5
Metodología de la enseñanza del esquí de fondo	25	20
Metodología del entrenamiento del esquí de fondo	25	25
Seguridad deportiva	15	10
euroseguridad	5	10
	140	120
Carga horaria del bloque		260
Bloque complementario		45
Bloque de Formación Práctica		150
Carga horaria total		565

## 2.—Descripción del perfil profesional.

### 2.1.—Definición genérica del perfil profesional.

El título de Técnico Deportivo en Esquí de Fondo acredita que su titular posee las competencias necesarias para programar y efectuar la enseñanza del esquí de fondo con vistas al perfeccionamiento de la ejecución técnica y táctica del deportista, así como efectuar el entrenamiento básico de deportistas y equipos de esta modalidad deportiva.

### 2.2.—Unidades de Competencia.

\* Programar y efectuar la enseñanza del esquí de fondo y programar y dirigir a su nivel el entrenamiento de esquiadores.

\* Dirigir a individuos y equipos durante las competiciones de esquí de fondo.

\* Organizar las actividades ligadas a la enseñanza y a la práctica del esquí de fondo.

### 2.3.—Capacidades profesionales.

Este técnico debe ser capaz de:

\* Esquiar con seguridad y eficacia en todo tipo de pista acondicionadas para el esquí fondo.

\* Programar la enseñanza del esquí de fondo y la evaluación del proceso de enseñanza aprendizaje.

\* Realizar la enseñanza del esquí de fondo con vistas al perfeccionamiento técnico y táctico del deportista.

\* Evaluar la progresión del aprendizaje.

\* Identificar los errores de ejecución técnica y táctica de los esquiadores, detectar las causas y aplicar los medios y los métodos necesarios para su corrección, preparándoles para las fases posteriores de tecnificación deportiva.

\* Efectuar la programación específica y la programación operativa del entrenamiento a corto y medio plazo.

\* Dirigir las sesiones entrenamiento, en razón de los objetivos deportivos, garantizando las condiciones de seguridad.

\* Dirigir a su nivel el acondicionamiento físico de esquiadores en función del rendimiento deportivo.

\* Dirigir equipos o deportistas en competiciones de esquí de fondo de ámbito autonómico, haciendo cumplir el reglamento de las competiciones.

\* Realizar el planteamiento táctico aplicable a la competición deportiva.

\* Dirigir a deportistas o equipos en su actuación técnica y táctica durante la competición.

\* Evaluar la actuación del deportista o el equipo después de la competición.

\* Colaborar en la detección de individuos con características físicas y psíquicas susceptibles de introducirse en procesos de alto rendimiento deportivo.

\* Establecer el plan de actuaciones para el desarrollo de las actividades de esquí de fondo con el fin de alcanzar el objetivo deportivo propuesto, garantizando las condiciones de seguridad, en razón de la condición física y los intereses de los practicantes.

\* Controlar la disponibilidad de la prestación de todos los servicios necesarios.

\* Acceder a las fuentes de información meteorológica e interpretar la información obtenida.

\* Prever e identificar los cambios de tiempo en un área por la observación de los meteoros locales.

\* Prever la evolución de la nieve en función de las condiciones atmosféricas.

\* Colaborar en la promoción del patrimonio cultural de las zonas de montaña y en la conservación de la naturaleza silvestre.

\* Detectar e interpretar la información técnica relacionada con su trabajo, con el fin de incorporar nuevas técnicas y tendencias, y utilizar nuevos equipos y materiales del sector.

\* Detectar e interpretar los cambios tecnológicos, organizativos, económicos y sociales que inciden en la actividad profesional.

\* Poseer una visión global e integradora del proceso, comprendiendo la función de las instalaciones y equipos, y las dimensiones técnicas, pedagógicas, organizativas, económicas y humanas de su trabajo.

### 2.4.—Ubicación en el ámbito deportivo.

El título de Técnico Deportivo en Esquí de Fondo acredita la adquisición de los conocimientos y las competencias profesionales suficientes para asumir sus responsabilidades de forma autónoma o en el seno de un organismo público o empresa privada.

Ejercerá su actividad en el ámbito de la enseñanza y del entrenamiento del esquí de fondo. Su actuación profesional se realizará en pistas balizadas. Se excluye expresamente de su ámbito de actuación la enseñanza del esquí alpino y del esquí de montaña.

Los distintos tipos de entidades o empresas donde pueden desarrollar sus

funciones son:

o Escuelas deportivas.

o Clubes o asociaciones deportivas.

o Federaciones deportivas.

o Patronatos deportivos.

o Empresas de servicios deportivos.

o Centros escolares (actividades extraescolares).

### 2.5.—Responsabilidad en las situaciones de trabajo.

A este técnico le son requeridas las responsabilidades siguientes:

\* La enseñanza del esquí de fondo hasta el perfeccionamiento de la ejecución técnica y táctica del esquiador.

\* El entrenamiento básico de esquiadores y equipos de esquí de fondo.

\* El control y evaluación del proceso de instrucción deportiva.

\* El control a su nivel del rendimiento deportivo.

\* La dirección técnica de esquiadores y equipos durante la participación en competiciones de esquí de fondo.

## 3.—Enseñanzas.

### 3.1.—Bloque Común.

El Bloque Común de las enseñanzas de segundo nivel conducentes al título de Técnico Deportivo en Esquí de Fondo, es igual al expuesto para el Técnico Deportivo en Esquí Alpino.

### 3.2.—Bloque Específico.

#### B) Módulo de Desarrollo profesional II.

##### A.1.—Objetivos.

\* Conocer la legislación laboral aplicable al técnico deportivo de los Deportes de Invierno.

\* Conocer las competencias, funciones, tareas y responsabilidades del Técnico Deportivo de los Deportes de Invierno.

\* Conocer la organización y funciones de la Federación Española de Deportes de Invierno.

\* Conocer las características del Turismo de nieve.

##### A.2.—Contenidos.

1. La figura del técnico deportivo. Marco legal del trabajador por cuenta propia.

1.1. Afiliación a la Seguridad Social. Derechos y deberes de la afiliación.

1.2. Régimen especial de los trabajadores autónomos.

1.3. Impuestos que soporta la actividad económica por cuenta Propia. IVA. IRPF. Impuesto sobre Actividades Económicas. Incumplimiento de las obligaciones tributarias.

1.4. Requisitos fiscales del trabajador por cuenta propia. Impuestos directos e indirectos. Tasas o contribuciones. Incumplimiento de las obligaciones fiscales.

2. Trabajo sin remuneración.

3. Competencias del técnico deportivo.

3.1. Funciones y tareas que pueden realizar los técnicos deportivos de deportes de invierno.

3.2. Limitaciones y responsabilidades en su tarea.  
4. Federación Española de Deportes de Invierno. Organización y funciones.

4.1. Normas de competición.

4.2. Reglamento de competiciones de esquí y Snowboard.

4.3. Organización de una competición de esquí o Snowboard.

5. Turismo de Nieve.

5.1. Singularidades regionales del turismo de nieve en España.

5.2. Turismo de Nieve en Europa.

5.3. Singularidades nacionales.

5.4. Productos turísticos de nieve para el mercado español.

6. Los técnicos de esquí en los países fuera de Europa.

6.1. El desarrollo profesional en los países de Sur América.

6.2. El desarrollo profesional en los países de Norte América.

6.3. Equivalencias de las titulaciones.

7. La temporada de esquí en el Hemisferio Sur.

*A.3.—Criterios de evaluación.*

\* Definir las alternativas laborables de los períodos intertemporadas en Europa.

\* Describir las funciones y tareas propias de los técnicos deportivos en Esquí de Fondo.

\* Describir los trámites necesarios, administrativos, laborales y fiscales para ejercer la profesión por cuenta propia.

\* Enumerar los impuestos aplicables a los trabajadores autónomos.

\* Describir los derechos, obligaciones y responsabilidades de carácter laboral y fiscal que corresponden a un Técnico Deportivo en el ejercicio de su profesión.

\* Definir los roles de cada uno de los miembros de la organización de una carrera de Esquí de Fondo de categoría regional.

\* A partir de un programa de competición deportiva convenientemente caracterizado:

\* Describir la estructura organizativa que más se adecua al programa.

\* Definir los recursos humanos necesarios para la ejecución del mismo y su forma de contratación.

\* Definir los recursos materiales necesarios para la ejecución del programa.

\* Describir las características del turismo de deportes de montaña, su evolución en el futuro.

\* Identificar las similitudes y las diferencias de la práctica profesional de los técnicos de deportes de invierno en los países americanos, la equivalencia de titulaciones y las competencias profesionales de éstos con los técnicos españoles.

*B) Módulo de Formación Técnica del Esquí de Fondo II.*

*B.1.—Objetivos.*

\* Interpretar los gestos técnicos y mecanismos fundamentales del esquí de fondo.

\* Profundizar en el conocimiento de la táctica del esquí de fondo.

\* Concretar la influencia de las cualidades físicas condicionales y las perceptivo-motrices en el gesto técnico del esquí de fondo.

\* Explicar la mecánica y biomecánica del esquí de fondo.

\* Esquiar siguiendo un modelo de referencia ejecutando los mecanismos y gestos técnicos específicos adaptados a situaciones especiales.

\* Esquiar siguiendo un modelo de referencia ejecutando los mecanismos y gestos técnicos específicos adaptados a las disciplinas de competición.

\* Conocer y practicar el telemark.

\* Conocer y practicar el snowboard.

*B.2.—Contenidos.*

1. Gestos técnicos modelo del esquí de fondo.

2. La adaptación de los gestos técnicos modelo y mecanismos del esquí de fondo a situaciones especiales.

3. La adaptación de los gestos técnicos modelo y mecanismos del esquí de fondo a las disciplinas de competición.

4. Las cualidades físicas condicionales y cualidades perceptivo-motrices y su relación con la ejecución de los gestos técnicos del esquí de fondo.

5. Las capacidades psíquicas y su relación con el perfeccionamiento de la técnica de esquí de fondo.

6. Perfeccionamiento de los gestos técnicos modelo del esquí de fondo.

7. Perfeccionamiento de los gestos técnicos y mecanismos del esquí de fondo adaptados a las situaciones especiales.

8. Perfeccionamiento de los gestos técnicos y mecanismos adaptados a las disciplinas de competición.

9. Técnica elemental de telemark.

10. Técnica elemental de snowboard.

*B.3.—Criterios de evaluación.*

\* Explicar los gestos técnicos y los mecanismos fundamentales del Esquí de Fondo.

\* Realizar las demostraciones de los gestos técnicos y los mecanismos fundamentales del Esquí de Fondo.

\* Explicar los mecanismos y gestos técnicos específicos de adaptación a situaciones especiales.

\* Realizar las demostraciones de los gestos técnicos específicos y los mecanismos fundamentales del Esquí de Fondo adaptados a las situaciones especiales.

\* Explicar la adaptación de la técnica a las diferentes disciplinas de la competición de Esquí de Fondo.

\* Realizar correctamente las demostraciones de los gestos técnicos y los mecanismos adaptados a las diferentes disciplinas de la competición de Esquí de Fondo.

\* Realizar correctamente las demostraciones de la técnica del Esquí de Fondo a ritmo elevado en cualquier tipo de pista pasada.

\* Descender una pista de 200-400 metros de longitud y un desnivel del 25-45% en técnica de telemark.

\* Descender una pista de 200-400 metros de longitud y un desnivel del 25-45% en técnica de snowboard.

*C) Módulo de Material de esquí de fondo II.*

*C.1.—Objetivos.*

\* Conocer los procesos y herramientas de reparación del material de Esquí de Fondo.

\* Conocer los procesos y herramientas de preparación para la competición del Esquí de Fondo.

\* Conocer los materiales y vestimentas específicos de competición del Esquí de Fondo.

\* Conocer los elementos necesarios para el entrenamiento y la competición de Esquí de Fondo.

*C.2.—Contenidos.*

1. El material de esquí de competición en los niños.

1.1. Esquíes y fijaciones.

1.2. Botas y bastones.

1.3. Vestimenta.

2. Procesos de reparación de los esquís.

2.1. Herramientas para la reparación de los esquís.

2.2. Limpieza de las suelas.

2.3. Nivelado de suela y cantos.

2.4. Reparación de las suelas.

2.5. Reparación de los cantos.

3. Procesos de preparación de los esquís para la competición.

3.1. Sistemas de enceraje: cera de agarre y cera de deslizamiento.

3.2. Rascado de las suelas.

3.3. Herramientas y materiales para la preparación de los esquís.

3.4. Ceras (de agarre y de deslizamiento)

4. Procesos de reparación y preparación para la competición de otros materiales.

- 4.1. Botas.
- 4.2. Fijaciones.
- 4.3. Bastones.
- 4.4. Materiales y vestimentas específicos de competición.
5. Técnica clásica.
6. Técnica libre.
7. Elementos necesarios para la realización del entrenamiento y la competición.

C. 3.—Criterios de evaluación.

\* Explicar y efectuar los procesos de reparación del material de Esquí de Fondo.

\* Explicar y efectuar los procesos de preparación para la competición del material de Esquí de Fondo.

\* Identificar y seleccionar los materiales y vestimentas específicos de competición de Esquí de Fondo.

\* Identificar y seleccionar los materiales necesarios para la realización del entrenamiento y la competición de Esquí de Fondo.

D) *Módulo de Medio ambiente de montaña II.*

D.1.—*Objetivos.*

\* Profundizar en el conocimiento del medio ambiente de montaña.

\* Iniciar en la ecología de montaña.

\* Iniciar en el concepto de la educación ambiental.

D.2.—*Contenidos.*

1. Zonas esquiabiles del planeta.

1.1. Distribución de las zonas esquiabiles de España.

1.2. Distribución de las zonas esquiabiles de Europa.

1.3. Distribución de las zonas esquiabiles del resto del planeta.

2. Conceptos generales de la Geología.

2.1. Terminología básica.

2.2. Geogénesis de las cadenas montañosas de la Península Ibérica.

2.3. Geogénesis de las cadenas montañosas de Europa.

3. Iniciación a la ecología de montaña.

3.1. Concepto de ecología.

3.2. El medio biológico: ecosistemas y especies.

3.3. Niveles de organización. Ecosistemas.

3.4. Cadenas de alimentación y niveles tróficos.

3.5. Ciclos de la materia.

3.6. Flujo de energía.

3.7. Tamaño de los ecosistemas.

3.8. Biomasa y producción.

3.9. Productividad.

3.10. Relaciones interespecíficas.

3.11. Ecosistemas de montaña de la Península Ibérica.

3.12. Influencia de la actividad productiva humana en los espacios naturales de montaña en relación a la vegetación y la fauna silvestre.

3.13. Influencias del desarrollo turístico y del denominado turismo deportivo en el desarrollo económico y cultural de zonas y poblaciones rurales de montaña

4. Educación ambiental.

4.1. Antecedentes.

4.2. Finalidades de la educación ambiental.

4.3. Recursos metodológicos.

D.3.—*Criterios de evaluación.*

\* Identificar las características de los diferentes ecosistemas de montaña.

\* Explicar los principios de los ecosistemas y su interrelación.

\* Ante un supuesto práctico y empleando la bibliografía adecuada realizar una exposición general sobre la fauna de una determinada zona.

\* Analizar los efectos de las actuaciones humanas sobre los hábitat silvestres de determinadas zonas de montaña de España.

\* Describir la influencia del sector turístico en el desarrollo rural de zonas de montaña de España.

\* Proponer acciones personales y colectivas a realizar para sensibilizar el respeto a la naturaleza y minimizar el impacto medioambiental.

E) *Módulo de Metodología de la enseñanza del esquí de fondo II.*

E.1.—*Objetivos.*

\* Conocer la aplicación de los diferentes métodos y estilos de enseñanza, en la fase de Perfeccionamiento de la Técnica y en la fase de Disponibilidad Variable.

\* Conocer la aplicación de los diferentes métodos medios, recursos y ayudas para la enseñanza del Esquí de Fondo, en las fases de Perfeccionamiento de la Técnica y de Disponibilidad Variable.

\* Conocer las fases de Perfeccionamiento de la Técnica y de Disponibilidad Variable del Esquí de Fondo.

\* Conocer los defectos de ejecución técnica, identificarlos, conocer sus causas y aplicar los métodos y medios para su corrección.

\* Saber demostrar los gestos técnicos y mecanismos propios de la fase de Perfeccionamiento de la Técnica y de la fase de Disponibilidad Variable.

\* Conocer los criterios para evaluar la progresión de los alumnos.

E.2.—*Contenidos.*

a) Etapa de Perfeccionamiento de la Técnica

1. Objetivos terminales de la enseñanza.

1.1. Perfeccionamiento y automatización de las habilidades técnicas fundamentales del Esquí de Fondo.

1.2. Adquisición de habilidades técnicas especiales.

1.3. Dominio del cambio de peso en el paso alternativo en técnica clásica, en cualquier tipo de nieve y terreno.

1.4. Dominio del paso patinador 1-1 de la técnica libre en cualquier tipo de nieve y terreno.

1.5. Dominio del viraje y cambio de dirección en cualquier tipo de nieve y terreno, utilizando el viraje en paralelo perfeccionado.

