

CUALIFICACIÓN PROFESIONAL:

Iniciación deportiva en esquí de fondo

<i>Familia Profesional:</i>	Actividades Físicas y Deportivas
<i>Nivel:</i>	2
<i>Código:</i>	AFD722_2
<i>Estado:</i>	BOE
<i>Publicación:</i>	RD 43/2022

Competencia general

Concretar, organizar, instruir y dinamizar actividades dirigidas a la iniciación deportiva en esquí de fondo colaborando en la organización de competiciones de tipo social y eventos, acompañando a los fondistas durante su participación conforme a las directrices establecidas en la programación de referencia, velando por su integridad física y por la mejora en su aprendizaje desde un enfoque saludable, de respeto al medio y de competición.

Unidades de competencia

- UC2422_2:** Ejecutar técnicas específicas de esquí de fondo
- UC2423_2:** Concretar y dinamizar sesiones secuenciadas de iniciación deportiva en esquí de fondo
- UC2424_2:** Dinamizar acciones de promoción y acompañamiento a fondistas y de apoyo organizativo en actividades, eventos y competiciones de tipo social en esquí de fondo
- UC0272_2:** ASISTIR COMO PRIMER INTERVINIENTE EN CASO DE ACCIDENTE O SITUACIÓN DE EMERGENCIA

Entorno Profesional

Ámbito Profesional

Desarrolla su actividad profesional en el área de gestión de servicios de deporte en entidades de naturaleza pública o privada, ya sean grandes, medianas, pequeñas o microempresas, tanto por cuenta propia como ajena, con independencia de su forma jurídica. Desarrolla su actividad dependiendo en su caso, funcional y/o jerárquicamente de un superior, pudiendo tener personal a su cargo en ocasiones, siempre en el seno de un equipo interdisciplinar, colaborando y de manera coordinada con otros profesionales. En el desarrollo de la actividad profesional se aplican los principios de accesibilidad universal y diseño para todas las personas de acuerdo con la normativa aplicable.

Sectores Productivos

Se ubica en los sectores del deporte, ocio, tiempo libre y turismo.

Ocupaciones y puestos de trabajo relevantes

Los términos de la siguiente relación de ocupaciones y puestos de trabajo se utilizan con carácter genérico y omnicomprendivo de mujeres y hombres.

- Auxiliares de control de competición en esquí de fondo
- Monitores de iniciación deportiva en esquí de fondo

Formación Asociada (330 horas)

Módulos Formativos

- MF2422_2:** Técnicas de iniciación deportiva en esquí de fondo (120 horas)
- MF2423_2:** Metodología de la iniciación deportiva en esquí de fondo (90 horas)
- MF2424_2:** Promoción y acompañamiento a fondistas en competiciones de tipo social y eventos de esquí de fondo (60 horas)
- MF0272_2:** PRIMEROS AUXILIOS (60 horas)

UNIDAD DE COMPETENCIA 1

Ejecutar técnicas específicas de esquí de fondo

Nivel: 2

Código: UC2422_2

Estado: Tramitación BOE

Realizaciones profesionales y criterios de realización

RP1: Desenvolverse en el medio y en el entorno eficazmente, utilizando el material deportivo e indumentaria adecuada para la práctica del esquí de fondo con seguridad.

CR1.1 Los diferentes tipos y estados de nieve, sus procesos de formación, así como los cambios que experimenta por la acción de temperatura, humedad y orientación de la pista se interpretan, generando formas específicas de esquiar, adaptadas a las circunstancias.

CR1.2 La organización, funcionamiento, normas de seguridad, señalización, pistas, actividades, se interpreta, produciendo conductas responsables y seguras en dicho entorno.

CR1.3 El material deportivo e indumentaria necesaria para la práctica del esquí de fondo se selecciona, atendiendo a la dureza de los esquís, el ancho de los esquís, la longitud de los bastones, el tipo de encerado y tipo de calzado.

CR1.4 El encerado se ejecuta, atendiendo al tipo de nieve, la humedad, la temperatura de la nieve y la temperatura del aire, fomentando una práctica del esquí de fondo segura y eficiente.

RP2: Mantener la posición base tanto en movimiento como en parado, tanto en modalidad clásico como en modalidad patinador con eficacia y seguridad para garantizar la estabilidad en la práctica del esquí de fondo.

CR2.1 El mantenimiento de la posición base se consigue, dominando el equilibrio, manteniendo un apoyo centrado sobre los esquís.

CR2.2 La posición se auto regula, ajustando el nivel de extensión-flexión entre articulaciones y segmentos corporales en sentido ascendente, comenzando desde los tobillos y terminando por la posición de brazos ligeramente flexionados, adelantados y abiertos con las manos a la altura de las caderas y bastones con las puntas hacia atrás y paralelos a la dirección de los esquís.

CR2.3 La posición se ajusta continuamente en función de la situación (pista, nieve, pendiente, terreno, modalidad), manteniendo el apoyo centrado sobre los esquís y como respuesta a las fuerzas externas que se generan al mantener el cuerpo en equilibrio.

RP3: Deslizar por las pistas de esquí de fondo en técnica clásica, realizando diferentes formas de desplazamiento adaptadas a la situación (pista, nieve, pendiente, terreno) para garantizar el desempeño de la actividad.

CR3.1 El desplazamiento sobre la nieve en la técnica clásica se ejecuta, manteniendo los esquís paralelos en cada paso.

CR3.2 El paso empuje de la modalidad técnica clásica, se ejecuta:

- Desde la proyección, clavando los bastones y efectuando el empuje con los brazos y con la intervención del tronco, aligerando los pies.

- Durante la primera fase de empuje, flexionando el tronco, llevando los pies hacia adelante para restaurar la centralidad.
- Con los pies a la misma altura y las piernas semi-flexionadas, continuando con el impulso de los brazos hasta que los bastones se separen de la nieve.
- En la última fase, proyectando la cadera y recuperando los brazos hasta obtener la proyección.

CR3.3 El paso simultáneo de la modalidad técnica clásica, se ejecuta:

- Desde la posición de máxima carga con las piernas al mismo nivel, ejecutando el impulso con los brazos, con el siguiente cambio de peso hacia el esquí opuesto.
- En el deslizamiento, proyectando la cadera hasta obtener una proyección mínima para clavar los bastones.
- Empezando el empuje con una flexión del torso y siguiendo con la acción de los brazos, recuperando la pierna trasera.
- Durante la parte final del empuje, deslizando sobre ambos esquís, ejecutando la extensión del tronco.

CR3.4 El paso alternativo de la modalidad técnica clásica se ejecuta:

- Efectuando el empuje de la pierna y del brazo opuestos con el cambio del peso hacia el esquí opuesto, desde la posición de máxima carga.
- Clavando el bastón, una vez que se alcanza la máxima amplitud del paso, y empezando el trabajo de tracción de brazo, recuperando las extremidades hasta el siguiente paso de la pierna de apoyo.

CR3.5 El paso tijera de la modalidad técnica clásica se ejecuta:

- Comenzando el impulso de la pierna y el brazo opuesto, avanzando las extremidades descargadas, desde la posición de carga máxima con el canto interno del esquí.
- Colocando simultáneamente el esquí con el borde y clavando el bastón opuesto en la nieve, al final del empuje.
- Cargando la pierna y recuperando las extremidades posteriores, durante la primera fase de empuje de los brazos.

CR3.6 El paso cuña directa de la modalidad técnica clásica se ejecuta partiendo de la posición básica (tobillo y rodillas flexionadas), separando las colas de los esquís y manteniendo las puntas juntas y dejando que los esquís se deslicen hacia la línea de máxima pendiente, presionando por igual ambos esquís para tener control de la velocidad.

RP4: Deslizar por las pistas de esquí de fondo en técnica patinador ejecutando las formas de desplazamiento adaptadas a la situación (pista, nieve, pendiente, terreno, tipo de desplazamiento y modalidad) para el desempeño de la actividad.

CR4.1 El desplazamiento sobre la nieve en la técnica patinador se ejecuta con los esquís que deslizan alternativamente, separados en la punta y en diagonal con respecto a la dirección del desplazamiento.

CR4.2 El paso asimétrico de la modalidad técnica de patinador se ejecuta, de manera secuencial, mediante las siguientes fases:

- Efectuando el empuje de la pierna y adelantando los brazos y el esquí con la punta abierta, desde la posición de carga máxima en el lado débil con los esquís de canto.
- Apoyando simultáneamente los esquís y los bastones, impulsando con los brazos con la intervención del tronco y procediendo con la carga, recuperando la otra pierna.
- Desde la carga máxima en el lado fuerte con los esquís de canto, impulsando la pierna y continuando con la acción de los brazos, pasando la carga del cuerpo hacia el otro esquí.
- Recuperando las extremidades posteriores, acentuando el cierre del ángulo del tobillo hasta la carga máxima.

CR4.3 El paso dos-uno de la modalidad técnica de patinador, se ejecuta, de manera secuencial, mediante las siguientes fases:

- Impulsando la pierna y adelantando los brazos, pasando el peso del cuerpo hacia el otro esquí, desde la posición de carga máxima en el lado débil con los esquís canteados.
- Desplazando la cadera hacia adelante con una elevación parcial del cuerpo hasta obtener una proyección mínima, recuperando la pierna trasera, en el deslizamiento.
- Clavando los bastones y comenzando a empujar con los brazos y con la intervención del tronco, en proyección con los pies a la misma altura.
- Impulsando la pierna y continuando con la acción de los brazos, transfiriendo la carga al otro esquí, desde la carga máxima en el lado fuerte con los esquís canteados.
- Comenzando la recuperación de las extremidades que se encuentran atrás, deslizando sobre el lado débil, con una elevación parcial del cuerpo.

CR4.4 El paso uno-uno de la modalidad técnica de patinador, se ejecuta, de manera secuencial:

- Impulsando la pierna y proyectando los brazos, transfiriendo la carga al esquí opuesto, desde la posición de carga máxima, con el esquí canteado.
- En el deslizamiento, proyectando la cadera con una elevación parcial del cuerpo, recuperando las extremidades.
- Continuando el avance de la cadera hasta que se obtenga la proyección, llevando los brazos hacia adelante para realizar el clavado de bastón con la intervención del tronco y cargando la pierna en apoyo.

