

ANNEX I

I. IDENTIFICACIÓ DEL CERTIFICAT DE PROFESSIONALITAT

Denominació: Guia per itineraris amb bicicleta

Codi: AFDA0109

Família professional: Activitats físiques i esportives

Àrea professional: Activitats físicoesportives recreatives

Nivell de qualificació professional: 2

Qualificació professional de referència:

AFD160_2 Guia per itineraris amb bicicleta (RD 1087/2005, de 16 de setembre, actualitzat per RD 1521/2007, de 16 de novembre)

Relació d'unitats de competència que configuren el certificat de professionalitat:

- UC0353_2: Determinar i organitzar itineraris amb bicicleta per terrenys variats fins a mitjana muntanya.
- UC0508_2: Conduir bicicletes amb eficàcia i seguretat per terrenys variats fins a mitjana muntanya i realitzar el manteniment operatiu de bicicletes.
- UC0509_2: Guiar i dinamitzar persones per itineraris amb bicicleta fins a mitjana muntanya.
- UC0272_2: Assistir com a primer intervinent en cas d'accident o situació d'emergència.

Competència general:

Determinar itineraris i guiar usuaris amb bicicleta per terrenys variats fins a mitjana muntanya en condicions de seguretat i respecte del medi ambient, adaptant-se als usuaris, a fi d'aconseguir que estiguin satisfets, la qualitat del servei i en els límits de cost previstos.

Entorn professional:

Àmbit professional:

Exerceix la seva activitat en l'àmbit d'activitats esportivorecreatives en la naturalesa i turisme actiu, esportiu o d'aventura en les àrees de programació, organització, desenvolupament, seguiment i avaluació d'itineraris amb bicicleta per terrenys variats fins a mitjana muntanya per a tot tipus d'usuari. L'activitat professional es realitza tant de forma autònoma com sota contracte, en l'àmbit públic, ja siguin administracions generals, autonòmiques o locals i en l'àmbit privat en grans, mitjanes i petites empreses:

- empreses d'oci actiu, esportiu o aventura,
- empreses turístiques: hotels, càmping, albergs, cases rurals,
- agències de viatge,
- estacions d'esquí amb oferta complementària d'activitats fora de temporada,
- refugis i albergs de muntanya,
- centres escolars i empreses de serveis d'activitats extraescolars,
- cases de colònies o vacances, granges escola, campaments,
- federacions esportives, clubs esportius i socials,
- empreses de gestió de parcs naturals,
- empreses de serveis de formació de recursos humans,
- clients particulars.

Sectors productius:

Esport.
Oci i temps lliure.
Turisme.

Ocupacions o llocs de treball relacionats:

Guia d'itineraris amb bicicleta de muntanya.
Guia d'itineraris de cicloturisme.
Encarregat/ada de prevenció i seguretat en rutes i esdeveniments amb bicicleta.

Durada de la formació associada: 420 hores

Relació de mòduls formatius i d'unitats formatives:

MF0353_2: Itineraris per a bicicleta (110 hores)

- UF0296: Anàlisi i gestió d'itineraris per a bicicletes (50 hores)
- UF0297: (Transversal) Desplaçament, estada i seguretat en el medi natural i orientació sobre el terreny (30 hores)
- UF0298: (Transversal) Desenvolupament d'activitats recreatives i adaptació de l'activitat esportiva a persones amb limitacions de la seva autonomia personal (30 hores)

MF0508_2: Manteniment i conducció de bicicletes (140 hores)

- UF0299: Manteniment, reparació i trasllat de bicicletes (30 hores)
- UF0297: (Transversal): Desplaçament, estada i seguretat en el medi natural i orientació sobre el terreny (30 hores)
- UF0300: Conducció de bicicletes per terrenys variats (80 hores)

MF0509_2: Conducció de persones per itineraris amb bicicleta (110 hores)

- UF0301: Desenvolupament de l'activitat esportiva en el medi natural (80 hores)
- UF0298: (Transversal): Desenvolupament d'activitats recreatives i adaptació de l'activitat esportiva a persones amb limitacions de la seva autonomia personal (30 hores)

MF0272_2: Primers auxilis (40 hores)

MP0071: Mòdul de pràctiques professionals no laborals de guia per itineraris amb bicicleta (80 hores)

II. PERFIL PROFESSIONAL DEL CERTIFICAT DE PROFESSIONALITAT

Unitat de competència 1

Denominació: DETERMINAR I ORGANITZAR ITINERARIS AMB BICICLETA PER TERRENYS VARIATS FINS A MITJANA MUNTANYA

Nivell: 2

Codi: UC0353_2

Realitzacions professionals i criteris de realització

RP1: realitzar l'anàlisi diagnòstica del context d'intervenció per concretar o adaptar un itinerari amb bicicleta ajustant-se al servei demanat.

CR1.1 Se selecciona la documentació que es requereix per establir l'itinerari utilitzant les tècniques adequades de cerca i recopilació.

CR1.2 S'analitzen les característiques de l'organització i es determinen les finalitats, els recursos i mitjans disponibles.

CR1.3 S'identifiquen les característiques generals del client i dels destinataris mitjançant les tècniques adequades d'anàlisi d'informació; queden determinades les seves condicions, necessitats, interessos i expectatives, i es dóna especial atenció als qui presentin alguna necessitat específica.

CR1.4 Les característiques de la zona per on transcorrerà l'itinerari s'identifiquen in situ i/o utilitzant mapes, ressenyes tècniques i guies descriptives, s'adapten a la demanda i es posa en evidència el que l'entorn ofereix i les possibles situacions perilloses.

CR1.5 S'analitzen la normativa i la reglamentació vigent relacionades amb el servei ofert i s'identifiquen els aspectes que afecten el disseny i l'organització de l'activitat.

CR1.6 Es processa la informació obtinguda mitjançant les tècniques necessàries, utilitzant les eines oportunes d'ofimàtica, i s'elaboren, si cal, informes per al disseny i oferta del servei.

CR1.7 La documentació i la seva anàlisi són adequades i s'ajusten a la realitat; el temps i l'esforç invertits i la rellevància de les dades manejades són proporcionals al projecte demanat.

CR1.8 S'organitza la documentació aplicant-hi criteris d'arxivament que en facilitin la localització i l'accés, s'actualitza de forma sistemàtica i per a la informació que ho requereixi se'n permet la confidencialitat.

RP2: concretar itineraris per a recorreguts amb bicicleta tenint en compte l'anàlisi de diagnòstic realitzat.

CR2.1 S'apliquen la normativa i reglamentació vigent en el traçament de l'itinerari de forma rigorosa.

CR2.2 Se seleccionen ,es peculiaritats de l'itinerari (distància, desnivell, dificultat, activitats, altres), per satisfer les expectatives dels clients, s'adeqüen a les seves característiques i capacitats, tenint en compte les possibles necessitats especials, i se'n permet la realització en el temps previst i amb el ritme adequat als usuaris.

CR2.3 Es tenen en compte els valors naturals i culturals i els recursos de la zona i es fan palesos en l'itinerari dissenyat.

CR2.4 Es determinen els punts intermedis de reunió i agrupament, de descans i pernoctació per assegurar un avituallament correcte i una dosificació de l'esforç dels ciclistes durant el recorregut, així com les accions i els mitjans que calguin per a l'ajuda i suport d'agents externs.

CR2.5 Queden identificats els punts conflictius de l'itinerari, es valora el nivell de dificultat, es determinen diferents alternatives de superació i es preveuen possibles contingències en el desenvolupament de l'activitat.

CR2.6 S'identifiquen i es valoren els punts de referència més significatius de l'itinerari per facilitar l'orientació i la prevenció de possibles contingències en el desenvolupament de l'activitat.

CR2.7 Es preveuen i es dissenyen les activitats de sensibilització i coneixement de l'entorn tenint en compte:

- les característiques i expectatives dels destinataris,
- els valors naturals i culturals i els recursos de la zona,
- les condicions del lloc de realització previstes,
- la consecució dels objectius previstos.

CR2.8 S'estableixen les rutes i activitats alternatives i es preveuen possibles contingències.

CR2.9 La representació gràfica, el programa i les dades necessàries queden reflectits en un perfil d'etapa o llibre de ruta, aplicant la tècnica i el suport més adequats a la situació.

RP3: concretar els protocols de seguretat, determinar les conductes i els recursos necessaris per protegir els usuaris, per tal d'anticipar possibles contingències.

CR3.1 S'actualitza la informació sobre dificultat, perillositat, accessibilitat i nivell tècnic requerit, revisant regularment l'itinerari i modificant, si cal, les mesures i els mitjans de seguretat establerts.

CR3.2 Es determinen les mesures de seguretat i s'ajusten a les peculiaritats del recorregut.

CR3.3 S'estableixen les pautes d'actuació davant la deterioració o pèrdua del material esportiu de forma ordenada, clara i concisa, per permetre al professional comprendre les característiques i la gravetat de la situació, les accions que s'han d'emprendre, les tècniques adequades que s'han d'utilitzar i les persones o instàncies a qui s'ha de donar informació.

