

# ESCUELA ARAGONESA DE MONTAÑISMO

## TEMARIOS FORMATIVOS

MONITOR DE ESCALADA  
2022



## ÍNDICE

<b>INTRODUCCIÓN.....</b>	<b>3</b>
<b>MONITOR DE ESCALADA .....</b>	<b>4</b>
DESCRIPCIÓN DEL PERFIL .....	4
OBJETIVO GENERAL DEL CURSO .....	4
UBICACIÓN EN EL ÁMBITO DEPORTIVO .....	4
RESPONSABILIDAD EN LAS TAREAS DE LOS MONITORES.....	5
REQUISITOS ESPECÍFICOS PARA EL ACCESO .....	5
CONTENIDOS DIDÁCTICOS .....	6
BLOQUE FORMACIÓN GENERAL.....	6
BLOQUE FORMACIÓN ESPECÍFICA.....	6

# 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.

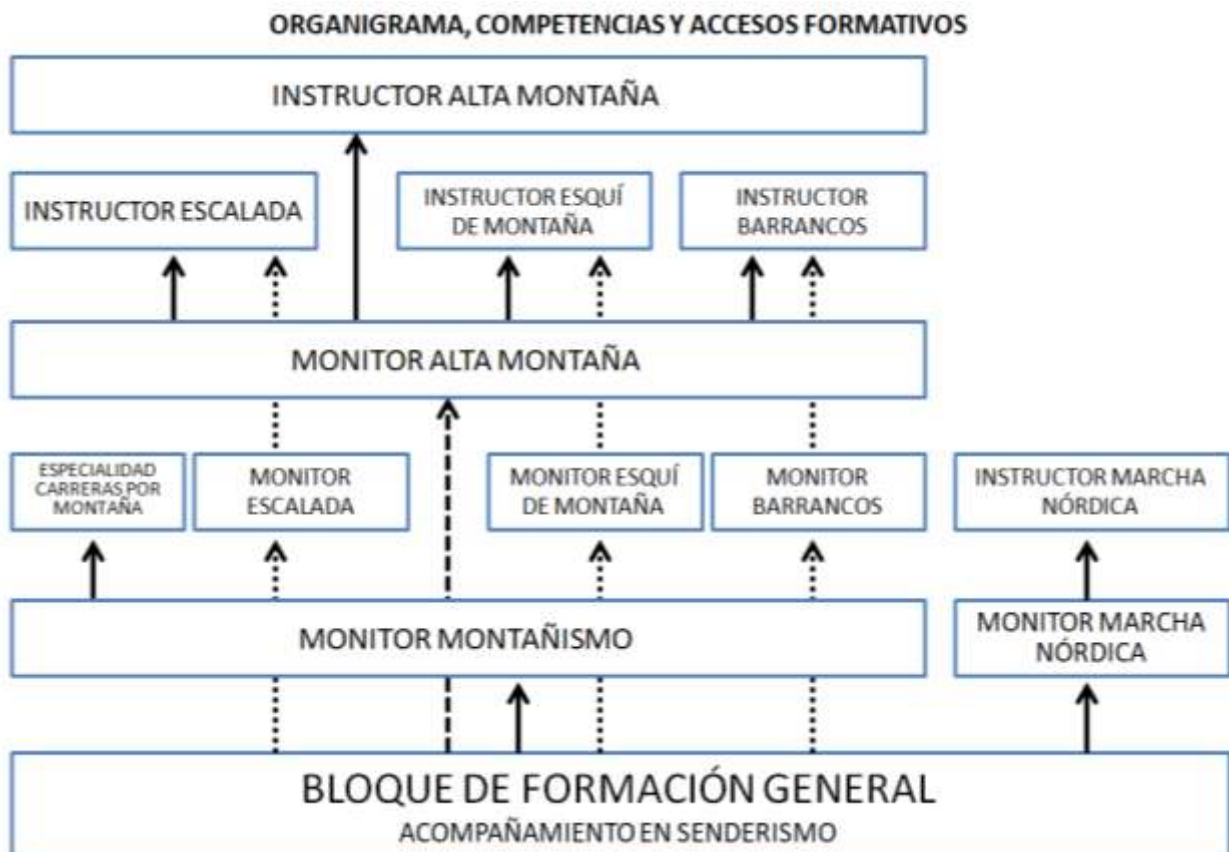
Es la responsable de la formación de árbitros y personal técnico para el control y ejecución de las diferentes competiciones deportivas dentro de sus competencias definidas en los estatutos de la FAM.