CR4.5 El paso de curva de patinaje de la modalidad técnica de patinador, se ejecuta de manera secuencial, mediante las siguientes fases:

- Desde la posición de carga máxima, con el esquí canteado, impulsando la pierna y continuando con la acción de los brazos, llevando la carga sobre el otro esquí en plano en la línea de avance ideal.
- En el deslizamiento, recuperando las extremidades y proyectando la cadera, colocando el pie atrasado al mismo nivel del pie opuesto.
- Obteniendo el contacto simultáneo de los bastones y la extensión de esquí, con una rápida flexión de la pierna de apoyo, en el canto del esquí.
- Comenzando con el impulso de los brazos y procediendo a cargar la pierna separada en apoyo.

CR4.6 El paso de patinaje de la modalidad técnica de patinador, se ejecuta de manera secuencial:

- Desde la posición de carga máxima, con el esquí canteado, impulsando la pierna y pasando la carga sobre el esquí contrario.
- En deslizamiento, restableciendo el equilibrio con el avance de la cadera y la elevación contenida del cuerpo, recuperando las extremidades.
- A partir de una situación de equilibrio en el deslizamiento sobre el esquí, volviendo a cargar.
- Con la intervención del tronco realizando el empuje, situando los hombros orientados hacia la dirección del esquí descargado.
- Ejecutando la posición de velocidad en las bajadas con los bastones en las axilas para aprovechar el deslizamiento y descargar la musculatura.

RP5: Controlar la velocidad de deslizamiento y de movimientos sobre los esquís en función de la situación (pista, nieve, pendiente, terreno, tipo de desplazamiento, entre otros) y el propio nivel técnico para descender bajadas con eficacia y seguridad en el contexto del esquí de fondo.

CR5.1 La velocidad de deslizamiento se gestiona, atendiendo a las normas de seguridad de circulación y comportamiento en pista de la Federación Internacional de Esquí, en función de la situación, el nivel y los principios de máxima responsabilidad y seguridad del deportista.

CR5.2 La velocidad de movimiento necesaria para cada tipo de desplazamiento se adecua, atendiendo al timing (espacio y tiempo) del que se dispone al realizar la habilidad específica del esquí de fondo de forma fluida con eficacia y seguridad.

CR5.3 El ritmo se maneja ajustando la velocidad de movimientos al timing (espacio y tiempo) disponible del tipo de desplazamiento, ejecutando la habilidad específica del esquí de fondo de forma fluida con eficacia y seguridad, en función de la situación.

RP6: Deslizar en técnica estilo clásico y patinador en pistas tratadas con destreza en un tiempo determinado, para evidenciar el nivel técnico como monitor.

CR6.1 El desplazamiento de 5 kilómetros en estilo clásico y patinador se ejecuta en un tiempo de referencia del abridor, establecido por un tribunal, cumpliendo las normas de competición de la RFEDI.

CR6.2 La ejecución de los pasos propios de la técnica de patinador (paso asimétrico, paso dos-uno, paso uno-uno, paso de curva de patinaje y paso de patinaje) se evidencian en un tramo, con una técnica depurada que demuestre precisión, eficiencia y seguridad.

CR6.3 La ejecución de los pasos propios de la técnica de clásico (paso empuje, paso simultáneo, paso alternativo, paso tijera y paso cuña directa) se evidencian en un tramo, con una técnica depurada que demuestre precisión, eficiencia y seguridad.

RP7: Ejecutar las habilidades técnicas de referencia del esquí de fondo con variantes y modificaciones en sus patrones motrices adaptada al entorno de práctica y con seguridad para poder aplicarlas al proceso de la iniciación deportiva como recurso didáctico.

CR7.1 Las habilidades técnicas de la iniciación deportiva del esquí de fondo se ejecutan, evidenciando de manera exagerada los elementos que caracterizan dichas habilidades (desplazamientos del centro gravedad, posiciones, extensiones y flexiones) con diferentes rangos de movilidad, pero idéntica efectividad en función del objetivo del gesto.

CR7.2 Las habilidades técnicas de la iniciación deportiva del esquí de fondo se ejecutan, evidenciando la efectividad coordinativa del movimiento en las diferentes fases del gesto deportivo específico según la habilidad y el entorno de práctica.

CR7.3 Las habilidades técnicas de la iniciación deportiva del esquí de fondo se ejecutan teniendo en cuenta los condicionantes de la tarea del esquí de fondo (velocidades, entorno, forma de desplazamiento, entre otros), aplicando su contextualización en cada movimiento.

CR7.4 Las habilidades técnicas de la iniciación deportiva del esquí de fondo se ejecutan, visibilizando las peculiaridades del gesto correspondientes a las características diferenciales de ejecutantes-tipo.

CR7.5 La evidencia del dominio técnico y de la técnica individual en el esquí de fondo se manifiestan, valorando, modificando y reconduciendo los gestos técnicos realizados en función del resultado que se pretende generar.

Contexto profesional

Medios de producción

Pista de fondo dificultad media-baja (color verde) y media-alta (color azul). Materiales específicos: calzado deportivo de fondo, esquís, bastones y ropa técnica de esquí de fondo.

Productos y resultados

Desarrollo en el medio y en el entorno de práctica del esquí de fondo. Mantenimiento de la posición base en movimiento y en parado, en modalidad clásico y patinador. Deslizamiento por las pistas de esquí de fondo en técnica clásica y en técnica patinador en un tiempo determinado. Control de la velocidad de deslizamiento y de movimientos sobre los esquís. Ejecución de las técnicas de referencia del esquí de fondo con variantes y modificaciones de sus patrones motrices.

Información utilizada o generada

Manuales técnicos de esquí de fondo. Revistas y libros especializados. Vídeos de modelos técnicos de ejecución de esquí fondo. Reglamento de funcionamiento de las estaciones de deportes de invierno españolas integradas en la Asociación Turística de Estaciones de Esquí y Montaña (ATUDEM). Plan de prevención de riesgos laborales. Normativa medioambiental. Seguro de accidentes de la Real Federación Española Deportes de Invierno.

UNIDAD DE COMPETENCIA 2

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

Nivel: 2

Código: UC2423_2

Estado: Tramitación BOE

Realizaciones profesionales y criterios de realización

RP1: 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.

CR1.1 Las cualidades físicas, motoras y técnicas de los fondistas se valoran previamente con el fin de adaptar las sesiones secuenciales a sus características personales.

CR1.2 La programación de referencia de iniciación deportiva en esquí de fondo se interpreta, diferenciando los siguientes elementos que la componen:

- Los objetivos generales.
- Los ciclos temporales o sub-periodos que la estructuran y la distribución temporal de los objetivos de aprendizaje.
- Los ejercicios y actividades orientadas al aprendizaje de la técnica del esquí de fondo.
- Las estrategias metodológicas específicas.
- Los recursos humanos y medios materiales disponibles.
- 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.

CR1.3 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:

- La estructura y su distribución temporal entre el calentamiento, parte principal y vuelta a la calma.
- Las estrategias metodológicas y su vinculación con los ejercicios y actividades planteadas.
- La accesibilidad y características de la instalación donde se desarrolla la sesión.
- Los recursos y medios materiales a utilizar.
- Las ayudas, pautas de relación y comunicación a utilizar con los fondistas.

CR1.4 Las actividades de seguimiento se ubican cronológicamente, concretando los instrumentos de valoración a utilizar sobre ellas.

CR1.5 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.

RP2: 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.

CR2.1 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.

CR2.2 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.

CR2.3 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.

CR2.4 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.

CR2.5 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.

RP3: 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.

CR3.1 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.

CR3.2 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.

CR3.3 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.

CR3.4 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.

CR3.5 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.

CR3.6 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:

- La comprensión total por su parte de sus explicaciones.
- La seguridad de la actividad, pudiéndose anticipar a posibles contingencias.
- La captación del máximo interés de los fondistas hacia las actividades.
- La motivación y participación de los fondistas.

CR3.7 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.

CR3.8 La relación intergrupala durante la actividad se gestiona, introduciendo dinámicas de grupo que promuevan el reconocimiento personal, el respeto, el compañerismo, y la interrelación del grupo.

RP4: 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.

CR4.1 El gesto técnico se analiza, contextualizándolo en función del terreno, la velocidad, las características del deportista y el material, informando al deportista al respecto.

CR4.2 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.

CR4.3 Los errores técnicos se corrigen, explicando la causa que los provoca y abordándose su resolución de manera secuencial en base a su importancia.

CR4.4 La corrección de errores se acomete, proponiendo tareas específicas correctoras en cada caso, eligiendo el momento oportuno para plantearlas.

CR4.5 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.

CR4.6 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.

RP5: 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.

CR5.1 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.

CR5.2 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.

CR5.3 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.

CR5.4 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

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.

Productos y resultados

Concreción de sesiones secuenciadas de iniciación deportiva en esquí de fondo a partir de un programa de referencia. Selección del terreno sobre el que desarrollar las sesiones y los recursos materiales acordes al perfil de los fondistas. Dinamización de sesiones de iniciación deportiva en esquí de fondo acorde a la programación de referencia. Corrección del gesto técnico de los fondistas. Valoración del desarrollo de las sesiones de iniciación deportiva en esquí de fondo.

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.

UNIDAD DE COMPETENCIA 3

Dinamizar acciones de promoción y acompañamiento a fondistas y de apoyo organizativo en actividades, eventos y competiciones de tipo social en esquí de fondo

Nivel: 2

Código: UC2424_2

Estado: Tramitación BOE

Realizaciones profesionales y criterios de realización

RP1: Organizar a los fondistas estructurando los trámites para que su participación en el evento o competición cumpla con la normativa de la organización del evento.

CR1.1 Los objetivos de la competición de tipo social de iniciación deportiva en esquí de fondo y los criterios de selección se comunican a los fondistas implicados, argumentando asertivamente y con rigor los motivos de las decisiones tomadas, garantizando su comprensión.

CR1.2 La tramitación de las licencias federativas, seguros de accidentes e inscripciones sin necesidad de licencia de los fondistas, se gestionan con la suficiente antelación y utilizando los formatos establecidos, garantizando su participación en la competición o evento competitivo.

CR1.3 La información sobre la planificación de participación en actividades competitivas a los fondistas y/o a sus tutores, en caso de ser menores de edad, se aporta con anticipación, garantizando la previsión y organización de la competición o evento competitivo.

CR1.4 La información sobre la competición o evento competitivo, horario de salida, pista de competición y técnica con la que se desarrolla la competencia se aporta a los fondistas en cuanto se dispone de la información, previamente a la competición.

CR1.5 La información y repercusiones derivadas del desplazamiento a la competición o evento competitivo, se proporciona a los fondistas y a sus familias o tutores legales, en caso de ser menores de edad, con exactitud y aportando seguridad para su conocimiento, implicación y motivación.