CR3.4 S'anticipen els problemes d'hidratació i d'alimentació preveient un avituallament qualitativament i quantitativament suficient.

CR3.5 Es preveu l'equipament de protecció personal (ulleres, casc, culots, cremes i altres) i s'assegura que és l'ídoni davant la naturalesa i intensitat dels possibles agents de l'entorn.

CR3.6 Se selecciona el protocol de primers auxilis específics tenint en compte la casuística de possibles lesions segons el tipus d'activitat.

CR3.7 Les pautes que s'han de seguir pel que fa a la informació prèvia que cal donar als serveis d'emergència de la zona (dades rellevants sobre usuaris i l'activitat), així com els protocols de socors i evacuació, per si calgués, es determinen conjuntament amb els serveis d'emergència de la zona i d'una manera ordenada, clara i concisa.

CR3.8 S'estableixen els aparells de comunicació i les pautes per comprovar que funcionen, tenint en compte la seva operativitat.

CR3.9 Es preveu el material de seguretat (eines, farmaciola i vehicle de suport), se selecciona en funció de l'activitat, les característiques del recorregut i del grup, i s'estableix la forma de transportar-lo perquè estigui accessible en tot moment.

RP4: concretar els protocols d'accés i conservació del medi natural i determinar les actuacions i els recursos necessaris d'acord amb la normativa vigent per tenir-ne cura i protegir-lo.

CR4.1 S'identifiquen els permisos d'accés, circulació i pernoctació segons la zona per on es desenvoluparà l'activitat.

CR4.2 S'estableixen les pautes per gestionar els permisos necessaris segons la legislació vigent i l'organisme que els expedeix.

CR4.3 Es defineixen les normes de comportament dels usuaris tenint en compte:

- criteris d'adequació a les condicions i normativa d'ús del medi,
- les característiques i normes de conservació i respecte del medi natural,
- les possibles contingències en el desenvolupament de l'activitat.

CR4.4 Es concreten els materials i mitjans necessaris per protegir el medi natural segons les peculiaritats del projecte dissenyat i dels usuaris.

RP5: programar activitats complementàries de caràcter lúdic i recreatiu per a l'esplai i distracció dels usuaris, adequant-se als objectius i directrius establerts, a les característiques i interessos dels participants, al medi on s'hagin de desenvolupar i als recursos disponibles.

CR5.1 S'interpreta el programa de l'itinerari i s'identifiquen les característiques dels usuaris, condicions de realització en què es duran a terme les activitats recreatives, els mitjans i recursos disponibles i objectius que es pretenen aconseguir amb les activitats recreatives.

CR5.2 Se seleccionen i es preparen les activitats i els recursos d'intervenció recreativa adequats tenint en compte l'anàlisi diagnòstica realitzada.

CR5.3 Es concreta de forma coherent la metodologia per desenvolupar les diferents activitats amb els principis de la recreació i s'estableixen les estratègies més adequades.

RP6: determinar el procés de seguiment de l'activitat per poder recollir la informació necessària per valorar-la i concretar les tècniques i els instruments més adequats.

CR6.1 S'interpreten les directrius sobre la valoració del servei i es prioritzen els aspectes que s'han de tenir en compte.

CR6.2 Es determinen les tècniques i els instruments per al seguiment de l'activitat en funció dels objectius, els processos i els resultats previstos, de manera que permetin aplicar-hi els indicadors d'avaluació establerts.

CR6.3 Es determinen els moments i la seqüència de l'aplicació dels diferents instruments tenint en compte el desenvolupament de l'activitat i els criteris d'oportunitat i de participació dels implicats.

RP7: establir, o si s'escau, gestionar els mitjans i recursos necessaris per realitzar el servei demanat en el nivell de qualitat, límits de cost i d'acord amb els objectius previstos.

CR7.1 Es determinen els recursos humans i l'estructura funcional necessària per desenvolupar l'activitat de manera que permetin assolir els objectius i racionalitzar els mitjans i recursos disponibles.

CR7.2 S'elabora la informació referent a les característiques de l'activitat de manera que permeti la creació dels mitjans i recursos d'informació, sensibilització i promoció necessaris segons el públic a qui s'adreça.

CR7.3 El guia coneix la documentació de les condicions de contractació del servei i les responsabilitats legals pròpies i de l'empresa, i la transmet a l'usuari quan ho necessita.

CR7.4 S'identifiquen els materials necessaris per a l'activitat i s'estableixen els criteris de classificació, emmagatzematge, manteniment, reposició i ús per assegurar-ne la localització, l'estat d'ús correcte i la disponibilitat.

CR7.5 Es gestionen els recursos necessaris per desenvolupar el servei en funció de les seves peculiaritats, activitats previstes i característiques dels usuaris i en els nivells de qualitat i límits de cost previstos.

CR7.6 Es determinen els mitjans logístics (allotjament, manutenció i transport d'usuaris, bicicletes i materials) de manera que s'ajustin a les necessitats i característiques del servei demanat o ofert.

CR7.7 Es gestionen els permisos i les autoritzacions necessaris per a l'accés i/o pas utilitzant les vies establertes i amb el temps suficient.

Context professional

Mitjans de producció i/o creació de serveis

Oficina amb equipament informàtic. Aplicacions informàtiques. Informes sobre els criteris que motiven la decisió de contractar el servei. Informes sobre les característiques dels clients i usuaris. Programes de servei. Mapes, brúixola i escalímetre. Fitxes d'itineraris. Croquis. Ressenyes tècniques i guies de la zona. Legislació d'espais naturals i activitats en el medi natural. Formularis de sol·licitud de permisos d'accés i pernoctació. Material de promoció. Documentació i fitxers de jocs i activitats recreatives. Documentació d'activitats de coneixement i sensibilització de l'entorn natural.

Productes o resultat del treball

Informes d'anàlisi diagnòstica. Caracterització del recorregut. Recorreguts amb bicicleta adaptats al context d'intervenció. Protocols de seguretat. Protocols de conservació del medi natural. Tramitació dels permisos necessaris. Documentació informativa per als usuaris. Procediments d'avaluació del servei prestat. Programa de l'itinerari. Documentació sobre les necessitats logístiques i recursos humans. Guia de l'itinerari o llibre de ruta. Representacions gràfiques dels itineraris. Programa d'activitats lúdiques i recreatives. Gestió de recursos humans i materials. Valoració de les dificultats del terreny.

Informació utilitzada o generada

Mapes cartogràfics. Manuals d'ús dels instruments de cartografia. Documentació sobre els espais naturals de la zona. Normatives de l'oferta de turisme actiu. Legislació específica que afecti el servei. Informes sobre els clients i usuaris. Radiofreqüències i telèfons dels grups de socors. Guies d'itineraris. Simbologies de senyalització de rutes amb bicicleta. Informació sobre assegurances i responsabilitat civil. Informació meteorològica. Legislació específica. Bibliografia especialitzada sobre avaluació dels serveis. Croquis i llibres de ruta. Catàleg de materials de ciclisme. Informació

d'empreses de transport. Guies d'hoteleria i restauració. Documentació i fitxers d'activitats i recursos recreatius. Documentació d'activitats de coneixement i sensibilització de l'entorn natural.

Unitat de competència 2

Denominació: CONDUIR BICICLETES AMB EFICÀCIA I SEGURETAT PER TERRENYS VARIATS FINS A MITJANA MUNTANYA I REALITZAR EL MANTENIMENT OPERATIU DE BICICLETES

Nivell: 2

Codi: UC0508_2

Realitzacions professionals i criteris de realització

RP1: fer el manteniment operatiu de la bicicleta i preparar adequadament el material necessari per assegurar-ne el bon estat i funcionament correcte i portar a bon fi l'activitat per evitar lesions o accidents.

CR1.1 Se seleccionen la bicicleta, el material auxiliar i l'equip personal amb criteris d'oportunitat i adequació a les característiques personals, a la finalitat, les condicions del medi i les característiques de l'activitat.

CR1.2 Es realitzen de forma correcta l'ús i el maneig del material esportiu i de reparació per evitar lesions, accidents i/o una deterioració prematura d'aquest.

CR1.3 Es realitza el manteniment preventiu de la bicicleta i del material auxiliar (revisió, neteja i lubricació) amb la freqüència i l'especificitat necessàries que en permetin mantenir les prestacions òptimes, i s'efectuen les adaptacions i/o reparacions necessàries.

CR1.4 Es reposa el material seguint els criteris de freqüència i intensitat d'ús i recomanacions del fabricant per mantenir les condicions de seguretat.

CR1.5 Les diferents peces, components i eines se seleccionen, es classifiquen i es col·loquen al quadre i banc de taller, peu de taller i caixa d'eines de manera que estiguin disponibles per fer-los servir de forma ràpida, segura i es rendibilitzi l'espai per fer-ho.

CR1.6 Se seleccionen les eines i s'utilitzen adequadament a les necessitats d'ús i en condicions de seguretat.

CR1.7 Es guarden adequadament les bicicletes per assegurar-ne la durabilitat i el manteniment de les seves prestacions.

CR1.8 Es prepara de forma adequada el material que es traslladi a fi d'evitar-ne la deterioració, seguint la normativa vigent.