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:



# MONITOR DE ESCALADA

## DESCRIPCIÓN DEL PERFIL

El título de Monitor de Escalada acredita que su titular posee las competencias necesarias para efectuar la enseñanza de la iniciación de la escalada y vías ferratas, realizar actividades de promoción en el ámbito de la escalada y vías ferratas, y programar y dirigir el entrenamiento básico de deportistas y equipos de esta modalidad deportiva durante su participación en Juegos Deportivos en Edad Escolar y para el desarrollo de la actividad en general.

Superando este bloque específico y junto con el Bloque de Formación General se obtiene la titulación de Monitor de Escalada.

RATIO: 1 Profesor - 4 Alumnos

DURACIÓN: 50 h 6 jornadas completas

## OBJETIVO GENERAL DEL CURSO

Formar a los futuros Monitores 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 monitor 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 e iniciación deportiva y promoción de la escalada en:

- Itinerarios en vías equipadas de no más de un largo.
- Itinerarios de dos o más largos completamente equipados de baja dificultad y compromiso hasta V+, así como vías ferratas hasta AD (escala francesa).
- Prestando servicios de organización y desarrollo de entrenamiento básico con escuelas de escalada de Juegos Deportivos en Edad Escolar y sus deportistas.

Se excluye expresamente de su ámbito de actuación:

- Las zonas para cuyo acceso o progresión exija el empleo de técnicas o materiales específicos de Alta Montaña o del Esquí de Montaña.
- Los barrancos de características acuáticas o verticales que necesiten el uso de técnicas y materiales específicos.
- 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, arbitraje de competiciones.
- Conducción en cualquier itinerario de roca y ferratas, manejando la cuerda para ello.

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

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

## RESPONSABILIDAD EN LAS TAREAS DE LOS MONITORES

A este monitor le son requeridas las responsabilidades siguientes:

- Todas las incluidas en las titulaciones de monitor de Montañismo.
- La formación de nuevos monitores en los cursos de Montañismo y Escalada.
- La enseñanza de la escalada y de la progresión en vías ferratas.
- El control y evaluación del proceso de instrucción deportiva.
- El control a su nivel 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 la relación con entrenadores y delegados de equipo.

## REQUISITOS ESPECÍFICOS PARA EL ACCESO

- 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:

- Superar a vista una vía de dificultad V+.
- Preparar un rápel autobloqueado.
- Subir por una cuerda fija utilizando medios de fortuna.
- Montar una reunión de dos puntos.
- Realizar correctamente los nudos ocho de encordamiento, dinámico.

## CONTENIDOS DIDÁCTICOS

### BLOQUE FORMACIÓN GENERAL

El "Bloque Formación General" es igual a todas las especialidades que contempla el reglamento de la EAM. Puede ser cursado antes o después del bloque específico.

### BLOQUE FORMACIÓN ESPECÍFICA

Unidades de competencias:

- Programar y efectuar la enseñanza de la técnica y la táctica en su ámbito elemental de la escalada.
- Programar y organizar actividades ligadas a la práctica de la escalada.
- Dirigir a deportistas y equipos durante su participación en competiciones de escalada de los Juegos Deportivos en Edad Escolar y relación con entrenadores y delegados de equipo.
- Programar, efectuar la enseñanza y organizar actividades ligadas a la práctica de vías ferratas.
- Programar y efectuar la enseñanza de la técnica y la táctica en su ámbito elemental de la escalada.

### *A. MÓDULO DE FORMACIÓN TÉCNICA Y METODOLOGÍA PARA LA ENSEÑANZA DE LA ESCALADA*

#### A.1 Objetivos formativos:

- Conocer los elementos técnicos gestuales de la escalada.
- Conocer la metodología de enseñanza de la escalada.
- Controlar las técnicas de progresión en condiciones de seguridad.
- Entender los fundamentos mecánicos y biomecánicos de la escalada.
- Conocer los principios físicos y mecánicos de la escalada.
- Conocer las características y uso correcto del material específico, el equipo y las instalaciones de la escalada.
- Determinar las características de las zonas y su adecuación para la enseñanza de la escalada.