CR1.6 La autorización para los desplazamientos y participación en las competiciones deportivas o eventos competitivos, se solicita a los padres o tutores de los fondistas en caso de ser menores de edad, cumpliendo con la normativa aplicable relacionada con menores de edad.

CR1.7 El pago de la inscripción en las competiciones y/o eventos competitivos, en caso de ser necesario, se acomete según la normativa aplicable por la organización en el periodo establecido para ello garantizando la participación de los fondistas en la competición o evento competitivo.

RP2: Acompañar a los fondistas en las competiciones y/o eventos competitivos de iniciación deportiva en esquí de fondo, garantizando su seguridad para facilitar su participación.

CR2.1 La participación de los fondistas en competición y eventos competitivos se incentiva, propiciando un clima motivador al grupo y a cada deportista.

CR2.2 El acompañamiento de los fondistas mediante desplazamientos se culmina en el lugar de celebración de la competición y/o evento competitivo, atendiendo durante el trayecto a sus necesidades, características y motivaciones.

CR2.3 El acompañamiento a los fondistas en competición y/o eventos competitivos de esquí de fondo se ejecuta, recordando a los fondistas las normas de seguridad y comportamiento establecido para la práctica del esquí de fondo de acuerdo con las reglas del comité organizador del evento.

CR2.4 El estado de salud de los fondistas se garantiza, recordando al grupo antes de la competición la ropa técnica adaptada para la práctica de la competición, así como la nutrición necesaria.

CR2.5 Las acciones posibles de pernoctación durante el acompañamiento a fondistas en competición se ejecutan, garantizando su comodidad y seguridad.

RP3: Dirigir técnica y tácticamente a los fondistas en competiciones de iniciación deportiva y otros eventos de esquí de fondo contribuyendo a reforzar su aprendizaje para garantizar su progreso deportivo.

CR3.1 El reconocimiento del circuito de competición se ejecuta el día antes del evento junto con los fondistas, reconociendo los puntos difíciles del mismo garantizando la participación de los fondistas en condiciones de seguridad.

CR3.2 El estado del material competitivo se verifica constantemente, aportando ayuda y confianza a el deportista, garantizando su seguridad e integridad en la competición o evento competitivo en aras de su rendimiento.

CR3.3 El estado físico de los fondistas antes de cada competición o evento competitivo se revisa individualmente, asegurando el estado del organismo de los fondistas.

CR3.4 La identificación y transmisión a los fondistas de los valores éticos deportivos, juego limpio y respeto por el medio ambiente se promueven durante la competición y durante toda su práctica deportiva.

RP4: Ejecutar operaciones de apoyo organizativo en actividades, eventos y competiciones de iniciación deportiva en esquí de fondo bajo la supervisión de la persona responsable, siguiendo las directrices marcadas por la entidad organizadora para garantizar el desarrollo de dichas actividades.

CR4.1 Las operaciones de apoyo a la organización de la actividad deportiva se materializa, atendiendo las instrucciones de la persona responsable en:

- El acondicionamiento y mantenimiento de la zona de salida-meta y circuito de la competición.
- La implicación en el montaje o mantenimiento de las pistas de competición.
- La divulgación de horarios o posibles cambios en caso de ser necesario.
- La elaboración y distribución informativa de los resultados.
- El control de paso de fondistas por un circuito de competición.

CR4.2 Las operaciones de apoyo a la organización en el cumplimiento de las medidas de seguridad del evento y la posible aplicación del plan de emergencia en caso necesario se garantiza, manteniendo un estado de alerta permanente, y con la implementación de la normativa aplicable en materia de seguridad de eventos deportivos.

CR4.3 La preparación de los premios como acción previa al desarrollo del evento deportivo se ejecuta, atendiendo instrucciones de la persona responsable.

CR4.4 El cumplimiento del programa el día del evento se materializa, realizando el seguimiento de los horarios y diferentes partes del evento según lo programado, garantizando el funcionamiento de la competición o evento competitivo bajo la programación establecida.

Contexto profesional

Medios de producción

Pista de fondo dificultad media-baja (color verde) y media-alta (color azul). Sistemas para la identificación de fondistas (dorsales). Medios informáticos (cronometraje). Zonas de asistencia y primeros auxilios para fondistas. Medios radiotelefónicos. Materiales propios del entorno de práctica: Balizas de delimitación, señalización de pista. Material de inscripción: documentos y confirmaciones de la organización para demostrar la inscripción al evento, documentos de los fondistas, autorizaciones familiares en caso de menores de edad. Cámaras de video. Vehículos para el transporte de fondistas.

Productos y resultados

Organización de los fondistas para su participación en competición. Acompañamiento a los fondistas en las competiciones y/o eventos competitivos del nivel de iniciación deportiva. Dirección técnica y táctica de los fondistas en competiciones de iniciación deportiva y otros eventos del esquí de fondo. Colaboración en la organización y otros eventos competitivos de iniciación deportiva en esquí de fondo.

Información utilizada o generada

Reglamentos oficiales de la Real Federación Española de Deportes de Invierno (RFEDI) y Federación Internacional de Ski (FIS). Documentación de las Web de la RFEDI y FIS (fis-ski.com). Avances de programa, modelos por disciplina, órdenes de salida, reconocimiento deportivo. Normativa aplicable sobre organización de eventos de esquí. Planes de contingencia de las entidades organizadoras de eventos. Código del juego limpio en el esquí de la Asociación Turística de Estaciones de Esquí y Montaña (ATUDEM). Normas FIS de comportamiento. Plan de prevención de riesgos laborales. Normativa medioambiental.

UNIDAD DE COMPETENCIA 4

ASISTIR COMO PRIMER INTERVINIENTE EN CASO DE ACCIDENTE O SITUACIÓN DE EMERGENCIA

Nivel: 2
Código: UC0272_2
Estado: BOE

Realizaciones profesionales y criterios de realización

RP1: Buscar signos de alteraciones orgánicas según los protocolos establecidos, para la valoración inicial del accidentado, como primer interviniente.

CR1.1 La señalización y el balizamiento según lo establecido, se realizan utilizando los elementos disponibles para acotar el lugar de la emergencia.

CR1.2 La información sobre el estado del accidentado y las causas del accidente se recaba, estableciendo comunicación cuando es posible, con el mismo o con los posibles testigos y asistentes ocasionales al suceso, para valorar la situación inicial.

CR1.3 Las técnicas de valoración con ligeros zarandeos en los hombros y toques en las mejillas, se efectúan, para valorar el nivel de consciencia del accidentado.

CR1.4 La observación de los movimientos del pecho y la emisión de sonidos y aliento acercándose a su cara, se efectúa, para comprobar la respiración del accidentado.

CR1.5 El estado de la circulación sanguínea se comprueba, mediante la observación del ritmo respiratorio del accidentado y movimientos de sus miembros.

CR1.6 Los mecanismos de producción del traumatismo se identifican para buscar las posibles lesiones asociadas.

CR1.7 Los equipos de protección individual se utilizan para prevenir riesgos laborales durante la asistencia al accidentado.

CR1.8 El servicio de atención de emergencias, se contacta, para informar de los resultados de la valoración inicial realizada, comunicando la información recabada, consultando las maniobras que se vayan a aplicar y solicitando otros recursos que pudiesen ser necesarios.

RP2: Asistir al accidentado con maniobras de soporte ventilatorio y/o circulatorio básico, para mantener o recuperar las constantes vitales, conforme a protocolos establecidos.

CR2.1 La asistencia inicial a personas en situación de compromiso ventilatorio y/o cardiocirculatorio, se presta, ejerciendo vigilancia y seguimiento constante para detectar cualquier cambio significativo en la situación de partida.

CR2.2 La apertura, limpieza y desobstrucción de la vía aérea ante un obstáculo o cuerpo extraño, se realiza, mediante las técnicas manuales o aspirador según la situación, conforme a protocolos establecidos, para asegurar la ventilación.

CR2.3 La permeabilidad de la vía aérea en accidentados inconscientes se preserva, mediante la aplicación de la técnica postural que la asegure, para preservar la ventilación.

CR2.4 Las técnicas ventilatorias con balón resucitador manual y/u oxígeno se seleccionan, conforme a protocolos establecidos, para permitir una ventilación artificial del accidentado ante evidentes signos de hipoxia.

CR2.5 Las técnicas de reanimación cardio-respiratoria se aplican, conforme a protocolos establecidos, ante una situación de parada cardio-respiratoria, para recuperar las constantes vitales.

CR2.6 El desfibrilador semiautomático, en caso de necesidad, se utiliza para la reanimación del accidentado, conforme a la normativa aplicable y protocolos establecidos.

CR2.7 Las técnicas de hemostasia ante hemorragias externas se aplican para impedir un shock hipovolémico.

CR2.8 Las técnicas posturales, se aplican, cuando el accidentado se encuentra en situación de compromiso ventilatorio o presenta signos evidentes de "shock", para evitar aspiraciones de vómitos, obstrucciones y favorecer la respiración.

RP3: Prestar la atención inicial al accidentado, aplicando los primeros auxilios iniciales en situaciones de emergencia que no impliquen una parada cardio-respiratoria, para mantener las constantes vitales según el protocolo establecido.

CR3.1 La apertura de la vía aérea se realiza, mediante la maniobra frente-mentón para evitar el taponamiento de la laringe por la lengua.

CR3.2 La alineación manual de la columna cervical se realiza ante existencia de una lesión para protegerla y minimizar los riesgos de una mayor.

CR3.3 La atención específica a accidentados que han sufrido lesiones por agentes mecánicos, físicos o químicos se presta, aplicando las técnicas para cada situación conforme a protocolos establecidos.

CR3.4 La atención específica a la parturienta ante una situación de parto inminente se presta, conforme al protocolo de actuación establecido, transmitiendo tranquilidad y serenidad.

CR3.5 La atención específica indicada a las personas con crisis convulsivas, se presta, para minimizar posibles riesgos de lesiones físicas, conforme a protocolos establecidos.

CR3.6 La atención específica indicada a las personas con atragantamiento, se presta, discriminando los casos especiales de embarazadas, personas obesas y niños conforme a protocolos establecidos, transmitiendo tranquilidad y serenidad.

CR3.7 La atención específica indicada a las personas con quemaduras, se presta, conforme a protocolos establecidos y se coloca en posición antishock ante una quemadura de gran extensión, para minimizar riesgos.

