

ESCUELA ARAGONESA DE MONTAÑISMO

TEMARIOS FORMATIVOS

INSTRUCTOR DE ALTA MONTAÑA
2022



ÍNDICE

INTRODUCCIÓN.....	3
INSTRUCTOR DE ALTA MONTAÑA	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.

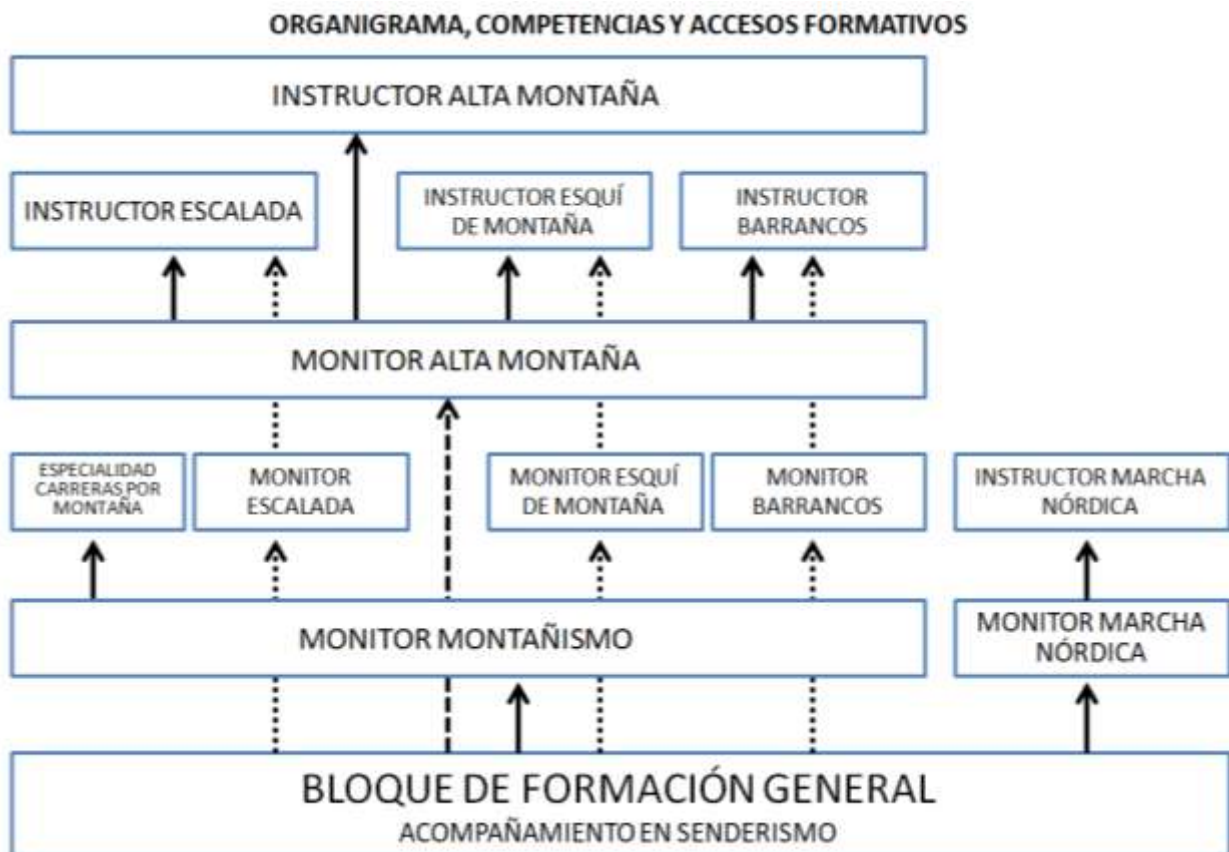
Es la responsable de la formación de árbitros y personal técnico para el control y ejecución de las diferentes competiciones deportivas dentro de sus competencias definidas en los estatutos de la FAM.