#### A.2 Capacidades:

- Progresar con seguridad y eficacia en los diferentes tipos de terreno específicos de la escalada.
- Planificar la enseñanza de la escalada, y la evaluación del proceso de enseñanza-aprendizaje.
- Iniciar al deportista en los aspectos técnicos de la escalada, utilizando los equipos y el material propios, demostrando los movimientos y gestos deportivos según un modelo de referencia.
- Enseñar las técnicas de la escalada en:
  - o Itinerarios de iniciación en vías equipadas de un largo.
  - o Itinerarios de dos o más largos completamente equipados de baja dificultad y compromiso
- Evaluar la progresión del aprendizaje deportivo identificando los errores de ejecución técnica y táctica de los deportistas, sus causas y aplicar los métodos y medios necesarios para su corrección.
- Preparar la logística de la actividad y asegurar la disponibilidad de la prestación de todos los servicios necesarios.
- Evaluar las posibilidades de realización de la actividad en el lugar elegido.
- Poseer una visión global e integradora del proceso de enseñanza-aprendizaje e iniciación deportiva, comprendiendo la función de las instalaciones y equipos, y las dimensiones técnicas, pedagógicas, organizativas, económicas y humanas de su función.
- Saber adecuar la técnica de progresión y aseguramiento al tipo de roca.

#### A.3 Contenidos:

- La técnica gestual de la escalada.
- El material, equipo e instalaciones de escalada
- El manejo del equipamiento y materiales específicos.
- La enseñanza de la escalada. Sus objetivos y metodología. Programación y evaluación de la enseñanza y del aprendizaje.
- Las técnicas de seguridad en la escalada.
- La biomecánica y física aplicada a la escalada.
- Las consideraciones sobre los anclajes en la escalada.
- Las zonas para la enseñanza y la práctica de la escalada, las reseñas y escalas de dificultad.

#### A.4 Criterios de evaluación.

- Realizar un itinerario de dificultad no superior a V+ equipado en un máximo de dos intentos con los siguientes ítems de evaluación:
  - o Ejecución técnica.
  - o Superación de la dificultad.
  - o Tiempo empleado.
  - o Seguridad.
- Realización de una sesión de enseñanza de técnicas determinadas de escalada con los siguientes ítems de evaluación:
  - o Estructuración y secuenciación de los contenidos.
  - o Intervención docente.
  - o Empleo de recursos metodológicos.
  - o Establecimiento de criterios de autoevaluación de la sesión.
- Conocer y tener capacidad de transmitir los siguientes puntos:
  - o Conceptos y consideraciones de la física y mecánica aplicadas a la escalada.
  - o Características y funcionalidad del equipo y material de escalada.
  - o Elaboración de reseñas de vías, empleando la simbología correcta.
  - o Definición y equivalencias existentes entre las diferentes graduaciones de dificultad más ampliamente utilizadas.
- Progresar con eficacia, seguridad y equilibrio escalando en zonas de escuela.
- Enseñar y justificar el empleo correcto de los diferentes nudos que se emplean en la escalada.
- Secuenciar el aprendizaje de las caídas en escalada.

### ***B. MÓDULO DE MEDIO AMBIENTE EN ESCALADA.***

#### B.1 Capacidades:

- Identificar las rocas donde se practica la escalada
- Explicar la influencia de los tipos de rocas en la escalada deportiva.

#### B.2 Contenidos.

- Conocimientos generales de Petrología aplicados a la escalada.
- Conocimientos generales sobre la vegetación de montaña de Aragón.
- Introducción general a la fauna de montaña aragonesa.

#### B.3 Capacidades:

- Identificar las rocas donde se practica la escalada.

- Explicar la influencia de los tipos de rocas en la escalada deportiva.

#### B.4 Criterios de evaluación.

- Situados en una montaña concreta, identificar las rocas que aparecen en el lugar.
- Explicar la influencia de los distintos tipos de roca en la práctica de la escalada deportiva.
- Definir los principios de los ecosistemas de pared.
- Explicar los efectos de la escalada sobre el medio ambiente.
- Proponer actuaciones a realizar con los deportistas con el objeto de sensibilizar para la conservación de la naturaleza.

### C. MÓDULO DE SEGURIDAD EN LA ESCALADA Y VÍAS FERRATAS

#### C.1 Objetivos formativos:

- Conocer las medidas de seguridad para la prevención de accidentes en la escalada.
- Conocer las lesiones más frecuentes en la escalada y los medios métodos de evitarlas.