1.6. Control en la coordinación de movimientos en los cambios de paso.

2. Metodología de la enseñanza de los contenidos técnicos.

2.1. Gestos técnicos.

2.2. Didáctica de los gestos técnicos.

2.3. Detección y corrección de errores de posición y ejecución.

2.4. Características cinemáticas.

2.5. Mecanismos de regulación de la fuerza-peso.

2.6. Perfeccionamiento de los mecanismos de cambio de peso.

2.7. Perfeccionamiento de los mecanismos de impulsión.

2.8. Perfeccionamiento de los mecanismos de propulsión.

2.9. Perfeccionamiento de los mecanismos de deslizamiento.

2.10. Perfeccionamiento del clavado de los bastones.

2.11. Encadenamiento de los pasos.

3. Contenidos técnicos de la enseñanza.

3.1. Pasos alternativos.

3.2. Pasos combinados.

3.3. Paso alternativo simultáneo.

3.4. Impulsos simultáneos.

3.5. Cambios de dirección.

3.6. Pasos de técnica libre.

3.7. Viraje en paralelo.

3.8. Viraje Telemark.

b) Etapa de Disponibilidad Variable.

1. Objetivos generales de la enseñanza.

1.1. Estabilización y automatización de las habilidades técnicas fundamentales y



especiales del Esquí de Fondo en condiciones variables y no habituales.

1.2. Dominio de los elementos técnicos de la técnica clásica en cualquier terreno, tipo de nieve y condición, empleando el gesto técnico adecuado en su forma perfeccionada.

1.3. Dominio de los elementos técnicos de la técnica libre en cualquier terreno, tipo de nieve y condición, empleando el gesto técnico adecuado en su forma perfeccionada.

1.4. Control de la velocidad de desplazamiento en cualquier tipo de pendiente, nieve, terreno y condición.

1.5. Control de la trayectoria del desplazamiento en cualquier tipo de pendiente, nieve, terreno y condición.

2. Metodología de la enseñanza de los contenidos técnicos.

2.1. Gestos técnicos.

2.2. Didáctica de los gestos técnicos.

2.3. Detección y corrección de errores de posición y ejecución

2.4. Características cinemáticas.

2.5. Mecanismos específicos de cambio de peso.

2.6. Mecanismos específicos de regulación de la fuerza-peso.

2.7. Mecanismos específicos direccionales.

2.8. Mecanismos específicos de clavado de los bastones —  
Contenidos técnicos de la enseñanza.

2.9. Movimientos de traslación en pistas con huella deteriorada.

2.10. Movimientos de traslación en pistas con huellas en trayectoria curva.

2.11. Nieves vírgenes o fuera de pista.

2.12. Movimientos de traslación en medias laderas.

2.13. Movimientos de traslación en terreno llano y subidas y bajadas de fuerte pendiente.

2.14. Badenes.

*E.3.—Criterios de evaluación.*

\* Aplicar los diferentes métodos y estilos de enseñanza en las fases de Perfeccionamiento de la Técnica y de Disponibilidad Variable.

\* Explicar y aplicar los diferentes medios, recursos y ayudas para la enseñanza en las fases de Perfeccionamiento de la Técnica y de Disponibilidad Variable.

\* Definir la progresión metodológica de la enseñanza del Esquí de Fondo en las fases de Perfeccionamiento de la Técnica y de Disponibilidad Variable.

\* Definir e identificar los defectos de ejecución técnica más comunes, explicando sus causas primarias, y describir los métodos y medios más eficaces para su corrección.

\* Evaluar sin errores la progresión técnica de los alumnos.

\* Definir los criterios para evaluar la progresión de los alumnos en el aprendizaje de la técnica.

\* Explicar los gestos técnicos y mecanismos propios de las fases de Perfeccionamiento de la Técnica y de Disponibilidad Variable.

\* Realizar las demostraciones de los gestos técnicos y mecanismos propios de las fases de Perfeccionamiento de la Técnica y de Disponibilidad Variable.

\* En un supuesto práctico de desarrollo de una sesión de enseñanza de un determinado gesto técnico del Esquí de Fondo y dado las características e intereses de los participantes, elegir, describir y justificar:

\* Explicación del gesto técnico.

\* El estilo de enseñanza más adecuado.

\* Sistemología de la enseñanza.

\* Secuencia de ejercicios más adecuados.

\* El Emplear ejercicios para la corrección de los errores más frecuentes en la ejecución de movimientos o errores posturales.

\* Los recursos y ayudas pedagógicas.

\* Los juegos aplicables a la sesión.

\* Las características del material técnico de los participantes.

\* La elección de las pistas

\* Modificaciones morfológicas de las pistas.

\* Los parámetros que deben tenerse en cuenta para evaluar el aprendizaje de los alumnos

\* Los parámetros que deben tenerse en cuenta para evaluar el desarrollo de la sesión.

\* Ubicación del grupo en la pista.

\* Las medidas para garantizar la seguridad del grupo.

\* Ubicación del técnico con respecto al grupo.

*F) Módulo de Metodología del entrenamiento del esquí de fondo.*

*F.1.—Objetivos.*

\* Conocer los principios y conceptos elementales de la teoría del entrenamiento deportivo aplicados al entrenamiento de base del Esquí de Fondo.

\* Conocer las etapas principales del entrenamiento a largo plazo en el Esquí de Fondo.

\* Conocer los componentes fundamentales del entrenamiento del Esquí de Fondo.

\* Conocer los criterios para marcar trazados de entrenamiento y competición.

\* Conocer los criterios y métodos de la planificación y periodización del entrenamiento del Esquí de Fondo.

\* Conocer los criterios y métodos para programar y realizar entrenamientos de la técnica y la táctica del Esquí de Fondo de competición.

\* Conocer los procesos de regeneración.

\* Conocer los métodos de valoración del rendimiento de deportistas.

\* Conocer la planificación y la organización del trabajo en los días de carreras.

*F.2.—Contenidos.*

1. Conceptos elementales de la teoría del entrenamiento deportivo y su aplicación al entrenamiento del Esquí de Fondo.

1.1. Definición de entrenamiento

1.2. Principios elementales.

1.3. Carga de entrenamiento: Volumen e intensidad.

1.4. Entrenamiento general y entrenamiento específico.

1.5. Teoría de la supercompensación. Dinámica básica de la adaptación.

1.6. Rendimiento deportivo y resultados en la competición.

1.7. Objetivos y contenidos del entrenamiento.

1.8. Métodos y medios de entrenamiento.

1.9. Recursos y ayudas de entrenamiento.

1.10. Planificación anual.

1.11. Periodización del entrenamiento.

1.12. Unidades de entrenamiento.

1.13. Organización del entrenamiento.

2. Etapas fundamentales del entrenamiento a largo plazo del Esquí de Fondo.

2.1. El proceso de maduración psico-biológico de la persona. Etapas.

2.2. Regulación de la carga de entrenamiento en función de la edad y la experiencia motora.

2.3. Teoría de las fases sensibles aplicadas al Esquí de Fondo.

2.4. Entrenamiento de Base. Características y objetivos generales.

2.5. Entrenamiento de Rendimiento. Características y objetivos generales.

2.6. Entrenamiento de Alto Rendimiento. Características y objetivos generales.

3. Componentes del entrenamiento en el Esquí de Fondo.

- 3.1. Condiciones externas.
- 3.2. Entrenamiento de la Técnica.
- 3.3. Entrenamiento de la Táctica.
- 3.4. Entrenamiento de las capacidades físicas condicionales y de las cualidades perceptivo motrices.
- 3.5. Entrenamiento de las capacidades psíquicas y de la conducta.
- 3.6. Procesos de Regeneración.
- 3.7. Preparación de los materiales de Esquí de Fondo.
- 3.8. Importancia relativa de los componentes del entrenamiento en el rendimiento deportivo.
4. Entrenamiento de la Técnica.
  - 4.1. Fundamentos de la técnica.
  - 4.2. Adaptación de los fundamentos técnicos del Esquí de Fondo a las competiciones de técnica clásica y técnica libre.
  - 4.3. Aplicación de la técnica a los trazados de los circuitos en ambas técnicas.
  - 4.4. Adaptación de la técnica a los diferentes trazados de los circuitos de competición.
  - 4.5. Adaptación de la técnica a los diferentes tipos de nieve.
  - 4.6. Adaptación de la técnica al ritmo elevado.
  - 4.7. Métodos y medios de entrenamiento de la técnica.
  - 4.8. Recursos y ayudas.
  - 4.9. Carga de entrenamiento de la técnica y su distribución en las diferentes unidades de entrenamiento y en la planificación anual.
  - 4.10. Valoración y seguimiento del rendimiento técnico.
5. Marcaje de trazados de entrenamiento y competición.
6. Competiciones de técnica clásica.
7. Competiciones de técnica libre.
8. Entrenamiento de la Táctica.
  - 8.1. Estudio del trazado del circuito en técnica clásica y en técnica libre.
  - 8.2. El reconocimiento y la memorización de los trazados de competición.
  - 8.3. Introducción al estudio de la estrategia de carrera.
  - 8.4. Métodos y medios de entrenamiento de la Táctica en las diferentes competiciones y en las dos técnicas: salidas sucesivas, salidas en masa, salidas persecución y relevos. Recursos y ayudas.
  - 8.5. Carga del entrenamiento de la táctica y su distribución en las unidades de entrenamiento y en la planificación anual.
  - 8.6. Valoración y seguimiento del rendimiento táctico.
9. Entrenamiento de las capacidades físicas condicionales y cualidades perceptivo-motrices.
  - 9.1. Las capacidades físicas y la competición de Esquí de Fondo.
  - 9.2. Capacidades físicas condicionales y cualidades perceptivo-motrices más importantes para el Esquí de Fondo de competición.
  - 9.3. Modelo de entrenamiento de las capacidades físicas condicionales y su distribución en las unidades de entrenamiento y en la planificación anual.
  - 9.4. Valoración y seguimiento del rendimiento físico.
  - 9.5. Entrenamiento de las capacidades psíquicas y de la conducta.
  - 9.6. Las capacidades psíquicas y la competición y el entrenamiento de Esquí de Fondo.
    - 9.10. Técnicas de entrenamiento mental.
    - 9.11. Métodos y medios de entrenamiento.
    - 9.12. Recursos y ayudas.
    - 9.13. Distribución de la preparación psicológica en la planificación.
    - 9.14. Valoración y seguimiento del desarrollo de las capacidades psíquicas.
    - 9.15. Procesos de recuperación.

10. Preparación del material técnico.
11. Planificación y organización de la participación en las competiciones.
  - 11.1. Número adecuado de competiciones anuales en las diferentes disciplinas.
  - 11.2. Entrenamiento previo a la competición. Regulación de la carga y la recuperación. Programación y Organización del día de la competición.
  - 11.3. Evaluación de los resultados y del rendimiento de los atletas.
  - 11.4. Entrenamiento posterior a la competición. La recuperación.
12. Riesgos físicos del esquí de fondo de competición.
  - 12.1. Medidas preventivas de las lesiones más habituales.
  - 12.2. Lesiones más habituales.
  - 12.3. Tratamiento y recuperación. Participación del entrenador en el tratamiento y en el proceso de recuperación.
13. Riesgos psíquicos del Esquí de Fondo de competición.
  - 13.1. Alteraciones psíquicas más habituales.
  - 13.2. Tratamiento participación del entrenador en el tratamiento y en el proceso de recuperación.
- F.3.—Criterios de evaluación.*
  - \* Definir los conceptos y principios elementales del entrenamiento deportivo y aplicarlos al entrenamiento de base del Esquí de Fondo.
  - \* Definir las etapas del entrenamiento a largo plazo.
  - \* Definir los componentes fundamentales del entrenamiento de Esquí de Fondo.
  - \* Marcar trazados de competición y entrenamiento en las competiciones de técnica clásica y técnica libre.
  - \* Definir los criterios y los métodos para planificar y periodizar el entrenamiento del Esquí de Fondo.
  - \* Programar y realizar unidades de entrenamiento de la técnica y la táctica del Esquí de Fondo, definiendo los procesos de regeneración.
  - \* Comprender y definir la programación del entrenamiento de las capacidades físicas condicionales y de las cualidades perceptivo-motrices.
  - \* En un supuesto práctico, valorar el rendimiento de deportistas.
  - \* Planificar y organizar el trabajo de los días de competiciones.
- G) Módulo de Seguridad deportiva II.*
  - G.1.—Objetivos.*
    - \* Profundizar en los principios generales de la meteorología de montaña.
    - \* Profundizar en el conocimiento del manto de nieve e interpretar los cambios.
    - \* Profundizar en las normas que eviten los accidentes por avalanchas.
    - \* Profundizar en los métodos de actuación en caso de avalanchas con resultado de personas sepultadas.
    - \* Conocer el empleo de la radiocomunicación en terreno montañoso.
    - \* Conducir una sesión de esquí fuera de pista.
  - G.2.—Contenidos.*
    1. Meteorología y climatología de la montaña.
      - 1.1. Iniciación a la climatología y a la meteorología.
      - 1.2. Propiedades físicas de la atmósfera.
      - 1.3. Termodinámica elemental de la atmósfera.
      - 1.4. La presión atmosférica.
      - 1.5. La humedad del aire.
      - 1.6. El viento.
      - 1.7. Las nubes.
      - 1.8. Condensación y precipitaciones.
      - 1.9. La niebla.
      - 1.10. Circulación general de la atmósfera.
      - 1.11. Masas de aire y frentes.

1.12. Depresiones extratropicales.  
 1.13. Ciclones tropicales.  
 1.14. Fenómenos locales violentos.  
 1.15. Meteorología sinóptica.  
 1.16. Meteorología local.  
 1.17. Servicios meteorológicos y predicción del tiempo.  
 1.18. Climatología de la Península Ibérica. Situaciones atmosféricas en la Península Ibérica.  
 1.19. Geografía de Península Ibérica en relación con las cadenas montañosas.  
 1.20. Climatología de las cadenas montañosas de la Península Ibérica.  
 1.21. Previsión meteorológicas en la montaña mediante observación.  
 1.22. Organización Meteorológica Mundial.

2. Nieve y avalanchas.  
 2.1. Propiedades de la nieve.  
 2.2. Formación del manto de nivoso.  
 2.3. Metamorfosis de la nieve: estratificación del manto, metamorfosis de isoterma, metamorfosis de gradiente, metamorfosis de fusión, evolución de la nieve en superficie.  
 2.4. Factores climáticos que influyen en la evolución del manto de nieve.  
 2.5. Equilibrio del manto de nieve y avalanchas.  
 2.6. Causas de desprendimiento de aludes.  
 2.7. Previsión del riesgo de avalanchas.  
 2.8. Técnicas de medición y previsión de las avalanchas.  
 2.9. Aplicación de contenidos en estaciones de Deportes de Invierno.

3. Socorro y salvamento en zonas nevadas.  
 3.1. Peligros objetivos y subjetivos de la montaña invernal en referencia a dominios esquiabiles.  
 3.1. Socorro en avalanchas.  
 3.2. Aplicación de contenidos.

4. Radiocomunicaciones.  
 4.1. Utilización fundamental del radiotransmisor.  
 4.2. El empleo del radiotransmisor en montaña.  
 4.3. Frecuencias de socorro.  
 4.4. Esquí fuera de pista.

*G.3.—Criterios de evaluación.*  
 \* Enumerar las fuentes donde se puede obtener un parte meteorológico.  
 \* Interpretar un parte meteorológico.  
 \* Identificar los signos naturales que permiten predecir cambios del tiempo meteorológico.  
 \* Distinguir los distintos tipos de frentes borrascosos. Describir la distribución vertical de la atmósfera.  
 \* Distinguir los distintos tipos de nubes y de los meteoros.  
 \* Determinar las condiciones de estabilidad e inestabilidad del aire las condiciones que propician la formación tormentas.  
 \* Definir los factores que influyen en la formación de los vientos.  
 \* Describir la circulación general de la atmósfera.  
 \* Reconocer los distintos frentes de la meteorología sinóptica.  
 \* Describir los diferentes climas de la Península Ibérica, el continente Europeo y las Islas Británicas, describiendo las situaciones atmosféricas típicas.  
 \* Identificar las zonas influenciadas por los diferentes climas en España.  
 \* Explicar la formación de la nieve en la atmósfera.  
 \* Actuación ante desprendimiento de aludes de nieve.  
 \* Definir las medidas elementales de seguridad en zonas fuera de pista.  
 \* Interpretar los signos de la atmósfera y a partir de éstos determinar la previsible evolución del tiempo meteorológico.  
 \* Realizar previsiones de meteorología local mediante la observación directa de instrumentos, cielo, nubosidad, etc.