CR1.9 Els components de la bicicleta es desmunten, es classifiquen i s'embalen, i es preparen els ancoratges segons el mitjà de transport escollit i seguint la normativa vigent.

CR1.10 La càrrega, quan calgui, es distribueix i s'assegura a les alforges de la bicicleta tenint en compte els criteris de seguretat i estabilitat durant la ruta.

RP2: estimar les condicions, la perillositat i dificultat dels trams que ho requereixin per establir les possibles trajectòries i tècniques més adequades per superar-los tenint en compte el seu nivell tècnic i físic i els criteris de seguretat.

CR2.1 S'identifiquen els elements de dificultat i obstacles del tram amb prou temps per prendre decisions.

CR2.2 S'analitzen els elements de dificultat i obstacles del tram seguint criteris de perillositat i dificultat tècnica i es delimiten les possibilitats de pas.

CR2.3 Se seleccionen els llocs de pas i les tècniques més adequades seguint criteris d'idoneïtat, seguretat i nivell tècnic personal.

RP3: conduir la bicicleta amb eficàcia i seguretat per poder realitzar recorreguts per terrenys variats fins a mitjana muntanya i superar les diferents condicions del terreny.

- CR3.1 Es puja i es baixa de la bicicleta correctament en qualsevol terreny, en marxa i aturat.
- CR3.2 Es mantenen les posicions adequades d'equilibri i adherència i s'adeqüen en terrenys variats.
- CR3.3 Es fa la propulsió sobre la bicicleta de forma efectiva adaptant-se al terreny i a les característiques pròpies.
- CR3.4 Es fa servir el canvi de marxa de forma adequada al tipus de terreny, a l'estat de la persona i a l'objectiu proposat.
- CR3.5 Es llegeix el terreny a fi d'anticipar-se a possibles contingències per decidir el traçat més adequat a la finalitat de l'acció, a les característiques de la dificultat i de la bicicleta.
- CR3.6 Es duu a terme el traçat en els revolts i davant imprevistos es realitza de forma correcta, mantenint les condicions de seguretat.
- CR3.7 S'utilitzen correctament les tècniques de frenada i es deté la bicicleta sense derrapar en terreny variat.
- CR3.8 Se superen els obstacles, quan la situació ho requereixi, elevant la roda de davant, del darrere o les dues a la vegada.
- CR3.9 Es realitzen de forma correcta les tècniques de derrapada tenint en compte els criteris de rectificació del traçat.
- CR3.10 Es transporta la bicicleta a un costat i a l'espatlla segons ho aconselli el nivell de dificultat del tram.
- CR3.11 La tècnica de conducció i el ritme de marxa s'adapten al pes i dimensions que adquireix la bicicleta segons el tipus de càrrega (alforges, cistella de transport i cistella).
- CR3.12 Es duu a terme la conducció urbana respectant el codi de circulació.

RP4: orientar-se per determinar la situació o direcció que s'ha de seguir en l'entorn natural en tot moment, utilitzant els mitjans adequats.

- CR4.1 S'identifiquen els punts de referència durant el recorregut utilitzant mapes cartogràfics, brúixola, altímetre i GPS, donant valors de graus, rumb, azimuth i altura.
- CR4.2 S'apliquen les tècniques de triangulació per determinar la seva situació correcta i es determinen les correccions que permetin mantenir el recorregut inicial establert.
- CR4.3 La lectura del mapa cartogràfic i l'anàlisi comparativa dels accidents naturals del terreny permeten conèixer en tot moment la situació respecte del recorregut establert.
- CR4.4 S'utilitzen els instruments d'orientació (mapa, brúixola, altímetre o GPS) en el recorregut per tal de mantenir l'itinerari fins i tot en condicions de mala visibilitat.
- CR4.5 S'apliquen els possibles itineraris alternatius davant les contingències que es presenten seguint criteris de seguretat.

RP5: pernoctar en el medi natural en zones preparades o no preparades per a aquesta finalitat, utilitzant tècniques d'acampada i/o bivac.

- CR5.1 Se selecciona el lloc d'acampada o bivac en funció de l'encant de la seva situació i funcionalitat per tal d'assegurar la protecció davant dels perills objectius naturals com la caiguda de pedres, crescuda de rius, llamps o vent.
- CR5.2 S'ajusta la zona de pernoctació a la normativa d'ús i conservació del medi natural.
- CR5.3 S'instal·la la tenda tenint en compte l'orientació, el tipus de terra, la inclinació del pendent, les característiques de la tenda i possibilitats d'ancoratge al terreny.
- CR5.4 Es realitza el bivac planificat o forçat utilitzant els materials disponibles i procurant les majors garanties de confort i seguretat per passar la nit.
- CR5.5 Se seleccionen els llocs més adequats per cuinar, menjar i per a les necessitats higièniques en funció de criteris de seguretat, funcionalitat i ambientals.
- CR5.6 Es respecta l'entorn natural seguint les pautes que en permetin la menor alteració possible.
- CR5.7 S'adequa l'espai per allotjar-hi les bicicletes durant la pernoctació seguint criteris de seguretat, funcionalitat i ambientals.

RP6: reconèixer els recursos de l'entorn per aprofitar les possibilitats que ofereixen sense perjudicar-ne el valor ecològic.

CR6.1 Es respecta la normativa de protecció ambiental i accés a l'entorn natural tenint en compte l'impacte ambiental.

CR6.2 S'identifiquen les característiques dels ecosistemes i espècies, se'n reconeix el valor ambiental i s'actua respectant-los.

CR6.3 S'identifiquen els recursos naturals per a la supervivència per permetre resoldre possibles i variades contingències.

RP7: reconèixer els signes meteorològics i ambientals per prevenir situacions adverses i actuar conseqüentment en el medi natural utilitzant els mitjans adequats.

CR7.1 S'interpreten els mapes i les prediccions meteorològiques per anticipar la possible evolució meteorològica.

CR7.2 Es detecten els signes naturals indicadors de canvis meteorològics, se'n interpreta la possible evolució i es prenen les decisions més oportunes per a cada situació.

CR7.3 S'utilitzen els aparells de mesurament de la pressió atmosfèrica, s'interpreta la possible evolució meteorològica i s'actua en conseqüència.

RP8: realitzar programes d'entrenament que permetin mantenir òptimes les condicions físiques i tècniques personals, adaptant-se al tipus d'objectiu esportiu establert, mitjans i temps disponible.

CR8.1 Es manté l'estat físic personal en les condicions adequades, adaptant-se a les condicions del medi natural i/o a la instal·lació que s'ha utilitzar, entrenant tant a la instal·lació com en el medi natural de manera periòdica i sistemàtica.

CR8.2 Es manté la condició física en els més alts nivells efectuant programes d'entrenament de les qualitats físiques bàsiques que combinin i alternin el mètode continu i el fraccionat, així com els sistemes aeròbic i anaeròbic tant en una sala com amb bicicleta a l'exterior.

CR8.3 Es manté el domini tècnic personal en les condicions òptimes, entrenant de manera periòdica i sistemàtica.

Context professional

Mitjans de producció i/o creació de serveis

Bicicletes. Equipament personal de ciclisme. Alforges. Cistelles i portapaquets. Mantes aluminades. Espais i implements per a condicionament físic. Aliments sòlids i líquids adequats per a la pràctica esportiva. Rutes i itineraris. Fitxes tècniques de recorregut. Mapes cartogràfics. Brúixola. GPS. Altímetre. Mapes d'informació meteorològica. Tendes de campanya. Material de bivac. Zones d'acampada autoritzades. Refugis de muntanya. Albergs. Materials i eines per a la reparació i manteniment de les bicicletes. Substàncies i productes per a la neteja i manteniment dels materials. Magatzem i taller: quadre, banc i peu de taller, caixes d'eines de taller, compressor d'aire, mànega d'aigua enrotllable. Eines: jocs de claus fixes, tornavisos plans i d'estrella, alicates i tenalles, claus ajustables tipus anglesa i grifa, claus tipus Allen, clau de cadena, joc de centratge i centrador de rodes, martell de mecànica, fulla d'ús general tipus cúter, netejadors, dissolvents i antiadherents, desoxidant, lubricant polvoritzat i viscos, raspalls de neteja de diverses mides, reparador de punxades tradicional i líquid, radis, llandes, cambres, cobertes, cables de canvi i de fre i manxes per inflar. Peces i components per a totes i cadascuna de les parts de la bicicleta. Mitjans de transport.

Productes o resultat del treball

Revisió dels mitjans i materials necessaris: bicicletes, equipament personal i eines. Manteniment i emmagatzematge del material esportiu, personal i de reparació. Emmagatzematge de peces i components. Càrrega i transport del material. Anàlisi i lectura del terreny. Realització d'itineraris previstos. Guia entrenat. Conduccions adequades per terrenys variats. Nivell tècnic i de condició física que permeti aconseguir els objectius proposats. Orientació en terreny variat. Identificació dels senyals propis de les rutes i senderes. Identificació de les condicions meteorològiques. Pernoctar

acampant o bivaquejant amb confort i seguretat. Selecció i consum adequat d'aliments durant la pràctica esportiva. Valoració de la capacitat personal per superar les dificultats del terreny.