CR3.8 La atención específica indicada a las personas con hemorragia, se presta, conforme a protocolos establecidos para evitar una lipotimia.

RP4: Aplicar las técnicas de movilización e inmovilización al accidentado, y en su caso interviniendo con los primeros auxilios, para asegurar el posible traslado.

CR4.1 El lugar de seguridad se selecciona, conforme a protocolos establecidos, para colocar al accidentado hasta la llegada de los servicios sanitarios de emergencia y minimizar los riesgos.

CR4.2 Las técnicas de movilización e inmovilización se aplican para colocar al accidentado en una posición anatómica no lesiva hasta que acudan a la zona los servicios sanitarios de emergencia o para proceder a su traslado en caso necesario.

CR4.3 Las técnicas posturales, se aplican, cuando el accidentado se encuentra en situación de compromiso ventilatorio o presenta signos evidentes de "shock", para minimizar riesgos.

CR4.4 Los tipos de accidentados y lesiones, se discriminan, para intervenir en aquellos casos que no precisen de otros profesionales.

CR4.5 Las técnicas de intervención de primeros auxilios con los accidentados inmovilizados, se discriminan, para aplicar aquellas propias de un técnico de nivel como primer interviniente, en función de la gravedad y los tipos de lesiones o proceder inmediatamente a su traslado.

RP5: Intervenir con técnicas de comunicación y apoyo emocional al accidentado, familiares e implicados en la situación de urgencia siguiendo los protocolos establecidos, para facilitar la asistencia, traslado y minimizar los riesgos.

CR5.1 Los signos de ataque de pánico, ansiedad y/o estrés de la víctima motivado por el accidente, se identifican observando el aumento del ritmo cardíaco, palmas sudorosas, dificultad para respirar, sensación subjetiva de ataque cardíaco, y sentimientos de temor para aplicar las técnicas de apoyo emocional hasta su traslado, siguiendo los protocolos establecidos.

CR5.2 La comunicación del accidentado con su familia se facilita, desde la toma de contacto hasta su traslado, atendiendo, en la medida de lo posible, a sus requerimientos.

CR5.3 La información a familiares, accidentado o persona relacionada, se realiza de manera respetuosa e infundiendo confianza, sobre aquellas cuestiones que se puedan plantear dentro de sus competencias.

CR5.4 Los familiares de los accidentados, se atienden, para ofrecerles información sobre las cuestiones que puedan plantear dentro de sus competencias.

CR5.5 La solicitud de información por parte de la familia de los accidentados se atiende para ofrecerles datos sobre las cuestiones que puedan plantear dentro de sus competencias.

Contexto profesional

Medios de producción

Material de movilización e inmovilización. Material electromédico. Botiquín. Equipo de oxigenoterapia. Desfibrilador semiautomático. Equipo de protección individual. Sistema de comunicación. Kit de organización en catástrofe. Protocolos de actuación. Material de señalización y balizamiento. Material de autoprotección.

Productos y resultados

Signos de alteraciones orgánicas detectados como primer interviniente. Aplicación de las técnicas de soporte ventilatorio y/o circulatorio básicas. Atención inicial y primeros auxilios básicos iniciales en situaciones de emergencia que no impliquen una parada cardio-respiratoria. Técnicas de movilización e inmovilización al accidentado aplicadas para asegurar el posible traslado. Intervención con técnicas de comunicación y apoyo emocional al accidentado, familiares e implicados en la situación de urgencia. Comunicación con los servicios de atención de emergencias. Intervención a su nivel en situaciones de emergencias colectivas y catástrofes.

Información utilizada o generada

Manuales de primeros auxilios. Revistas y bibliografía especializada. Protocolos de actuación. Informes.

MÓDULO FORMATIVO 1

Técnicas de iniciación deportiva en esquí de fondo

Nivel:	2
Código:	MF2422_2
Asociado a la UC:	UC2422_2 - Ejecutar técnicas específicas de esquí de fondo
Duración (horas):	120
Estado:	Tramitación BOE

Capacidades y criterios de evaluación

- C1:** Desarrollar técnicas de desenvolvimiento en el medio desplazándose por nieve, eligiendo en cada momento la forma de hacerlo, el material y la vestimenta propia del esquí de fondo, en función de la situación.
- CE1.1** Diferenciar tipos y estados de nieve, sus procesos de formación, así como los cambios que experimenta por la acción de temperatura, humedad y orientación de la pista asociándolo a cada situación (pista, nieve, pendiente, terreno, tipo de desplazamiento, entre otros) y técnica de esquí adaptada al contexto.
 - CE1.2** Argumentar la organización, el funcionamiento, comportamiento y normas de seguridad a seguir en las pistas de esquí de fondo, aportando ejemplos de actitud responsable.
 - CE1.3** Relacionar tipo de material deportivo propio del esquí de fondo con características de posibles usuarios, justificando las razones de las relaciones.
 - CE1.4** Argumentar criterios de selección de lugares acordes (terreno, pista y remonte) a la práctica del esquí de fondo, atendiendo a diferentes niveles de posibles fondistas y a diferentes condiciones climatológicas.
- C2:** Evidenciar el mantenimiento de la posición base en movimiento y en parado en modalidad clásico y modalidad de patinador, con eficacia y seguridad.
- CE2.1** Mantener una posición de equilibrio en movimiento ante situaciones de desequilibrio, corrigiendo y regulando la misma hasta volver a conseguir un apoyo centrado sobre ambos esquís.
 - CE2.2** Aplicar combinaciones de movimientos en los diferentes ejes y planos, manteniendo la posición de equilibrio en movimiento sobre los esquís y comenzando siempre de abajo hacia arriba.
 - CE2.3** Ajustar la posición de equilibrio en movimiento de forma continuada, manteniendo el apoyo centrado sobre los esquís.
- C3:** Desarrollar técnicas de deslizamiento por pistas de esquí de fondo en técnica clásica, evidenciando desplazamientos adaptados a situaciones del entorno (pista, nieve, pendiente, terreno), garantizando el desempeño de la actividad.
- CE3.1** Evidenciar el paso empuje en cualquier tipo de nieve, con velocidad y con fluidez.
 - CE3.2** Evidenciar la ejecución del paso empuje desde la proyección, clavando los bastones y efectuando el empuje con los brazos y con la intervención del tronco, aligerando los pies.
 - CE3.3** Ejecutar el paso empuje, evidenciando las siguientes fases:
 - Flexión del tronco, llevando los pies hacia adelante para restaurar la centralidad.

- Continuación del impulso de los brazos con los pies a la misma altura y las piernas semi-flexionadas hasta que los bastones se separen de la nieve.
- Proyección de la cadera y recuperación de los brazos hasta obtener la proyección.

CE3.4 Evidenciar el dominio del paso simultáneo de la modalidad técnica clásica, describiendo las siguientes fases en la ejecución:

- Desde la posición de máxima carga, con las piernas al mismo nivel, ejecución del impulso con los brazos, con el siguiente cambio de peso hacia el esquí opuesto.
- Deslizamiento, proyectando la cadera hasta obtener una proyección mínima para clavar los bastones.
- Empezando el empuje con una flexión del torso, seguir con la acción de los brazos recuperando la pierna trasera.
- Durante la parte final del empuje, deslizando sobre ambos esquiés ejecutar la extensión del tronco.

CE3.5 Evidenciar la ejecución del paso alternativo de la modalidad técnica clásica, efectuando el empuje de la pierna y brazo opuestos con el cambio del peso hacia el esquí opuesto, desde la posición de máxima carga, clavando el bastón una vez que se alcanza la máxima amplitud del paso, y empezando la tracción de brazo, recuperando las extremidades hasta el siguiente paso de la pierna de apoyo.

CE3.6 Evidenciar control del paso tijera de la modalidad técnica clásica, manifestando las siguientes fases en su desarrollo:

- Comenzar el impulso de la pierna y el brazo opuesto, avanzando las extremidades descargadas, desde la posición de carga máxima con el canto interno del esquí.
- Colocar simultáneamente el esquí con el borde y clavando el bastón opuesto en la nieve, al final del empuje.
- Cargar la pierna y recuperando las extremidades posteriores, durante la primera fase de empuje de los brazos.

CE3.7 Evidenciar control de la velocidad de deslizamiento, frenando los esquiés hasta parar utilizando la técnica de cuña.

CE3.8 Desplazarse 5 kilómetros con técnica clásica en el tiempo establecido.

C4: Desarrollar técnicas de deslizamiento por pistas de esquí de fondo en técnica patinador, ejecutando formas de desplazamiento adaptadas a la situación (pista, nieve, pendiente, terreno, tipo de desplazamiento y modalidad).

CE4.1 Evidenciar el desplazamiento sobre la nieve, deslizando los esquiés alternativamente separados en la punta y en diagonal con respecto a la dirección de desplazamiento.

CE4.2 Ejecutar el paso asimétrico en cualquier tipo de nieve y pendiente, demostrando control sobre los esquiés, evidenciando las siguientes fases en su desarrollo:

- Efectuar el empuje de la pierna y adelantando los brazos y el esquí con la punta abierta, desde la posición de carga máxima en el lado débil con los esquiés de canto.
- Apoyar simultáneamente los esquiés y los bastones, impulsando con los brazos con la intervención del tronco y procediendo con la carga, recuperando la otra pierna.
- Desde la carga máxima en el lado fuerte con los esquiés de canto, impulsar la pierna y continuando con la acción de los brazos, pasando la carga del cuerpo hacia el otro esquí.
- Recuperar las extremidades posteriores, acentuando el cierre del ángulo del tobillo hasta la carga máxima.

CE4.3 Ejecutar el paso dos-uno en cualquier tipo de nieve y pendiente, demostrando control sobre los esquiés, evidenciando las siguientes fases en su desarrollo:

- Impulsar la pierna y adelantar los brazos, pasando el peso del cuerpo hacia el otro esquí, desde la posición de carga máxima en el lado débil con los esquiés canteados.

- Desplazar la cadera hacia adelante con una elevación parcial del cuerpo hasta obtener una proyección mínima, recuperando la pierna trasera, en el deslizamiento.
- Clavar los bastones y comenzar a empujar con los brazos y con la intervención del tronco, en proyección con los pies a la misma altura.
- Impulsar la pierna y continuar con la acción de los brazos, transfiriendo la carga al otro esquí, desde la carga máxima en el lado fuerte con los esquís canteados.
- Comenzar la recuperación de las extremidades que se encuentran atrás, deslizando sobre el lado débil, con una elevación parcial del cuerpo.