\* Relacionar los diferentes factores meteorológicos y su incidencia en el manto nivoso.  
 \* Diferenciar e interpretar los distintos tipos de metamorfosis de la nieve, los factores que intervienen y sus consecuencias.  
 \* Reconocer los distintos tipos de cristales de nieve. Identificar un manto de nieve en equilibrio.  
 \* Explicar los factores que producen el desequilibrio del manto de nieve: factores de riesgos de avalanchas.  
 \* Diferenciar los distintos tipos de aludes: formación, características y causas de desprendimiento.  
 \* Dado un perfil estratigráfico del manto de nieve, valorar el posible riesgo de avalanchas y determinar el tipo de alud que puede producirse.  
 \* Definir el mecanismo de producción de las avalanchas  
 \* Definir las medidas elementales de seguridad en zonas fuera de pista.  
 \* En un supuesto práctico planificar un recorrido de esquí en zonas fuera de pista, teniendo en cuenta el estudio del terreno, la obtención de los datos y partes meteorológicos, las técnicas de progresión por zonas inestables, actuación ante desprendimiento de aludes de nieve, etc..  
 \* Describir la contribución de los medios heliportados en el salvamento y rescate de accidentados.  
 \* En un supuesto práctico de víctimas atrapadas en un alud de nieve:  
 \* Utilizar los diferentes aparatos de ultrasonidos tipo ARVA.  
 \* Dirigir y coordinar un equipo de sondaje para la búsqueda de víctimas.  
 \* Enumerar cronológicamente las actuaciones, de ayuda y evacuación de víctimas.  
 \* Interpretar de forma práctica la escala CEN de riesgo de aludes.  
 \* Demostrar su capacidad de organización en un supuesto dado de socorro con helicóptero.  
 \* Alerta a los servicios de rescate. Elección de la zona de aproximación (ZA).  
 \* Marcaje de la ZA.  
 \* Control de la aproximación del helicóptero.  
 \* Embarque.  
 \* En un supuesto práctico planificar un recorrido de esquí en zonas fuera de pistas dentro del dominio esquiabiles de una estación de Deportes de Invierno:  
 \* Estudio del terreno.  
 \* Obtención de los datos y partes meteorológicos.  
 \* Técnicas de progresión por zonas inestables.  
 \* Diferenciar los distintos tipos de aludes: formación, características y causas de desprendimiento.  
 \* Dado un perfil estratigráfico del manto de nieve, valorar el posible riesgo de avalanchas y determinar el tipo de alud que puede producirse.  
 \* Colaborar en acciones de socorro en caso de avalanchas.  
 \* Planificar y realizar una ascensión de 500 metros de desnivel con un grupo. Se evaluará la gestión del programa y la estrategia en la conducción del grupo, su organización y consignas.

### 3.3.—Bloque Complementario.

#### A) Objetivos.

\* Entender la terminología más frecuentemente utilizada en las ciencias del deporte, en alemán, francés o inglés.  
 \* Emplear alguna de las aplicaciones informáticas para bases de datos.  
 \* Utilizar, como usuario, alguna de las bases de datos habituales actualmente en el mercado.

#### B) Contenidos.

1. Terminología específica en el idioma que proceda.

## 2. Bases de datos.

2.1. Los archivos o tablas y las características de los campos.

2.2. Introducción y edición de datos.

2.3. Relación de archivos o tablas. Las consultas.

2.4. Presentación de informes.

*C) Criterios de Evaluación.*

\* En un supuesto dado utilizar, como usuario, una aplicación informática relativa a alguna de las funciones que tiene encomendadas.

\* Elaborar un informe que contenga, en función de uno o de varios criterios dados, los datos estadísticos referidos a:

\* Las actuaciones deportivas relacionadas con la especialidad de un determinado esquiador.

\* Las actuaciones deportivas relacionadas con la especialidad de un determinado compañero en relación con las de otros que forman el grupo.

\* Sobre un texto en el idioma que proceda, referido a la especialidad deportiva, seleccionar y traducir los términos relativos a las ciencias del deporte.

*3.4.—Bloque de Formación Práctica.**A) Objetivos.*

El bloque de Formación Práctica del Técnico Deportivo en Esquí de Fondo, tiene como finalidad, además de las indicadas en el artículo 11 del presente Real Decreto, que los alumnos desarrollen de forma práctica las competencias adquiridas durante el período de formación, aplicando en situaciones reales los conocimientos y habilidades adquiridas en la formación teórica y práctica, y obtengan la experiencia necesaria para realizar con eficacia:

a) Efectuar la enseñanza de la técnica y la táctica del Esquí de Fondo.

b) Dirigir el entrenamiento del Esquí de Fondo.

c) Dirigir a individuos y equipos durante las competiciones de Esquí de Fondo.

d) Dirigir el acondicionamiento físico de esquiadores.

e) Programar y organizar actividades de esquí.

*B) Contenidos.*

1.—La Formación Práctica del Técnico Deportivo en Esquí de Fondo, consistirá en la asistencia continuada, durante un período de tiempo previamente fijado, y con una duración no inferior a 200 horas, en las actividades propias del Técnico Deportivo en Esquí de Fondo, bajo la supervisión de un tutor asignado y con grupos designados a tal efecto.

Este período deberá contener en su desarrollo:

a) Sesiones de iniciación y perfeccionamiento del Esquí de Fondo, entre el 30 y el 40% del total del tiempo del bloque de formación práctica.

b) Sesiones de entrenamientos de Esquí de Fondo, entre un 20 y un 25 % del total del tiempo del bloque de formación práctica.

c) Sesiones de acondicionamiento físico de esquiadores de fondo, entre un 20 y un 25 % del total del tiempo del bloque de formación práctica.

d) Sesiones de dirección de equipos en competiciones de Esquí de Fondo propias de su nivel, entre un 15 y un 25 % del total del tiempo del bloque de formación práctica.

e) Sesiones de programación de las actividades realizadas, entre un 15 y un 20 % del total del tiempo del bloque de formación práctica.

2.—El Bloque de Formación Práctica constará de tres fases: Fase de observación, Fase de colaboración y Fase de actuación supervisada.

3.—Al término de las tres fases el alumno realizará una Memoria de Prácticas la cual deberá ser evaluada por el tutor y por el centro donde hubiera realizado su formación.

\* Programar y realizar unidades de entrenamiento de la técnica y la táctica del Esquí de Fondo. Definiéndolos procesos de regeneración.

\* Comprender y definir la programación del entrenamiento de las capacidades físicas condicionales y de las cualidades perceptivo-motrices.

\* En un supuesto práctico valorar el rendimiento de deportistas.

\* Planificar y organizar el trabajo de los días de competiciones.

*C) Criterios de Evaluación:*

En el bloque de formación práctica solo se concederá la calificación de apto o no apto. Para alcanzar la calificación de apto los alumnos tendrán que:

o Haber asistido como mínimo al 80% de las horas establecidas para cada una de las fases.

o Participar de forma activa en las sesiones de trabajo.

o Alcanzar los objetivos formativos en cada una de las sesiones.

o Utilizar de un lenguaje claro y una correcta terminología específica.

o Presentar correctamente la memoria de prácticas.

o Estructurar al menos en los apartados siguientes:

\* Descripción de la estructura y funcionamiento del centro, de las instalaciones y los espacios de las prácticas y del grupo/s con los que haya realizado el período de prácticas.

\* Desarrollo de las prácticas: Fichas de seguimiento de las prácticas de cada sesión agrupadas por fases.

o Informe de autoevaluación de las prácticas.

o Informe de evaluación del tutor.

## ANEXO IV

## ENSEÑANZAS CORRESPONDIENTES A LOS TÍTULOS DE TÉCNICO DEPORTIVO EN SNOWBOARD

### A) PRIMER NIVEL

#### 1. Horario de los bloques y módulos de formación de las enseñanzas del Primer Nivel de Técnico Deportivo en Snowboard.

	Horas	
	Teóricas	Prácticas
<b>Bloque Común</b>		
Bases anatómicas y fisiológicas del deporte	20	-
Bases psicopedagógicas de la enseñanza y del entrenamiento	15	5
Entrenamiento deportivo	15	5
Fundamentos sociológicos del deporte	5	-
Organización y legislación del deporte	5	-
Primeros auxilios e higiene en el deporte	20	10
	80	20
Carga horaria del bloque	100	
<b>Bloque Específico</b>	<b>Teóricas</b>	<b>Prácticas</b>
Desarrollo profesional	20	-
Formación técnica del snowboard	20	30
Material de snowboard	5	5
Medio ambiente de montaña	5	5
Metodología de la enseñanza del snowboard	30	20
Seguridad deportiva	15	5
Euroseguridad	10	5
	105	70
Carga horaria del bloque	175	
<b>Bloque complementario</b>	25	
<b>Bloque de Formación Práctica</b>	150	
<b>Carga horaria total</b>	450	

## 2.—Descripción del perfil profesional.

### 2.1.—Definición genérica del perfil profesional.

El Certificado de Primer Nivel de Técnico Deportivo en Snowboard acredita que su titular posee las competencias necesarias para realizar la iniciación al snowboard, así como para promocionar esta modalidad deportiva.

### 2.2.—Unidades de Competencia.

\* Instruir en los principios fundamentales de la técnica y la táctica del snowboard.

\* Conducir y acompañar a individuos o grupos durante la práctica deportiva.

\* Garantizar la seguridad de los snowboarders y aplicar en caso necesario los primeros auxilios.

### 2.3.—Capacidades profesionales.

Este técnico debe ser capaz de:

\* Desplazarse con una tabla de snowboard con seguridad y eficacia por el dominio de una estación de deportes de invierno.

\* Realizar la enseñanza del snowboard, siguiendo los objetivos, los contenidos, recursos y métodos de evaluación, en función de la programación general de la actividad.

\* Instruir a los alumnos sobre las técnicas y las tácticas básicas del snowboard, utilizando los equipamientos y materiales apropiados, demostrando los movimientos y los gestos según los modelos de referencia.

\* Evaluar a su nivel la progresión del aprendizaje, identificar los errores de ejecución técnica y táctica de los deportistas, sus causas y aplicar los métodos y medios necesarios para su corrección, preparándoles para las fases posteriores de tecnificación deportiva.

\* Enseñar la utilización de los materiales específicos de snowboard, así como su mantenimiento preventivo y su conservación.

\* Enseñar la utilización de las instalaciones específicas de las estaciones de deportes de invierno.

\* Informar sobre los materiales y vestimenta adecuados para la práctica del snowboard.

\* Seleccionar, preparar y supervisar el material de enseñanza.

\* Ejercer el control del grupo, cohesionando y dinamizando la actividad.

\* Seleccionar, preparar y supervisar el material didáctico.

\* Enseñar y hacer cumplir las normas básicas del reglamento de las estaciones de deportes de invierno.

\* Motivar a los alumnos en el progreso técnico y la mejora de la condición física.

\* Transmitir a los deportistas las normas, valores y contenidos éticos de la práctica deportiva.

\* Introducir a los deportistas en la práctica deportiva saludable.

\* Prevenir las lesiones más frecuentes en el snowboard y los accidentes más comunes durante la práctica deportiva.

\* Aplicar en caso necesario la asistencia de emergencia siguiendo los protocolos y pautas establecidas.

\* Controlar la disponibilidad de la asistencia sanitaria existente.

\* Organizar el traslado del enfermo o accidentado, en caso de urgencia, en condiciones de seguridad y empleando el sistema más adecuado a la lesión y nivel de gravedad.

\* Colaborar con los servicios de evacuación y primeros auxilios en pistas de las estaciones de deportes de invierno.

\* Enseñar y hacer cumplir la normativa vigente sobre la conservación de la naturaleza.

\* Identificar los efectos de sus actuaciones sobre el medio ambiente de montaña.

\* Detectar la información técnica relacionada con sus funciones profesionales.

### 2.4.—Ubicación en el ámbito deportivo.

Ejercerá su actividad en el ámbito de la iniciación deportiva, desarrollando sesiones de enseñanza de snowboarders, en las pistas balizadas de una estación de deportes de invierno. Este técnico actuará siempre en el seno de un organismo público o privado relacionado con la práctica del snowboard. Los distintos tipos de entidades o empresas donde pueden desarrollar sus funciones son:

o Escuelas deportivas.

o Centros de iniciación deportiva.

o Clubes o asociaciones deportivas.

o Federaciones deportivas.

o Patronatos deportivos.

o Empresas de servicios deportivos.

o Centros escolares (actividades extraescolares).

### 2.5.—Responsabilidad en las situaciones de trabajo.

Este técnico actuará bajo la supervisión general de técnicos y/o profesionales de nivel superior al suyo, siéndole requeridas las responsabilidades siguientes:

\* La enseñanza del snowboard hasta la obtención por parte del deportista, de los conocimientos técnicos y tácticos elementales que les capaciten para ascender en los remontes mecánicos y descender con seguridad desplazándose por pistas rojas.

\* La elección de objetivos, medios, métodos y materiales más adecuados

para la realización de la enseñanza.

\* La evaluación y control del proceso de enseñanza deportiva.

\* La elección de las pistas y los remontes mecánicos.

\* La información a los practicantes sobre los materiales y vestimenta adecuados más apropiados en función de las condiciones climáticas existentes.

\* La enseñanza de la utilización de las instalaciones específicas de las estaciones de deportes de invierno.

\* La conducción y el acompañamiento de individuos y grupos durante la práctica de la actividad deportiva.

\* La seguridad del grupo durante el desarrollo de la actividad.

\* La administración de los primeros auxilios en caso de accidente o enfermedad en ausencia de personal facultativo.

\* El cumplimiento del reglamento de las estaciones de deportes de invierno.

\* La colaboración con los servicios de primeros auxilios y evacuación de pistas de las estaciones de deportes de invierno.

\* El cumplimiento de las instrucciones generales procedentes del responsable de la entidad deportiva.

## 3.—Enseñanzas.

### 3.1.—Bloque Común.

El Bloque Común de las enseñanzas de primer nivel conducentes al título de Técnico Deportivo en Snowboard, es igual al expuesto para el Técnico Deportivo en Esquí Alpino.

### 3.2.—Bloque Específico.

#### A) Módulo de Desarrollo profesional.

##### A.1.—Objetivos.

\* Conocer el entorno institucional, socio-económico y legal de los Deportes de Invierno.

\* Conocer la legislación laboral aplicable a los titulares de los certificados de primer nivel de los técnicos deportivos de los Deportes de Invierno.

\* Describir los requisitos legales para el ejercicio de la profesión.

\* Especificar las competencias, funciones, tareas y responsabilidades del Técnico Deportivo.

\* Determinar el sistema básico de organización de los Deportes de Invierno en la Comunidad Autónoma.

\* Conocer las asociaciones profesionales de profesores de esquí o Snowboard de carácter nacional e internacional.

\* Conocer las características que definen el Turismo de Nieve.  
\* Introducir en la reglas de la Federación Internacional de Esquí, FIS.

\* Conocer el desarrollo profesional de los técnicos deportivos de Esquí y Snowboard en los países de la Unión Europea.  
\* Conocer la historia del esquí a nivel internacional y nacional.

#### A.2.—*Contenidos.*

1. La figura del Técnico Deportivo; marco legal.

1.1. Requisitos legales para el ejercicio profesional.

1.2. Requisitos laborales y sociales para el ejercicio de la profesión.

1.3. Requisitos fiscales para el ejercicio de la profesión. I.R.P.F.

2. Régimen de responsabilidades del Técnico Deportivo en el ejercicio profesional.

2.1. Responsabilidad civil.

2.2. Responsabilidad penal.

2.3. Requisitos fiscales del trabajador por cuenta ajena.

2.4. Impuestos directos e indirectos. Incumplimiento de las obligaciones fiscales.

3. Competencias profesionales del Primer nivel de los técnicos deportivos de los Deportes de Invierno.

3.1. Funciones y tareas.

3.2. Limitaciones.

4. Federación territorial de Deportes de Invierno. Organización y funciones.

5. Clubes de Deportes de Invierno. Su clasificación y características.

6. Regulación de actividades deportivas en el medio natural.

7. Asociación profesional de profesores de esquí.

8. Asociación Internacional de Profesores de Esquí (International Ski Instructor Association, ISIA).

9. El Turismo de Nieve.

9.1. Características definitorias del Turismo de Nieve.

9.2. Competencias y responsabilidades de los servicios que intervienen en el Turismo de Nieve.

10. Los Técnicos de Deportes de Invierno en los países de la Unión Europea.

10.1. El desarrollo profesional en los países de la Unión Europea.

10.2. Equivalencias de las titulaciones de los técnicos de Deportes de Invierno en los países de la Unión Europea.

11. Introducción a los reglamentos de la F.I.S.

12. Planes de formación de los técnicos deportivos de Deportes de Invierno.

13. La historia del esquí Internacional y en España.

#### A.3.—*Criterios de evaluación.*

\* Describir las funciones y tareas propias del primer nivel de Técnico Deportivo en Snowboard.

\* En un supuesto de un accidente, con unas condiciones determinadas, definir la responsabilidad civil y penal del técnico.