#### C.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.

#### C.3 Contenidos.

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

#### C.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.
- 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.



- 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.

#### ***D. MÓDULO DE ENTRENAMIENTO BÁSICO DE LA ESCALADA***

##### **D.1 Objetivos formativos:**

- Identificar las cualidades físicas específicas de la escalada.
- Aplicar los sistemas de entrenamiento básicos de la escalada.
- Saber planificar el entrenamiento de la escalada.

##### **D.2 Capacidades:**

- Dirigir el entrenamiento básico de deportistas de Juegos Deportivos en Edad Escolar.
- Dirigir equipos en competiciones deportivas de juegos deportivos en edad escolar.
- Realizar el planteamiento táctico aplicable a la participación.
- Dirigir al deportista o al equipo en su actuación técnica y táctica.
- Evaluar la actuación del deportista o el equipo después de la actividad de la competición.
- Colaborar en la detección de individuos con características físicas y psíquicas, susceptibles de introducirse en procesos de tecnificación deportiva.

##### **D.3 Contenidos.**

- Las características de la escalada como actividad física.
- Exigencias motrices y energéticas en la progresión en rocódromo y roca.
- Las capacidades físicas condicionales y cualidades perceptivo-motrices específicas de la escalada.
- Los métodos específicos para el desarrollo de las capacidades físicas condicionales implicadas en la práctica de la escalada.
- Los métodos específicos para el desarrollo de las cualidades perceptivo-motrices, implicadas en la práctica de la escalada.
- El entrenamiento de la técnica y la estrategia en la escalada.
- Los principios básicos de la planificación del entrenamiento adaptados a la escalada.
- La organización de la tecnificación deportiva en escalada en Aragón

##### **D.4 Criterios de evaluación.**

- Establecer una progresión de ejercicios para el desarrollo de las capacidades físicas y las cualidades perceptivo-motrices implicadas en la práctica de la escalada, indicando los errores más frecuentes en la realización de los ejercicios tipo.
- Enumerar y describir el equipamiento y material tipo para el desarrollo de la condición física y motriz, y sus posibles aplicaciones a la escalada.
- En razón de una determinada sesión de acondicionamiento físico, diseñar un calentamiento apropiado a la misma.
- En supuesto de un grupo de escaladores de características determinadas, efectuar la programación anual.
- Programar, efectuar la enseñanza y organizar actividades ligadas a la práctica de vías ferratas.

## ***E MÓDULO DE FORMACIÓN TÉCNICA Y METODOLOGÍA DE LA ENSEÑANZA DE VÍAS FERRATAS.***

### **E.1 Objetivos formativos.**

- Demostrar los elementos técnicos gestuales de la progresión en vías ferratas.
- Utilizar con destreza las herramientas y los materiales específicos.
- Aplicar la metodología de la enseñanza de progresión en vías ferratas.
- Demostrar las técnicas de progresión en condiciones de seguridad, en el ámbito de aplicación de vías ferratas.
- Conocer los principios físicos y mecánicos de vías ferratas.
- Conocer las características del material específico, el equipo y las instalaciones de las vías ferratas con especial consideración a los anclajes.
- Determinar las características de las zonas para la enseñanza de vías ferratas.

### **E.2 Capacidades:**

- Progresar con seguridad y eficacia en vías ferratas.
- Enseñar la técnica de avance y aseguramiento.
- Planificar la enseñanza de la progresión en vías ferratas, y la evaluación del proceso de enseñanza-aprendizaje.

### **E.3 Contenidos.**

- El manejo de herramientas, del equipo y materiales específicos.
- El material, equipo e instalaciones de vías ferratas.
- La progresión en vías ferratas y sus técnicas de seguridad
- Las consideraciones sobre los anclajes y aseguramiento.
- Las zonas para la enseñanza y la práctica de vías ferratas

### **E.4 Criterios de evaluación.**

Realización de una sesión de enseñanza de técnicas determinadas de vías ferratas con los siguientes ítems de evaluación:

- Estructuración y secuenciación de los contenidos.
- Intervención docente.
- Empleo de recursos metodológicos.
- Establecimiento de criterios de autoevaluación de la sesión.

Conocer y tener capacidad de transmitir los siguientes puntos:

- Conceptos y consideraciones de la física y mecánica aplicadas a las vías ferratas.
- Características y funcionalidad del equipo y material para vías ferratas.