CE4.4 Ejecutar el paso uno-uno en cualquier tipo de nieve y pendiente, demostrando control sobre los esquís, evidenciando las siguientes fases en su desarrollo:

- Impulsar la pierna y proyectar los brazos, transfiriendo la carga al esquí opuesto, desde la posición de carga máxima, con el esquí canteado.
- Proyectar, en el deslizamiento, la cadera con una elevación parcial del cuerpo, recuperando las extremidades.
- Continuar el avance de la cadera hasta que se obtenga la proyección, llevando los brazos hacia adelante para realizar el clavado de bastón con la intervención del tronco y cargando la pierna en apoyo.

CE4.5 Ejecutar curvas con paso patinador en cualquier tipo de nieve y pendiente, demostrando control sobre los esquís, evidenciando las siguientes fases en su desarrollo:

- Desde la posición de carga máxima, con el esquí canteado, impulsar la pierna y continuar con la acción de los brazos, llevando la carga sobre el otro esquí en plano en la línea de avance ideal.
- En el deslizamiento, recuperar las extremidades y proyectar la cadera, colocando el pie atrasado al mismo nivel del pie opuesto.
- Con una rápida flexión de la pierna de apoyo, obtener el contacto simultáneo de los bastones y la extensión de esquí, en el agarre del canto del esquí.
- Comenzar con el impulso de los brazos y cargar la pierna separada en apoyo.

CE4.6 Ejecutar el paso patinaje con velocidad y en cualquier tipo de nieve demostrando tener buen equilibrio y control de los esquís, evidenciando las siguientes fases en su desarrollo:

- Desde la posición de carga máxima, con el esquí canteado, impulsar la pierna y pasar la carga sobre el esquí contrario.
- En deslizamiento, restablecer el equilibrio con el avance de la cadera y la elevación contenida del cuerpo, recuperando las extremidades.
- A partir de una situación de equilibrio en el deslizamiento sobre el esquí volver a cargar.
- Con la Intervención del tronco realizar el empuje, situando los hombros orientados hacia la dirección del esquí descargado.
- Realizar la posición de velocidad en la bajada con los bastones en las axilas aprovechando el deslizamiento y descargando la musculatura.

CE4.7 Desplazarse 5 kilómetros con técnica patinador en el tiempo establecido.

C5: Demostrar control de la velocidad en el deslizamiento y en movimientos sobre los esquís propios del esquí de fondo, en función de la situación (pista, nieve, pendiente, terreno, tipo de desplazamiento, entre otros) con eficacia y seguridad.

CE5.1 Demostrar en los desplazamientos, dominio de las normas de seguridad en pistas, manifestando comportamiento adaptado a los principios de máxima responsabilidad y seguridad.

CE5.2 Demostrar nivel técnico en el dominio de los esquís, ajustando continuamente la posición en función del timing (espacio y tiempo), manteniendo la técnica adaptada a todo tipo de terreno.

CE5.3 Manejar técnicas de viraje en paralelo con control en bajadas en pistas pisadas y no pisadas mediante la dosificación de la presión sobre los esquís en timing (espacio y tiempo) y forma (modificando la altura del centro de gravedad gracias a los movimientos en el eje vertical), controlando la trayectoria y la velocidad en función de la situación (pista, nieve, pendiente, terreno, entre otros).

C6: Desarrollar las habilidades técnicas de referencia del esquí de fondo, evidenciando variantes y modificaciones de sus patrones motrices en función del objetivo propuesto.

CE6.1 Desarrollar técnicas de iniciación deportiva del esquí de fondo, focalizando la ejecución en los elementos de las habilidades (desplazamientos del centro gravedad, posiciones, rotaciones y torsiones).

CE6.2 Desarrollar técnicas de ejecución propias de las habilidades de iniciación deportiva en esquí de fondo, incidiendo de forma específica en los condicionantes de la tarea (velocidades, entorno, forma de desplazamiento, entre otras).

CE6.3 Ejecutar las habilidades técnicas del esquí de fondo con variantes visibilizando las peculiaridades del gesto que pudieran corresponder a diferentes perfiles de ejecutantes.

CE6.4 Desarrollar técnicas de análisis de la propia ejecución, modificando y reconduciendo los gestos técnicos realizados en función del resultado que se pretende generar.

Capacidades cuya adquisición debe ser completada en un entorno real de trabajo

C1 completa; C2 completa; C3 completa; C4 completa; C5 completa; C6 completa.

Otras Capacidades:

Responsabilizarse del trabajo que desarrolla.

Actuar con rapidez en situaciones problemáticas y no limitarse a esperar.

Proponer alternativas con el objetivo de mejorar resultados.

Demostrar interés y preocupación por atender satisfactoriamente las necesidades de los participantes.

Comunicarse eficazmente con las personas adecuadas en cada momento, respetando los canales establecidos en la organización.

Favorecer la igualdad efectiva entre mujeres y hombres en el desempeño competencial.

Contenidos

1 El medio y el entorno del esquí de fondo

Nivología, meteorología y climatología.

Proceso de formación de la nieve.

Tipos de nieve.

Metamorfosis de la nieve por acción de la temperatura.

Interpretación de partes meteorológicos en montaña y pistas de fondo.

Búsqueda e interpretación de partes meteorológicos en la red.

Sistemas montañosos.

Orientación en montaña.

Medidas de seguridad y protección en montaña.

2 La técnica del esquí de fondo

Habilidades técnicas específicas del esquí de fondo.

Principios de la técnica.
Progresión de habilidades técnicas.
Familiarización con el medio y el material.
Los primeros pasos.
Posición básica.
Técnicas de deslizamiento.
Frenado y control de la velocidad: cuña y cuña deslizante.
Cambios de pasos: según el terreno.
Tipos de paso en modalidad clásica y patinador.
Concepto de técnica e implicación de la táctica en el esquí de fondo.
Eficacia de la técnica en la iniciación en el esquí de fondo.

3 Pruebas de ejecución de esquí de fondo para la enseñanza de iniciación deportiva

Circuito cronometrado.
Demostración de los diferentes pasos tanto en esquí clásico y patinador.
Características y requisitos Pruebas de acceso.
Criterios de evaluación.

Parámetros de contexto de la formación

Espacios e instalaciones

Los talleres e instalaciones darán respuesta a las necesidades formativas de acuerdo con el contexto profesional establecido en la unidad de competencia asociada, teniendo en cuenta la normativa aplicable del sector productivo, prevención de riesgos laborales, accesibilidad universal y protección medioambiental. Se considerará con carácter orientativo como espacios de uso:

- Estación de esquí (espacio singular no necesariamente ubicado en el centro de formación)
- Instalación de 3 m² por alumno o alumna.

Perfil profesional del formador o formadora:

1. Dominio de los conocimientos y las técnicas relacionados con la ejecución de técnicas específicas de esquí de fondo, que se acreditará simultáneamente mediante las dos formas siguientes:
 - Formación académica de nivel 1 (Marco Español de Cualificaciones para la Educación Superior) o de otras de superior nivel relacionadas con el campo profesional.
 - Experiencia profesional de un mínimo de 3 años en el campo de las competencias relacionadas con este módulo formativo.
2. Competencia pedagógica acreditada de acuerdo con lo que establezcan las Administraciones competentes.

MÓDULO FORMATIVO 2

Metodología de la iniciación deportiva en esquí de fondo

Nivel:	2
Código:	MF2423_2
Asociado a la UC:	UC2423_2 - Concretar y dinamizar sesiones secuenciadas de iniciación deportiva en esquí de fondo
Duración (horas):	90
Estado:	Tramitación BOE

Capacidades y criterios de evaluación

C1: Definir sesiones secuenciadas de iniciación deportiva en esquí de fondo en función de fondistas-tipo y de accesibilidad teniendo en cuenta posibles riesgos deportivos y el cuidado de la naturaleza, a partir de una programación de referencia.

CE1.1 Adaptar sesiones secuenciadas de iniciación deportiva de esquí de fondo a las cualidades físicas, motoras y técnicas de fondistas-tipo en situaciones de aprendizaje.

CE1.2 Determinar sesiones secuenciadas de iniciación deportiva en esquí de fondo a partir de una programación de referencia dada, concretando los siguientes aspectos:

- Los objetivos generales.
- Los ciclos temporales o sub-periodos que lo estructuran y la distribución temporal de los objetivos de aprendizaje estableciendo su interdependencia.
- Los ejercicios y actividades orientadas al aprendizaje de la técnica del esquí de fondo.
- Las estrategias metodológicas específicas con objeto de garantizar la fidelización del deportista y un aprendizaje efectivo.
- Los recursos humanos y medios materiales disponibles.
- Los aspectos de riesgo potencial dentro de la configuración de los ejercicios por la práctica y ejecución, medios materiales utilizados, entorno de ejecución y sus condiciones, así como los errores y la forma de prevenirlos.

CE1.3 Desarrollar técnicas de diseño de sesiones teniendo en cuenta estructura, estrategias metodológicas, accesibilidad, instalaciones necesarias, recursos, medios materiales y la comunicación a utilizar con fondistas.

CE1.4 Ubicar cronológicamente posibles actividades de seguimiento, concretando instrumentos de valoración a utilizar sobre ellas, a partir de una programación de referencia dada de iniciación deportiva en esquí de fondo.

C2: Determinar criterios de selección de terreno y de recursos materiales individuales y colectivos acordes al desarrollo de sesiones de iniciación de la enseñanza del esquí de fondo, en función del perfil de fondistas-tipo, garantizando su seguridad, progresión y la protección del medio ambiente.

CE2.1 En un supuesto práctico de implementación de una sesión de enseñanza-aprendizaje, en el nivel de iniciación deportiva en esquí de fondo:

- Verificar previo al desarrollo de la sesión el estado de la pista con o sin traza en función de la técnica a utilizar.

- Verificar previo al desarrollo de la sesión el material colectivo a utilizar.
- Verificar previo al desarrollo de la sesión el material individual del deportista.

CE2.2 Argumentar criterios a seguir para la selección de material deportivo de uso colectivo (conos, gomas, balizas entre otros), atendiendo a los siguientes aspectos:

- Objetivos propuestos.
- Estado del material.
- Tipo de actividades.

CE2.3 Argumentar criterios a seguir para la selección de material deportivo individual en función de perfiles morfológicos y técnicos de fondistas.

CE2.4 Argumentar criterios a seguir para la selección de dinámicas de sensibilización para la protección del medio ambiente a utilizar con fondistas de iniciación deportiva en esquí de fondo, en función de sus posibles características.

