

ESCUELA ARAGONESA DE MONTAÑISMO

TEMARIOS FORMATIVOS

INSTRUCTOR DE ESCALADA
2022



ÍNDICE

INTRODUCCIÓN.....	3
INSTRUCTOR DE ESCALADA	4
DESCRIPCIÓN DEL PERFIL	4
OBJETIVO GENERAL DEL CURSO	4
UBICACIÓN EN EL ÁMBITO DEPORTIVO	4
RESPONSABILIDAD EN LAS TAREAS DE LOS INSTRUCTORES	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.

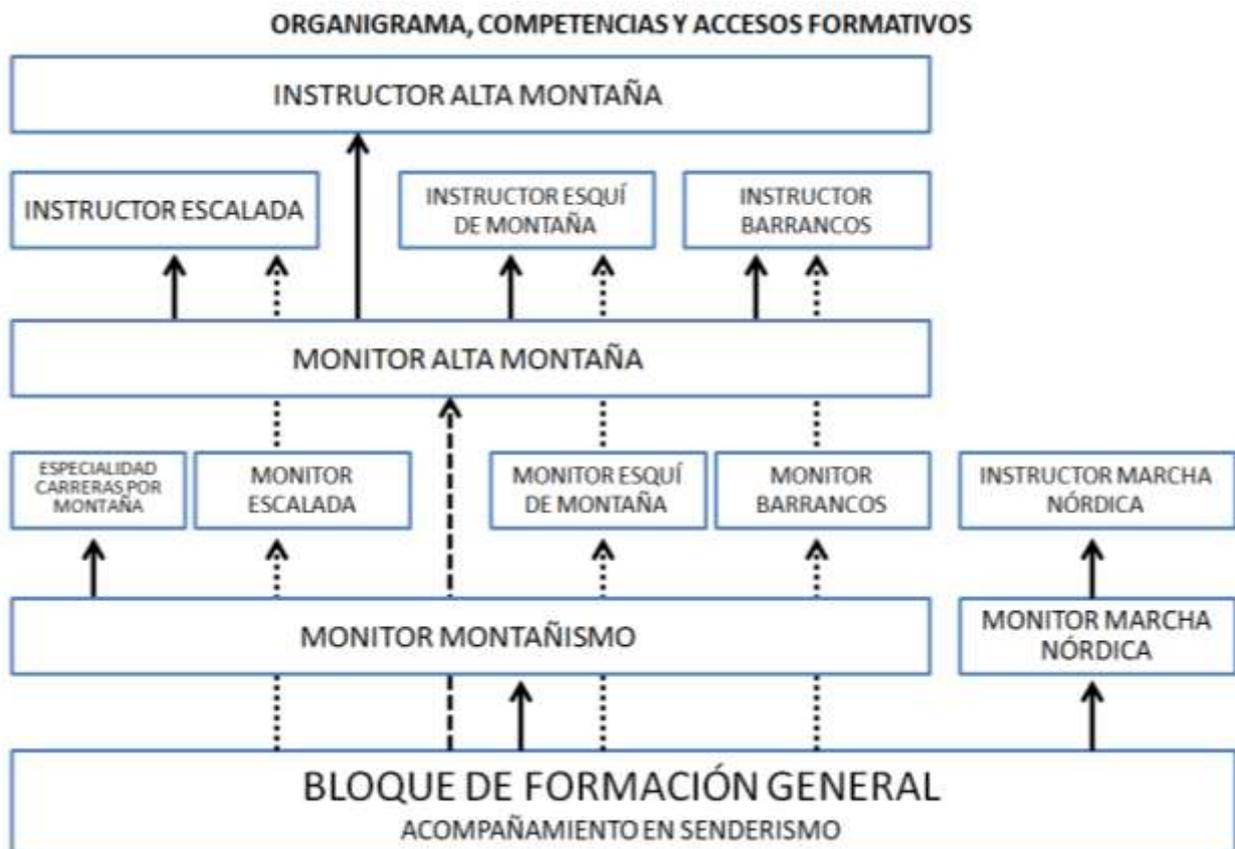
Es la responsable de la formación de árbitros y personal técnico para el control y ejecución de las diferentes competiciones deportivas dentro de sus competencias definidas en los estatutos de la FAM.

