

ESCUELA ARAGONESA DE MONTAÑISMO

TEMARIOS FORMATIVOS

ESPECIALIDAD CARRERAS POR MONTAÑA
2022



ÍNDICE

INTRODUCCIÓN.....	3
ESPECIALIDAD CARRERAS POR MONTAÑA.....	4
DESCRIPCIÓN DEL PERFIL	4
OBJETIVO GENERAL DEL CURSO	4
UBICACIÓN EN EL ÁMBITO DEPORTIVO	4
RESPONSABILIDAD EN LAS TAREAS DEL ESPECIALISTA.....	5
REQUISITOS ESPECÍFICOS PARA EL ACCESO	5
CONTENIDOS DIDÁCTICOS	5
BLOQUE FORMACIÓN ESPECÍFICA.....	5

INTRODUCCIÓN

La Escuela Aragonesa de Montañismo (EAM) está integrada en la Federación Aragonesa de Montañismo (FAM) constituyendo por sí misma un comité más con representación en la Junta de la FAM.

Su principal objetivo es la formación de personal cualificado para la dirección y ejecución de actividades de promoción, iniciación y perfeccionamiento técnico deportivo en los clubes adheridos a la FAM, de manera voluntaria, no pudiendo ejercer dicha labor de manera profesional.

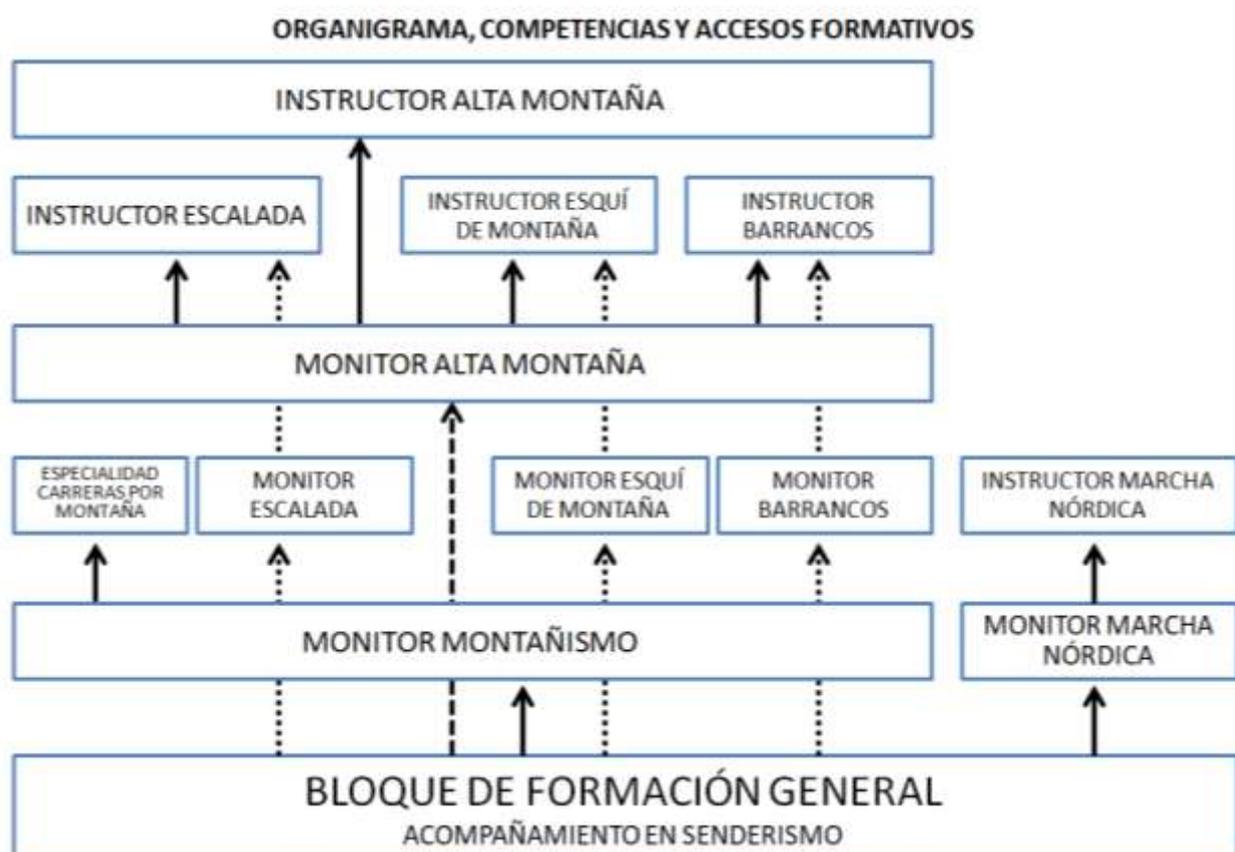
Es la responsable de la formación de árbitros y personal técnico para el control y ejecución de las diferentes competiciones deportivas dentro de sus competencias definidas en los estatutos de la FAM.

Igualmente también ofrece asesoramiento o proporciona personal cualificado para actividades relacionadas con el ámbito de la FAM.

Para llevar a cabo esta labor, la EAM organiza cursos para obtener nuevas titulaciones de monitor federativo, actualizaciones para los titulados en las diferentes modalidades, jornadas sobre temas de interés para el colectivo que practica deportes de montaña y encuentros con los clubes y miembros de la EAM.