C3: Aplicar técnicas de dinamización de sesiones de iniciación deportiva en esquí de fondo de acuerdo a programación de sesiones dadas, focalizándose en el cumplimiento de objetivos de referencia, respetando y protegiendo el medio ambiente.

CE3.1 En un supuesto práctico de implementación de una sesión de iniciación deportiva en esquí de fondo con fondistas, en un entorno propio de esquí de fondo:

- Utilizar una comunicación fluida, efectiva y adecuada al perfil de los fondistas, en su recibimiento y despedida, así como el desarrollo de la sesión.
- Explicar el contenido y los objetivos de la sesión, adaptando el lenguaje al nivel de los fondistas.
- Explicar comprensiblemente los ejercicios propuestos, utilizando diferentes soportes y recursos.
- Ubicarse durante la explicación y el desarrollo de la sesión, facilitando la comprensión, la seguridad de la actividad, y la captación de la atención y motivación de los fondistas.

CE3.2 En un supuesto práctico de dinamización de sesión de iniciación deportiva en esquí de fondo con fondistas, a partir de una programación de sesión dada:

- Aplicar el estilo de enseñanza acorde al perfil de los fondistas y a los objetivos de la sesión, facilitando sus aprendizajes.
- Manejar los tiempos, adaptando las actividades y respetando la duración de la sesión planteada en la programación.
- Reforzar positivamente el desarrollo de las actividades, facilitando los aprendizajes de los fondistas.

CE3.3 En un supuesto práctico de dinamización de sesión de iniciación deportiva en esquí de fondo con fondistas, a partir de una programación de sesión dada:

- Plantear actividades alternativas a las propuestas en la programación, dando respuesta a contingencias surgidas sobre la marcha o a falta de adaptación de los fondistas a las situaciones planificadas.
- Proponer una dinámica de grupo orientada al reconocimiento personal, respeto, compañerismo, e interrelación entre componentes del grupo, generando interés en los fondistas por llevarla a cabo.
- Reforzar actitudes de respeto y compañerismo por parte de los fondistas, promoviendo su valoración positiva.

C4: Reconocer errores en la ejecución del gesto técnico de fondistas conforme al modelo de referencia, facilitando información orientada a la subsanación del error.

CE4.1 Valorar gestos técnicos propuestos, contextualizándolos en función del terreno, la velocidad y el material empleado.

CE4.2 Informar de las diferencias evidenciadas entre una ejecución propuesta y su modelo de referencia correspondiente, comparando ambos.

CE4.3 Afrontar una corrección de errores técnicos, identificándolos de manera secuencial en base a su importancia, ante una ejecución propuesta, identificando qué los provoca.

CE4.4 Proponer tareas específicas correctoras a partir del análisis de ejecuciones incorrectas que se propongan.

CE4.5 Argumentar cómo elegir los momentos oportunos de la corrección de errores en función del nivel de progreso que evidencien fondistas del nivel de iniciación deportiva.

C5: Aplicar técnicas de evaluación de sesiones de iniciación deportiva en esquí de fondo a partir de una programación de referencia dada, verificando cumplimiento de objetivos y nivel de motivación de fondistas.

CE5.1 Determinar el procedimiento para acometer una recogida de datos y su evaluación sobre el desarrollo de sesiones de iniciación deportiva en esquí de fondo, garantizando la objetividad.

CE5.2 En un supuesto práctico de evaluación de sesiones de iniciación deportiva en esquí de fondo, considerando una programación de referencia dada:

- Informar a los fondistas de la conveniencia de implicarse en procesos de evaluación con asertividad y empatía.

- Recopilar situaciones significativas ocurridas durante el desarrollo de las sesiones de iniciación deportiva que informen sobre la motivación de los fondistas.

- Aplicar procedimientos de manera rigurosa, respetando el anonimato de los participantes al evaluar su nivel de satisfacción con las sesiones de iniciación deportiva.

- Aplicar procedimientos e instrumentos encaminados a la corrección y adaptación de las sesiones para su mejora continua.

CE5.3 Determinar cómo acometer la evaluación de sesiones utilizando el modelo de recogida y registro de datos, físicos y/o informáticos previstos en una programación de referencia dada.

Capacidades cuya adquisición debe ser completada en un entorno real de trabajo

C2 respecto a CE2.1; C3 completa; C5 respecto a CE5.2.

Otras Capacidades:

Responsabilizarse del trabajo que desarrolla.

Actuar con rapidez en situaciones problemáticas y no limitarse a esperar.

Proponer alternativas con el objetivo de mejorar resultados.

Demostrar cierta autonomía en la resolución de pequeñas contingencias relacionadas con su actividad.

Demostrar interés y preocupación por atender satisfactoriamente las necesidades de los participantes.

Comunicarse eficazmente con las personas adecuadas en cada momento, respetando los canales establecidos en la organización.

Favorecer la igualdad efectiva entre mujeres y hombres en el desempeño competencial.

Contenidos

1 Diseño de sesiones de iniciación deportiva en esquí de fondo

Programación general como referencia.

Las sesiones de iniciación deportiva y su estructura.

Planteamiento de objetivos.

Distribución temporal de las sesiones.

Diseño de actividades.

Adaptación de las sesiones al fondista.

Recursos materiales para la enseñanza.

Mantenimiento y enceraje del material de esquí de fondo.

Equipo y material para la práctica deportiva.

2 Aspectos que condicionan la enseñanza del esquí de fondo

El circuito: nieve, orografía y diseño.

Meteorología y medio físico.

El deportista: aptitudes y competencias.

El técnico: conocimientos, personalidad, experiencia y estilo.

3 Estrategias pedagógicas en la enseñanza del esquí de fondo

La comunicación como valor básico en la enseñanza.

Valoración de la comprensión y entendimiento de la tarea y su evolución.

Recursos organizativos: espacio, grupo y material de enseñanza.

Estilos de enseñanza.

Dinámicas de grupo.

Fomento de la motivación del fondista.

La protección de riesgos en la práctica deportiva.

La táctica en las pruebas de esquí de fondo.

Entrenamiento del comportamiento táctico en la iniciación del esquí de fondo.

4 Corrección de errores, evaluación y feedback aplicado a la enseñanza del esquí de fondo

Análisis del gesto técnico: contexto, ejecución y comparación con el modelo de referencia.

Análisis de la efectividad de los movimientos.

Errores: orden de importancia y su priorización.

Ejercicios para la corrección de errores.

Estrategias metodológicas en la observación y corrección en la iniciación del esquí de fondo: estrategias básicas de diseño y organización de tareas; estrategias básicas de interacción didáctica.

El feedback: tipos y comunicación.

Análisis de la sesión.

Recogida de datos para la evaluación.

Instrumentos de evaluación del aprendizaje en la iniciación deportiva del esquí de fondo.

Parámetros de contexto de la formación

Espacios e instalaciones

Los talleres e instalaciones darán respuesta a las necesidades formativas de acuerdo con el contexto profesional establecido en la unidad de competencia asociada, teniendo en cuenta la normativa aplicable del sector productivo, prevención de riesgos laborales, accesibilidad universal y protección medioambiental. Se considerará con carácter orientativo como espacios de uso:

- Estación de esquí (espacio singular no necesariamente ubicado en el centro de formación)

- Instalación de 3 m² por alumno o alumna.

Perfil profesional del formador o formadora:

1. Dominio de los conocimientos y las técnicas relacionados con la metodología de la iniciación deportiva en esquí de fondo que se acreditará simultáneamente mediante las dos formas siguientes:

- Formación académica de nivel 1 (Marco Español de Cualificaciones para la Educación Superior) o de otras de superior nivel relacionadas con el campo profesional.

- Experiencia profesional de un mínimo de 3 años en el campo de las competencias relacionadas con este módulo formativo.

2. Competencia pedagógica acreditada de acuerdo con lo que establezcan las Administraciones competentes.

MÓDULO FORMATIVO 3

Promoción y acompañamiento a fondistas en competiciones de tipo social y eventos de esquí de fondo

Nivel:	2
Código:	MF2424_2
Asociado a la UC:	UC2424_2 - Dinamizar acciones de promoción y acompañamiento a fondistas y de apoyo organizativo en actividades, eventos y competiciones de tipo social en esquí de fondo
Duración (horas):	60
Estado:	Tramitación BOE

Capacidades y criterios de evaluación

C1: Desarrollar técnicas de tramitación de gestiones vinculadas a la participación de fondistas en competición de iniciación deportiva en esquí de fondo.

CE1.1 En un supuesto práctico de preparación de trámites para la participación en un evento, actividad o competición de esquí de fondo con uno o varios fondistas:

- Argumentar los objetivos y criterios de valoración de la actividad o competición a los propios fondistas con claridad para su conocimiento y aplicación.
- Participar en los encuentros informativos (reuniones) de las actividades o competiciones corroborando la información previa obtenida de la competición y su funcionamiento.
- Organizar el programa de la salida para la actividad o competición detallando fechas, horarios y funcionamiento según el emplazamiento de la actividad (estadio de esquí de fondo) y las necesidades de desplazamiento hasta la misma.
- Comunicar a los fondistas y a sus familias o tutores legales, en caso de ser menores de edad, el programa de la salida para la actividad, los materiales, indumentaria y documentos para la participación en el evento.

CE1.2 Enunciar la documentación necesaria de los participantes para su participación en competición de iniciación deportiva (licencias, seguros, inscripciones, autorizaciones) detallando el procedimiento para conseguirla.

CE1.3 Describir un proceso de inscripción de fondistas en competición de iniciación deportiva en esquí de fondo refiriéndose al tipo de documentación necesaria, fechas, lugares y formas de cumplimentación.

CE1.4 Describir el procedimiento para acometer el pago de tasas competitivas de posibles fondistas participantes en competición de iniciación deportiva en esquí de fondo.

C2: Desarrollar técnicas de acompañamiento y apoyo a fondistas con responsabilidad y seguridad en las actividades, eventos y competiciones de iniciación deportiva en esquí de fondo.

CE2.1 En un supuesto práctico de acompañamiento a fondistas a un evento, actividad o competición de iniciación deportiva en esquí de fondo, en momentos previos a su participación:

- Contribuir a la creación de un ambiente motivante y de respeto para la actividad entre los integrantes del grupo y del colectivo de la competición motivando y reforzando la participación.