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:



INSTRUCTOR DE ESCALADA

DESCRIPCIÓN DEL PERFIL

El título de Instructor de Escalada acredita que su titular posee las competencias necesarias para efectuar la enseñanza de la escalada y vías ferratas, la formación de monitores en escalada en los cursos de la EAM, realizar actividades de tecnificación en el ámbito de la escalada y vías ferratas, y programar y dirigir el entrenamiento de deportistas de alto nivel y equipos de esta modalidad deportiva durante su participación en Juegos Deportivos en Edad Escolar y competiciones nacionales.

Es necesario tener la titulación de Monitor de Escalada o la titulación de Monitor de Alta Montaña para poder acceder a la formación de Instructor de Escalada.

RATIO: 1 Profesor - 4 Alumnos

DURACIÓN: 50 h 6 jornadas completas

OBJETIVO GENERAL DEL CURSO

Formar a los futuros instructores de escalada para que puedan desarrollar las actividades propias de esta titulación de la EAM.

Tal y como se recoge en el artículo 12 del reglamento de la EAM, la emisión de estos títulos otorgan 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 Instructor de escalada 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:

- Montañismo
- Escalada

Ejercerá su actividad en el ámbito de la enseñanza, perfeccionamiento y tecnificación de la Escalada en:

- Vías de varios largos hasta 5+.
- La escalada de autoprotección, escalada en lugares de difícil acceso, escalada artificial sobre seguros flotantes, progresión en ensamble, equipamiento de rutas naturales o muros artificiales.
- Equipador en competiciones de JJEE de Escalada.

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

- Clubes adscritos a la FAM.
- Federación Aragonesa de Montañismo.
- Escuelas de escalada.

RESPONSABILIDAD EN LAS TAREAS DE LOS INSTRUCTORES

A este instructor le son requeridas las responsabilidades siguientes:

- Todas las incluidas en las titulaciones de monitor de Montañismo y Escalada.
- La formación de nuevos monitores de Montañismo y de monitores e instructores en los cursos de Escalada.
- La enseñanza de la escalada y de la progresión en vías ferratas.
- El control y evaluación del proceso de instrucción deportiva.
- El control del rendimiento deportivo.
- La seguridad de los individuos o grupos durante el desarrollo de la actividad de la escalada.
- El cumplimiento de las instrucciones generales emitidas por el responsable de la entidad deportiva.
- La dirección técnica de deportistas y equipos durante la participación en Juegos Deportivos en Edad Escolar y competiciones nacionales.
- La escalada de autoprotección, escalada en lugares de difícil acceso, escalada artificial sobre seguros flotantes, progresión en ensamble, equipamiento de rutas naturales o muros artificiales.
- Equipación de muros de escalada en competiciones.
- Acompañamiento en cualquier itinerario de roca y ferratas, manejando la cuerda para ello.
- La dirección técnica de un departamento, sección o escuela de deportes de montaña y escalada.

REQUISITOS ESPECÍFICOS PARA EL ACCESO

- Tener la titulación de Monitor de Escalada o 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.

Pruebas de acceso:

- Se publicará con la convocatoria garantizando que los alumnos posean las capacidades mínimas para garantizar las competencias exigidas en esta titulación.

CONTENIDOS DIDÁCTICOS

BLOQUE FORMACIÓN ESPECÍFICA

Unidades de competencias:

- Programar y efectuar la enseñanza de la técnica y la táctica en el ámbito de la escalada.
- Programar y organizar actividades ligadas a la práctica de la escalada.
- Dirigir escuelas y grupos de tecnificación.
- Programar, efectuar la enseñanza y organizar actividades ligadas a la práctica de vías ferratas.

A. MÓDULO DE ENTRENAMIENTO DE ESCALADA

A.1 Objetivos formativos

- Aplicar los modelos de periodización del entrenamiento en la escalada con vistas al alto rendimiento.
- Aplicar los medios y métodos para el desarrollo de las cualidades psíquicas implicadas en la competición de escalada.
- Profundizar en el conocimiento de los requerimientos nutricionales de la práctica de la escalada de alto nivel.
- Aplicar los medios de recuperación física a los escaladores de alto nivel.

A.2 Contenidos

- Modelo de periodización del entrenamiento de la escalada de alto nivel según modalidad.
- Entrenamiento de las cualidades psíquicas de la escalada de alto nivel.
- Alimentación e hidratación en la escalada.
- Métodos para la recuperación del deportista.

A.3 Criterios de evaluación

Realizar la periodización de una temporada del entrenamiento de la escalada según la modalidad deportiva:

- El macrociclo.
- Los mesociclos.
- Los microciclos de cada etapa.
- Las sesiones de entrenamiento de cada etapa.
- Los períodos preparatorios y los períodos de competición.

