

Estándar de competencias profesionales

Concretar y dinamizar sesiones secuenciadas de iniciación deportiva en esquí de fondo

Familia Profesional	Actividades Físicas y Deportivas
Nivel	2
Código	ECP2423_2
Estado	BOE
Publicación	RD 43/2022

Competencia profesional

Elementos de la competencia

EC1 Concretar las sesiones secuenciadas a partir de un programa de referencia de iniciación deportiva en esquí de fondo, adaptándolas a las capacidades de los fondistas, los criterios de accesibilidad, riesgos deportivos y el cuidado de la naturaleza para garantizar una progresión en la enseñanza.

IC1.1 Las cualidades físicas, motoras y técnicas de los fondistas se valoran previamente con el fin de adaptar las sesiones secuenciales a sus características personales.

IC1.2 La programación de referencia de iniciación deportiva en esquí de fondo se interpreta, diferenciando los siguientes elementos que la componen:

IC1.2 - Los objetivos generales.

IC1.2 - Los ciclos temporales o sub-periodos que la estructuran y la distribución temporal de los objetivos de aprendizaje.

IC1.2 - Los ejercicios y actividades orientadas al aprendizaje de la técnica del esquí de fondo.

IC1.2 - Las estrategias metodológicas específicas.

IC1.2 - Los recursos humanos y medios materiales disponibles.

IC1.2 - Los aspectos de riesgo potencial dentro de la configuración de los ejercicios por la práctica y ejecución, medios materiales disponibles, entorno de ejecución y sus condiciones.

IC1.3 Las sesiones de iniciación deportiva en esquí de fondo basadas en la programación de referencia se especifican en función de la información actualizada disponible, determinando para cada una de ellas:

IC1.3 - La estructura y su distribución temporal entre el calentamiento, parte principal y vuelta a la calma.

IC1.3 - Las estrategias metodológicas y su vinculación con los ejercicios y actividades planteadas.

IC1.3 - La accesibilidad y características de la instalación donde se desarrolla la sesión.

IC1.3 - Los recursos y medios materiales a utilizar.

IC1.3 - Las ayudas, pautas de relación y comunicación a utilizar con los fondistas.

IC1.4 Las actividades de seguimiento se ubican cronológicamente, concretando los instrumentos de valoración a utilizar sobre ellas.

IC1.5 Los instrumentos de valoración de las actividades de seguimiento se especifican, orientándose a comprobar el grado de consecución de los objetivos previstos en la programación de referencia.

EC2 Seleccionar el terreno sobre el que desarrollar las sesiones y los recursos materiales (material deportivo individual y material de uso colectivo) acordes al perfil de los fondistas, valorando los medios físicos y ambientales, la adaptación a los objetivos de la sesión y garantizando la seguridad para obtener la progresión deseada, y la protección del medio ambiente.

IC2.1 Los medios ambientales como la previsión meteorológica o el estado de la nieve, se verifican por medio de la información periódica disponible antes y durante las sesiones de iniciación deportiva, identificando los posibles riesgos y proponiendo medidas para la adaptación a los mismos.

IC2.2 El terreno seleccionado se revisa antes de su utilización, comprobando su operatividad, accesibilidad y adaptación a las características individuales de los fondistas y al tipo de sesión programada, identificando los peligros y proponiendo medidas para su prevención, y estableciendo alternativas en caso de que las condiciones iniciales del terreno se modifiquen.

IC2.3 El material deportivo de uso colectivo (conos, gomas, balizas entre otros) se selecciona verificando su adaptación a los objetivos de la sesión, así como su estado de uso.

IC2.4 El material deportivo individual se comprueba verificando su adaptación al perfil de los fondistas desde un punto de vista morfológico, de nivel técnico, considerando las condiciones climáticas.

IC2.5 Las dinámicas a utilizar relacionadas con la sensibilización para la protección del medio ambiente se seleccionan adaptadas a las características de los fondistas y del grupo previo al inicio de la sesión.

EC3 Dinamizar las sesiones de iniciación deportiva en esquí de fondo acorde a sus programaciones, respetando y protegiendo el medio ambiente para conseguir los objetivos y evidenciar el aprendizaje de los fondistas.

IC3.1 El recibimiento y la despedida de los fondistas se ejecutan, fomentando la empatía y desenfado, generando vínculos de cordialidad y fomentando la fidelización de los mismos con la práctica de la actividad.

IC3.2 Los objetivos de las sesiones de iniciación deportiva en esquí de fondo se atienden, previamente identificadas, aplicando el estilo de enseñanza (mando directo, asignación de tareas, descubrimiento guiado entre otros) que mejor se adapte al perfil de los fondistas.

IC3.3 La duración de la sesión y el desarrollo del programa de actividades de iniciación deportiva en esquí de fondo se aplican, siguiendo la programación de referencia, reforzando positivamente las actividades durante el proceso.