Una vez superada la formación, los monitores e instructores titulados tienen los conocimientos y la capacidad para organizar actividades y cursos de iniciación y perfeccionamiento para formar a futuros deportistas en las disciplinas de Alta Montaña, Esquí de Montaña, Escalada, Marcha Nórdica, Senderismo, Montañismo y Descenso de Barrancos dentro del ámbito federativo.

En el esquema de las titulaciones es el siguiente:



ESPECIALIDAD CARRERAS POR MONTAÑA

DESCRIPCIÓN DEL PERFIL

La especialidad de Carreras por Montaña dentro de la titulación de Monitor de Montañismo acredita que su titular posee las competencias necesarias para efectuar la enseñanza de la iniciación y el perfeccionamiento en Carreras por Montaña, así como ejercer como responsable de escuelas y equipos de carreras por montaña.

Es necesario tener la titulación mínima de Monitor de Montañismo o Alta Montaña para poder cursar la Especialidad de Carreras por Montaña.

RATIO: 1 Profesor - 8 Alumnos

DURACIÓN: 12 h 1 jornada y media

OBJETIVO GENERAL DEL CURSO

Formar a los futuros responsables de las escuelas y secciones de carreras por montaña para que puedan desarrollar las actividades propias de esta especialización de la EAM.

Tal y como se recoge en el artículo 12 del reglamento de la EAM, la emisión de estos títulos otorga una competencia técnica y docente, de carácter benévolo, dentro del marco de las actividades promocionales de los clubes de montaña aragoneses, pero en ningún caso como actividad profesional.

Además, en el siguiente apartado quedan reflejadas las entidades donde se pueden desarrollar las funciones como especialista de la EAM.

UBICACIÓN EN EL ÁMBITO DEPORTIVO

Este título acredita la adquisición de los conocimientos y las competencias suficientes, para asumir sus responsabilidades en el seno de los clubes de montaña de Aragón.

Esta formación capacita para realizar actividades de promoción e iniciación en las siguientes modalidades deportivas:

- Montañismo.
- Carreras por Montaña.

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

- Clubes adscritos a la FAM.
- Federación Aragonesa de Montañismo.
- Escuelas de carreras por montaña y equipos de competición.

RESPONSABILIDAD EN LAS TAREAS DEL ESPECIALISTA

A este especialista son requeridas las responsabilidades siguientes:

- La enseñanza de la carrera por montaña.
- El control y evaluación del proceso de instrucción deportiva.
- La seguridad de los individuos o grupos durante el desarrollo de las actividades.
- El cumplimiento de las instrucciones generales emitidas por el responsable de la entidad deportiva.

REQUISITOS ESPECÍFICOS PARA EL ACCESO

- Poseer la titulación de Monitor de Montañismo o Monitor de Alta Montaña.
- Ser federado FAM en el año en curso con la cobertura B o superior.
- Tener 18 años cumplidos.
- Presentar aval firmado por el presidente de su club adherido a la FAM.

CONTENIDOS DIDÁCTICOS

BLOQUE FORMACIÓN ESPECÍFICA

Específico de la especialidad con las siguientes unidades de competencia:

- Programar y efectuar la enseñanza de las diferentes modalidades de carreras por montaña.
- Programar y acompañar en las competiciones de carreras por montaña.

El bloque específico se compone de los siguientes módulos formativos:

A. TIPOLOGÍA DE COMPETICIONES Y SEGURIDAD

A.1 Objetivos formativos:

- Conocer las diferentes modalidades deportivas que se incluyen en las carreras por montaña.
- Detectar los riesgos inherentes a cada modalidad y minimizar la exposición de los deportistas a los mismos.

A.2 Capacidades del monitor especialista:

- Poseer suficiente capacidad crítica e inteligencia emocional para asumir el liderazgo como responsable, tomando las decisiones oportunas que garanticen el correcto funcionamiento y la seguridad del grupo durante el desarrollo de las actividades de carreras por montaña.

A.3 Contenidos:

- Tipologías de competiciones.
- Requerimientos materiales según tipo de competición.
- Medidas de seguridad según tipo de competición.

A.4 Criterios de evaluación.

- Explicación de las diferentes modalidades de competición.
- Determinación de los aspectos de seguridad en cada una de ellas.
- Elección de los materiales necesarios según modalidad.

B. TÉCNICA Y TÁCTICA EN LAS CARRERAS POR MONTAÑA

B.1 Objetivos formativos:

- Conocer las diferentes técnicas de progresión en las carreras por montaña.
- Planificación de las competiciones.

B.2 Capacidades del monitor:

- Conocer y dominar las diferentes técnicas de progresión en las carreras por montaña.
- Conocer las dinámicas propias de la competición.

B.3 Contenidos.

- Técnicas de progresión según el desnivel.
- Técnicas de progresión según el terreno.
- Técnicas de progresión según el material.
- Planificación de la competición

B.4 Criterios de evaluación.

- Demostración de las diferentes técnicas.

C. PROGRAMAS DE ENTRENAMIENTO Y NUTRICIÓN

C.1 Objetivos formativos:

- Conocer las diferentes metodologías de entrenamiento según las modalidades deportivas.
- Conocer las características nutricionales de cada modalidad deportiva.

C.2 Capacidades del monitor:

- Reconocer las diferencias entre modalidades deportivas.
- Conocer las diferentes necesidades nutricionales según las diferentes modalidades.

C.3 Contenidos.

- Planificación del entrenamiento.
- Nutrición. Requerimientos según la modalidad deportiva.

C.4 Criterios de evaluación. .

- Planificación de una temporada de entrenamiento.
- Realización de la planificación nutricional para competición.