Informació utilitzada o generada

Mapes de predicció meteorològica. Manuals sobre característiques, manteniment i emmagatzematge de bicicleta, materials esportius i eines. Documentació tècnica sobre acampada i bivac. Mapes i informació meteorològica. Normativa de protecció i accés al medi natural. Documentació sobre la senyalització de senderes. Catàlegs de materials de ciclisme i bicicletes. Guies tècniques d'ús d'eines i bicicletes. Bibliografia específica. Revistes especialitzades. Legislació. Normatives de seguretat. Informes i memòries. Programes d'entrenaments. Fitxes de control d'entrenament.

Unitat de competència 3

Denominació: GUIAR I DINAMITZAR PERSONES PER ITINERARIS AMB BICICLETA FINS A MITJANA MUNTANYA

Nivell: 2

Codi: UC0509_2

Realitzacions professionals i criteris de realització

RP1: preparar els mitjans i revisar els materials que calen per dur a terme l'activitat amb un grup d'usuaris, segons el que s'ha planificat utilitzant les tècniques més adequades i seguint els protocols establerts.

CR1.1 Quan es pugui, es revisa la ruta abans de realitzar-la, es verifiquen les possibles zones conflictives i es preveuen les mesures necessàries.

CR1.2 Es revisen la farmaciola i el material de reparació i seguretat que hi ha a la bossa auxiliar d'eines i al vehicle de suport, es comprova que són adequats, suficients i que es troben en perfecte estat d'ús abans i durant l'activitat.

CR1.3 Es revisen els permisos necessaris per realitzar el servei i es comprova que estan vigents i que són adequats.

CR1.4 Se seleccionen les bicicletes, el material auxiliar i l'equipament de cada usuari, es revisen i s'adapten de manera que s'adeqüin a les característiques dels participants, del medi, finalitat i característiques de l'activitat a fi de mantenir els nivells de seguretat necessaris.

CR1.5 Es revisen l'avitallament i el material dels usuaris per assegurar-se que tots els clients disposen del necessari i es distribueixen correctament a les alforges de les bicicletes segons criteris de seguretat, estabilitat i equilibri.

CR1.6 Se seleccionen els aparells de comunicació per mantenir el contacte amb l'empresa, amb l'equip de guies i amb els serveis d'emergència, i es comprova que funcionen i operen correctament.

CR1.7 Es revisen la documentació i els recursos necessaris per dur a terme les activitats que preveu l'itinerari i es comprova que són adequats i suficients quant al programa i al grup i que es troben en perfecte estat d'ús.

CR1.8 Es comprova l'evolució meteorològica a curt i mitjà termini a partir dels serveis meteorològics abans de començar l'activitat o s'interpreta amb els instruments de mesurament i observació de signes naturals, i es prenen les mesures oportunes pel que fa a les activitats i els mitjans necessaris.

CR1.9 Es comprova que els mitjans de transport, quan calguin, estan preparats per utilitzar-los en els desplaçaments del grup i es respecten els criteris de seguretat i operativitat.

CR1.10 Es prepara adequadament el material que s'hagi de traslladar, se n'evita la deterioració i se'n garanteix l'operativitat assegurant-lo en el mitjà de transport escollit

(remolc, baca, tren o altres) seguint la normativa vigent i mantenint un nivell òptim de seguretat.

CR1.11 Es recull el material esportiu individual i col·lectiu utilitzat durant l'activitat, se'n comprova el bon estat, es repara el material que ho necessiti, es neteja i s'emmagatzema correctament el que no necessiti reparació, per tal de mantenir l'inventari al dia.

RP2: analitzar el grup i els seus components abans i durant l'activitat per adequar el desenvolupament d'aquesta, fent les adaptacions pertinents en el programa en la mesura que ho permetin les directrius de l'organització que presta el servei.

CR2.1 Es verifiquen les expectatives i necessitats dels membres del grup amb les tècniques adequades a la situació i es contrasten amb la programació.

CR2.2 Es constata el perfil esportiu, material personal i nivell d'experiència de l'usuari mitjançant tècniques d'observació i intercanvi d'informació i proves de nivell, s'identifiquen les possibilitats pel que fa a l'itinerari preestablert i es realitzen les adaptacions que siguin oportunes.

CR2.3 Es determinen les característiques del grup amb les dades personals i amb l'ús de les tècniques específiques apropiades.

CR2.4 Es valoren el nivell d'execució i l'experiència dels usuaris durant la realització de les maniobres bàsiques de maneig de la bicicleta i es proporcionen les informacions necessàries per adaptar les activitats i, en tot moment, es mantenen els nivells de seguretat necessaris.

CR2.5 Es fan les adaptacions pertinents de l'activitat tenint en compte les dades que s'obtenen de l'anàlisi i observació del grup i els seus components de manera que s'ajustin als interessos, capacitats i necessitats del grup d'usuaris concret i a l'evolució de la situació.

CR2.6 S'identifiquen els senyals de fatiga o les possibles conductes de risc en els usuaris per aplicar les mesures correctores més apropiades a cada situació i poder mantenir l'activitat dins dels nivells de seguretat i gaudi adequats.

CR2.7 S'identifiquen els problemes de salut que tingui l'usuari i que puguin afectar l'activitat amb l'objecte de prendre les mesures preventives necessàries.

CR2.8 Davant determinades actituds dels usuaris, s'identifiquen quines poden provocar conductes temeràries, patològiques o il·legals, per prevenir-les i actuar en conseqüència a fi de mantenir els nivells de seguretat i continuïtat de l'activitat.

RP3: atendre el client per facilitar la realització de l'activitat i vetllar per la seva satisfacció fent servir les tècniques més adequades a cada moment i tipus d'usuari segons els criteris que estableix l'empresa.

CR3.1 La imatge personal projectada pel guia i el seu comportament amb l'usuari s'ajusten als criteris que estableix l'entitat que el contracta i al context en què es produeix l'activitat.

CR3.2 Es reben i s'acomoden els participants amb empatia, de manera activa i estimuladora a fi de promoure la desinhibició i la relació natural i respectuosa.

CR3.3 Es proporciona la informació als usuaris de manera detallada, amena i amb un llenguatge comprensible en el moment oportú, usant els canals i les tècniques més apropiats i, si és possible, comprovant que ha estat compresa, que es manté l'interès per l'activitat i que es tenen en compte les persones amb necessitats especials. La informació ha de comprendre els aspectes següents:

- característiques de l'itinerari, etapes, horaris previstos, descansos, llocs d'especial interès,
- indumentària, material personal i avituallament necessari,
- tècnica de conducció, dificultat del recorregut, requisits físics o destreses necessàries, condicions del medi i, quan escaigui, patologies que en desaconsellen la pràctica,
- quantitat i tipus d'aliments sòlids i líquids que s'han de portar durant l'activitat i quan i com ingerir-los,
- espais protegits i característiques de la zona,
- protocols d'actuació a les vies, cruïlles, retards, obstacles i possibles incidents,
- les normes de protecció i comportament en el medi natural.

CR3.4 Es manté el tracte amb el client amb empatia i motivant durant tot el recorregut, s'identifiquen i es resolen les seves demandes i sol·licituds, en la mesura que sigui possible, i sense perjudici de l'activitat i/o del grup.

CR3.5 S'atenen les reclamacions presentades pels clients amb seguretat, amb una actitud positiva, seguint els criteris i procediments establerts, i s'informa el client del procés de reclamació.

CR3.6 Es proporciona a l'usuari la informació sobre els resultats de l'activitat i l'evolució personal per tal de reforçar-ne l'autovaloració i per crear expectatives realistes i positives.

CR3.7 El clima creat, la dinàmica de l'activitat i la consecució dels objectius previstos promouen la satisfacció de l'usuari.

RP4: optimitzar la dinàmica interna dels grups per facilitar el desenvolupament de l'activitat i la convivència, promovent les relacions positives entre els participants, identificant la dinàmica interna del grup i aplicant-hi estratègies i tècniques per a la intervenció en grup.

CR4.1 S'identifiquen les característiques de la dinàmica interna del grup (els rols tipus, les relacions, les necessitats de lideratge i els conflictes del grup) aplicant les tècniques més adequades a la situació.

CR4.2 Es dinamitza el grup utilitzant habilitats socials i tècniques grupals de manera que es faciliti el control de la dinàmica relacional en el desenvolupament de l'activitat; es promou la cordialitat i la desinhibició entre els diferents components del grup; es respecten els interessos individuals, a fi d'aconseguir que la participació sigui màxima; es prevenen i es tracten situacions conflictives i es potencien o es reconduïxen conductes o actituds.

CR4.3 En la mesura que sigui possible, es realitzen les activitats i l'organització del grup de forma flexible i dinàmica, per aconseguir:

- la màxima participació respectant els interessos individuals,
- la participació de tots en la presa de decisions i en l'assumpció de responsabilitats,
- la formació d'una actitud oberta i solidària entre els membres del grup.