IC3.4 El contenido de cada sesión se informa a los fondistas incidiendo en la ejecución de las tareas, su finalidad, y los elementos de riesgo a tener en cuenta.

IC3.5 La ejecución de los ejercicios se explica previo al comienzo de la sesión con el fin de identificar los posibles errores de ejecución, utilizando todos los soportes y recursos posibles (grabación en video, demostraciones entre otros), asegurando la comprensión por parte de los fondistas.

IC3.6 La propia ubicación tanto en la explicación de la actividad como en el desarrollo de la misma se mantienen, garantizando controlar visualmente a cada deportista asegurando:

IC3.6 - La comprensión total por su parte de sus explicaciones.

IC3.6 - La seguridad de la actividad, pudiéndose anticipar a posibles contingencias.

IC3.6 - La captación del máximo interés de los fondistas hacia las actividades.

IC3.6 - La motivación y participación de los fondistas.

IC3.7 Las actividades alternativas establecidas dentro de la programación de referencia se desarrollan, garantizando la solución de situaciones imprevistas o la falta de adaptación de los fondistas a las mismas.

IC3.8 La relación intergrupal durante la actividad se gestiona, introduciendo dinámicas de grupo que promuevan el reconocimiento personal, el respeto, el compañerismo, y la interrelación del grupo.

EC4 Corregir el gesto técnico de los fondistas analizando su ejecución de acuerdo al modelo de referencia, informándoles de sus errores y modo de subsanarlos y reforzándoles positivamente para garantizar la progresión en su aprendizaje.

IC4.1 El gesto técnico se analiza, contextualizándolo en función del terreno, la velocidad, las características del deportista y el material, informando al deportista al respecto.

IC4.2 La información procedente del análisis del gesto técnico del deportista se genera, comparando éste con el modelo de referencia, evidenciándose las diferencias que pudieran darse mediante feedbacks producidos durante la propia ejecución o posterior a ella.

IC4.3 Los errores técnicos se corrigen, explicando la causa que los provoca y abordándose su resolución de manera secuencial en base a su importancia.

IC4.4 La corrección de errores se acomete, proponiendo tareas específicas correctoras en cada caso, eligiendo el momento oportuno para plantearlas.

IC4.5 Las preguntas a los fondistas sobre su ejecución, así como reflexiones derivadas de las respuestas que den se proporcionan incidiendo en aprendizajes significativos que se van construyendo por los propios fondistas.

IC4.6 El planteamiento de nuevas situaciones de ejecución para los fondistas, derivadas de su propia práctica se genera, incidiendo en la construcción de un aprendizaje de forma reflexiva por su parte.

EC5 Valorar el desarrollo de las sesiones de iniciación deportiva en esquí de fondo en relación a la programación de referencia, utilizando procedimientos e instrumentos de evaluación para verificar el cumplimiento de los objetivos previstos y la motivación de los fondistas.

IC5.1 La recogida de datos se ejecuta de manera sistemática, siguiendo las pautas de la programación de referencia, y contribuyendo a un posible aporte de conclusiones tras su análisis.

IC5.2 La motivación de los fondistas se comprueba, analizando su implicación en la práctica deportiva y sus respuestas a cuestionarios de valoración propuestos en relación a las sesiones realizadas.

IC5.3 Los datos obtenidos se transmiten en la ficha, modelo de recogida y registro de datos, físicos y/o informáticos previstos en la programación de referencia, retroalimentando el proceso.

IC5.4 La puesta en común de las conclusiones de la evaluación de sesiones se comparte con la persona responsable, generando posibles adaptaciones para la mejora continua.

Contexto profesional

Ámbito profesional

Sectores productivos

Ocupaciones y puestos de trabajo relevantes

Monitores de iniciación deportiva en esquí de fondo

Medios de producción

Pista de esquí de fondo de dificultad media-baja (color verde) o media-alta (color azul), pudiendo llegar a las de dificultad alta (color rojo) en función de la experiencia de los aprendices y de las circunstancias meteorológicas. Recorridos nórdicos fuera pista. Materiales específicos: calzado deportivo de esquí de fondo, esquís de fondo y ropa deportiva. Materiales de señalización y otros. Protocolos de seguridad. Sistema de protección de datos.

Información utilizada o generada

Programas de iniciación deportiva en esquí de fondo y sus modalidades. Manuales de iniciación al entrenamiento. Manuales de iniciación deportiva en esquí de fondo. Videos de modelos técnicos. Revistas y libros especializados. Guías y normativa para la acción preventiva de accidentes en el entorno del esquí. Documentación técnica de equipos y medios materiales. Programación general de referencia. Fichas de las sesiones. Ficha de control de mantenimiento. Plan de prevención de riesgos laborales. Normativa medioambiental.