- Difundir entre los fondistas del grupo al que se acompaña, los horarios del evento o competición con claridad y exactitud, organizando el funcionamiento horario del grupo durante la actividad.
- Determinar entre los fondistas los diferentes puntos de encuentro antes, durante y al final de la actividad con claridad y exactitud, organizando los encuentros necesarios del grupo.
- Atender a las necesidades personales y motivaciones individuales de cada fondista con empatía y efectividad.
- Apoyar a los fondistas en la preparación del material específico de esquí de fondo para el evento o competición según el estado de la nieve y condición meteorológica.
- Difundir entre los fondistas la normativa o reglamento del evento o competición con claridad y exactitud.

CE2.2 Describir el asesoramiento que requieren los fondistas durante la competición en materia de hidratación y nutrición adaptando los posibles casos a circunstancias de fondistas-tipo.

CE2.3 Definir las acciones de recogida, entrega y devolución de dorsales para la participación de fondistas detallando sus momentos de ejecución.

CE2.4 Concretar posibles tareas de alojamiento de fondistas, especificando cómo proceder para garantizar una pernoctación segura en caso de que sean menores de edad.

C3: Desarrollar estrategias de orientación técnica y táctica a los fondistas en eventos o competiciones de iniciación deportiva en esquí de fondo aportando seguridad durante el proceso.

CE3.1 En un supuesto práctico de acompañamiento a fondistas a un evento o competición de iniciación deportiva en esquí de fondo, en una estación de esquí previamente conocida:

- Aconsejar a los fondistas durante la inspección del entorno de práctica, enfatizando sobre el terreno en los puntos técnicamente significativos.
- Pautar la estrategia de ejecución a los fondistas con claridad y exactitud, según las características de la actividad, el entorno de práctica y el estado orgánico de cada participante.
- Aportar correcciones técnicas a los fondistas con claridad y exactitud, según la ejecución realizada en cada caso, teniendo en cuenta las características de la actividad y el entorno de práctica.
- Revisar el estado del material competitivo, aportando ayuda y confianza a los fondistas, garantizando su seguridad e integridad en la competición o evento.
- Hacer seguimiento de los horarios, programas, dorsales, órdenes de salida, tiempos de carrera, durante el desarrollo del evento o competición, aportando tranquilidad al deportista y contribuyendo a su rendimiento en la competición.

CE3.2 Desarrollar técnicas de revisión del estado físico y emocional individual de fondistas, momentos antes de su salida a competición, incidiendo en técnicas de motivación.

CE3.3 Argumentar, ejemplificando cómo difundir valores deportivos y de respeto al entorno de práctica entre posibles participantes en eventos o competiciones de iniciación deportiva en esquí de fondo, concretando comportamientos ejemplares que cabría esperarse entre los fondistas.

CE3.5 Describir técnicas de acompañamiento a fondistas en competición y eventos, incidiendo en el respeto a las características medio ambientales del entorno de práctica.

C4: Desarrollar acciones organizativas de colaboración en eventos y/o competiciones deportivas de iniciación deportiva en esquí de fondo, aplicando reglamentos, protocolos y normativas reguladoras.

CE4.1 Determinar el procedimiento para contactar con organizaciones públicas y/o privadas, exponiendo con claridad la actividad a promocionar, su funcionamiento y objetivos y las necesidades de colaboración concretas que se le podrían solicitar para el desarrollo y consecución de la actividad, evento o competición.

CE4.2 Determinar el procedimiento para colaborar en la publicidad del evento, utilizando una imagen corporativa y los medios digitales y físicos necesarios, comprobando su ejecución y difusión.

CE4.3 Determinar el procedimiento de definición de los ítems del cuestionario que valora la actividad competitiva.

CE4.4 Preparar la zona donde debe ir la entrega de premios, así como preparar los premios según las categorías contempladas en el evento o competición.

CE4.5 Confeccionar los horarios, teniendo en cuenta las categorías para el garantizar el funcionamiento del evento o la competición.

CE4.6 Determinar la organización y las necesidades de acondicionamiento y mantenimiento de lo reglamentario en la salida, meta, recorrido y la divulgación de toda la información del evento o competición.

CE4.7 Determinar cómo promover la participación de Jueces, técnicos y servicios sanitarios para el desarrollo del evento, distribuyendo los espacios, coordinando sus actuaciones y velando por la retribución económica reglamentaria.

Capacidades cuya adquisición debe ser completada en un entorno real de trabajo

C1 respecto a CE1.1; C2 respecto a CE2.1 y C3 respecto a CE3.1.

Otras Capacidades:

Responsabilizarse del trabajo que desarrolla.

Actuar con rapidez en situaciones problemáticas y no limitarse a esperar.

Proponer alternativas con el objetivo de mejorar resultados.

Demostrar cierta autonomía en la resolución de pequeñas contingencias relacionadas con su actividad.

Demostrar interés y preocupación por atender satisfactoriamente las necesidades de los participantes.

Comunicarse eficazmente con las personas adecuadas en cada momento, respetando los canales establecidos en la organización.

Favorecer la igualdad efectiva entre mujeres y hombres en el desempeño competencial.

Contenidos

1 Organización y promoción de competiciones deportivas y eventos de iniciación deportiva en esquí de fondo

Evento deportivo.

Estructura organizativa en los eventos deportivos.

Normativa de los eventos deportivos.

Organización de eventos.

Seguridad.

Comunicación en eventos deportivos.

Presupuesto en eventos deportivos.

Marketing y sponsorship de eventos deportivos.

Normativa vinculada a las competiciones de esquí de fondo, de la Real Federación Española de Deportes de Invierno y Federación Autonómica donde se lleva a cabo la competición.

Tipo de actividades propias del nivel de iniciación de carácter social. Criterios para la participación. Gestión de la información y la documentación necesaria para la participación en las competiciones o eventos programados: Proceso y medios de transmisión de la información; Comprobación de la asistencia; Gestión de la documentación para los desplazamientos, y del acompañamiento; Control de los fondistas en las competiciones o actividades programadas; El modelo de autorización paterna/tutor.

Información y motivación al fondista antes, durante y después de la competición.

2 Acompañamiento a fondistas en eventos y competiciones de iniciación deportiva en esquí de fondo

Intervención el día de la competición: Inspección del campo de competición; determinación de cuestiones tácticas-técnicas del fondista; rutina de calentamiento/activación del organismo; plan del club/equipo detallado para el día de la carrera; preparación del material/esquí según modalidad; recogida de dorsales.

Intervención la mañana de la prueba: seguimiento del plan preparado; plan de alimentación previo y horario antes de la prueba; fase de calentamiento, rutinas según la meteorología.

Intervención con posterioridad a la prueba: plan de recuperación, alimentación y tratamiento del material.

Tutela de los fondistas en las competiciones o actividades programadas.

Conducta y ética del fondista y del entrenador en competiciones y actividades.

Principios, valores y normas generales de la práctica deportiva educativa.

Concepto y definición de modelo de comportamiento del técnico de ciclo inicial y de los fondistas.

Parámetros de contexto de la formación

Espacios e instalaciones

Los talleres e instalaciones darán respuesta a las necesidades formativas de acuerdo con el contexto profesional establecido en la unidad de competencia asociada, teniendo en cuenta la normativa aplicable del sector productivo, prevención de riesgos laborales, accesibilidad universal y protección medioambiental. Se considerará con carácter orientativo como espacios de uso:

- Estación de esquí (espacio singular no necesariamente ubicado en el centro de formación)
- Instalación de 3 m² por alumno o alumna.

Perfil profesional del formador o formadora:

1. Dominio de los conocimientos y las técnicas relacionados con la promoción y acompañamiento a fondistas en eventos y competiciones de esquí de fondo, que se acreditará simultáneamente mediante las dos formas siguientes:

- Formación académica de nivel 1 (Marco Español de Cualificaciones para la Educación Superior) o de otras de superior nivel relacionadas con el campo profesional.

- Experiencia profesional de un mínimo de 3 años en el campo de las competencias relacionadas con este módulo formativo.

2. Competencia pedagógica acreditada de acuerdo con lo que establezcan las Administraciones competentes.

MÓDULO FORMATIVO 4

PRIMEROS AUXILIOS

Nivel:	2
Código:	MF0272_2
Asociado a la UC:	UC0272_2 - ASISTIR COMO PRIMER INTERVINIENTE EN CASO DE ACCIDENTE O SITUACIÓN DE EMERGENCIA
Duración (horas):	60
Estado:	BOE

Capacidades y criterios de evaluación

C1: Relacionar la información obtenida sobre los signos de alteración orgánica con el estado del accidentado y las características de la asistencia como primer interviniente.

CE1.1 Diferenciar los conceptos de urgencia, emergencia y catástrofe en primeros auxilios.

CE1.2 Definir técnicas de autoprotección frente a posibles lesiones derivadas de la manipulación de personas accidentadas.

CE1.3 En un supuesto práctico de identificación del estado del accidentado:

- Identificar el nivel de consciencia.
- Identificar las posibles lesiones y traumatismos y sus mecanismos de producción.
- Seleccionar las maniobras posturales ante lesiones.
- Comunicar la información al servicio de emergencias.
- Manejar la terminología médico sanitaria de primera intervención.
- Utilizar los elementos de protección individual.
- Definir las técnicas de autoprotección frente a posibles lesiones.

CE1.4 En un supuesto práctico de intervención para la valoración inicial de un accidentado:

- Identificar y justificar la mejor forma de acceso al accidentado.
- Identificar los posibles riesgos.
- Asegurar la zona según el protocolo establecido.
- Efectuar las maniobras necesarias para acceder al accidentado.

CE1.5 En un supuesto práctico de valoración inicial de un accidentado:

- Concretar las pautas de actuación según el protocolo para la valoración inicial.
- Identificar situaciones de riesgo vital y definir las actuaciones que conllevan.
- Utilizar las técnicas posturales apropiadas ante situaciones de compromiso ventilatorio.
- Utilizar las técnicas de hemostasia apropiadas ante situaciones de hemorragias externas.

C2: Aplicar técnicas y maniobras de soporte ventilatorio y/o circulatorio básicas según protocolo establecido.

CE2.1 Describir los conceptos de reanimación cardio-pulmonar básica e instrumental según un protocolo.

CE2.2 Describir técnicas de desobstrucción de la vía aérea en la atención inicial según un protocolo.

CE2.3 En un supuesto práctico de compromiso ventilatorio de un accidentado:

- Identificar situaciones de riesgo vital y definir las actuaciones que conllevan.

- Efectuar la maniobra frente-mentón.
- Utilizar las técnicas posturales según un protocolo ante situaciones de compromiso ventilatorio.