CR4.4 S'analitzen les actituds, conductes i tècniques utilitzades o generades en el desenvolupament de l'activitat, se selecciona allò que ha donat resultat i es determinen els aspectes que s'han de modificar.

RP5: instruir en les tècniques bàsiques i ús de les bicicletes i materials requerits en l'itinerari, per millorar la destresa dels usuaris en l'esport de la bicicleta, emprant els mitjans més apropiats.

CR5.1 S'ensenya l'ús del material i es demostra pràcticament als usuaris utilitzant els recursos més apropiats i es comprova que s'ha comprès.

CR5.2 S'expliquen les tècniques que s'han d'aplicar i es demostren pràcticament als usuaris utilitzant els recursos més apropiats i es comprova que s'han comprès.

CR5.3 Es valora l'execució tècnica dels clients durant la realització de les tècniques requerides, es fan les correccions oportunes i, en tot moment, es mantenen els nivells de seguretat necessaris.

RP6: organitzar i controlar la progressió per l'itinerari amb bicicleta i les activitats programades per dur a terme el projecte, tenint en compte les característiques dels usuaris, el medi i els recursos, i resoldre les diferents contingències que es presentin.

CR6.1 Es realitza el trasllat del client al lloc de començament del recorregut tenint en compte criteris de legalitat, rapidesa, eficàcia i comoditat de l'usuari.

CR6.2 El material i la indumentària necessaris es revisen, es col·loquen i es distribueixen adequadament abans del començament de l'activitat, i es recullen i es guarden després de fer-los servir, als llocs i de la manera adequada per a la seguretat i conservació correcta.

CR6.3 Es realitza la progressió per l'itinerari tenint en compte el que s'ha programat i adequant el ritme a les valoracions efectuades durant aquest.

CR6.4 Es contrasten continuament l'orientació i la localització del grup durant l'activitat, utilitzant els signes naturals, instruments d'orientació i mapes.

CR6.5 Es contrasten la dificultat tècnica i la perillositat dels passos conflictius amb les possibilitats dels usuaris, de manera que cadascun rebí l'ajuda i el suport que siguin necessaris en els passatges difícils o exposats, amb tacte i seguretat, que assegurí el grup

amb les tècniques més apropiades a la situació i es donin les indicacions als usuaris sobre les accions i els comportaments que s'han de seguir de forma clara.

CR6.6 El grup s'organitza segons les seves característiques i les de l'activitat, de manera que es facilitin les condicions de seguretat i l'interès per l'activitat, i es distribueixen les tasques en funció de l'experiència i habilitats esportives dels components del grup i de cada situació que es vagi presentant.

CR6.7 Es comproven regularment les bicicletes, el material esportiu i de seguretat i l'alimentació de l'usuari durant el desenvolupament de l'activitat, es fan les reparacions d'urgència pertinents i se subministren líquids destinats per a una hidratació ràpida i aliments de fàcil assimilació a aquells usuaris que presentin signes de patologia per esforç esportiu.

CR6.8 La situació del guia durant el recorregut permet el control visual i la comunicació oral amb tots els participants de manera que permeti mantenir la seguretat durant el recorregut, l'anticipació a possibles contingències i l'operativitat en la intervenció, tenint en compte el major risc potencial que puguin suposar determinats usuaris com ara nens, gent gran o persones amb discapacitat o necessitats específiques.

CR6.9 Les conductes inadequades, temeràries, irrespectuoses, patològiques o il·legals es reconeixen, es preveuen i s'actua en conseqüència de manera directa; es corregeix la situació amb les tècniques de resolució més apropiades concordes amb la gravetat o perillositat del comportament i seguint els protocols establerts.

CR6.10 Se solucionen, de forma serena i afable, les contingències que es presenten en relació amb la climatologia, material i entorn, aplicant-hi els protocols establerts i mantenint la continuïtat de l'activitat.

CR6.11 S'organitza la pernoctació i quan calgui acampar es distribueixen el grup i les tendes, indicant el lloc i l'orientació adequats; en cas que sigui necessari, s'ajuda a fer la instal·lació i a determinar els llocs comuns i de necessitats higièniques i es fa respectar constantment la normativa vigent.

CR6.12 La comunicació dels guies entre si, amb l'equip de suport de terra o amb la base, és periòdica a través dels aparells de comunicació o visualment, la qual cosa permet facilitar el seguiment, mantenir el control i complir els protocols de seguretat de l'activitat.

RP7: dinamitzar i participar en el desenvolupament de les activitats programades de sensibilització i coneixement de l'entorn i les activitats ludicorecreatives per a l'esplai de l'usuari, aplicant les tècniques d'animació més adequades a cada moment i de manera que siguin segures i satisfactòries per als participants.

CR7.1 Es revisen els espais i mitjans on es realitzaran les activitats per determinar-ne la disponibilitat i la idoneïtat, i es prenen les mesures necessàries per solucionar les possibles contingències.

CR7.2 El material i la indumentària necessaris es revisen, es col·loquen i es distribueixen adequadament abans del començament de l'activitat i es recullen i es guarden després de fer-los servir als llocs i de la manera adequada per a la seguretat i conservació correcta.

CR7.3 S'organitzen les persones, els espais i recursos de manera que es potenciï la màxima participació, perquè s'adaptin a les condicions del grup, activitat, entorn i materials que s'empraran.

CR7.4 S'explica la informació sobre l'activitat, els objectius, l'ús de material i les normes i es demostra als usuaris de forma clara, comprensible i motivadora, utilitzant els recursos més apropiats, perquè s'adapti a cada persona i es comprova que s'ha comprès.

CR7.5 S'incentiva la participació dels usuaris a través de tècniques de motivació adequades.

CR7.6 Es controla l'activitat perquè es mantingui en els paràmetres correctes de seguretat i gaudi i se solucionen les possibles contingències.

RP8: realitzar el seguiment de l'activitat per valorar-ne la qualitat i proposar millores en el desenvolupament.

CR8.1 S'apliquen els instruments previstos per seguir i avaluar l'activitat en el moment i en les condicions establertes.

CR8.2 S'analitza la informació generada i es prenen o es proposen mecanismes de millora.
CR8.3 Quan se sol·liciti la informació del seguiment, es presenta en la forma escaient i dins dels terminis establerts.

RP9: dirigir el grup en cas d'accident o situacions d'emergència coordinant les mesures de seguretat.

CR9.1 Es valoren les diferents possibilitats d'actuació en funció de les característiques de la situació.

CR9.2 Se seleccionen els diferents mitjans materials i humans disponibles per realitzar la intervenció segons la situació i es valoren l'oportunitat i la idoneïtat de fer-los servir.

CR9.3 Es comuniquen els accidents o les situacions d'emergència seguint les pautes d'avís i comunicació establertes en els protocols d'actuació i plans d'emergència.

CR9.4 Es pren la decisió amb rapidesa i diligència després d'analitzar la situació globalment i tenint en compte les condicions de l'entorn, de l'accident, els recursos materials i humans disponibles i les directrius dels plans d'emergència i protocols establerts, i se sol·licita tota l'ajuda que calgui davant una situació d'emergència.

CR9.5 Es transmeten als usuaris, de forma clara i precisa, les instruccions sobre les accions i el comportament que cal seguir per aconseguir controlar el grup.

CR9.6 L'actitud del guia en la situació d'emergència proporciona confiança i seguretat.

Context professional

Mitjans de producció i/o creació de serveis

Vehicles de suport (4x4, furgoneta i remolc). Mitjans de transport. Bicycletes. Cascos homologats. Magatzem. Refugis de muntanya. Albergos. Instal·lacions hoteleres. Zones d'acampada. Radiotransmissors. Telefonia mòbil. Equip personal: casc homologat, ulleres, guants, culots, mallot, calçat, impermeable, paravents i motxilla. Material de manteniment i reparació: caixa completa de reparació, bossa d'eines portàtil, cambres, cobertes, cables de canvi i de fre, lubricant, desoxidant i manxes per inflar. Material d'orientació i mesurament: GPS, mapes, brúixoles, mesurador de distàncies, altímetre, baròmetre i termòmetre. Material d'acampada: sac de dormir, funda de bivac, estora aïllant, tenda de campanya, llanterna frontal, cantimplora, altres. Farmaciola de primers auxilis. Mitjans de socors professionals. Mitjans de fortuna. Materials de jocs i activitats recreatives.

Productes o resultat del treball

Revisió i gestió dels mitjans necessaris per a l'activitat. Interpretació i execució d'itineraris amb bicicleta per carretera, camins, senderes i zones de baixa i mitjana muntanya dins dels límits que preveu la normativa vigent. Interpretació de programacions. Itineraris d'observació de l'entorn natural i sociocultural. Activitats d'agroturisme i ecoturisme. Rutes de cicloturisme. Reconeixement del medi. Conducció de clients amb bicicleta garantint la seva seguretat i l'adaptació de la ruta al seu nivell. Informació als clients d'aspectes bàsics de la conducció amb bicicleta, dels materials i de l'entorn. Organització dels mitjans necessaris durant l'activitat. Identificació del nivell dels clients. Animació de temps de descans. Dinamització dels grups. Resolució de contingències i de situacions conflictives. Lideratge del grup en situacions de perill. Identificació de situacions perilloses. Usuari amb millora o manteniment de les seves capacitats físiques i destreses a la muntanya. Canvi en l'experiència personal. Usuari informat i motivat. Grup cohesionat i eficient. Registres d'informació. Informes. Educació mediambiental de l'usuari. Satisfacció i gaudi de l'usuari.

