



MINISTERIO
DE EDUCACIÓN, CULTURA
Y DEPORTE



FONDO SOCIAL EUROPEO
El FSE invierte en tu futuro

SECRETARÍA DE ESTADO DE
EDUCACIÓN, FORMACIÓN
PROFESIONAL Y UNIVERSIDADES

DIRECCIÓN GENERAL
DE FORMACIÓN PROFESIONAL

INSTITUTO NACIONAL
DE LAS CUALIFICACIONES

GLOSARIO DE TÉRMINOS

CUALIFICACIÓN PROFESIONAL: INICIACIÓN DEPORTIVA EN ATLETISMO

Código: AFD673_2

NIVEL: 2



Actividades: Acciones que forman parte de la programación y que tienen por finalidad proporcionar a los usuarios vivencias y experimentar hechos o comportamientos tales como adquirir conocimientos, desarrollar actitudes sociales y conseguir determinadas adaptaciones condicionales, destrezas y

Agarre: Rodear con la mano o con otro órgano prensil (el pico, la boca, etc.) un objeto o un ser animado, o una parte de estos, presionando para retenerlos, sostenerlos o sujetarlos: coger la mano de alguien; coger un vaso y levantarlo. habilidades específicas.

Agentes mecánicos, físicos o químicos: Son factores del medio que influyen de diversas maneras en el proceso de la enfermedad; entre los físicos el calor, el frío, y la humedad extremos, la radiación, y el ruido, principalmente; químicos con propiedades o no farmacológicas; mecánicos como el caso de objeto punzocortantes.

Alineación manual de la columna cervical: Movilización suave del accidentado en ausencia de lesión de la columna vertebral para colocarlo en decúbito supino con la misma línea de cabeza, tronco y caderas.

Alteraciones orgánicas: Manifestación de signos o síntomas de la modificación del estado general de una persona a través de la inspección y observación del color de su rostro, la deformidad de un miembro fracturado, la importancia de una quemadura, la frecuencia y regularidad del pulso, el dolor localizado en una contusión, estado de consciencia, etc.

Asistir: Socorrer, favorecer, ayudar.

Aspiración de vómitos: Cuando el contenido del vómito no es expulsado, puede provocar la asfixia si alcanza las vías respiratorias en cantidad suficiente como puede ocurrir en intoxicaciones alcohólicas, por anestésicos u opiáceos, o en accidentados con pérdida de conocimiento.

Apertura, limpieza y desobstrucción de la vía aérea: Aplicación de la maniobra frente-mentón para permitir la permeabilidad de la vía y observar la presencia o no de cuerpos extraños o tejidos blandos que obstruyan el paso del aire, para proceder a su retirada o sujeción tirando hacia fuera como en el caso de la lengua.

Apnea: Falta o suspensión de la respiración.

Apoyo emocional: Es una de las estrategias de intervención en crisis que tiene por objetivo acoger, contener y/o amortiguar el impacto psicológico generado por el evento crítico a fin de facilitar que las personas afectadas se estabilicen y estructuren, previniendo la aparición de consecuencias psicológicas negativas producto de la exposición a dicho evento.

Autoprotección: Medidas que se deben tomar para prevenir riesgos laborales.

Ataque: Fase del juego en la que se realizan acciones ofensivas que son ejecutadas por los jugadores con el objetivo de anotar puntos o goles.

Batida: Fase aérea en los saltos donde la energía acumulada en la carrera se transforma en salto. Existen dos tipos de batida: de velocidad(running), de fuerza(sinking).

Carreras: Acciones motrices básicas de forma cíclica, las cuales se repiten de forma periódica cada una de las partes de las que se compone su estructura representando una habilidad básica de locomoción y una prolongación básica



del andar. Hay distintos tipos de carreras: velocidad, medio fondo, fondo, obstáculos y marcha.

Balizamiento: Delimitación de alguna zona con el fin de acotar unos límites que por cualquier motivo, no interesa que se pasen.