\* Describir los tipos y ventajas de los seguros de responsabilidad civil.

\* Describir el funcionamiento de un club elemental de Deportes de Invierno.

\* Describir los trámites necesarios, administrativos, laborales y fiscales para ejercer la profesión.

\* Describir los derechos, obligaciones y responsabilidades de carácter laboral y fiscal que corresponden a un Técnico Deportivo en el ejercicio de su profesión.

\* Describir las características más significativas del Turismo de Nieve.

\* Describir las competencias y responsabilidades de los servicios que intervienen en el Turismo de Nieve.

\* Describir la evolución del esquí desde sus orígenes

\* Describir la evolución del esquí en España.

#### B) *Módulo de Formación técnica del snowboard.*

##### B.1.—*Objetivos.*

\* Conocer los fundamentos de la técnica y la táctica del Snowboard

\* Esquiar según un modelo de referencia en pista balizada.

\* Conocer las capacidades físicas condicionales y las perceptivo-motrices implicadas en la práctica del Snowboard.

\* Emplear la terminología elemental del Snowboard.

\* Entender la mecánica y biomecánica del Snowboard.

\* Conocer las características de los materiales específicos y su influencia en la técnica del Snowboard.

\* Ejecutar los gestos técnicos y mecanismos fundamentales del Snowboard.

\* Ejecutar las acciones tácticas básicas del Snowboard.

\* Iniciarse en la técnica del esquí alpino.

##### B.2.—*Contenidos.*

1. Características de la técnica del snowboard.

2. Cualidades físicas condicionales y perceptivo-motrices y su relación con la técnica de Snowboard. Ejercicios técnicos para el desarrollo específico de las cualidades.

3. Biomecánica aplicada al análisis de los gestos técnicos del snowboard.

4. Estudio de los gestos técnicos y mecanismos fundamentales del snowboard.

4.1. Concepto de gesto técnico modelo y gesto técnico adaptado.

4.2. Concepto de mecanismo y efecto mecánico en el snowboard.

4.3. El deslizamiento.

4.4. La conducción.

4.5. Los impulsos.

4.6. Los pasos.

4.7. Los tipos de virajes.

4.8. Los saltos.

5. Perfeccionamiento de los gestos técnicos y mecanismos fundamentales del snowboard.

6. Materiales técnicos y desarrollo de la técnica del snowboard.

7. Las tácticas básicas en el snowboard.

7.1. Concepto y clasificación de las tácticas deportivas.

7.2. Capacidades cognitivas, sensoriales, coordinativas, habilidades técnicas, en su relación con las acciones tácticas.

7.3. Capacidades condicionales en su relación con las habilidades tácticas.

7.4. Características específicas de la táctica en el snowboard.

7.5. Conceptos espaciales y tácticos básicos del snowboard.

8. Trayectorias de descenso.

9. Tipos de virajes.

10. Terminología española e internacional del snowboard.

11. Técnica elemental del esquí alpino.

##### B.3.—*Criterios de evaluación.*

\* Explicar los fundamentos de la táctica del Snowboard.

\* Surfear según un modelo de referencia en todo tipo de pista, nieve y terreno.

\* Definir la relación entre las capacidades físicas condicionales y perceptivo motoras y la técnica del snowboard.

\* Definir los conceptos fundamentales de la biomecánica y su aplicación al snowboard.

\* Definir la estructura de los gestos técnicos fundamentales del snowboard.

\* Explicar las relaciones entre los materiales y la técnica del snowboard.

\* Explicar los gestos técnicos y los mecanismos fundamentales del snowboard.

\* Explicar y demostrar las actitudes tácticas básicas del snowboard.

\* Realizar las demostraciones de los gestos técnicos y los mecanismos fundamentales del snowboard.

\* Explicar las relaciones entre los materiales y la técnica del snowboard.

\* Descender una pista de 200-400 metros de longitud y un desnivel del 25-45%, en técnica de esquí alpino.

*C) Módulo de Material de snowboard.*

*C.1.—Objetivos.*

\* Conocer los materiales que intervienen en la práctica del snowboard.

\* Conocer los procesos de cuidado y mantenimiento de los materiales técnicos.

\* Conocer la vestimenta y complementos específicos para la práctica del snowboard, así como su conservación

*C.2.—Contenidos.*

1. Materiales técnicos del snowboard.

1.1. Snowboarders.

1.2. Fijaciones.

1.3. Botas.

2. Mantenimiento del material técnico.

2.1. Herramientas para el mantenimiento.

2.2. Procesos de mantenimiento.

3. Complementos técnicos.

3.1. Vestimenta.

3.2. Guantes.

3.3. Gafas.

*C.3.—Criterios de evaluación.*

\* Describir las características técnicas de los materiales específicos del snowboard.

\* Realizar el reglaje de las fijaciones.

\* Describir la relación existente entre las características del material y de su construcción y la técnica de Snowboard.

\* Describir y realizar los cuidados que deben ser aplicados al material para su correcta conservación.

\* Describir las características de la vestimenta y de los complementos deportivos.

*D) Módulo de Metodología de la enseñanza del snowboard.*

*D.1.—Objetivos.*

\* Conocer los principios metodológicos fundamentales de la Didáctica y su aplicación al proceso de enseñanza-aprendizaje del Snowboard.

\* Conocer la progresión metodológica para la enseñanza de la técnica del Snowboard.

\* Conocer los contenidos técnicos y tácticos de las etapas de Iniciación al Snowboard y de Adquisición de los fundamentos de la técnica.

\* Conocer los diferentes métodos y estilos de enseñanza y su aplicación en las fases de Iniciación y Adquisición de los fundamentos de la técnica.

\* Conocer los diferentes medios, recursos y ayudas para la enseñanza de la técnica del Snowboard y su aplicación en las fases de Iniciación y Adquisición de los fundamentos de la técnica.

\* Conocer la didáctica del Snowboard específica para los niños.

\* Conocer los defectos de ejecución técnica, identificarlos, conocer sus causas y aplicar los métodos y medios para su corrección.

\* Conocer los criterios para evaluar la progresión en el aprendizaje de la técnica.

*D.2.—Contenidos.*

1. El proceso de aprendizaje de los gestos técnicos del Snowboard.

1.1. Factores que determinan el aprendizaje del Snowboard.

1.2. Fases del proceso de aprendizaje.

2. Aplicación de los principios metodológicos de la enseñanza a la enseñanza del Snowboard.

3. Etapas en la enseñanza de la técnica del Snowboard. Concepto de progresión metodológica.

3.1. Etapa de Iniciación.

3.2. Etapa de Adquisición de los Fundamentos.

3.3. Etapa de Perfeccionamiento.

3.4. Etapa de Disponibilidad Variable.

4. Criterios de clasificación de los Snowboarders en función de su nivel técnico.

4.1. Primer nivel: Iniciación.

4.2. Segundo nivel: Elemental.

4.3. Tercer nivel: Intermedio.

4.4. Cuarto nivel: Avanzado.

4.5. Quinto nivel: Experto.

5. Análisis del perfil del alumno.

6. Unidades de enseñanza.

6.1. El curso de Snowboard. Tipos de cursos de Snowboard.

6.2. La sesión de enseñanza: Tipos de sesiones de enseñanza de Snowboard.

6.3. Clases particulares y clases colectivas.

6.4. El profesor y el alumno

7. Objetivos de enseñanza en el Snowboard.

7.1. Tipos de objetivos de enseñanza.

7.2. Factores que determinan la elección de los objetivos de enseñanza.

8. La enseñanza del Snowboard.

8.1. Métodos de enseñanza.

8.2. Estilos de enseñanza.

9. Medios de enseñanza en el Snowboard.

9.1. Ejercicios para la adquisición, perfeccionamiento y automatización de las habilidades técnicas.

9.2. Ejercicios para la mejora y desarrollo de las capacidades físicas condicionales y cualidades perceptivo-motrices implicadas en el Snowboard.

9.3. Ejercicios para la corrección de defectos de ejecución técnica.

9.4. Ejercicios para el calentamiento específico.

9.5. Ejercicios individuales, en parejas y en grupo.

9.6. Juegos y competiciones.

9.7. Factores que determinan la elección de los medios de enseñanza.

10. Ayudas y recursos para la enseñanza.

10.1. El terreno y la nieve.

10.2. Palos de Slalom.

10.3. Señales visuales y acústicas.

10.4. Ayudas audiovisuales.

10.5. Sensaciones e imágenes mentales. El ensayo mental.

10.6. Factores que determinan la elección de los recursos y ayudas.

11. La explicación del gesto técnico.

11.1. Imagen ideo-motora del gesto técnico.

11.2. Comprensión del gesto técnico.

11.3. El lenguaje corporal en la explicación del gesto técnico.

11.4. Características didácticas de la explicación del gesto técnico.

12. La demostración del gesto técnico.

12.1. Imagen visual del gesto técnico.

12.2. La imitación del gesto técnico.

12.3. Características didácticas de la demostración del gesto técnico.

13. La ejecución del gesto técnico por parte del alumno.

13.1. Ejecución individual y en grupos.

13.2. El papel del técnico durante la ejecución del gesto por el alumno.

13.3. La observación de la ejecución del gesto técnico.

14. La corrección de los defectos de ejecución del gesto técnico.

14.1. Defectos, errores y coordinaciones gruesas.

14.2. Defectos automatizados y no automatizados.

14.3. Sincinesias.

14.4. El proceso de corrección de defectos.



14.5. Características didácticas de la corrección de defectos.  
15. Criterios y sistemas de evaluación del proceso de aprendizaje.

15.1. Criterios de evaluación del proceso de enseñanza aprendizaje.

15.2. Los tests técnicos.

16. La organización de la sesión de enseñanza. La clase de Snowboard.

16.1. Factores condicionantes.

16.2. Actuaciones preliminares.

16.3. Situación del alumno y del técnico.

16.4. Elección de la pista.

16.5. Elección de la velocidad de traslación, la velocidad y el ritmo de ejecución del gesto técnico, el número de repeticiones del gesto técnico y las pausas durante la actividad

17. La motivación para el aprendizaje de la técnica del Snowboard.

17.1. La construcción del grupo.

17.2. La participación de los alumnos en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

17.3. La información y justificación de las tareas y los objetivos de enseñanza.

17.4. La variación, asequibilidad y desafío de las tareas, objetivos de enseñanza y de los recorridos.

17.5. La corrección positiva.

17.6. La afirmación y el reconocimiento de los progresos y los esfuerzos.

17.7. La diversión.

18. Factores inhibidores del proceso de aprendizaje del Snowboard.

18.1. Factores endógenos.

18.2. Condición físico-motora.

18.3. Factores exógenos.

19. Características del técnico de Snowboard.

20. Enseñanza del Snowboard a los niños.

20.1. Análisis de las características de las diferentes franjas de edad.

20.2. El aprendizaje del Snowboard por los niños.

20.3. El juego y las competiciones.

20.4. Progresión pedagógica del Snowboard en los niños. Adaptaciones en función de la edad.

20.5. Unidades de enseñanza.

20.6. Stadiums de formas del terreno para la enseñanza del Snowboard. Jardines de nieve.

20.7. La explicación y la demostración del gesto técnico.

20.8. La ejecución por parte de los niños del gesto técnico.

20.9. Detección y corrección de los defectos de ejecución del gesto técnico.

20.10. La motivación del aprendizaje.

20.11. El material de Snowboard.

20.12. Criterios de clasificación de los niños.

\* En función de su nivel técnico

\* En función de la edad.

20.13. El técnico de Snowboard como educador.

*Etapa de Iniciación al Snowboard.*

1. Objetivos terminales de la enseñanza.

1.1. Dominio de los gestos técnicos elementales del Snowboard.

1.2. Mantenimiento del equilibrio en deslizamiento en pistas verdes.

1.3. Dominio del movimiento de traslación curvilínea y del cambio de dirección en cualquier tipo de nieve y terreno en pista verde, con los Snowboarders en posición convergente.

1.4. Control de la velocidad de desplazamiento en pistas verdes.

1.5. Control de la trayectoria del desplazamiento en pistas verdes.

2. Metodología de la enseñanza de los contenidos técnicos.

2.1. Gestos técnicos.

2.2. Didáctica de los gestos técnicos.

2.3. Detección y corrección de errores de posición y ejecución.

2.4. Didáctica de las acciones tácticas.

3. Contenidos técnicos.

3.1. Adaptación del alumno al material, al medio, a la nieve y al deslizamiento.

3.2. Movimientos de traslación en terreno plano y en ligero ascenso. Paso en llano. Paso de descenso.

3.3. Movimiento de traslación rectilínea en la L.M.P. Descenso directo.

3.4. Movimiento de derrapaje en la L.M.P. Derrapaje.

3.5. Movimiento de derrapaje fuera de la L.M.P. Derrapaje en diagonal

3.6. Movimiento de traslación rectilínea fuera de la L.M.P.

3.7. Movimiento de traslación curvilínea. Giro al monte. Guirnaldas.

3.8. Emplear los remotes mecánicos.

3.9. Control de la velocidad y de la trayectoria del movimiento en los virajes.

*Etapa de Adquisición de los Fundamentos de la Técnica.*

1. Objetivos terminales de la enseñanza.

1.2. Adquisición de las habilidades técnicas fundamentales del Snowboard.

1.3. Mantenimiento del equilibrio en deslizamiento en pistas azules y rojas.

1.4. Dominio del Viraje Paralelo Básico en cualquier tipo de nieve y terreno en pistas azules y rojas.

1.5. Control de la velocidad de desplazamiento en pistas azules y rojas.

1.6. Control de la trayectoria del desplazamiento en pistas azules y rojas.

1.7. Metodología de la enseñanza de los contenidos técnicos.

1.8. Gestos Técnicos.

1.9. Características cinemáticas y dinámicas de los gestos técnicos.

1.10. Didáctica de los gestos técnicos.

1.11. Detección y corrección de errores de posición y ejecución.

1.12. Mecanismos de toma de cantos.

1.13. Mecanismos de cambio de cantos.

1.14. Mecanismos direccionales.

1.15. Mecanismos de regulación de la fuerza y del peso.

1.16. Mecanismos de cambio de peso.

1.17. Encadenamiento de virajes.

1.18. Acciones tácticas.

1.19. Didáctica de las acciones tácticas.

2. Contenidos técnicos.

2.1. Deslizamiento. Posición de Deslizamiento.

2.2. Estudio de la curva tipo.

2.3. Arcos y radios de la curva.

2.4. El derrapaje.

2.5. Desplazamiento en Diagonal.

2.6. Virajes Base.

2.7. Guirnaldas en los Virajes Base.

2.8. Viraje por extensión forma elemental.

2.9. Guirnaldas desencadenadas por extensión.

2.10. Control de la velocidad y de la trayectoria del movimiento de traslación curvilínea. Series de virajes con diferentes longitudes de arcos y radios

*D.3.—Criterios de evaluación.*

\* Explicar y aplicar a la enseñanza de la técnica del Snowboard, los principios metodológicos fundamentales, así como los métodos, medios y estilos de enseñanza.

\* Aplicar a la enseñanza de la técnica del Snowboard los diferentes recursos y ayudas para el aprendizaje.

\* Explicar y diferenciar la didáctica del Snowboard específica para los niños.

\* Definir la progresión metodológica para la enseñanza de la técnica del Snowboard.

\* Explicar y demostrar los contenidos de la fase de Iniciación y de la fase de Adquisición de la técnica del Snowboard.

\* Describir y demostrar la didáctica de los gestos técnicos.

\* Definir e identificar los defectos de ejecución técnica más comunes, explicando sus causas primarias, y describir los métodos y medios más eficaces para su corrección.

\* Métodos y factores que hay que tener en cuenta para clasificar por niveles a los Snowboarders.

\* Definir los criterios para evaluar la progresión de los alumnos en el aprendizaje de la técnica.

\* Realizar un calentamiento específico al comenzar una jornada de Snowboard.

\* Aplicar conceptos objetivos para clasificar las pistas de Snowboard por su nivel de dificultad.

\* Realizar correctamente las demostraciones de los gestos técnicos y los mecanismos fundamentales del Snowboard

\* Realizar las demostraciones de las actitudes tácticas básicas del Snowboard.

\* En un supuesto práctico de desarrollo de una sesión de enseñanza de un determinado gesto técnico del Snowboard y dado las características e intereses de los participantes, elegir, describir y justificar:

\* Explicación del gesto técnico.

\* El estilo de enseñanza más adecuado.

\* Sistematología de la enseñanza.

\* Secuencia de ejercicios más adecuados.

\* Emplear ejercicios para la corrección de los errores más frecuentes

en la ejecución de movimientos o errores posturales.

\* Los recursos y ayudas pedagógicas.

\* Los juegos aplicables a la sesión.

\* Las características del material técnico de los participantes.

\* La elección de las pistas.

\* Modificaciones morfológicas de las pistas.

\* Los parámetros que deben tenerse en cuenta para evaluar el aprendizaje de los alumnos.

\* Los parámetros que deben tenerse en cuenta para evaluar el desarrollo de la sesión.