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 ALTA MONTAÑA

DESCRIPCIÓN DEL PERFIL

El título de Instructor en Alta Montaña acredita que su titular posee las competencias necesarias para efectuar la enseñanza del alpinismo de alto nivel así como programar y dirigir actividades de dinamización, impulso y promoción en el ámbito de la alta montaña. Dicha titulación habilita también para la realización de actividades formativas en Montañismo, Escalada y Barrancos.

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

RATIO: 1 Profesor - 4 Alumnos

DURACIÓN: 48 h 6 jornadas completas

OBJETIVO GENERAL DEL CURSO

Formar a los futuros Instructores de Alta Montaña 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 Alta Montaña 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.

- Ejercerá su actividad en el ámbito de la enseñanza y promoción del alpinismo en itinerarios de alta montaña de dificultad MD.
- Escalada en Hielo a partir de 4+ o 80º
- Dry Tooling a partir de D6 y M6
- La Escalada.
- Las actividades de Barranquismo.
- Equipamiento de rutas naturales o muros artificiales.

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

- Federación Aragonesa de Montañismo.
- Clubes afiliados a la FAM.
- 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 instructor de Montañismo, Esquí de Montaña, Barranquismo y Escalada.
- La formación de nuevos instructores en los cursos de Barranquismo, Alta Montaña, Esquí de Montaña y Escalada.
- La programación y organización de las actividades deportivas de alto nivel de Alta Montaña.
- La enseñanza de las técnicas de Alta Montaña.
- La seguridad del individuo o grupo durante el desarrollo de la actividad de Alta Montaña.
- 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 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 competencia:

- Programar y efectuar la enseñanza de la técnica y la táctica del alpinismo de alto nivel.
- Programar y organizar actividades ligadas a la alta montaña de alto nivel.

A. MÓDULO DE SEGURIDAD EN ALTA MONTAÑA II

A.1 Objetivos formativos.

- Dominar las técnicas de auto rescate en el medio rocoso y nivoso.
- Profundizar en el conocimiento de la meteorología de la montaña y de la nivología.

A.2 Capacidades:

- Evaluar las posibilidades de realización de la actividad en el lugar elegido.
- Determinar el emplazamiento del lugar de pernoctación en razón de los criterios de seguridad y de la programación de la actividad a realizar.
- Organizar la práctica del alpinismo con el fin de alcanzar el objetivo deportivo propuesto, garantizando la seguridad de los practicantes.
- Preparar y trazar los itinerarios sobre los mapas y recorrer el mismo itinerario sobre el terreno con o sin condiciones de visibilidad, e independientemente de las condiciones del terreno.
- Acceder a las fuentes de información meteorológica e interpretar la información obtenida.

- Prever e identificar los cambios de tiempo en un área por la observación de los meteoros locales.
- Prever la evolución del terreno en función de las condiciones atmosféricas.

A.3 Contenidos.

- El autorrescate en alta montaña
- Nivología.

A.4 Criterios de evaluación.

- Obtener e interpretar un parte meteorológico y distinguir los distintos tipos de frentes borrascosos.
- Identificar los signos naturales que permiten predecir cambios del tiempo meteorológico.
- Explicar los factores que producen el desequilibrio del manto de nieve: factores de riesgos de avalanchas.
- Interpretar de forma práctica la escala de riesgo de aludes.
- Realizar una demostración práctica de auto rescate terreno de alta montaña con los siguientes ítems de evaluación:
 - o Aplicar de la técnica correcta de autorrescate.
 - o Secuenciar de forma correcta las maniobras.

B. MÓDULO DE ENTRENAMIENTO DE ESCALADA EN HIELO Y DRY TOOLING

B.1 Objetivos formativos

- Aplicar los medios y métodos para el desarrollo de las cualidades psíquicas implicadas en la competición de Escalada en Hielo y Dry Tooling.
- Aplicar los medios de recuperación física a los competidores de Escalada en Hielo y Dry Tooling.

B.2 Contenidos

- Modelo de periodización del entrenamiento de la Escalada en Hielo y Dry Tooling.

B.3 Criterios de evaluación

Realizar la periodización de una temporada del entrenamiento 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 o actividades alpinísticas de alto nivel.
- 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.

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:
 - o Objetivos anuales.
 - o Descripción de las actividades.