Balón resucitador: Es una bolsa o balón autoinflable conectado a una válvula unidireccional que a su vez conecta, bien con una mascarilla de ventilación asistida, con un tubo endotraqueal o con una cánula de traqueotomía y se utiliza para insuflar aire en las vías aéreas.

CCE: Acrónimo de Centro Coordinador de Emergencias.

Comunicación: Trato, correspondencia entre dos o más personas.

Crisis convulsivas: Disfunción cerebral súbita o repentina que hace que la persona se desplome, presente agitaciones involuntarias y otras anomalías de carácter temporal en el funcionamiento cerebral, que a menudo van acompañadas de cambios en el nivel de consciencia o de pérdida de ella.

Colaborar: Trabajar con otra u otras personas en la realización de una obra.

Competición: Prueba o conjunto de pruebas acaecidas en un tiempo y con una duración determinados en el que una serie de equipos o contrincantes luchan por conseguir el triunfo

DEA: Acrónimo de Desfibrilador Automático.

DESA: Acrónimo de Desfibrilador Semiautomático.

Emergencia: Situación de peligro o desastre que requiere una acción inmediata.

Defensa: Fase del juego en la que los jugadores se coordinan para evitar el avance del equipo contrario hacia su portería, impidiendo así la consecución de puntos o goles.

Dinamizar: Hacer que comience a funcionar una actividad o que tenga mayor desarrollo e importancia.

Dirigir: Llevar una actividad hacia un fin determinado, aconsejando, guiando y haciendo seguir unas conductas prefijadas
Evaluación: Proceso sistemático y planificado de recogida de información relativa al sistema en su conjunto para su posterior valoración, de modo que sea posible tomar las decisiones oportunas sobre la base de los datos recabados (reconducción, ajuste, entre otros.)

Evento: suceso importante y programado de distinta índole, en este caso deportivo.

Fosbury: Estilo actualmente utilizado para efectuar el salto de altura.

Incidencias: Acontecimiento que sobreviene en el curso de un asunto o negocio y tiene con él alguna conexión.

Instalación: Lugar físico en el que se desarrollará la actividad.

Hemostasia: Contención o detención de una hemorragia mediante los mecanismos fisiológicos del organismo o por medio de procedimientos manuales, químicos, instrumentales o quirúrgicos.

Hipoxia: Familia de afecciones caracterizadas por una falta de oxígeno en los tejidos del cuerpo. Los signos y síntomas de la hipoxia incluyen desmayo, dificultad para respirar, dolor de cabeza, taquicardia, hormigueo, cianosis, etc.

Lanzamientos: Son habilidades que permiten arrojar un artefacto al espacio lo más lejos posible. Se clasifican en ligeros o aerodinámicos (disco y jabalina) pesados (martillo y peso).



Material: Son elementos agrupados en un conjunto el cual es, o puede ser, usado con algún fin específico. Los elementos del conjunto pueden tener naturaleza *real* (petos, conos, vallas, miniporterías, etc.).

Maniobras de soporte ventilatorio y/o circulatorio básico: Combinación de acciones para la reanimación del accidentado comprobada la ausencia de respiración, llevándose a cabo el masaje cardíaco en la línea media del pecho en la zona baja del esternón e insuflando aire mediante “boca a boca” con la apertura de la vía aérea mediante la maniobra frente-mentón, en una relación de 30 compresiones a 2 insuflaciones.

Metodología: conjunto conceptos, procedimientos y actitudes que se van a poner en práctica con el fin de aprender y adquirir habilidades y destrezas determinadas.

Motivación: factor que mueve al deportista a actuar en cada momento y que está relacionado con el porqué de lo que se hace.

Normas: Es una regla que debe ser respetada y que permite ajustar ciertas conductas o actividades.

Obstáculo o cuerpo extraño: Es un cuerpo o partícula de origen biológico o inerte, introducido voluntaria o involuntariamente en un lugar del organismo que no le corresponde.

Optimizar: Buscar la mejor manera de realizar una actividad.