CE2.4 En un supuesto práctico de compromiso circulatorio de un accidentado:

- Seleccionar el material e instrumental de reanimación cardio-pulmonar básica.
- Aplicar las técnicas básicas e instrumentales de reanimación cardio-pulmonar sobre maniqués.
- Aplicar las técnicas básicas de reanimación cardio-pulmonar sobre maniqués utilizando equipo de oxigenoterapia y desfibrilador automático.
- Utilizar las técnicas de hemostasia según un protocolo ante situaciones de hemorragias externas.

C3: Aplicar técnicas de primeros auxilios en la atención inicial a accidentados sin parada cardio-respiratoria.

CE3.1 Definir el protocolo de una Cadena de Supervivencia en relación a los primeros auxilios.

CE3.2 Explicar las acciones de colaboración con los equipos de emergencia en los primeros auxilios durante la atención inicial y primera clasificación de pacientes ante una catástrofe y en situación de emergencia colectiva.

CE3.3 En un supuesto práctico de atención inicial en situación de emergencia a un accidentado:

- Vigilar a un accidentado para valorar su evolución.
- Alinear manualmente la columna cervical al accidentado.
- Efectuar la maniobra frente-mentón.

CE3.4 En un supuesto práctico de atención inicial en situación de emergencia en un accidentado con atragantamiento:

- Seleccionar la maniobra en función de la edad de un accidentado según un protocolo.
- Valorar la gravedad de la obstrucción según un protocolo.
- Aplicar las maniobras de desobstrucción según un protocolo.
- Efectuar la desobstrucción de una embarazada.
- Concretar las pautas de comunicación con el servicio de emergencia en una obstrucción grave.

CE3.5 En un supuesto práctico de atención inicial en situación de emergencia a un accidentado:

- Aplicar las técnicas oportunas recogidas en un protocolo establecido ante posibles accidentados con lesiones por agentes mecánicos, físicos o químicos.
- Aplicar protocolo de atención establecido a un accidentado con crisis convulsiva.
- Aplicar protocolo de atención establecido a un accidentado con quemaduras.
- Aplicar protocolo de atención establecido a un accidentado con hemorragia externa.
- Actuar conforme a un protocolo establecido ante situaciones de parto inminente.

CE3.6 En un supuesto práctico de primeros auxilios en situación de emergencia a un accidentado:

- Actuar en función de la gravedad y el tipo de lesiones.
- Determinar las técnicas de primeros auxilios que se deben aplicar.
- Discriminar las técnicas que no debe aplicar el primer interviniente de forma autónoma, por exceso de riesgo o por ser específicas de otros profesionales.
- Discriminar los casos y/o circunstancias en los que no se debe intervenir directamente por exceso de riesgo o por ser específicos de otros profesionales.

C4: Aplicar técnicas de movilización e inmovilización en la atención inicial a accidentados para su traslado.

CE4.1 Describir los métodos para efectuar el rescate de un accidentado según un protocolo.

CE4.2 Describir los métodos de inmovilización aplicables para un transporte seguro cuando el accidentado tiene que ser trasladado.

CE4.3 En un supuesto práctico de movilización e inmovilización de un accidentado, elegir un método dadas las posibles lesiones del accidentado y/o las circunstancias de los accidentes.

CE4.4 Describir lesiones, patologías y traumatismos susceptibles de atención inicial y aspectos a tener en cuenta para su prevención, en función del medio en el que se desarrolla la actividad para:

- Describir causas que lo producen.
- Definir síntomas y signos.
- Precisar pautas de actuación y atención inicial según un protocolo.

CE4.5 En un supuesto práctico de atención inicial en situación de emergencia a un accidentado:

- Alinear manualmente la columna cervical al accidentado.
- Efectuar la maniobra frente-mentón.
- Explicar las repercusiones de un traslado inadecuado.
- Confeccionar camillas y sistemas para la inmovilización y transporte de enfermos y/o accidentados utilizando materiales convencionales e inespecíficos o medios de fortuna.

C5: Aplicar técnicas de comunicación y de apoyo emocional a accidentados, familiares e implicados, presentes en el entorno de la emergencia.

CE5.1 Definir un protocolo de comunicación con accidentados y con posibles testigos e implicados en una situación de emergencia.

CE5.2 Describir unas técnicas de la comunicación con el accidentado en función de su estado de consciencia.

CE5.3 En un supuesto práctico de una situación que dificulta la comunicación y donde se presta asistencia a un accidentado:

- Asegurar el entorno de intervención según protocolo establecido.
- Aplicar técnicas facilitadoras de la comunicación interpersonal.
- Discriminar los factores que predisponen ansiedad.

CE5.4 En un supuesto práctico en situación de emergencia donde se especifican situaciones de tensión ambiental, especificar las técnicas a emplear para:

- Controlar una situación de duelo según un protocolo establecido.
- Controlar situaciones de ansiedad y angustia según protocolo establecido.
- Controlar situaciones de agresividad según protocolo establecido.

CE5.5 En un supuesto práctico de aplicación de primeros auxilios no exitoso (muerte del accidentado), describir las posibles manifestaciones de estrés de la persona que socorre e indicar las acciones para superar psicológicamente el fracaso.

Capacidades cuya adquisición debe ser completada en un entorno real de trabajo

C1 respecto a CE1.3, CE1.4 y CE1.5; C2 respecto a CE2.3 y CE2.4; C3 respecto a CE3.3, CE3.4, CE3.5 y CE3.6; C4 respecto a CE4.3 y CE4.5; C5 respecto a CE5.3, CE5.4 y CE5.5.

Otras Capacidades:

Responsabilizarse del trabajo que desarrolla.

Comunicarse eficazmente con las personas adecuadas en cada momento, respetando los canales establecidos en la organización.

Participar y colaborar activamente en el equipo de trabajo.

Interpretar y ejecutar instrucciones de trabajo.

Actuar con rapidez en situaciones problemáticas y no limitarse a esperar.

Respetar los procedimientos y normas internas de la organización.

Contenidos

1 Valoración inicial del accidentado como primer interviniente

El botiquín de primeros auxilios: instrumentos, material de cura, fármacos básicos.
Primeros auxilios: concepto, principios generales, objetivos y límites.
El primer interviniente: actitudes, funciones, responsabilidad legal, riesgos y protección, responsabilidad y ética profesional.
El primer interviniente como parte de la cadena asistencial.
Terminología anatomía y fisiología.
Terminología médico-sanitaria de utilidad en primeros auxilios.
Actuación general ante emergencia colectiva y catástrofe: conceptos relacionados con emergencias colectivas y catástrofes, métodos de "triage" simple, norias de evacuación.

2 Asistencia al accidentado con maniobras de soporte ventilatorio y/o circulatorio básico como primer interviniente

La Cadena de Supervivencia: eslabones de actuación.
Características de la Cadena de Supervivencia.
Resucitación cardiopulmonar básica (RCPB): valoración del nivel de consciencia; comprobación de la ventilación; protocolo de RCPB ante una persona inconsciente con signos de actividad cardiaca; protocolo de RCPB ante una persona con parada cardio-respiratoria; RCPB en niños de 1 a 8 años y RCPB en lactantes.
Transporte de un enfermo repentino o accidentado: valoración de la situación; posiciones de transporte seguro; técnicas de inmovilización y transporte utilizando medios convencionales y materiales inespecíficos o de fortuna; confección de camillas utilizando medios convencionales o inespecíficos.

3 Atención inicial de primeros auxilios en situaciones de emergencia sin parada cardio-respiratoria

Valoración del accidentado: primaria y secundaria.
Técnicas de movilización e inmovilización al accidentado para asegurar el posible traslado: posición lateral de seguridad, posiciones de espera no lesivas o seguras, recogida de un lesionado.
Métodos para desobstruir la vía aérea y facilitar la respiración: accesorios de apoyo a la ventilación y oxigenoterapia.
Intoxicaciones por vía respiratoria: intoxicaciones por inhalación de humos y gases.
Signos y síntomas de urgencia: fiebre, crisis anafilácticas, vómitos y diarrea, desmayos, lipotimias, síncope y "shock".
Heridas: clasificación, síntomas y signos. Tratamiento básico.
Hemorragias: clasificación, síntomas y signos. Tratamiento básico.
Traumatismos: esguinces, contusiones, luxaciones, fracturas, traumatismos torácicos, traumatismos craneoencefálicos, traumatismos de la columna vertebral, síndrome de aplastamiento, politraumatizados y traslados.
Accidentes de tráfico: orden de actuación, medidas respecto a la seguridad de la circulación y a los heridos en el accidente y aspectos esenciales de los accidentes de tráfico.
Lesiones producidas por calor y por frío.
Cuerpos extraños: en la piel, ojos, oídos y nariz.
Accidentes eléctricos. Electrocutión: lesiones producidas por la electricidad y los rayos.
Intoxicaciones por alcohol y estupefacientes.
Cuadros convulsivos: epilepsia y otros cuadros convulsivos.

4 Intervención de apoyo psicológico al accidentado, familiares e implicados en la situación de urgencia como primer interviniente

Psicología de la víctima.

Comunicación: canales y tipos. Comunicación asistente-accidentado.

Comunicación asistente-familia.

Habilidades sociales. Actitudes personales que facilitan o dificultan la comunicación.

Estrategias de control del estrés.

Apoyo psicológico ante situaciones de emergencia: crisis, duelo, tensión, agresividad y ansiedad.

Parámetros de contexto de la formación

Espacios e instalaciones

Los espacios e instalaciones darán respuesta, en forma de aula, aula-taller, taller de prácticas, laboratorio o espacio singular, a las necesidades formativas, de acuerdo con el Contexto Profesional establecido en la Unidad de Competencia asociada, teniendo en cuenta la normativa aplicable del sector productivo, prevención de riesgos laborales, salud laboral, accesibilidad universal, diseño universal o diseño para todas las personas y protección medioambiental

Perfil profesional del formador o formadora:

1. Dominio de los conocimientos y las técnicas relacionados con la asistencia como primer interviniente en caso de accidente o situación de emergencia, que se acreditará mediante una de las dos formas siguientes:

- Formación académica de nivel 2 (Marco Español de Cualificaciones para la Educación Superior) o de otras de superior nivel relacionadas con el campo profesional.

- Experiencia profesional de un mínimo de 3 años en el campo de las competencias relacionadas con este módulo formativo.

2. Competencia pedagógica acreditada de acuerdo con lo que establezcan las Administraciones competentes.