\* Ubicación del grupo en la pista.

\* Las medidas para garantizar la seguridad del grupo.

\* Ubicación del técnico con respecto al grupo.

*E) Módulo de Medio ambiente de montaña.*

*E.1.—Objetivos.*

\* Introducción al medio ambiente de montaña.

\* Introducción a la cartografía y a la orientación en la montaña.

\* Conocer la legislación ambiental en relación a los ecosistemas de montaña.

*E.2.—Contenidos.*

1. Geografía de la Península Ibérica.

1.1. Cadenas montañosas y sus cuencas hidrográficas.

1.2. Estaciones de esquí asociadas a las cadenas montañosas.

2. Cartografía y orientación en la montaña.

2.1. Elementos geográficos.

2.2. Cartografía.

2.3. Lectura del mapa y utilización del terreno.

2.4. Utilización de la brújula.

2.5. Utilización conjunta de mapa y brújula.

2.6. Orientación con signos naturales.

3. Introducción a la promoción y conservación de la naturaleza silvestre.

3.1. Legislación española sobre la conservación de la flora y fauna silvestre.

3.2. Legislación española sobre la conservación de los espacios naturales

3.3. Espacios Naturales Protegidos.

3.4. Problemática actual de las estaciones de esquí y los espacios protegidos.

3.5. Evaluación económica del medio ambiente: ECOTA-SAS.

3.6. Especies amenazadas y sus planes de gestión. Delito ecológico.

3.7. Actividades en la naturaleza no legisladas.

3.8. Normativas de utilización de espacios naturales.

3.9. Actuaciones institucionales para la conservación de la naturaleza silvestre.

3.10. Ayuntamientos. Comunidades Autónomas. Administración Central. Unión Europea.

*E.3.—Criterios de evaluación.*

\* Ubicar las cadenas montañosas dentro de la Península Ibérica.

\* Ubicar las cuencas hidrográficas en relación con las cadenas montañosas de la Península

\* Ibérica.

\* Analizar diferentes tipos de mapas e interpretar su simbología.

\* Calcular desniveles y distancias longitudinales a partir de mapas de diferentes escalas.

\* Reconocer e interpretar diferentes signos naturales para orientarse.

\* Manejar adecuadamente la brújula, el altímetro y otros instrumentos accesorios de orientación y describir su funcionamiento.

\* Empleando brújula y mapas:

\* Determinar la propia situación en el mapa, a partir de los accidentes geográficos y/o los datos de los instrumentos de orientación.

\* Situar en el mapa puntos desconocidos.

\* Definir itinerarios sobre el mapa y justificar esta elección.

\* Interpretar la legislación en relación a los espacios naturales y las prácticas deportivas normativizadas.

\* Analizar las condiciones de práctica de diferentes actividades no legisladas y su impacto medio-ambiental.

\* Proponer acciones personales y colectivas a realizar para sensibilizar el respeto a la naturaleza y minimizar el impacto medio-ambiental.

\* Analizar la realidad de las estaciones de esquí de España en relación a los espacios y especies protegidas.

\* Proponer acciones personales y colectivas para sensibilizar el respeto a la naturaleza y minimizar el impacto medio-ambiental. Criticar las acciones existentes.

*F) Módulo de Seguridad deportiva.*

*F.1.—Objetivos.*

\* Conocer las lesiones por sobrecarga más frecuentes en el Snowboard y los medios y métodos de evitarlas.

\* Conocer las lesiones por agentes indirectos más frecuentes en el Snowboard, y los medios de evitarlas.

\* Conocer los métodos y las técnicas de socorrismo y de los primeros auxilios aplicables en áreas esquiables.

\* Conocer las medidas de prevención de accidentes y de seguridad en áreas esquiables.

\* Conocer los procedimientos de actuación en caso de accidente durante la práctica de los deportes de deslizamiento en nieve.

\* Conocer la organización básica de las estaciones de Deportes de Invierno.

\* Conocer y caracterizar los métodos y medios de seguridad aplicables a pistas balizadas y zonas esquiables fuera de pista.

\* Conocer la señalización más utilizada de las áreas esquiables.

\* Conocer las reglas de comportamiento de los esquiadores en pista.

\* Conocer y aplicar los métodos más efectivos para la prevención de los trastornos ocasionados por la acción de las radiaciones solares.

\* Iniciarse en el conocimiento de las avalanchas.

*F.2.—Contenidos.*

1. Lesiones por sobrecarga más frecuentes en el Snowboard.

1.1. Mecanismo de producción.

1.2. Prevención de las lesiones por sobrecarga.

1.3. Medios y métodos de evitarlos.

1.4. Efecto del calentamiento en la prevención de los accidentes por sobrecarga.

2. Lesiones por agentes indirectos más frecuentes.

2.1. Mecanismo de producción.

2.2. Prevención de las lesiones.

3. Estaciones de Deportes de Invierno.

3.1. Departamentos técnicos en la estación de Deportes de Invierno.

3.2. El dominio esquiable.

3.3. Seguridad en pistas de esquí.

3.4. Normas, de balizaje de pistas.

3.5. Señalización de peligros.

3.6. Sistemas de protección.

3.7. Reglas de comportamiento del esquiador. Normas FIS

3.8. Colisiones y accidentes en pistas.

3.9. Planes de evacuación de telesillas y telecabinas.

3.10. Aplicación de contenidos en estaciones de Deportes de Invierno.

3.11. Máquinas pisanieves.

3.12. Innivación programada.

4. Trastornos ocasionados por la acción de las radiaciones solares.

4.1. Clasificación de las radiaciones solares

4.2. Factores que influyen. Tipos de filtros solares y su función

4.3. El factor de protección solar.

4.4. Definición del FPS

4.5. Eritema solar. Síntomas. Prevención. Intervención primaria.

4.6. Envejecimiento cutáneo. Síntomas. Prevención. Intervención a medio plazo. Procesos cancerosos en la piel. Reconocimiento y prevención.

4.7. Intervención a medio y largo plazo.

5. Las avalanchas.

5.1. Conceptos básicos.

*F.3.—Criterios de evaluación.*

\* Describir las lesiones o traumatismos más usuales en el Snowboard, en relación a las causas que lo producen, su prevención, los síntomas que presentan, las normas de actuación, los factores que predisponen, etc.

\* Explicar el procedimiento a seguir para la evaluación del estado de un accidentado.

\* Dando diferentes supuestos, en sesiones de simulación, realizar:

\* Técnicas de inmovilización.

\* Las maniobras de inhibición de hemorragias.

\* Maniobras de traslado de accidentados.

\* En un supuesto dado de actuación en caso de accidente, enumerar cronológicamente las técnicas de salvamento.

\* Demostración práctica de atención a accidentados con fractura de fémur, columna y cráneo.

\* Demostración práctica de elevación e inmovilización con colchón de vacía.

\* Demostración práctica de la actuación del Técnico Deportivo en Snowboard en un simulacro de evacuación de telesillas y telecabinas.

\* En un supuesto dado clasificar las pistas de esquí por su nivel de dificultad.

\* Reconocer e interpretar la señalización de las pistas.

\* Definir los factores que condicionan el cierre de pistas o su apertura.

\* Interpretar los carteles y los paneles de información a esquiadores.

\* Reconocer e indicar la utilización del material de balizaje en pistas.

\* Definir e interpretar las reglas de comportamiento del técnico de Snowboard en las estaciones de Deportes de Invierno.

\* Definir e interpretar las reglas de comportamiento del usuario de las estaciones de Deportes de Invierno.

\* Definir las condiciones de seguridad que tienen que acompañar a las actuaciones del técnico de esquí en sus desplazamientos con grupos en zonas balizadas.

\* Diferenciar la categoría de los accidentes en pista.

\* Determinar la información que debe ser transmitida a los servicios de rescate y asistencia en pistas.

\* Definir la actuación del Técnico Deportivo en Snowboard en un plan de evacuación de telesillas y telecabinas.

\* Explicar a forma de actuación del Técnico Deportivo en Snowboard en la evacuación aérea y terrestre.

\* Explicar los efectos sobre la piel de la sobreexposición a las radiaciones solares en los deportes de montaña.

\* Explicar las medidas que hay que tomar para la prevención de los efectos perniciosos del sol en la piel de los practicantes de los deportes practicados en la montaña.

*G) Módulo de EuroSeguridad.*

*G.1.—Objetivos.*

\* Conocer la nieve y las avalanchas

\* Leer e interpretar un plano

\* Conocer los fenómenos meteorológicos ligados a la práctica del esquí fuera de pista

\* Conocer los elementos fisiológicos: esfuerzo, fatiga, supervivencia, frío, altitud

\* Conocer el ecosistema de la montaña nevada

\* Conocer el material de búsqueda y seguridad

\* Conducir un grupo fuera de pista

\* Estudiar el terreno

\* Planificar la estrategia de progresión del grupo

\* Gestión de decisión

\* Planificar una jornada o una semana

*G.2.—Contenidos.*

1. La nieve, metamorfosis y movimiento.

2. La cartográfica interpretación y orientación.

3. La meteorología en Alta Montaña. Microclimas.

4. La fisiología. Adaptación y rendimiento en Altitud.

5. El entorno de Alta Montaña.

6. La Seguridad en Alta Montaña.

7. La conducción de grupos en Alta Montaña.

8. La orografía.

9. El Grupo y su progresión.

10. La gestión de decisión.

11. La planificación del trabajo con el grupo.

*G.3.—Criterios de evaluación.*

\* Descender en todo tipo de nieve con una mochila con el material de seguridad una pista con un desnivel de 400 metros

\* Prueba cronometrada de búsqueda con ARVA

\* Protocolo del mensaje de alerta

\* Estudio de la nieve

\* Meteorología invernal

\* Cartografía, describir un relieve sobre un determinado itinerario

\* Psicología invernal

\* Ecosistema de la montaña nevada.

*G.3.—Criterios de evaluación.*

\* Describir las lesiones o traumatismos más usuales en el Snowboard, en relación a las causas que lo producen, su prevención, los síntomas que presentan, las normas de actuación, los factores que predisponen, etc.

\* Explicar el procedimiento a seguir para la evaluación del estado de un accidentado.

\* Dando diferentes supuestos, en sesiones de simulación, realizar:

\* Técnicas de inmovilización.

\* Las maniobras de inhibición de hemorragias.

\* Maniobras de traslado de accidentados.

\* En un supuesto dado de actuación en caso de accidente, enumerar cronológicamente las técnicas de salvamento.

\* Demostración práctica de atención a accidentados con fractura de fémur, columna y cráneo.

\* Demostración práctica de elevación e inmovilización con colchón de vacía.

\* Demostración práctica de la actuación del técnico deportivo de los deportes de invierno en un simulacro de evacuación de telesillas y telecabinas.

\* En un supuesto dado clasificar las pistas de Snowboard por su nivel de dificultad.

\* Reconocer e interpretar la señalización de las pistas.

\* Definir los factores que condicionan el cierre de pistas o su apertura.

\* Interpretar los carteles y los paneles de información a Snowboarders.

\* Reconocer e indicar la utilización del material de balizaje en pistas.

\* Definir e interpretar las reglas de comportamiento del técnico de Snowboard en las estaciones de Deportes de Invierno.

\* Definir e interpretar las reglas de comportamiento del usuario de las estaciones de Deportes de Invierno.

\* Definir las condiciones de seguridad que tienen que acompañar a las actuaciones del técnico de Snowboard y Snowboard en sus desplazamientos con grupos en zonas balizadas.

\* Diferenciar las categorías de los accidentes en pista.

\* Determinar la información que debe ser transmitida a los servicios de rescate y asistencia en pistas.

\* Definir la actuación del Técnico Deportivo en Snowboard en un plan de evacuación de telesillas y telecabinas.

\* Explicar a forma de actuación del técnico deportivo de los Deportes de Invierno y Snowboard en la evacuación aérea y terrestre.

\* Explicar los efectos de la sobre la piel de la sobreexposición a las radiaciones solares en los deportes de montaña.

\* Explicar las medidas que hay que tomar para la prevención de los efectos perniciosos del sol en la piel de los practicantes de los deportes practicados en la montaña.

### 3.—Bloque complementario.

#### A) Objetivos.

\* Leer y entender la terminología más frecuente de las ciencias de la especialidad deportiva en alemán, francés o inglés.

\* Deportes para discapacitados.

\* Valorar la historia, organización y estructura de las especialidades de los deportes de invierno para discapacitados.

\* Conocer la descripción de la etiología y tipología y la clasificación médica y funcional de las diferentes discapacidades.

\* Conocer, en función de su discapacidad, los sistemas y métodos para desarrollar las cualidades físicas y perceptivo-motrices necesarias para practicar las especialidades de los deportes de invierno en el caso de los deportistas discapacitados.

\* Manejar programas para procesar textos.

\* Utilizar, como usuario, alguno de los procesadores de textos habituales actualmente en el mercado.

#### B) Contenidos.

#### 1. Deportes para discapacitados

1.1. Análisis histórico de la especialidad de los deportes de invierno para discapacitados.

1.2. La organización federativa internacional, estatal y autonómica.

1.3. Etiología y tipología de las discapacidades de los deportistas que pueden practicar los deportes de invierno.

1.4. Técnicas apropiadas y adaptadas.

1.5. Técnicas de motivación para esquiadores discapacitados.

2. Procesador de textos.

\* Abrir, elaborar y cerrar un documento.

\* Formatos de caracteres, párrafos y página.

\* Almacenar textos y gráficos con autotexto.

\* Tablas y columnas.

\* Plantillas y estilos.

3. Terminología específica básica de la especialidad deportiva en el idioma que proceda.

C) Criterios de evaluación.

\* Deportes para discapacitados.

\* Describir las diferentes discapacidades así como su clasificación médica y funcional.

\* Seleccionar las discapacidades que posibilitan la práctica de los deportes de invierno de competición.

\* En un supuesto dado, utilizar recursos didácticos para enseñar a un discapacitado un tres gestos técnicos diferentes referidos a alguna de las especialidades que pueden practicar.

\* En un supuesto dado, enumerar y explicar recursos que motiven el aprendizaje o la mejora de gestos técnicos relacionados con el esquí de fondo.

\* Procesador de textos.

\* Elaborar un documento que se refiera al desplazamiento a una zona de esquí que contenga todos los datos precisos.

\* Sobre un texto en el idioma que proceda, referido a la especialidad deportiva, seleccionar y traducir los términos básicos de la misma.

### 3.4.—Bloque de Formación Práctica. Objetivos y contenidos.

#### A) Objetivos.

El bloque de Formación Práctica del Primer Nivel del Técnico Deportivo en Snowboard, tiene como finalidad que los alumnos desarrollen de forma práctica las competencias adquiridas durante el período de formación, aplicando en situaciones reales los conocimientos y habilidades adquiridas en la formación teórica y práctica, y obtengan la experiencia necesaria para realizar con eficacia:

a) La iniciación al Snowboard.

b) El acompañamiento de individuos o grupos durante su práctica deportiva.

c) Garantizar la seguridad de los individuos o y grupos durante el desarrollo de la actividad, aplicando en caso necesario los primeros auxilios.

d) Colaborar en la promoción y conservación de la naturaleza de montaña.

#### B) Contenidos.

1.—La Formación Práctica del primer nivel del Técnico Deportivo en Snowboard, consistirán en la asistencia continuada, durante un período de tiempo previamente fijado, y con una duración no inferior a 150 horas, a sesiones de iniciación al Snowboard, bajo la supervisión de un tutor asignado y con grupos designados a tal efecto. Este período deberá contener en su desarrollo sesiones de iniciación al Snowboard entre el 60 y el 80% del total del tiempo del bloque de formación práctica y entre el 20 y el 40 % en sesiones de programación de las actividades realizadas.

2.—El Bloque de Formación Práctica constará de tres fases: Fase de observación, Fase de colaboración y Fase de actuación supervisada.

3.—Al término de las tres fases el alumno realizará una Memoria de Prácticas la cual deberá ser evaluada por el tutor y por el centro de formación donde hubiera realizado su formación.

*C) Criterios de Evaluación.*

En el bloque de formación práctica solo se concederá la calificación de apto o no apto. Para alcanzar la calificación de apto los alumnos tendrán que:

- \* Haber asistido como mínimo al 80% de las horas establecidas para cada una de las fases.
- \* Participar de forma activa en las sesiones de trabajo.
- \* Alcanzar los objetivos formativos en cada una de las sesiones.

- \* Utilizar de un lenguaje claro y una correcta terminología específica.

- \* Presentar correctamente la memoria de prácticas.

- \* Estructurar la memoria de prácticas al menos en los apartados

- siguientes:

- o Descripción de la estructura y funcionamiento del centro, de las instalaciones y los espacios de las prácticas y del grupo o grupos con los que haya realizado el período de prácticas.

- o Desarrollo de las prácticas: Fichas de seguimiento de las prácticas de cada sesión agrupadas por fases.

- o Informe de autoevaluación de las prácticas.