A su vez para cada etapa:

- Determinar los objetivos y contenidos del entrenamiento.
- Determinar la evaluación del rendimiento de los deportistas de alto nivel.
- Incluir en la planificación deportiva las ayudas psicológicas al deportista de alto nivel.
- Determinar los requerimientos de hidratación y de nutrición de deportistas en razón de su participación en competiciones de escalada según la modalidad.
- Determinar los factores que influyen en la recuperación durante los períodos de entrenamiento y competición y proponer un programa de recuperación del deportista en razón de la planificación de la temporada deportiva realizada.

B. MÓDULO DE SEGURIDAD EN LA ESCALADA Y VÍAS FERRATAS II

B.1 Objetivos formativos

- Conocer las medidas de seguridad para la prevención de accidentes en la escalada.
- Dominar las técnicas de autorrescate en el medio rocoso.
- Conocer las lesiones más frecuentes en la escalada y los medios métodos de evitarlas.

B.2 Capacidades

- Progresar con seguridad y eficacia en los diferentes tipos de terreno específicos de la escalada y vías ferratas

- Establecer el plan de actuaciones para el desarrollo de las actividades de escalada con el fin de alcanzar el objetivo deportivo propuesto, adecuando las condiciones de seguridad para minimizar los riesgos, en razón de la condición física y los intereses de los practicantes.
- Evaluar las posibilidades de realización de la actividad en el lugar elegido.
- Organizar la práctica de la escalada con el fin de alcanzar el objetivo deportivo propuesto, adecuando las condiciones de seguridad para minimizar los riesgos.

B.3 Contenidos

- Seguridad para la prevención de accidentes en la escalada.
- El autorrescate en la escalada.
- Lesiones más frecuentes por la práctica de la escalada. Prevención.
- Accidentes, lesiones y traumatismos más significativos en la escalada. Prevención.

B.4 Criterios de evaluación

- Definir los peligros objetivos y subjetivos en la escalada.
- Describir los accidentes más significativos por la práctica de la escalada y proponer las medidas de seguridad que hay que tomar para prevenirlos.
- Realizar una demostración práctica de autorrescate en pared con los siguientes ítems de evaluación:
 - o Aplicar de la técnica correcta de autorrescate.
 - o Secuenciar de forma correcta las maniobras.
 - o El tiempo empleado deberá ser razonable.
- Indicar las lesiones por traumatismo y por sobreesfuerzo más comunes en la escalada determinando:
 - o Las causas.
 - o Los aspectos de su prevención.
 - o Los síntomas.
 - o Las normas básicas de actuación.
 - o Los factores que predisponen.
- En un supuesto práctico en el que se detalla una ascensión concreta, distinguir los distintos factores de peligro objetivos y subjetivos, que afectan a la progresión de la cordada:
 - o Los aspectos a tener en cuenta para su prevención.
 - o Las causas que lo producen.
 - o Los síntomas.
 - o Las normas de actuación.
 - o Los factores que predisponen.
- En un supuesto práctico de actuación de un rescate enumerar cronológicamente las actuaciones.
- Realizar una demostración de las técnicas de ascenso y descenso de heridos en pared.
- Dirigir a deportistas y equipos durante su participación en competiciones de escalada de los Juegos Deportivos en Edad Escolar

C. MÓDULO DE GESTIÓN DE ESCUELA DE INICIACIÓN Y TECNIFICACIÓN DEPORTIVA

C.1 Objetivos formativos:

- Conocer las diferencias de desarrollo en cada etapa del deportista.
- Establecer un programa técnico para cada etapa de desarrollo del deportista: desde la iniciación hasta la tecnificación.
- Conocer las características de la modalidad de competición de la disciplina deportiva.

- Mostrar los beneficios de la práctica deportiva en la salud física y mental del deportista.

C.2 Capacidades del instructor:

- Conocer todas las técnicas deportivas de la disciplina.
- Reconocer los beneficios de la práctica deportiva.

C.3 Contenidos:

- El desarrollo motriz del deportista.
- Planificación de entrenamiento en niños y adolescentes.
- Introducción a la Psicología deportiva.

C.4 Criterios de evaluación:

- Planificar una temporalización anual de actividades para un determinado colectivo:
 - Objetivos anuales.
 - Descripción de las actividades.