



PROCEDIMIENTO DE EVALUACIÓN Y ACREDITACIÓN DE LAS COMPETENCIAS PROFESIONALES

CUESTIONARIO DE AUTOEVALUACIÓN PARA LAS TRABAJADORAS Y TRABAJADORES

UNIDAD DE COMPETENCIA

“UC2032_2: Ejecutar las técnicas básicas de gobierno de embarcaciones de piragüismo, en aguas tranquilas, bravas hasta clase ii, mar con vientos hasta fuerza iii de escala beaufort, con eficacia y seguridad”

LEA ATENTAMENTE LAS INSTRUCCIONES

Conteste a este cuestionario de **FORMA SINCERA**. La información recogida en él tiene **CARÁCTER RESERVADO**, al estar protegida por lo dispuesto en la Ley Orgánica 15/1999, de 13 de diciembre, de protección de datos de carácter personal.

Su resultado servirá solamente para ayudarle, **ORIENTÁNDOLE** en qué medida posee la competencia profesional de la “UC2032_2: Ejecutar las técnicas básicas de gobierno de embarcaciones de piragüismo, en aguas tranquilas, bravas hasta clase II, mar con vientos hasta fuerza III de escala Beaufort, con eficacia y seguridad”.

No se preocupe, con independencia del resultado de esta autoevaluación, Ud. **TIENE DERECHO A PARTICIPAR EN EL PROCEDIMIENTO DE EVALUACIÓN**, siempre que cumpla los requisitos de la convocatoria.

Nombre y apellidos del trabajador/a:	Firma:
NIF:	
Nombre y apellidos del asesor/a:	Firma:
NIF:	



UNIÓN EUROPEA
NextGenerationEU

INSTRUCCIONES CUMPLIMENTACIÓN DEL CUESTIONARIO:

Las actividades profesionales aparecen ordenadas en bloques desde el número 1 en adelante. Cada uno de los bloques agrupa una serie de actividades más simples (subactividades) numeradas con 1.1., 1.2.,..., en adelante.

Lea atentamente la actividad profesional con que comienza cada bloque y a continuación las subactividades que agrupa. Marque con una cruz, en los cuadrados disponibles, el indicador de autoevaluación que considere más ajustado a su grado de dominio de cada una de ellas. Dichos indicadores son los siguientes:

1. No sé hacerlo.
2. Lo puedo hacer con ayuda.
3. Lo puedo hacer sin necesitar ayuda.
4. Lo puedo hacer sin necesitar ayuda, e incluso podría formar a otro trabajador o trabajadora.

1: Seleccionar y preparar la embarcación de piragüismo, material auxiliar e indumentaria asegurando su operatividad y navegabilidad en condiciones de seguridad, efectuando su transporte, almacenamiento, adaptaciones y mantenimiento, y observando las medidas de prevención de riesgos.	INDICADORES DE AUTOEVALUACIÓN			
	1	2	3	4
1.1: Seleccionar la embarcación de piragüismo, la indumentaria, el material auxiliar y el de seguridad, verificando su seguridad y funcionalidad, para que se adecuen a las características personales, del medio natural y de la actividad, para prevenir y minimizar riesgos y accidentes laborales.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
1.2: Revisar la embarcación de piragüismo, la indumentaria, el material auxiliar y el de seguridad antes, durante y después de su uso, efectuando las adaptaciones y reparaciones correspondientes, para que se adecuen a las características personales, del medio natural y de la actividad.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
1.3: Realizar el almacenaje de las embarcaciones de piragüismo, del material y de las herramientas de mantenimiento según los protocolos establecidos, para asegurar su limpieza, conservación, reparación, funcionalidad y facilidad de utilización posterior.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
1.4: Limpiar el material de reparación y mantenimiento, almacenando y revisando según los protocolos establecidos, para verificar su estado de uso, garantizando el mismo y previniendo riesgos y accidentes laborales.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
1.5: Preparar y acondicionar el material para la actividad y el de seguridad, que deba ser trasladado, evitando su deterioro y garantizando su operatividad,	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

1: Seleccionar y preparar la embarcación de piragüismo, material auxiliar e indumentaria asegurando su operatividad y navegabilidad en condiciones de seguridad, efectuando su transporte, almacenamiento, adaptaciones y mantenimiento, y observando las medidas de prevención de riesgos.	INDICADORES DE AUTOEVALUACIÓN			
	1	2	3	4
asegurándolo en el medio de transporte elegido y siguiendo la normativa vigente para mantener el nivel de seguridad.				

2: Identificar las condiciones de dificultad y peligrosidad del espacio navegable, y prever situaciones meteorológicas adversas, para establecer las trayectorias acotando los espacios navegables y realizar una navegación segura.	INDICADORES DE AUTOEVALUACIÓN			
	1	2	3	4
2.1: Identificar los espacios navegables visualmente (lámina de agua, accesibilidad, entre otros) para delimitar las posibles trayectorias de navegación.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2.2: Identificar e interpretar las condiciones meteorológicas locales y los signos naturales indicadores de cambios meteorológicos (presión, temperatura, humedad) previamente a la realización de la actividad de piragüismo, para prever la evolución de los mismos.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2.3: Identificar los posibles puntos de embarque, desembarque y evacuación del espacio navegable para garantizar una navegación segura.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2.4: Manejar e interpretar la cartografía (mapas y guías náuticas) para desarrollar los recorridos en condiciones previstas de tiempo y seguridad.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2.5: Identificar los elementos peligrosos del espacio navegable de forma continuada, evitándose o vadeándose si es necesario, para garantizar una navegación segura.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2.6: Identificar los elementos dinámicos del espacio navegable para establecer las trayectorias posibles.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2.7: Interpretar la información meteorológica y de caudal para adaptar la actividad a dicho parámetro.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