- o Informe de evaluación del tutor.

*B) SEGUNDO NIVEL*

1. Horario de los bloques y módulos de formación de las enseñanzas del Segundo Nivel de Técnico Deportivo en Snowboard.

Bloque Común	Horas	
	Teóricas	Prácticas
Bases anatómicas y fisiológicas del deporte	30	5
Bases psicopedagógicas de la enseñanza y del entrenamiento	20	5
Entrenamiento deportivo	20	15
Organización y legislación del deporte	5	-
Teoría y sociología del deporte	10	-
	85	25
Carga horaria del bloque		110
Bloque Específico	Teóricas	Prácticas
Desarrollo profesional	15	-
Formación técnica del Snowboard	30	45
Material de Snowboard	15	10
Medio ambiente de montaña	10	5
Metodología de la enseñanza del Snowboard	25	20
Metodología del entrenamiento del Snowboard	25	25
Seguridad deportiva	15	10
euroseguridad	5	10
	140	125
Carga horaria del bloque		265
Bloque complementario		45
Bloque de Formación Práctica		175
Carga horaria total		595

## 2.—Descripción del perfil profesional.

### 2.1.—Definición genérica del perfil profesional.

El título de Técnico Deportivo en Snowboard concede a su titular las competencias necesarias para programar y efectuar la enseñanza del snowboard con vistas al perfeccionamiento de la ejecución técnica y táctica del deportista, así como efectuar el entrenamiento básico de deportistas y equipos de esta modalidad deportiva.

### 2.2.—Unidades de Competencia.

\* Programar y efectuar la enseñanza del snowboard y programar y dirigir el entrenamiento básico de los practicantes de esta modalidad deportiva.

\* Dirigir a deportistas y equipos durante su participación en competiciones de snowboard.

\* Programar y organizar las actividades ligadas a la enseñanza y a la práctica del snowboard.

### 2.3.—Capacidades profesionales.

Este técnico debe ser capaz de:

\* Desplazarse con seguridad y eficacia en todo tipo de pista balizada y en terrenos no balizados dentro del dominio esquiable de una estación de deportes de invierno.

\* Programar la enseñanza del snowboard y la evaluación del proceso de enseñanza aprendizaje.

\* Realizar la enseñanza del snowboard con vistas al perfeccionamiento técnico y táctico del deportista.

\* Evaluar la progresión del aprendizaje.

\* Identificar los errores de ejecución técnica y táctica de los snowboarders, detectar las causas y aplicar los medios y los métodos necesarios para su corrección, preparándoles para las fases posteriores de tecnificación deportiva.

\* Efectuar la programación específica y la programación operativa del entrenamiento a corto y medio plazo.

\* Dirigir las sesiones entrenamiento, en razón de los objetivos deportivos, garantizando las condiciones de seguridad.

\* Dirigir a su nivel el acondicionamiento físico de snowboarders en función del rendimiento deportivo.

\* Dirigir equipos o deportistas en competiciones de snowboard de ámbito autonómico, haciendo cumplir el reglamento de las competiciones.

\* Realizar el planteamiento táctico aplicable a la competición deportiva.

\* Dirigir a deportistas o equipos en su actuación técnica y táctica durante la competición.

\* Evaluar la actuación del deportista o el equipo después de la competición.

\* Colaborar en la detección de individuos con características físicas y psíquicas susceptibles de introducirse en procesos de alto rendimiento deportivo.

\* Establecer el plan de actuaciones para el desarrollo de las actividades de snowboard con el fin de alcanzar el objetivo deportivo propuesto, garantizando las condiciones de seguridad, en razón de la condición física y los intereses de los practicantes.

\* Controlar la disponibilidad de la prestación de todos los servicios necesarios.

\* Acceder a las fuentes de información meteorológica e interpretar la información obtenida.

\* Prever e identificar los cambios de tiempo en un área por la observación de los meteoros locales.

\* Prever la evolución de la nieve en función de las condiciones atmosféricas.

\* Colaborar en la promoción del patrimonio cultural de las zonas de montaña y en la conservación de la naturaleza silvestre.

\* Detectar e interpretar la información técnica relacionada con su trabajo, con el fin de incorporar nuevas técnicas y tendencias, y utilizar nuevos equipos y materiales del sector.

\* Detectar e interpretar los cambios tecnológicos, organiza-

tivos, económicos y sociales que inciden en la actividad profesional.

\* Poseer una visión global e integradora del proceso, comprendiendo la función de las instalaciones y equipos, y las dimensiones técnicas, pedagógicas, organizativas, económicas y humanas de su trabajo.

### 2.4.—Ubicación en el ámbito deportivo.

El título de Técnico Deportivo en Snowboard certifica la adquisición de los conocimientos y las competencias profesionales suficientes, para asumir sus responsabilidades de forma autónoma o en el seno de un organismo público o empresa privada.

Ejercerá su actividad en el ámbito de la enseñanza y del entrenamiento del snowboard. Su actuación profesional se realizará en pistas balizadas y fuera de pista en el dominio esquiable de una estación de deportes de invierno. Se excluye expresamente de su ámbito la actuación por terrenos que necesiten para la progresión técnicas y materiales específicos de escalada o alpinismo.

Los distintos tipos de entidades o empresas donde pueden desarrollar sus

funciones son:

o Escuelas deportivas.

o Clubes o asociaciones deportivas.

o Federaciones deportivas.

o Patronatos deportivos.

o Empresas de servicios deportivos.

o Centros escolares (actividades extraescolares).

### 4.5.—Responsabilidad en las situaciones de trabajo.

A este técnico le son requeridas las responsabilidades siguientes:

\* La enseñanza del snowboard hasta el perfeccionamiento de la ejecución técnica y táctica del snowboarders.

\* El entrenamiento básico de deportistas y equipos de snowboard.

\* El control y evaluación del proceso de instrucción deportiva.

\* El control a su nivel del rendimiento deportivo.

\* La dirección técnica de deportistas equipos durante la participación en competiciones de snowboard.

## 3.—Enseñanzas.

### 3.1.—Bloque Común.

El Bloque Común de las enseñanzas de segundo nivel conducentes al título de Técnico Deportivo en Snowboard, es igual al expuesto para el Técnico Deportivo en Esquí Alpino.

### 3.2.—Bloque Específico.

#### C) Módulo de Desarrollo profesional II.

##### A.1.—Objetivos.

\* Conocer la legislación laboral aplicable al técnico deportivo de los Deportes de Invierno.

\* Conocer las competencias, funciones, tareas y responsabilidades del Técnico Deportivo de los Deportes de Invierno.

\* Conocer la organización y funciones de la Federación Española de Deportes de Invierno.

\* Conocer las características del Turismo de nieve.

##### A.2.—Contenidos.

1. La figura del técnico deportivo. Marco legal del trabajador por cuenta propia.

1.1. Afiliación a la Seguridad Social. Derechos y deberes de la afiliación.

1.2. Régimen especial de los trabajadores autónomos.

1.3. Impuestos que soporta la actividad económica por cuenta Propia. IVA. IRPF. Impuesto sobre Actividades Económicas. Incumplimiento de las obligaciones tributarias.

1.4. Requisitos fiscales del trabajador por cuenta propia. Impuestos directos e indirectos. Tasas o contribuciones. Incumplimiento de las obligaciones fiscales.

2. Trabajo sin remuneración.
3. Competencias del técnico deportivo.
  - 3.1. Funciones y tareas que pueden realizar los técnicos deportivos de deportes de invierno.
  - 3.2. Limitaciones y responsabilidades en su tarea.
4. Federación Española de Deportes de Invierno. Organización y funciones.
  - 4.1. Normas de competición.
  - 4.2. Reglamento de competiciones de esquí y Snowboard.
  - 4.3. Organización de una competición de esquí o Snowboard.
5. Turismo de Nieve.
  - 5.1. Singularidades regionales del turismo de nieve en España.
  - 5.2. Turismo de Nieve en Europa.
  - 5.3. Singularidades nacionales.
  - 5.4. Productos turísticos de nieve para el mercado español.
6. Los técnicos de esquí en los países fuera de Europa.
  - 6.1. El desarrollo profesional en los países de Sur América.
  - 6.2. El desarrollo profesional en los países de Norte América.
  - 6.3. Equivalencias de las titulaciones.
7. La temporada de esquí en el Hemisferio Sur.
 

*A.3.—Criterios de evaluación.*

  - \* Definir las alternativas laborables de los períodos intertemporadas en Europa.
  - \* Describir las funciones y tareas propias de los técnicos deportivos en Snowboard.
  - \* Describir los trámites necesarios, administrativos, laborales y fiscales para ejercer la profesión por cuenta propia.
  - \* Enumerar los impuestos aplicables a los trabajadores autónomos.
  - \* Describir los derechos, obligaciones y responsabilidades de carácter laboral y fiscal que corresponden a un Técnico Deportivo en el ejercicio de su profesión.
  - \* Definir los roles de cada uno de los miembros de la organización de una carrera de Snowboard de categoría regional.
  - \* A partir de un programa de competición deportiva convenientemente caracterizado:
    - \* Describir la estructura organizativa que más se adecua al programa.
    - \* Definir los recursos humanos necesarios para la ejecución del mismo y su forma de contratación.
    - \* Definir los recursos materiales necesarios para la ejecución del programa.
    - \* Describir las características del turismo de deportes de montaña, su evolución en el futuro.
    - \* Identificar las similitudes y las diferencias de la práctica profesional de los técnicos de deportes de invierno en los países americanos, la equivalencia de titulaciones y las competencias profesionales de éstos con los técnicos españoles.

*B) Módulo de Formación técnica del snowboard II.*

*B.1.—Objetivos.*

  - \* Interpretar los gestos técnicos y mecanismos fundamentales del Snowboard.
  - \* Profundizar en el conocimiento de la táctica del Snowboard.
  - \* Concretar la influencia de las cualidades físicas condicionales y las perceptivo-motrices en el gesto técnico del Snowboard.
  - \* Explicar la mecánica y biomecánica del snowboard.
  - \* Deslizar siguiendo un modelo de referencia ejecutando los mecanismos y gestos técnicos específicos adaptados a situaciones especiales.
  - \* Deslizar siguiendo un modelo de referencia ejecutando los mecanismos y gestos técnicos específicos adaptados a las disciplinas de competición.
  - \* Conocer y practicar el telemark.

*B.2.—Contenidos.*

  1. Gestos técnicos modelo del snowboard

2. La adaptación de los gestos técnicos modelo y mecanismos del snowboard a situaciones especiales.
  3. La adaptación de los gestos técnicos modelo y mecanismos del snowboard a las disciplinas de competición.
  4. Las cualidades físicas condicionales y cualidades perceptivo-motrices y su relación con la ejecución de los gestos técnicos del snowboard.
  5. Las capacidades psíquicas y su relación con el perfeccionamiento de la técnica de Snowboard.
  6. Perfeccionamiento de los gestos técnicos modelo del snowboard.
  7. Perfeccionamiento de los gestos técnicos y mecanismos del snowboard adaptados a las situaciones especiales.
  8. Perfeccionamiento de los gestos técnicos y mecanismos adaptados a las disciplinas de competición.
  9. Técnica elemental del telemark.
- B.3.—Criterios de evaluación.*
- \* Explicar los gestos técnicos y los mecanismos fundamentales del Snowboard.
  - \* Realizar las demostraciones de los gestos técnicos y los mecanismos fundamentales del Snowboard.
  - \* Explicar los mecanismos y gestos técnicos específicos de adaptación a situaciones especiales.
  - \* Realizar las demostraciones de los gestos técnicos específicos y los mecanismos fundamentales del Snowboard adaptados a las situaciones especiales.
  - \* Realizar correctamente las demostraciones de la técnica del Snowboard a alta velocidad en cualquier tipo de pista pisada.
  - \* Descender una pista de 200-400 metros de longitud y un desnivel del 25-40% en técnica de telemark.
- C) Módulo de Material de Snowboard II.*
- C.1.—Objetivos.*
- \* Conocer los procesos y herramientas de reparación del material de Snowboard.
  - \* Conocer los procesos y herramientas de preparación para la competición del Snowboard.
  - \* Conocer los materiales y vestimentas específicos de competición del Snowboard.
  - \* Conocer los elementos necesarios para el entrenamiento y la competición de Snowboard.
- C.2.—Contenidos.*
1. Los materiales de Snowboard de competición en los niños.
    - 1.1. Snowboarders y fijaciones de Snowboard alpino, BoarderCross y Freestyle.
    - 1.2. Botas de Snowboard alpino, BoarderCross y Freestyle.
    - 1.3. Protecciones y vestimenta.
  2. Procesos de reparación de los Snowboarders.
    - 2.1. Herramientas para la reparación de los Snowboarders.
    - 2.2. Limpieza de las suelas.
    - 2.3. Nivelado de suela y cantos.
    - 2.4. Reparación de las suelas.
    - 2.5. Reparación de los cantos.
    - 2.6. Afilado de los cantos.
  3. Procesos de preparación de los Snowboarders para la competición.
  4. Herramientas y materiales para la preparación de los Snowboarders.
    - 4.1. Ceras.
  5. Procesos de reparación y preparación para la competición de otros materiales.
    - 5.1. Botas.
    - 5.2. Fijaciones.
  6. Materiales y vestimentas específicos de competición.
    - 6.1. Duel.
    - 6.2. Slalom Gigante.
    - 6.3. BoarderCross.



## 6.4. Freestyle.

7. Elementos necesarios para la realización del entrenamiento y la competición.

*C.3.—Criterios de evaluación.*

\* Explicar sistemáticamente los procesos de reparación del material de Snowboard.

\* Efectuar correctamente los procesos de reparación del material de Snowboard alpino, BoarderCross y Freestyle.

\* Explicar sistemáticamente los procesos de preparación para la competición del material de Snowboard alpino, BoarderCross y Freestyle

\* Efectuar correctamente los procesos de preparación para la competición del material de Snowboard alpino, BoarderCross y Freestyle.

\* Identificar y seleccionar los materiales necesarios para la realización del entrenamiento y la competición de Snowboard alpino, BoarderCross y Freestyle.

*D) Módulo de Metodología de la enseñanza del Snowboard II.**D.1.—Objetivos.*

\* Conocer la aplicación de los diferentes métodos y estilos de enseñanza, en la fase de Perfeccionamiento de la Técnica y en la fase de Disponibilidad Variable.

\* Conocer la aplicación de los diferentes métodos medios, recursos y ayudas para la enseñanza del Snowboard, en las fases de Perfeccionamiento de la Técnica y de Disponibilidad Variable.

\* Conocer las fases de Perfeccionamiento de la Técnica y de Disponibilidad Variable del Snowboard.

\* Conocer los defectos de ejecución técnica, identificarlos, conocer sus causas y aplicar los métodos y medios para su corrección.

\* Saber demostrar los gestos técnicos y mecanismos propios de la fase de Perfeccionamiento de la Técnica y de la fase de Disponibilidad Variable.

\* Conocer los criterios para evaluar la progresión de los alumnos.

*D.2.—Contenidos.*

## Etapa de Perfeccionamiento de la Técnica

## 1. Objetivos terminales de la enseñanza.

1.1. Conocer la aplicación de los diferentes métodos y estilos de enseñanza, en la fase de Perfeccionamiento de la Técnica y en la fase de Disponibilidad Variable.

1.2. Conocer la aplicación de los diferentes métodos medios, recursos y ayudas para la enseñanza del Snowboard, en las fases de Perfeccionamiento de la Técnica y de Disponibilidad Variable.

1.3. Conocer las fases de Perfeccionamiento de la Técnica y de Disponibilidad Variable del Snowboard.

1.4. Conocer los defectos de ejecución técnica, identificarlos, conocer sus causas y aplicar los métodos y medios para su corrección.

1.5. Saber demostrar los gestos técnicos y mecanismos propios de la fase de Perfeccionamiento de la Técnica y de la fase de Disponibilidad Variable.

1.6. Conocer los criterios para evaluar la progresión de los alumnos.

## 2. Metodología de la enseñanza de los contenidos técnicos.

## 2.1. Gesto técnico.

## 2.2. Didáctica de los gestos técnicos.

2.3. Detección y corrección de errores de posición y ejecución.

## 2.3. Características cinemáticas y dinámicas.

## 2.4. Mecanismos de regulación de la fuerza-peso.

## 2.5. Mecanismos específicos de cambio de peso

2.6. Perfeccionamiento de los mecanismos de cambios de peso.

## 2.7. Mecanismos específicos de cambio de cantos

2.8. Perfeccionamiento de los mecanismos de cambio de cantos.

## 2.9. Perfeccionamiento de los mecanismos direccionales.

## 2.10. Encadenamiento de los virajes.

## 3. Contenidos técnicos de la enseñanza.

## 3.1. Viraje en báscula.

## 3.2. Viraje por extensión perfeccionado.

## 3.3. Viraje por extensión-aceleración.

## 3.4. Viraje por extensión-propulsión.

## 3.5. Viraje por flexión.

## 3.6. Viraje por flexión-aceleración.

## 3.7. Viraje por flexión-pivotamiento.

## 3.8. Saltos.

## 3.9. Giros.

## 3.10. Rotaciones.

## 3.11. Figuras.

*Etapa de Disponibilidad Variable.*

## 1. Objetivos generales de la enseñanza.

1.1. Estabilización y automatización de las habilidades técnicas fundamentales y especiales del Snowboard alpino, BoarderCross y Freestyle en condiciones variables y no habituales.