Informació utilitzada o generada

Plànols, mapes, llibres de ruta. Informació geogràfica. Informes meteorològics actualitzats. Documentació tècnica de materials. Documentació sobre dinàmica de grups. Programació. Enquestes sobre l'activitat. Fitxes amb dades dels clients, necessitats i motivacions d'aquests.

Documentació per al client. Localització de centres d'assistència i rescat: adreces, telèfons i freqüències d'accés. Informes avaluadors o de procés.

Unitat de competència 4

Denominació: ASSISTIR COM A PRIMER INTERVINENT EN CAS D'ACCIDENT O SITUACIÓ D'EMERGÈNCIA

Nivell: 2

Codi: UC0272_2

Realitzacions professionals i criteris de realització

RP1: buscar signes d'alteracions orgàniques segons els protocols establerts, com a primer intervinent.

CR1.1 S'estableix comunicació amb l'accidentat, si és possible, per aconseguir informació sobre el seu estat i les causes de l'accident.

CR1.2 S'interroga les persones de l'entorn amb deferència i respecte, per completar la informació sobre el succés.

CR1.3 Es comproven la permeabilitat de la via aèria, la ventilació, la circulació i el nivell de consciència.

CR1.4 S'informa el servei d'atenció d'emergències, en cas que sigui necessari, dels resultats de la comprovació realitzada, es consulten les maniobres que s'hagin d'aplicar i se sol·liciten altres recursos que puguin ser necessaris.

CR1.5 S'analitzen els mecanismes de producció del traumatisme per detectar les possibles lesions associades.

CR1.6 S'utilitzen els elements de protecció individual per prevenir riscos laborals durant l'assistència a l'accidentat.

RP2: aplicar tècniques de suport ventilatori i/o circulatori bàsiques segons el protocol establert.

CR2.1 Es realitzen l'obertura i la neteja de la via aèria mitjançant les tècniques manuals adequades o aspirador.

CR2.2 Es manté la permeabilitat de la via aèria en accidentats inconscients mitjançant la tècnica postural adequada.

CR2.3 S'apliquen les tècniques manuals de desobstrucció quan hi ha una obstrucció de la via aèria.

CR2.4 S'utilitza el baló ressuscitador autoinflable per donar suport ventilatori a l'accidentat que ho necessiti.

CR2.5 S'apliquen les tècniques de reanimació cardiorespiratòria davant una situació d'aturada cardiorespiratòria.

CR2.6 S'aplica l'oxigen, en cas que sigui necessari, segons els protocols establerts.

CR2.7 S'utilitza adequadament el desfibril·lador semiautomàtic, en cas que sigui necessari, de conformitat amb les normatives i els protocols establerts.

CR2.8 S'apliquen de forma adequada les tècniques d'hemostàsia davant hemorràgies externes.

CR2.9 S'aplica el tractament postural adequat quan l'accidentat es troba en situació de compromís ventilatori o presenta signes evidents de xoc.

RP3: prestar les cures bàsiques inicials en situacions d'emergència que no impliquin una aturada cardiorespiratòria, segons el protocol establert.

CR3.1 S'avisava el servei d'atenció d'emergències i se'l consulta sobre les mesures que cal aplicar com a resposta a la situació concreta que s'estigui produint.

CR3.2 Es presta adequadament l'atenció inicial de persones en situació de compromís ventilatori.

CR3.3 Es fa adequadament l'atenció inicial de persones en situació de compromís cardiocirculatori.

CR3.4 S'apliquen convenientment les cures als accidentats que han patit lesions per agents físics i/o químics.

CR3.5 Es presten l'atenció i les cures adequades a la dona en situació de part imminent.

CR3.6 Les persones amb crisis convulsives reben l'atenció inicial oportuna.

CR3.7 Es col·loca la persona accidentada en la posició i en l'entorn més adequat en funció del seu estat i de la situació d'emergència.

CR3.8 En situacions d'emergències col·lectives i catàstrofes, es col·labora en l'atenció inicial i en la primera classificació dels pacients de conformitat amb criteris elementals.

RP4: generar un entorn segur en situacions d'emergència.

CR4.1 Es realitzen la senyalització i l'abalisament de la zona utilitzant els elements necessaris.

CR4.2 Es col·loca l'accidentat en un lloc segur.

CR4.3 S'apliquen les tècniques de mobilització i immobilització per col·locar l'accidentat en una posició anatòmica no lesiva fins que arribin a la zona els serveis sanitaris d'emergència o per traslladar-lo en cas que sigui necessari.

CR4.4 S'usen els mitjans i equips de protecció personal per prevenir riscos i accidents laborals.

RP5: donar suport psicològic a l'accidentat i familiars en situacions d'emergències sanitàries.

CR5.1 Es detecten les necessitats psicològiques de l'accidentat i s'apliquen tècniques de suport psicològic bàsiques per millorar-ne l'estat emocional.

CR5.2 S'estableix la comunicació amb l'accidentat i la seva família de manera fluïda des de la presa de contacte fins al seu trasllat, i s'atenen, en la mesura que sigui possible, tots els seus requeriments.

CR5.3 S'infon confiança i optimisme a l'accidentat durant tota l'actuació.

CR5.4 Es facilita la comunicació de la persona accidentada amb els seus familiars.

CR5.5 S'atenen els familiars dels accidentats i se'ls dóna informació sobre les qüestions que puguin plantejar, dins de les seves competències.

Context professional

Mitjans de producció i/o creació de serveis

Material de mobilització i immobilització. Material electromèdic. Material fungible. Farmaciola. Equip d'oxigenoteràpia. Desfibril·lador semiautomàtic. Equip de protecció individual. Sistema de comunicació. Equip d'organització en catàstrofe. Protocols d'actuació. Material de senyalització i abalisament. Material d'autoprotecció. Tècniques de comunicació. Tècniques d'informació. Tècniques d'observació i valoració.

Productes o resultat del treball

Valoració inicial de l'accidentat. Aplicació de tècniques de suport vital bàsic. Aplicació de cures bàsiques en les emergències més freqüents. Classificació bàsica d'accidentats en emergències col·lectives i catàstrofe. Generació d'un entorn segur per assistir la persona. Immobilització preventiva de les lesions. Mobilització amb les tècniques adequades. Evacuació des del lloc del succés fins a un lloc segur. Trasllat en la posició anatòmica més adequada a les necessitats de l'accidentat. Protocols d'actuació. Informe d'assistència. Coneixement de les necessitats psicològiques de l'accidentat. Seguretat de l'accidentat davant l'assistència. Canalització dels sentiments dels familiars. Apaivagament de les situacions d'irritabilitat col·lectiva.

Informació utilitzada o generada

Manuale de primers auxilis. Revistes i bibliografia especialitzada. Protocols d'actuació. Informes.

III. FORMACIÓ DEL CERTIFICAT DE PROFESSIONALITAT

MÒDUL FORMATIU 1

Denominació: ITINERARIS PER A BICICLETA

Codi: MF0353_2

Nivell de qualificació professional: 2

Associat a la unitat de competència:

UC0353_2 Determinar i organitzar itineraris amb bicicleta per terrenys variats fins a mitjana muntanya

Durada: 110 hores

UNITAT FORMATIVA 1

Denominació: ANÀLISI I GESTIÓ D'ITINERARIS PER A BICICLETES

Codi: UF0296

Durada: 50 hores

Referent de competència: Aquesta unitat formativa es correspon amb l'RP1, RP2, RP3, RP6 i RP7 pel que fa al disseny d'itineraris.

Capacitats i criteris d'avaluació

C1: analitzar els factors psicosocials de la societat actual i conèixer les característiques (físiques, psíquiques i emocionals) generals de les persones per identificar les capacitats, necessitats i motivacions dels usuaris i clients que s'han de tenir en compte en la preparació o adaptació d'itineraris amb bicicleta.

CE1.1 Explicar la influència de determinats factors socials en els comportaments i relacions socials de diferents col·lectius.

CE1.2 Explicar la importància dels factors de risc, aventura i evasió dins de la societat actual, com a elements de motivació en els recorreguts amb bicicleta.

CE1.3 Valorar la importància social de l'oci i del turisme i explicar la seva relació amb les activitats físicoesportives i les activitats en la naturalesa.

CE1.4 Enumerar i descriure les característiques psicològiques, emocionals i físiques fonamentals en les diferents etapes del desenvolupament humà i la seva incidència en la preparació d'itineraris amb bicicleta.

CE1.5 Enumerar les capacitats i característiques motores fonamentals que es necessiten per realitzar recorreguts amb bicicleta.

CE1.6 Descriure l'evolució de les capacitats físiques, condicionals i coordinatives en les diferents etapes del desenvolupament humà.