Procedimientos: Es una serie ordenada de acciones que se orienta al logro de un fin o meta determinado. Se puede distinguir, en función de la naturaleza de las acciones que implican, entre procedimientos de componente motriz y de componente cognitivo. A su vez, los procedimientos pueden presentar distinto grado de generalidad, en función del número de acciones implicadas en su ejecución, de la estabilidad con la que tales acciones deban ser realizadas y del tipo de meta al se orientan. Este tipo de contenido básicamente engloba a las denominadas *destrezas, técnicas y estrategias*.

Programación: planificación y secuenciación de actividades en un orden espacio-temporal determinados al alcance y superación de unos objetivos previamente establecidos.

PAS: Protocolo de actuación del primer interviniente: acrónimo de proteger, avisar y socorrer.

Parada cardio-respiratoria: Ausencia de pulso y ritmo cardíaco.

PCR: Acrónimo de Parada Cardiorrespiratoria.

Permeabilidad de la vía aérea: Ausencia de obstrucción ocasionada por los tejidos blandos del piso de la boca (lengua) o cuerpo extraño.

PLS: Acrónimo de Posición Lateral de Seguridad.

Posición antishock: Consiste en una vez tumbar en decúbito supino al accidentado y elevarle las piernas.

Prevenir: Preparar, aparejar y disponer con anticipación lo necesario para un fin.

Primeros auxilios: Aquellas medidas o actuaciones que realiza el auxiliador, en el mismo lugar donde ha ocurrido el accidente, hasta la llegada de personal especializado.



Protocolo: Definición y descripción ordenada de las acciones que se deben realizar.

RCP: Acrónimo de Reanimación Cardiopulmonar. Conjunto de medidas terapéuticas que se aplican para recuperar o mantener las constantes vitales del organismo.

Recursos: Medio de cualquier clase que, en caso de necesidad, sirve para conseguir lo que se pretende.

Ritmo respiratorio: La inspiración y la espiración se realizan a intervalos regulares que constituyen el ritmo respiratorio. El ritmo considerado normal en el adulto es de alrededor de 16 veces por minuto.

Salto: Habilidades motrices que permiten mediante una impulsión vigorosa de una pierna suspender el cuerpo en el aire con el objetivo de superar un listón o llegar a recepcionar lo más lejos posible tras realizar una carrera de aproximación. Hay saltos con predominio horizontal(longitud y triple), y de predominio vertical(altura y pértiga). Este predominio depende de la angulación del centro de gravedad del cuerpo al comenzar la fase del vuelo.

Seguridad: Realizar una acción exenta de todo peligro, daño o riesgo.

Shock: Es una afección potencialmente mortal que se presenta cuando el cuerpo no está recibiendo un flujo de sangre suficiente produciéndose mareos, náuseas y desvanecimientos que pueden llevar a la inconsciencia e incluso la muerte.

Sesión de entrenamiento: espacio de tiempo que se emplea junto con los compañeros de equipo para aprender, consolidar o perfeccionar las cuatro variables que intervienen en el rendimiento deportivo: técnica, táctica, física y psicológica. Se estructura en distintas fases siguiendo una secuencia determinada (calentamiento, fase principal y vuelta a la calma).

Shock hipovolémico: Es una afección de emergencia en la cual la pérdida grave de sangre y líquido hace que el corazón sea incapaz de bombear suficiente sangre al cuerpo.

SVB: Acrónimo de Soporte Vital Básico.

Tacos: Los tacos de salida o "starting" son los dispositivos utilizados por los corredores para realizar las salidas en las pruebas de velocidad.

Talonar: Medir la distancia ajustándola a la zancada y ritmo de carrera para aproximarse al obstáculo.

Táctica: Conjunto de medios que se emplean para conseguir un resultado, la parte ejecutiva de la estrategia.

Técnica: Habilidad en la utilización del conjunto de procedimientos y métodos de un deporte, ciencia, arte u oficio.

Vigilancia: Cuidado y atención exacta en las cosas que están a cargo de cada uno.

Zarandeos: Agitar o mover con rapidez y energía a alguien o algo.