## 1.2. Mantenimiento del equilibrio.

1.3. Dominio de los virajes y de los cambios de dirección, en cualquier tipo de pendiente, nieve, terreno y condición, empleando el gesto técnico adecuado en su forma perfeccionada.

1.4. Control de la velocidad de desplazamiento en cualquier tipo de pendiente, nieve, terreno y condición.

1.5. Control de la trayectoria del desplazamiento en cualquier tipo de pendiente, nieve, terreno y condición.

1.6. Dominio de los saltos, en cualquier tipo de entrada y recepción, empleando el gesto técnico adecuado y, en su caso, la acrobacia más óptima a la situación.

1.7. Control de la velocidad, equilibrio y desplazamiento aéreo en cualquier tipo de salto.

1.8. Dominio de la acrobacia sin obstáculo y en saltos. Uso de la acrobacia para mejorar la trayectoria y estabilidad en el salto.

## 2. Metodología de la enseñanza de los contenidos técnicos.

## 2.1. Análisis de los gestos técnicos.

## 2.2. Didáctica de los gestos técnicos.

2.3. Detección y corrección de errores de posición y ejecución.

## 2.4. Características cinemáticas.

## 2.5. Mecanismos específicos de cambio de peso.

## 2.6. Mecanismos específicos de cambio de cantos.

2.7. Mecanismos específicos de regulación de la fuerza-peso.

## 2.8. Mecanismos específicos direccionales.

## 2.9. Encadenamiento de los virajes.

## 2.10. Mecanismos de estabilización.

## 3. Contenidos técnicos de la enseñanza.

## 3.1. Virajes en zona bacheadas.

## 3.2. Virajes en Nieves Vírgenes.

3.3. Control de la velocidad y de la trayectoria durante los virajes. Series de distintos tipos de virajes con diferente longitud de arco y radio.

3.4. Perfeccionamiento de los saltos de terreno y obstáculos. Mecanismo de impulso.

## Mecanismos de absorción.

3.5. La acrobacia. La acrobacia sin obstáculos. La acrobacia aérea.

## 3.6. Control de la velocidad y trayectoria aérea.

*D.3.—Criterios de evaluación.*

\* Aplicar los diferentes métodos y estilos de enseñanza en las fases de Perfeccionamiento de la Técnica y de Disponibilidad Variable.

\* Explicar y aplicar los diferentes medios, recursos y ayudas

para la enseñanza en las fases de Perfeccionamiento de la Técnica y de Disponibilidad Variable.

\* Definir la progresión metodológica de la enseñanza del Snowboard en las fases de Perfeccionamiento de la Técnica y de Disponibilidad Variable.

\* Definir e identificar los defectos de ejecución técnica más comunes, explicando sus causas primarias, y describir los métodos y medios más eficaces para su corrección.

\* Evaluar sin errores la progresión técnica de los alumnos.

\* Definir los criterios para evaluar la progresión de los alumnos en el aprendizaje de la técnica.

\* Explicar los gestos técnicos y mecanismos propios de las fases de Perfeccionamiento de la Técnica y de Disponibilidad Variable.

\* Realizar las demostraciones de los gestos técnicos y mecanismos propios de las fases de Perfeccionamiento de la Técnica y de Disponibilidad Variable.

\* En un supuesto práctico de desarrollo de una sesión de enseñanza de un determinado gesto técnico, y dado las características e intereses de los participantes, elegir, describir y justificar:

\* Explicación del gesto técnico.

\* El estilo de enseñanza más adecuado.

\* Sistematología de la enseñanza.

\* Secuencia de ejercicios más adecuados.

\* Emplear ejercicios para la corrección de los errores más frecuentes en la ejecución de movimientos o errores posturales.

\* Los recursos y ayudas pedagógicas.

\* Los juegos aplicables a la sesión.

\* Las características del material técnico de los participantes.

\* La elección de las pistas

\* Modificaciones morfológicas de las pistas.

\* Los parámetros que deben tenerse en cuenta para evaluar el aprendizaje de los alumnos

\* Los parámetros que deben tenerse en cuenta para evaluar el desarrollo de la sesión.

\* Ubicación del grupo en la pista.

\* Las medidas para garantizar la seguridad del grupo.

\* Ubicación del técnico con respecto al grupo.

*E) Módulo de Metodología del entrenamiento del Snowboard.*

*E.1.—Objetivos.*

\* Conocer los principios y conceptos elementales de la teoría del entrenamiento deportivo aplicados al entrenamiento de base del Snowboard alpino, BoarderCroos y Freestyle.

\* Conocer las etapas principales del entrenamiento a largo plazo en el Snowboard alpino, BoarderCroos y Freestyle.

\* Conocer los componentes fundamentales del entrenamiento del Snowboard alpino, BoarderCroos y Freestyle.

\* Conocer los criterios para marcar trazados de entrenamiento y competición.

\* Conocer los criterios y métodos de la planificación y periodización del entrenamiento del Snowboard alpino, BoarderCroos y Freestyle.

\* Conocer los criterios y métodos para programar y realizar entrenamientos de la técnica y la táctica del Snowboard de competición.

\* Conocer los procesos de regeneración.

\* Conocer y realizar, bajo la dirección de un Técnico Superior, el entrenamiento de las capacidades condicionales y coordinativas.

\* Conocer los métodos de valoración del rendimiento de deportistas.

\* Conocer la planificación y la organización del trabajo en los días de carreras.

*E.2.—Contenidos.*

1. Conceptos elementales de la teoría del entrenamiento deportivo y su aplicación al entrenamiento del Snowboard.

1.1. Definición de entrenamiento

1.2. Principios elementales.

1.3. Carga de entrenamiento: Volumen e intensidad.

1.4. Entrenamiento general y entrenamiento específico.

1.5. Teoría de la supercompensación. Dinámica básica de la adaptación.

1.6. Rendimiento deportivo y resultados en la competición.

1.7. Objetivos y contenidos del entrenamiento.

1.8. Métodos y medios de entrenamiento.

1.9. Recursos y ayudas de entrenamiento.

1.10. Planificación anual.

1.11. Periodización del entrenamiento.

1.12. Unidades de entrenamiento.

1.13. Organización del entrenamiento.

2. Etapas fundamentales del entrenamiento a largo plazo del Snowboard.

2.1. El proceso de maduración psico-biológico de la persona. Etapas.

2.2. Regulación de la carga de entrenamiento en función de la edad y la experiencia motora.

2.3. Teoría de las fases sensibles aplicadas al Snowboard.

2.4. Entrenamiento de Base.

2.5. Entrenamiento de Rendimiento.

2.6. Entrenamiento de Alto Rendimiento.

3. Componentes del entrenamiento en el Snowboard.

3.1. Condiciones externas.

3.2. Entrenamiento de la Técnica.

3.3. Entrenamiento de la Táctica.

3.4. Entrenamiento de las capacidades físicas condicionales y de las cualidades perceptivo motrices.

3.5. Entrenamiento de las capacidades psíquicas y de la conducta.

3.6. Procesos de Regeneración.

3.7. Preparación de los materiales de Snowboard alpino, BoarderCroos y Freestyle.

3.8. Importancia relativa de los componentes del entrenamiento en el rendimiento deportivo.

4. Entrenamiento de la Técnica.

4.1. Fundamentos de la técnica.

4.2. Adaptación de los fundamentos técnicos del Snowboard al Slalom, Slalom Gigante al Duel, al BoarderCross (BX) y al Freestyle.

4.3. Aplicación de la técnica a los trazados de competición de las disciplinas.

4.4. Adaptación de la técnica a las diferentes pendientes y cambios de pendiente en trazados de competición.

4.5. Adaptación de la técnica a los diferentes tipos de nieve.

4.6. Adaptación de la técnica a la alta velocidad.

4.7. Adaptación de los fundamentos técnicos del Snowboard Freestyle.

4.8. Aplicación de la técnica a los trazados de competición del Freestyle.

4.9. Adaptación de la técnica a los diferentes tipos de nieve y forma del terreno.

4.10. Técnicas de salida del portillón.

4.11. Técnicas de llegada a meta. La corrección de defectos.

4.12. Técnicas de superación de obstáculos.

4.13. Técnicas de superación de curvas peraltadas.

4.14. Métodos y medios de entrenamiento de la técnica.

4.15. Recursos y ayudas.

4.16. Carga de entrenamiento de la técnica y su distribución en las diferentes unidades de entrenamiento y en la planificación anual.

4.17. Valoración y seguimiento del rendimiento técnico.

5. Marcaje de trazados de entrenamiento y competición.

- 5.1. Duel.
- 5.2. Slalom Gigante (SG).
- 5.3. BoarderCross (BX).
- 5.4. Areas de salida y llegada.
6. Construcción de pistas de entrenamiento y competición.
  - 6.1. Pro Jump en Snowboard alpino.
  - 6.2. BoarderCross (BX).
  - 6.3. Hall Pie.
  - 6.4. Slopestyle.
  - 6.5. Straight Jump (Big Jump)
  - 6.6. Snowpark.
7. Entrenamiento de la Táctica.
  - 7.1. Estudio de la línea de carrera en el Duel, en el Slalom Gigante (SG) y el BoarderCross (BX).
  - 7.2. Estudio de las diferentes combinaciones de puertas en el Duel y en el Slalom Gigante (SG).
  - 7.3. Estudio de los ritmos y cambios de ritmo en el Duel y en el Slalom Gigante (SG).
  - 7.4. Estudio de la línea de carrera en diferentes pendientes y cambios de pendiente en el Duel, en el Slalom Gigante (SG) y BoarderCross (BX).
  - 7.5. El reconocimiento y la memorización de los trazados de competición.
  - 7.6. Introducción al estudio de la estrategia de carrera.
  - 7.7. La corrección de defectos de línea.
  - 7.8. Métodos y medios de entrenamiento de la Táctica en el Duel en el Slalom Gigante (SG), en el BoarderCross (BX) y el Freestyle. Recursos y ayudas.
  - 7.9. Carga del entrenamiento de la táctica y su distribución en las unidades de entrenamiento y en la planificación anual.
  - 7.10. Valoración y seguimiento del rendimiento táctico.
  - 7.11. Estudio de las diferentes combinaciones de obstáculos. Uso de los obstáculos para la línea y velocidad en BoarderCross (BX). Uso de los obstáculos para la secuencia de saltos en Freestyle.
  - 7.12. Estudio de las diferentes líneas de pendiente en la pista de Freestyle.
  - 7.13. Estudio de las diferentes entradas o transiciones y diferentes recepciones de las pistas de Freestyle.
  - 7.14. Memorización de la secuencia de saltos.
  - 7.15. La visualización del gesto acrobático.
8. Entrenamiento de las capacidades físicas condicionales y cualidades perceptivo-motrices.
  - 8.1. Las capacidades físicas y la competición de Snowboard alpino, BoarderCross y Freestyle.
  - 8.2. Capacidades físicas condicionales y cualidades perceptivo-motrices más importantes para el Snowboard alpino, BoarderCross y Freestyle de competición.
  - 8.3. Modelo de entrenamiento de las capacidades físicas condicionales y su distribución en las unidades de entrenamiento y en la planificación anual.
  - 8.4. Valoración y seguimiento del rendimiento físico.
  - 8.5. Entrenamiento de las capacidades psíquicas y de la conducta.
  - 8.6. Las capacidades psíquicas y la competición y el entrenamiento de Snowboard alpino, BoarderCross y Freestyle.
  - 8.7. Técnicas de entrenamiento mental.
  - 8.8. Técnicas de visualización del gesto acrobático.
  - 8.9. Métodos y medios de entrenamiento.
  - 8.10. Recursos y ayudas.
  - 8.11. Distribución de la preparación psicológica en la planificación
  - 8.12. Valoración y seguimiento del desarrollo de las capacidades psíquicas.
  - 8.13. Procesos de recuperación.
9. Preparación del material técnico.
10. Planificación y organización de la participación en las competiciones.

10.1. Número adecuado de competiciones anuales en las diferentes disciplinas.

10.2. Entrenamiento previo a la competición. Regulación de la carga y la recuperación. Programación y Organización del día de la competición.

10.3. Evaluación de los resultados y del rendimiento de los atletas.

10.4. Entrenamiento posterior a la competición. La recuperación.

11. Riesgos físicos del Snowboard de competición alpino, BoarderCross y Freestyle.

11.1. Medidas preventivas de las lesiones más habituales.

11.2. Lesiones más habituales.

11.3. Tratamiento y recuperación. Participación del entrenador en el tratamiento y en el proceso de recuperación.

12. Riesgos psíquicos del Snowboard de competición.

12.1. Alteraciones psíquicas más habituales.

12.2. Tratamiento participación del entrenador en el tratamiento y en el proceso de recuperación.

*E 3.—Criterios de evaluación.*

\* Definir los conceptos y principios elementales del entrenamiento deportivo y aplicarlos al entrenamiento de base del Snowboard alpino, BoarderCross y Freestyle.

\* Definir las etapas del entrenamiento a largo plazo.

\* Definir los componentes fundamentales del entrenamiento del Snowboard alpino, BoarderCross y Freestyle.

\* Marcar trazados de competición y entrenamiento en las disciplinas de Duel, Slalom Gigante, BoarderCross y Slopestyle.

\* Definir los criterios y los métodos para planificar y periodizar el entrenamiento del Snowboard alpino, BoarderCross y Freestyle.

\* Programar y realizar unidades de entrenamiento de la técnica y la táctica del Snowboard alpino, BoarderCross y Freestyle.

\* Definiéndolos procesos de regeneración.

\* Comprender y definir la programación del entrenamiento de las capacidades físicas condicionales y de las cualidades perceptivo-motrices.

\* En un supuesto práctico valorar el rendimiento de deportistas.

\* Planificar y organizar el trabajo de los días de competiciones.

*F) Módulo de Medio ambiente de montaña.*

*F.1.—Objetivos.*

\* Introducción al medio ambiente de montaña.

\* Introducción a la cartografía y a la orientación en la montaña.

\* Conocer las iniciativas legislativas y sociales para la conservación de la naturaleza silvestre de las zonas de montaña de la Península Ibérica.

*F.2.—Contenidos.*

1. Geografía de la Península Ibérica.

1.1. Cadenas montañosas y sus cuencas hidrográficas.

2. Cartografía y orientación en la montaña.

2.1. Elementos geográficos.

2.2. Cartografía.

2.3. Lectura del mapa y utilización del terreno.

2.4. Utilización de la brújula.

2.5. Utilización conjunta de mapa y brújula.

2.6. Orientación con signos naturales.

3. Introducción a la promoción y conservación de la naturaleza silvestre.

3.1. Legislación española sobre la conservación de la naturaleza.

3.2. Actividades en la naturaleza no legisladas.

3.3. Normativas de utilización de espacios naturales.

3.4. Actuaciones institucionales para la conservación de la naturaleza silvestre.

3.5. Ayuntamientos. Comunidades Autónomas. Administración Central. Unión Europea.

*F.3.—Criterios de evaluación.*

\* Ubicar las cadenas montañosas dentro de la Península Ibérica.

\* Ubicar las cuencas hidrográficas en relación con las cadenas montañosas de la Península Ibérica.

\* Analizar diferentes tipos de mapas e interpretar su simbología.

\* Calcular desniveles y distancias longitudinales a partir de mapas de diferentes escalas.

\* Reconocer e interpretar diferentes signos naturales para orientarse.

\* Manejar adecuadamente la brújula, el altímetro y otros instrumentos accesorios de orientación y describir su funcionamiento.

\* Empleando brújula y mapas: \*Determinar la propia situación en el mapa, a partir de los accidentes geográficos y/o los datos de los instrumentos de orientación.

\* Situar en el mapa puntos desconocidos.

\* Definir itinerarios sobre el mapa y justificar esta elección.

\* Interpretar la legislación en relación a los espacios naturales y las prácticas deportivas normativizadas.

\* Analizar las condiciones de práctica de diferentes actividades no legisladas y su impacto medio-ambiental.

\* Proponer acciones personales y colectivas a realizar para sensibilizar el respeto a la naturaleza y minimizar el impacto medio-ambiental.

*G) Módulo de Seguridad deportiva II.*

*G.1.—Objetivos.*

\* Profundizar en los principios generales de la meteorología de montaña.

\* Profundizar en el conocimiento del manto de nieve e interpretar los cambios.

\* Profundizar en las normas que eviten los accidentes por avalanchas.

\* Profundizar en los métodos de actuación en caso de avalanchas con resultado de personas sepultadas.