CE1.7 Descriure la relació que hi ha entre els sistemes de l'organisme i l'esforç esportiu de les activitats de conducció amb bicicleta.

CE1.8 En supòsits pràctics en els quals s'identifiquin les característiques dels usuaris, cal seleccionar correctament objectius i activitats per a grups d'unes determinades característiques.

C2: analitzar i aplicar, en la preparació d'itineraris, els aspectes que condicionen el nivell de salut i la capacitat física en la pràctica d'activitats de conducció amb bicicleta.

CE2.1 Estimar la demanda energètica requerida en la realització de recorreguts amb bicicleta en funció de la durada i la intensitat i a partir de la utilització de taules de referència.

CE2.2 En un supòsit pràctic en què es defineixin les característiques de l'individu i de l'activitat utilitzant taules de referència, cal indicar la quantitat i el tipus d'avitallament adequat i les pautes d'hidratació correctes.

CE2.3 Enumerar les contraindicacions absolutes i relatives en la pràctica d'activitats físicoesportives de conducció amb bicicleta.

CE2.4 Reconèixer els beneficis que suposa la pràctica de recorreguts amb bicicleta sobre els diferents òrgans i sistemes del cos humà.

C3: analitzar la normativa relacionada amb la pràctica d'activitats en el medi natural i la protecció mediambiental i aplicar-la a la preparació d'itineraris amb bicicleta.

CE3.1 Enumerar tipus d'espais naturals protegits i explicar-ne les característiques.

CE3.2 Descriure les causes que puguin limitar o restringir l'ús i l'explotació comercials del medi natural.

CE3.3 Analitzar les condicions de la pràctica esportiva de la bicicleta i el seu impacte ambiental.

CE3.4 Explicar la legislació vigent relacionada amb els espais naturals i la pràctica esportiva de la bicicleta.

CE3.5 Davant un supòsit pràctic degudament caracteritzat, cal:

- enumerar tipus d'espais naturals i explicar-ne les característiques,
- enumerar les institucions que poden limitar la circulació de bicicletes,
- enumerar les fonts que cal utilitzar per aconseguir informació sobre permisos, explotació comercial i tot el que pugui ser rellevant,
- descriure els procediments de sol·licitud del permís de pas i circulació, i indicar l'organisme en el qual es gestiona cada document, el termini i la forma requerits.

CE3.6 Davant un supòsit pràctic degudament caracteritzat, cal:

- descriure les característiques de la conducció de bicicletes en grups en l'entorn natural,
- enumerar les tasques dels guies i acompanyants de grup en la conducció de bicicletes pel que fa a la protecció mediambiental.

C4: aplicar els procediments i les tècniques adequats per obtenir, analitzar, tractar, processar i arxivar la informació necessària per realitzar activitats de conducció amb bicicleta.

CE4.1 Explicar el concepte de font primària, secundària, directa i indirecta i definir procediments per obtenir informació d'aquestes.

CE4.2 Indicar la informació necessària per definir una oferta d'organització d'itineraris, així com els criteris i procediments per elaborar-la.

CE4.3 Identificar els paràmetres que permetin valorar la qualitat del servei prestat en el desenvolupament d'activitats i descriure les diferents tècniques de recollida d'informació.

CE4.4 A partir d'unes dades convenientment caracteritzades relatives a paràmetres que subministren informació d'un determinat entorn, cal:

- seleccionar la informació necessària per elaborar el projecte d'activitat,
- interpretar les dades aportades a fi d'establir conclusions relatives al projecte d'activitat.

CE4.5 A partir d'un supòsit degudament caracteritzat en què s'estableix l'ideari i els recursos disponibles de l'organització, cal determinar els elements que condicionen el projecte d'activitat a fi d'establir conclusions de cara a elaborar-lo.

CE4.6 Recopilar la informació prèvia necessària per elaborar el recorregut quant a:

- normativa i reglamentació,
- mapes,
- informació meteorològica,
- informació sobre la dificultat i/o perillositat del recorregut,
- informació sobre les característiques del grup (experiències prèvies, interessos i expectatives),

- informació sobre llocs de socors i emergència.

CE4.7 Identificar les fonts d'informació utilitzables per recollir les dades necessàries sobre allotjament, manutenció i mitjans de transport.

CE4.8 Davant un supòsit de tractament d'informació (text i imatges), cal triar el procediment més adequat per elaborar un informe.

CE4.9 Descriure els procediments d'arxivament de la informació que en facilitin la localització i la utilització posteriors i les normes de confidencialitat que s'han de complir amb la informació emmagatzemada.

CE4.10 Davant un supòsit d'informació de diferents fonts, cal:

- realitzar el tractament de les imatges per utilitzar-les informàticament,
- processar els textos elaborats,
- dissenyar un document que combini la diferent informació tractada,
- ordenar i arxivar la informació i el document elaborat per utilitzar-los posteriorment.

C5: determinar les mesures necessàries per prevenir i resoldre situacions de perill durant el desenvolupament de l'itinerari amb bicicleta.

CE5.1 Descriure les funcions preventives dels tècnics/tècniques en un itinerari amb bicicleta.

CE5.2 Davant un supòsit d'activitat degudament caracteritzat en què es descriuen les característiques de l'itinerari, les condicions meteorològiques i del medi, així com les característiques del grup, cal identificar:

- els elements que poden ser causa de perill o emergència,
- l'equipament de protecció personal necessari,
- els protocols de revisió del material: equipament, freqüència de la revisió, altres,
- el moment de la comunicació entre els guies.

CE5.3 Detallar les dades necessàries que cal transmetre/comunicar als serveis de socors de la zona amb anterioritat al desenvolupament de l'activitat.

CE5.4 Determinar el material de seguretat i de comunicació que s'ha de transportar durant l'activitat segons les seves característiques.

CE5.5 Descriure les normes de comportament i d'utilització d'equips i material de seguretat en diferents situacions de perill en la conducció per itineraris amb bicicleta.

CE5.6 Davant un supòsit en què es determinin diferents situacions d'emergència, cal:

- descriure les condicions de la situació,
- proposar justificadament les accions per resoldre l'emergència,
- elaborar un pla d'evacuació o rescat.

CE5.7 Descriure la informació que s'ha de transmetre als clients i descriure el seu comportament en situació d'emergència, caiguda, ruptura i/o pèrdua del material.

CE5.8 Davant un supòsit en què es caracteritza degudament un tram d'itinerari amb dificultat i/o perillositat, cal identificar:

- les pautes d'actuació de l'equip de suport,
- les possibles zones sense cobertura de comunicació.

C6: aplicar tècniques de gestió de recursos necessaris en la preparació d'activitats per itineraris amb bicicleta.

CE6.1 Conèixer la composició d'un pressupost d'ingressos i despeses.

CE6.2 Identificar els costos imputables a l'activitat.

CE6.3 En un supòsit d'activitat i grup de persones, cal elaborar un pressupost.

CE6.4 Davant un supòsit d'activitat realitzada, cal detectar les desviacions en el pressupost establert i fer-hi les correccions necessàries.

CE6.5 En un supòsit d'activitat realitzada, cal justificar les despeses segons la forma establerta.

CE6.6 Descriure els mitjans logístics necessaris per a una activitat de conducció amb bicicleta en funció de la durada, el lloc de realització i les característiques del grup.

CE6.7 Seleccionar la normativa vigent pel que fa al transport de viatgers.

CE6.8 En un supòsit pràctic de projecte de recorregut per a un grup determinat, cal completar el projecte descrivint:

- les característiques i el nombre de personal tècnic necessari,
- el material individual i col·lectiu necessari,
- el material de reparació que ha de portar el guia,
- la informació sobre l'activitat que es facilitarà a l'organització, als altres guies de l'equip i als usuaris,
- les instal·lacions i el personal de transport,
- l'allotjament proposat, les seves característiques i el seu cost,
- la manutenció proposada, les seves característiques i el seu cost,
- el transport dels usuaris, les seves característiques i el seu cost.

Continguts

1. Aplicació dels fonaments psicosocials a la preparació d'itineraris amb bicicleta (BTT):

- Oci i turisme en el medi natural.
- Educació no formal i activitats físicoesportives.
- Influència de la BTT:
 - Característiques.
 - Importància social.
 - Factors de risc, aventura i evasió.
- Funció social de l'esport: comportament i relacions socials.

2. Reconeixement de les característiques psicològiques, físiques i socials dels usuaris:

- Etapes evolutives: infantil, adolescents, adults i persones grans.
 - Capacitats físiques bàsiques.
 - Capacitats físiques condicionals i coordinatives.
- Desenvolupament evolutiu i motor.
- Qualitat de vida i desenvolupament personal.

3. Valoració de l'activitat física sobre la salut:

- Capacitat física i salut:
 - Sistemes de l'organisme i esforç esportiu.
 - Beneficis i contraindicacions totals o parcials de/en la pràctica d'activitats de conducció amb bicicleta.
 - Requeriments energètics: despesa, aportació i balanç energètic en la pràctica d'activitats de conducció amb bicicleta:
 - Avituallament.
 - Pautes d'hidratació.
- Valoració física inicial de l'usuari: observació, entrevista i suports.