2: Identificar las condiciones de dificultad y peligrosidad del espacio navegable, y prever situaciones meteorológicas adversas, para establecer las trayectorias acotando los espacios navegables y realizar una navegación segura.	INDICADORES DE AUTOEVALUACIÓN			
	1	2	3	4
2.8: Realizar la navegación adecuándola a la normativa de navegación, en especial en las salidas y entradas de playa y puerto, y cuando exista conflicto con otras embarcaciones o bañistas, para garantizar la seguridad y el cumplimiento de las leyes.				

3: Gobernar y dirigir embarcaciones de piragüismo en aguas tranquilas, bravas hasta clase II y en mar con vientos hasta fuerza III de escala Beaufort para realizar la navegación de forma eficiente y minimizando los posibles riesgos.	INDICADORES DE AUTOEVALUACIÓN			
	1	2	3	4
3.1: Realizar las acciones de embarque y desembarque manteniendo la embarcación de piragüismo estable y afianzada a la orilla a través de la técnica que mejor facilite el paso de tierra a embarcación de piragüismo y viceversa, para garantizar la accesibilidad y seguridad.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3.2: Realizar los ajustes posicionales y del equipamiento (reposapiés, cinchas, cubrebañeras) una vez embarcado el deportista, para adoptar la posición que permita el gobierno de la embarcación de piragüismo.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3.3: Determinar la altura del centro de gravedad y el tamaño, la posición y la forma del punto de apoyo para conseguir la estabilidad y el equilibrio en la embarcación de piragüismo.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3.4: Obtener la propulsión en el agua de la embarcación de piragüismo, utilizando técnicas tales como paleo, palada circular, tracción orientada, de control u otras, para conseguir eficiencia en el desplazamiento.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3.5: Controlar la dirección de la embarcación de piragüismo mediante la utilización eficiente de las diferentes paladas y apoyos direccionales o de uso del timón, así como de las acciones sobre los ejes de la embarcación de piragüismo para garantizar su trayectoria.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3.6: Adecuar los movimientos de la embarcación de piragüismo, tipos de palada y ritmo de paleo a la navegación y a las condiciones externas para conseguir eficacia y seguridad en el recorrido.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

3: Gobernar y dirigir embarcaciones de piragüismo en aguas tranquilas, bravas hasta clase II y en mar con vientos hasta fuerza III de escala Beaufort para realizar la navegación de forma eficiente y minimizando los posibles riesgos.	INDICADORES DE AUTOEVALUACIÓN			
	1	2	3	4
3.7: Realizar la aproximación con la embarcación de piragüismo a un piragüista volcado, con eficacia según las condiciones del lugar, asegurando la estabilidad de la misma para resolver la situación de riesgo.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

4: Realizar técnicas de autorescate y rescate en condiciones de inestabilidad por el vuelco de la embarcación de piragüismo, para resolver las situaciones de riesgo de forma eficiente y segura.	INDICADORES DE AUTOEVALUACIÓN			
	1	2	3	4
4.1: Resolver el vuelco de la embarcación de piragüismo empleando la técnica del esquimotaje o zafándose de la embarcación de piragüismo, manteniendo el control de la misma y del material auxiliar (pala) para su traslado a nado hacia la zona de seguridad del tramo de navegación (autorescate).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4.2: Realizar la maniobra de esquimotaje en el autorescate para conseguir mantener el autocontrol, la seguridad y la eficacia en la embarcación de piragüismo.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4.3: Realizar las técnicas de recuperación del material suelto y las primeras acciones de recogida de los palistas caídos al agua desde la embarcación de piragüismo de forma ordenada, eficaz y rápida, adaptándose a las condiciones del espacio navegable, características de los mismos y resto de ocupantes de la embarcación de piragüismo si los hubiera, manteniendo la comunicación y transmitiéndoles órdenes claras y sencillas, para reducir el tiempo de estancia en el agua.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4.4: Realizar la natación con chaleco en aguas tranquilas, bravas hasta clase II y en mar con vientos hasta fuerza III de escala Beaufort con tranquilidad y orientación para facilitar y garantizar la seguridad.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4.5: Escoger el lugar y la técnica para el vaciado de la embarcación de piragüismo y reembarque, y realizar con eficiencia según las condiciones del lugar del vuelco, características de las embarcaciones de piragüismo y distancia a la orilla, para garantizar la seguridad.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4.6: Realizar el acceso a lugares con corriente o aguas inestables (en aguas tranquilas, bravas y en zona de costa en mar con vientos hasta fuerza III de escala Beaufort) para la recuperación de material empleando si fuera necesario,	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

4: Realizar técnicas de autorescate y rescate en condiciones de inestabilidad por el vuelco de la embarcación de piragüismo, para resolver las situaciones de riesgo de forma eficiente y segura.	INDICADORES DE AUTOEVALUACIÓN			
	1	2	3	4
cuerdas (bolsa de seguridad) y mosquetones con mecanismos de liberación automática, atendiendo a criterios de seguridad.				
4.7: Utilizar los mecanismos e instrumentos para solicitar ayuda externa, según el protocolo establecido, cuando se estima necesario, para resolver situaciones de riesgo en el autorescate.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>