

## ESCUELA ARAGONESA DE MONTAÑISMO Bloque de formación general

### CURRÍCULUM

#### Introducción

La EAM propone la realización de parte de la formación docente de los potenciales monitores de la EAM en una localización temporal externa a la realización específica del curso de capacitación de monitor en cada una de las especialidades. De esta manera los contenidos de carácter teórico y común para todas las especialidades de los cursos de Monitor Base se agrupan y se desarrollan a la vez.

Esta propuesta persigue **descargar la dedicación horaria de los cursos específicos**, a la vez que **ampliar la formación del monitor** en estos temas comunes (ver contenidos más adelante). Adicionalmente, este método de formación debe **ayudar en la homogeneización de los conocimientos básicos de los nuevos monitores**, a la vez que **simplificará notoriamente la organización de los cursos específicos**.

#### A quien va dirigido

A aquellos deportistas interesados en pertenecer al colectivo de monitores de la EAM. Este colectivo tiene carácter amateur, benévolo o voluntario. Los titulados de la EAM poseen una reconocida competencia técnica (deportiva) y docente (enseñanza y divulgación), pero en ningún caso de conducción profesional. Su ámbito de actuación queda restringido a las actividades organizadas por clubes de montaña y la FAM.

#### Estructura de la formación EAM

La realización del bloque de formación general tiene lugar sólo una vez a lo largo de la formación, siendo necesario el superarlo.

#### Duración

Se propone una realización en **dos sesiones de día completo**, con una dedicación total de **16 horas lectivas**.

### **Profesorado**

El profesorado de estos cursos se nutre de especialistas o profesionales en cada materia con una titulación académica acorde, bien universitaria o como técnicos deportivos en montaña o escalada, teniendo muchos de ellos una dilatada experiencia docente. La Comisión Directiva de la EAM velará por adecuación del profesorado para estos cursos, debiendo dar su visto bueno a la propuesta de profesorado en cada caso.

### **Plazas y validez de la formación**

**El número mínimo de alumnos para la realización del curso será de 12 personas; el número máximo no podrá superar los 30 alumnos.** (La EAM se reserva la realización del curso en caso de no llegar al mínimo de plazas).

Los cursos estarán abiertos a deportistas federados, avalados o no por su club, y deportistas ajenos a la FAM. El régimen de prioridades considerará en primer lugar los deportistas federados avalados por su club con intención de cursar la correspondiente formación de Monitor de la EAM. En segunda prioridad se considerarán los deportistas federados avalados por su club, pero sin pretensiones de cursar la formación específica. Un tercer grupo serían los deportistas federados. Por último, si ha lugar, se considerarían las solicitudes de deportistas ajenos a la FAM.

En cada uno de los grupos anteriores la EAM ordenará las solicitudes sobre la base de criterios de representatividad y curriculum deportivo.

Una vez superada la prueba que se articule para valorar la asimilación de contenidos, la validez del certificado de superación de este curso no tendrá caducidad para la realización del curso específico de cada especialidad deportiva.

### **Requisitos de acceso.-**

Generales: Todo aspirante a Monitor deberá cumplir necesariamente los requisitos siguientes:

- a. Estar federado en el año en curso con la cobertura adecuada en la FAM.
- b. Tener 18 años cumplidos.
- c. Ser presentado por el presidente del club adherido a la FAM
- d. Cumplir los requisitos particulares requeridos para cada una de las especialidades.

## Contenidos

<b>Materia</b>	<b>Horas</b>	<b>Contenido</b>
Introducción a la organización de la FAM y de la EAM	0,5 horas	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Federación Aragonesa de Montañismo (FAM) – Cometidos, organización y funcionamiento. Formación en el ámbito FAM.</li> <li>• Escuela Aragonesa de Montañismo (EAM) – Cometidos, organización y funcionamiento. Titulaciones que imparte</li> <li>• Marco de la titulación como monitor EAM. Campo de actuación.</li> </ul>
Alimentación y preparación física	1,5 horas	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Alimentación para la práctica deportiva: nutrición y ración hídrica.</li> <li>• Preparación física y psicológica: el entrenamiento programado.</li> <li>• Prevención de lesiones.</li> <li>• La actividad en función de la edad y del grupo</li> <li>• Los estiramientos (Práctica: bloque específico)</li> </ul>
Meteorología y climatología	2 horas	<ul style="list-style-type: none"> <li>• La máquina del tiempo atmosférico. Parámetros básicos</li> <li>• Elementos climáticos y su influencia en la montaña</li> <li>• Predicciones e información meteorológica – Puntos de información</li> <li>• Particularidades meteorológicas en la montaña – Interpretación de la atmósfera visible</li> <li>• Interpretación de mapas y gráficas meteorológicas</li> </ul>
Orientación y cartografía	2,5 horas	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mapas: Sistemas de representación; proyección UTM y coordenadas. Líneas de nivel y otros símbolos</li> <li>• Instrumentos de orientación: Mapas, brújula, altímetro y GPS.</li> <li>• Concepto de orientación: calcular perfiles, calcular rumbos, error voluntario...</li> </ul>
Marco jurídico de los deportes de montaña y escalada	1,5 horas	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Leyes que nos afectan como deportistas y formadores.</li> <li>• Derechos y deberes del montañero.</li> <li>• Espacios Naturales y práctica deportiva</li> <li>• Responsabilidad civil del deportista y del monitor.</li> <li>Responsabilidad penal</li> <li>• Jurisprudencia</li> <li>• Recomendaciones para los monitores – Hoja de riesgo</li> </ul>

Seguridad en montaña	2 horas	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Programación de una actividad: aspectos a considerar.</li> <li>• Normas mínimas de seguridad en la práctica deportiva en montaña.</li> <li>• Gestión del riesgo. Actuación en situaciones de riesgo meteorológico</li> <li>• La práctica deportiva en distintos entornos naturales para la práctica deportiva.</li> <li>• Peligros objetivos y subjetivos: la prevención.</li> <li>• Plan de actuación en caso de accidente - Grupos de rescate</li> <li>• Telecomunicaciones: utilidad y sistemas</li> </ul>
Educación ambiental y conocimiento del medio	2 horas	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Montañismo y medio ambiente: la montaña un medio frágil.</li> <li>• Conocimiento del medio natural.</li> <li>• Técnicas y métodos del mínimo impacto - Visión ecológica de la naturaleza.</li> <li>• Conceptos básicos de flora y fauna de las montañas, paredes y barrancos en Aragón.</li> </ul>
Medicina en montaña y primeros auxilios	2 horas	<ul style="list-style-type: none"> <li>• La montaña: prevención de accidentes</li> <li>• Patologías comunes asociadas a la práctica deportiva en montaña.</li> <li>• El botiquín</li> <li>• Plan de actuación en caso de accidente - Primeros Auxilios - Reanimación CP</li> </ul>
Aspectos psico-pedagógicos de las enseñanzas deportivas. Perfil del monitor	1,5 horas	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Marco de actuación: perfil del monitor (actitud del monitor)</li> <li>• Iniciación a la programación educativa: Qué, cómo y cuándo.</li> <li>• La comunicación - Medios de audiovisuales y experimentales de comunicación</li> <li>• Conducción de grupos - Animación a la actividad - Desarrollo de la actividad.</li> </ul>

ESCUELA ARAGONESA DE MONTAÑISMO