\* Conocer el empleo de la radiocomunicación en terreno montañoso.

\* Conducir una sesión de snowboard fuera de pista.

*G.2.—Contenidos.*

1. Meteorología y climatología de la montaña.

1.1. Iniciación a la climatología y a la meteorología.

1.2. Propiedades físicas de la atmósfera.

1.3. Termodinámica elemental de la atmósfera.

1.4. La presión atmosférica.

1.5. La humedad del aire.

1.6. El viento.

1.7. Las nubes.

1.8. Condensación y precipitaciones.

1.9. La niebla.

1.10. Circulación general de la atmósfera.

1.11. Masas de aire y frentes.

1.12. Depresiones extratropicales.

1.13. Ciclones tropicales.

1.14. Fenómenos locales violentos.

1.15. Meteorología sinóptica.

1.16. Meteorología local.

1.17. Servicios meteorológicos y predicción del tiempo.

1.18. Climatología de la Península Ibérica. Situaciones atmosféricas en la Península Ibérica.

1.19. Geografía de Península Ibérica en relación con las cadenas montañosas.

1.20. Climatología de las cadenas montañosas de la Península Ibérica.

1.21. Previsión meteorológica en la montaña mediante observación.

1.22. Organización Meteorológica Mundial.

2. Nieve y avalanchas.

2.1. Propiedades de la nieve.

2.2. Formación del manto de nivoso.

2.3. Metamorfosis de la nieve: estratificación del manto, metamorfosis de isoterma, metamorfosis de gradiente, metamorfosis de fusión, evolución de la nieve en superficie.

2.4. Factores climáticos que influyen en la evolución del manto de nieve.

2.5. Equilibrio del manto de nieve y avalanchas.

2.6. Causas de desprendimiento de aludes.

2.7. Previsión del riesgo de avalanchas.

2.8. Técnicas de medición y previsión de las avalanchas.

2.9. Aplicación de contenidos en estaciones de Deportes de Invierno.

3. Socorro y salvamento en zonas nevadas.

3.1. Peligros objetivos y subjetivos de la montaña invernal en referencia a dominios esquiables.

3.2. Socorro en avalanchas.

3.3. Aplicación de contenidos.

4. Radiocomunicaciones.

4.1. Utilización fundamental del radiotransmisor.

4.2. El Emplear radiotransmisor en montaña.

4.3. Frecuencias de socorro.

4.4. El snowboard fuera de pista.

*G.3.—Criterios de evaluación.*

\* Enumerar las fuentes donde se puede obtener un parte meteorológico.

\* Interpretar un parte meteorológico.

\* Identificar los signos naturales que permiten predecir cambios del tiempo meteorológico.

\* Distinguir los distintos tipos de frentes borrascosos. Describir la distribución vertical de la atmósfera.

\* Distinguir los distintos tipos de nubes y de los meteoros.

\* Determinar las condiciones de estabilidad e inestabilidad del aire las condiciones que propician la formación tormentas.

\* Definir los factores que influyen en la formación de los vientos.

\* Describir la circulación general de la atmósfera.

\* Reconocer los distintos frentes de la meteorología sinóptica.

\* Describir los diferentes climas de la Península Ibérica, el continente Europeo y las Islas Británicas, describiendo las situaciones atmosféricas típicas.

\* Identificar las zonas influenciadas por los diferentes climas en España.

\* Explicar la formación de la nieve en la atmósfera.

\* Actuación ante desprendimiento de aludes de nieve.

\* Definir las medidas elementales de seguridad en zonas fuera de pista.

\* Interpretar los signos de la atmósfera y a partir de éstos determinar la previsible evolución del tiempo meteorológico.

\* Realizar previsiones de meteorología local mediante la observación directa de instrumentos, cielo, nubosidad, etc.

\* Relacionar los diferentes factores meteorológicos y su incidencia en el manto nivoso.

\* Diferenciar e interpretar los distintos tipos de metamorfosis de la nieve, los factores que intervienen y sus consecuencias.

\* Reconocer los distintos tipos de cristales de nieve. Identificar un manto de nieve en equilibrio.

\* Explicar los factores que producen el desequilibrio del manto de nieve: factores de riesgos de avalanchas.

\* Diferenciar los distintos tipos de aludes: formación, características y causas de desprendimiento.

\* Dado un perfil estratigráfico del manto de nieve, valorar el posible riesgo de avalanchas y determinar el tipo de alud que puede producirse.

\* Definir el mecanismo de producción de las avalanchas  
\* Definir las medidas elementales de seguridad en zonas fuera de pista.

\* En un supuesto práctico planificar un recorrido de Snowboard en zonas fuera de pista, teniendo en cuenta el estudio del terreno, la obtención de los datos y partes meteorológicos, las técnicas de progresión por zonas inestables, actuación ante desprendimiento de aludes de nieve, etc..

\* Describir la contribución de los medios heliportados en el salvamento y rescate de accidentados.

\* En un supuesto práctico de víctimas atrapadas en un alud de nieve:

\* Utilizar los diferentes aparatos de ultrasonidos tipo ARVA.

\* Dirigir y coordinar un equipo de sondaje para la búsqueda de víctimas.

\* Enumerar cronológicamente las actuaciones, de ayuda y evacuación de víctimas.

\* Interpretar de forma práctica la escala CEN de riesgo de aludes.

\* Demostrar su capacidad de organización en un supuesto dado de socorro con helicóptero.

\* Alerta a los servicios de rescate. Elección de la zona de aproximación (ZA).

\* Marcaje de la ZA.

\* Control de la aproximación del helicóptero.

\* Embarque.

\* En un supuesto práctico planificar un recorrido de Snowboard en zonas fuera de pistas dentro del dominio esquiable de una estación de Deportes de Invierno:

\* Estudio del terreno.

\* Obtención de los datos y partes meteorológicos.

\* Técnicas de progresión por zonas inestables.

\* Diferenciar los distintos tipos de aludes: formación, características y causas de desprendimiento.

\* Dado un perfil estratigráfico del manto de nieve, valorar el posible riesgo de avalanchas y determinar el tipo de alud que puede producirse.

\* Colaborar en acciones de socorro en caso de avalanchas.

\* Planificar y realizar una ascensión de 500 metros de desnivel con un grupo. Se evaluará la gestión del programa y la estrategia en la conducción del grupo, su organización y consignas.

### 3.3.—Bloque Complementario.

#### A) Objetivos.

\* Entender la terminología más frecuentemente utilizada en las ciencias del deporte, en alemán, francés o inglés.

\* Emplear alguna de las aplicaciones informáticas para bases de datos.

\* Utilizar, como usuario, alguna de las bases de datos habituales actualmente en el mercado.

#### B) Contenidos.

\* Terminología específica en el idioma que proceda.

\* Bases de datos.

\* Los archivos o tablas y las características de los campos.

\* Introducción y edición de datos.

\* Relación de archivos o tablas. Las consultas.

\* Presentación de informes.

#### C) Criterios de Evaluación.

\* En un supuesto dado utilizar, como usuario, una aplicación informática relativa a alguna de las funciones que tiene encomendadas.

\* Elaborar un informe que contenga, en función de uno o de varios criterios dados, los datos estadísticos referidos a:

\* Las actuaciones deportivas relacionadas con la especialidad de un determinado esquiador.

\* Las actuaciones deportivas relacionadas con la especialidad de un determinado compañero en relación con las de otros que forman el grupo.

\* Sobre un texto en el idioma que proceda, referido a la especialidad deportiva, seleccionar y traducir los términos relativos a las ciencias del deporte.

### 3.4.—Bloque de Formación Práctica.

#### A) Objetivos.

El bloque de Formación Práctica del Técnico Deportivo en Snowboard, tiene como finalidad, además de las indicadas en el artículo 11 del presente Real Decreto, que los alumnos desarrollen de forma práctica las competencias adquiridas durante el período de formación, aplicando en situaciones reales los conocimientos y habilidades adquiridas en la formación teórica y práctica, y obtengan la experiencia necesaria para realizar con eficacia:

a) Efectuar la enseñanza de la técnica y la táctica del snowboard.

b) Dirigir el entrenamiento del snowboard.

c) Dirigir a individuos y equipos durante las competiciones de snowboard.

d) Dirigir el acondicionamiento físico de snowboarders.

e) Programar y organizar actividades de snowboard.

#### B) Contenidos.

1.—La Formación Práctica del Técnico Deportivo en Snowboard, consistirá en la asistencia continuada, durante un período de tiempo previamente fijado, y con una duración no inferior a 175 horas, en las actividades propias del Técnico Deportivo en Snowboard, bajo la supervisión de un tutor asignado y con grupos designados a tal efecto. Este período deberá contener en su desarrollo:

a) Sesiones de iniciación y perfeccionamiento del Snowboard, entre el 30 y el 40% del total del tiempo del bloque de formación práctica.

b) Sesiones de entrenamientos de Snowboard, entre un 20 y un 25 % del total del tiempo del bloque de formación práctica.

c) Sesiones de acondicionamiento físico de Snowboarders alpinos, entre un 20 y un 25 % del total del tiempo del bloque de formación práctica.

d) Sesiones de dirección de equipos en competiciones de Snowboard propias de su nivel, entre un 15 y un 25 % del total del tiempo del bloque de formación práctica.

e) Sesiones de programación de las actividades realizadas, entre un 15 y un 20 % del total del tiempo del bloque de formación práctica.

2.—El Bloque de Formación Práctica constará de tres fases: Fase de observación, Fase de colaboración y Fase de actuación supervisada.

3.—Al término de las tres fases el alumno realizará una Memoria de Prácticas la cual deberá ser evaluada por el tutor y por el centro donde hubiera realizado su formación.

\* Programar y realizar unidades de entrenamiento de la técnica y la táctica del Snowboard. Definiéndolos procesos de regeneración.

\* Comprender y definir la programación del entrenamiento de las capacidades físicas condicionales y de las cualidades perceptivo-motrices.

\* En un supuesto práctico valorar el rendimiento de deportistas.

\* Planificar y organizar el trabajo de los días de competiciones.

#### C) Criterios de Evaluación.

En el bloque de formación práctica solo se concederá la calificación de apto o no apto. Para alcanzar la calificación de apto los alumnos tendrán que:

\* Haber asistido como mínimo al 80% de las horas establecidas para cada una de las fases.

\* Participar de forma activa en las sesiones de trabajo.

\* Alcanzar los objetivos formativos en cada una de las sesiones.

\* Utilizar de un lenguaje claro y una correcta terminología específica.

\* Presentar correctamente la memoria de prácticas.

\* Estructurar al menos en los apartados siguientes:

o Descripción de la estructura y funcionamiento del centro, de las instalaciones y los espacios de las prácticas y del grupo/s con los que haya realizado el período de prácticas.

o Desarrollo de las prácticas: Fichas de seguimiento de las prácticas de cada sesión agrupadas por fases.

o Informe de autoevaluación de las prácticas.

o Informe de evaluación del tutor.

**2810** *ORDEN de 22 de septiembre de 2006, del Departamento de Educación, Cultura y Deporte, por la que se establecen los currículos y las pruebas de acceso específicas correspondientes a los títulos de técnico deportivo de las especialidades de los deportes de Montaña y Escalada en la Comunidad Autónoma de Aragón.*

El Real Decreto 1913/1997, de 19 de diciembre, (BOE 23 de enero de 1998) por el que se configuran como enseñanzas de régimen especial las conducentes a la obtención de titulaciones de técnicos deportivos, en su artículo 19 señala que corresponde al órgano competente de las Comunidades Autónomas en pleno ejercicio de sus competencias en educación, establecer, en el ámbito de sus respectivas competencias, el currículo de las modalidades y, en su caso, especialidades deportivas, del que formarán parte en todo caso, las enseñanzas mínimas.

El Real Decreto 318/2000, de 3 de marzo, (BOE 25 de marzo) ha establecido los títulos de técnico deportivo y técnico deportivo superior en las especialidades de los deportes de montaña y escalada, ha aprobado las correspondientes enseñanzas mínimas y regulado las pruebas de acceso a estas enseñanzas.

El Decreto 29/2004, de 10 de febrero, del Gobierno de Aragón, por el que se establece la estructura orgánica del Departamento de Educación, Cultura y Deporte, atribuye al Departamento en su artículo 1, la planificación, implantación, gestión y seguimiento de la Educación en Aragón.

En su virtud dispongo:

*Artículo primero.—Objeto.*

1.—De conformidad con lo establecido en el artículo 11 del Real Decreto 318/2000, de 3 de marzo, por el que se establecen los títulos de técnico deportivo y técnico deportivo superior en las especialidades de los deportes de montaña y escalada, se aprueban las correspondientes enseñanzas mínimas y se regulan las pruebas de acceso a estas enseñanzas, por la presente Orden se aprueban los currículos y las pruebas de acceso de carácter específico correspondientes a los siguientes títulos de grado medio:

a) Técnico Deportivo en Alta Montaña.

b) Técnico Deportivo en Barrancos.

c) Técnico Deportivo en Escalada.

d) Técnico Deportivo en Media Montaña.

*Artículo segundo.—Ámbito de aplicación.*

1.—La presente Orden será de aplicación en el ámbito de la Comunidad Autónoma de Aragón.

*Artículo tercero.—Finalidad de las enseñanzas*

1.—Las enseñanzas conducentes a la obtención de los títulos a que se refiere el artículo primero de la presente Orden tienen por finalidad, proporcionar a los alumnos la formación necesaria para:

a) Garantizar su competencia técnica y profesional en la correspondiente especialidad de los deportes de montaña y escalada y una madurez profesional motivadora de futuros aprendizajes y adaptaciones al cambio de las cualificaciones.

b) Comprender las características y la organización de su modalidad deportiva y conocer los derechos y obligaciones que se derivan de sus funciones.

c) Adquirir los conocimientos y habilidades necesarias para desarrollar su labor en condiciones de seguridad.

*Artículo cuarto. Estructuración de las enseñanzas.*

1.—Conforme a lo establecido en el artículo 4 del Real Decreto 318/2000, las enseñanzas se estructuran en:

a) Un bloque común compuesto por módulos transversales de carácter científico y técnico general, que son coincidentes y obligatorios para todas las especialidades de los deportes de montaña y escalada.

b) Un bloque específico que contiene los módulos de formación deportiva de carácter científico y técnico propios de cada una de las especialidades de los deportes de montaña y escalada.

c) Un bloque complementario que comprende los contenidos que tienen por objeto formativo la utilización de recursos tecnológicos, adaptación de los deportes de montaña y escalada a las personas con discapacidad y el conocimiento de los espacios naturales protegidos de Aragón.

d) Un bloque de formación práctica que se realiza al superar los bloques común, específico y complementario de cada nivel o grado.

*Artículo quinto. Requisitos para acceder a las enseñanzas.*

1.—Tener 16 años cumplidos o cumplirlos en el año natural de comienzo de las enseñanzas.

2.—Para acceder a estas enseñanzas, en cualquiera de las especialidades, será necesario estar en posesión del título de Graduado en Educación Secundaria Obligatoria o equivalente a efectos académicos, y superar la prueba de acceso de carácter específico que se establece en el Anexo I de esta Orden.

3. Para acceder a las enseñanzas de segundo nivel de grado medio, en cualquiera de las especialidades, se requerirá estar en posesión del certificado de superación del primer nivel de las enseñanzas de los deportes de montaña y escalada, y superar las pruebas de acceso de carácter específico en la correspondiente especialidad deportiva que se establece en el Anexo I de la presente Orden.

*Artículo sexto.—Acceso sin título.*

1.—No obstante lo dispuesto en el apartado anterior, será posible acceder a las enseñanzas sin cumplir los requisitos de titulación de Graduado en Educación Secundaria, siempre que el aspirante supere o cumpla los otros requisitos establecidos en el apartado anterior para cada caso, y reúna las condiciones de edad y supere la prueba de madurez correspondiente, que a tal efecto y conforme a lo dispuesto en el artículo 9 del Real Decreto 1913/1997, de 19 de diciembre, convoque el Departamento de Educación, Cultura y Deporte.

*Artículo séptimo.—Pruebas de carácter específico. Efectos y vigencia.*

1.—Las pruebas de carácter específico para acceder a las enseñanzas de grado medio contempladas en el artículo quinto de la presente Orden, están reguladas en la Orden de 14 de diciembre de 2001, del Departamento de Educación y Ciencia («Boletín Oficial de Aragón» del día 28), modificada por Orden de 2 de diciembre de 2003, del Departamento de Educación, Cultura y Deporte («Boletín Oficial de Aragón» del día 15)

2.—Conforme al artículo 9 del Real Decreto 318/2000, la superación de la prueba de carácter específico tendrá efectos en todo el ámbito del Estado y una vigencia de dieciocho meses contados a partir de la fecha de la terminación de la misma.

*Artículo octavo.—Exención de las pruebas y requisitos de acceso para los deportistas de alto nivel.*

1.—De acuerdo con lo dispuesto en el artículo 10 del Real Decreto 1913/1997, de 19 de diciembre, los deportistas de