4. Aplicació legislativa i normativa en el disseny d'itineraris en BTT i sobre la utilització de l'espai natural:

- Legislació i normativa d'espais naturals i el seu abast.
- Legislació estatal, autonòmica i local d'accés i pernoctació.
- Autorització administrativa d'accés i pernoctació.
 - Gestió de documents: organismes de referència, tràmits i terminis.
 - Permisos i autoritzacions de pas i circulació.
 - Institucions que limiten o restringeixen aquestes activitats.
- Responsabilitat civil com a organitzador/a i guia per itineraris amb bicicleta.
- Regulació d'activitats esportives en zones naturals de protecció.

5. Disseny i programació d'un itinerari amb bicicleta:

- Cerca, anàlisi i tractament de la informació necessària per elaborar itineraris amb bicicleta:
 - Tècniques i procediments d'obtenció d'informació: observació, enquesta, qüestionari i entrevista.
 - Anàlisi i interpretació: paràmetres de qualitat del servei. Protecció de dades.

- Tractament de textos, fulls de càlcul, bases de dades, tractament d'imatges i navegadors d'Internet.
- Processament i arxivament.
- Recursos disponibles per a la seva organització i elements condicionants.
- Fonts d'informació:
 - Identificació de la informació necessària per al disseny d'itineraris:
 - Primària/secundària.
 - Directa/indirecta.
 - Localització de les fonts d'informació.
 - Allotjament.
 - Manutenció.
 - Transport.
- Informació necessària per preparar recorreguts:
 - Normativa i reglamentació.
 - Mapes de la zona on es realitzi l'itinerari.
 - Informació meteorològica.
 - Informació sobre dificultat i perillositat.
 - Informació sobre lloc de socors.
 - Informació sobre característiques del grup, experiències, interessos i expectatives.

6. Preparació general d'un itinerari:

- Prevenció i protocols de seguretat per a activitats de conducció amb bicicleta:
 - Funció preventiva del tècnic/a.
 - Factors de risc i principals causes d'accidents.
 - Relació de dades que cal comunicar als serveis de socors previ a l'activitat.
 - Protocols de revisió de material de seguretat i comunicació, control de la situació, trasllat i evacuació.
 - Emergència: plans d'emergència, serveis de rescat i socors, normes de comportament en situacions d'emergència segons el lloc i les condicions.
 - Procediments d'actuació de l'equip de suport i zones sense cobertura de comunicació.
- Gestió de recursos per a les activitats de conducció amb bicicleta per terreny variat:
 - Control pressupostari i elaboració.
 - Allotjament i manutenció: característiques i costos.
 - Criteris per a la seva utilització en les activitats de conducció amb bicicleta.
 - Logística de les activitats de conducció amb bicicleta: transport de material i viatgers. Característiques del mitjà de transport.
 - Recursos humans: model de gestió, formació i organització.
 - Recursos materials: gestió de compres, anàlisi de les característiques dels recursos necessaris, selecció de proveïdors.
 - Accions promocionals del servei.
 - Valoració i anàlisi del servei prestat: característiques del servei, conceptes bàsics de qualitat de prestació de serveis. Mètodes de control de la qualitat del servei.
 - Interpretació de resultats i elaboració d'informes.
 - Assegurances i cobertures.

UNITAT FORMATIVA 2

Denominació: DESPLAÇAMENT, ESTADA I SEGURETAT EN EL MEDI NATURAL I ORIENTACIÓ SOBRE EL TERRENY

Codi: UF0297

Durada: 30 hores

Referent de competència: Aquesta unitat formativa es correspon amb les RP1, RP2 i RP4, pel que fa a coneixement i orientació en el medi natural.

Capacitats i criteris d'avaluació

C1: analitzar les característiques geogràfiques, geològiques, socioeconòmiques i biològiques d'una zona determinada i elaborar i difondre plans d'actuació relacionats amb la protecció i educació ambientals.

CE1.1 Un cop determinada una zona, cal descriure característiques geològiques i paisatgístiques de la zona.

CE1.2 Explicar les característiques de la flora i fauna d'una zona determinada indicant els llocs on es poden localitzar espècies vegetals i animals representatives.

CE1.3 Explicar les característiques dels mètodes que s'utilitzen per al condicionament de zones de pas i d'observació del medi.

CE1.4 Confeccionar material informatiu per establir itineraris de naturalesa o senderes ecològiques, elaborant croquis de recorreguts i fitxes descriptives sobre zones d'interès.

CE1.5 Descriure aspectes socials i econòmics d'una zona determinada i la influència del sector turístic en el desenvolupament rural, identificar les manifestacions culturals autòctones i els productes artesanals i d'alimentació de la zona i relacionar-los amb l'ecoagroturisme.

CE1.6 Davant un supòsit pràctic degudament caracteritzat en el qual es presenta un itinerari amb bicicleta, cal:

- determinar les zones d'interès,
- elaborar la informació cultural, botànica, paisatgística, biològica i geològica en cada zona d'interès.

CE1.7 Analitzar les condicions de pràctica de diferents activitats no legislades i el seu impacte mediambiental.

CE1.8 Proposar accions personals i col·lectives per sensibilitzar en el respecte de la naturalesa i minimitzar l'impacte mediambiental.

CE1.9 Davant un supòsit d'activitat en què s'estableixin les característiques del grup, el recorregut i el medi, cal realitzar les accions següents:

- identificar els possibles riscos de l'activitat envers el medi ambient i proposar les mesures per evitar-los,
- elaborar les pautes de comportament que han de seguir els usuaris, en relació amb el respecte del medi ambient,
- detallar els mitjans materials necessaris per al compliment d'aquestes pautes de comportament,
- confeccionar els materials informatius sobre les normes de cura i protecció de l'entorn.

C2: reconèixer en l'entorn natural els accidents geològics i ecosistemes que puguin ser d'interès.

CE2.1 Identificar la vegetació tipus d'un ecosistema de muntanya i descriure'n la utilització i els perills.

CE2.2 Identificar les espècies animals més significatives i la seva possible situació a partir de la visualització directa o dels seus rastres i descriure els perills que comporten.

CE2.3 Davant un supòsit pràctic adequadament tipificat, cal identificar on i com es pot agafar aigua.

C3: elaborar itineraris per recórrer amb bicicleta.

CE3.1 Calcular desnivells i distàncies longitudinals a partir de mapes de diferents escales.

CE3.2 Identificar sobre un mapa les característiques del recorregut.

CE3.3 Comparar diferents mapes i interpretar-ne la simbologia.

CE3.4 Identificar i descriure els elements de dificultat i perillositat d'un recorregut amb bicicleta.

CE3.5 Fer una taula que relacioni els elements de dificultat i perillositat del tram de recorregut amb el nivell de domini tècnic necessari per superar-los amb seguretat.

CE3.6 Davant un supòsit pràctic degudament caracteritzat en què s'estableixen les conclusions de l'anàlisi diagnòstica de la realitat, així com la informació sobre les característiques de la zona d'un recorregut real, cal elaborar el recorregut amb bicicleta i establir:

- mitjans necessaris per al desenvolupament del recorregut,
- inici i finalització del recorregut,
- durada del recorregut,
- les possibles zones de reunió del grup,
- punts de descans necessaris,
- itineraris alternatius,
- activitats per fer durant el recorregut,
- indicadors i instruments d'avaluació, així com el moment d'utilitzar-los.

CE3.7 Davant un supòsit degudament caracteritzat en què s'estableixen les característiques dels usuaris, els mitjans disponibles i es determina una zona de recorregut real, cal elaborar el trajecte del recorregut i indicar, entre altres:

- el començament i el final dels trams amb dificultat,
- el començament i el final dels trams amb perills objectius de baixa i mitjana muntanya,
- els possibles itineraris alternatius per superar el tram amb seguretat,
- les possibles zones de reunió del grup,
- els plans alternatius davant possibles contingències durant el recorregut,
- els punts de possible pernoctació,
- els punts de no-retorn,
- les zones de cobertura amb els aparells de comunicació del guia,
- els punts de referència més significatius per a l'orientació, les cotes d'altura per on es desenvoluparà el trajecte i trams alternatius,
- els possibles punts d'avitallament.

C4: utilitzar els instruments, mapes i indicis naturals per orientar-se en tot tipus de condicions ambientals de muntanya.

CE4.1 En un supòsit pràctic d'orientació degudament caracteritzat, cal realitzar les accions següents emprant exclusivament el mapa topogràfic:

- orientar adequadament el mapa prenent com a referència el terreny natural circumdant,
- identificar sobre el mapa els elements més característics naturals que es puguin veure en l'entorn com ara rius, tallats, boscos, pistes forestals, traçats d'alta tensió, preses artificials, carreteres i poblacions, entre altres,
- reconèixer els colls més visibles.

CE4.2 Explicar el càlcul de distàncies i temps d'un recorregut sobre el mapa.

CE4.3 Descriure els elements i el mode de funcionament d'una brúixola amb limbe mòbil.

CE4.4 Ressaltar les diferències que hi ha entre declinació i inclinació en la brúixola, com hi influeixen la latitud i longitud i calcular la declinació segons l'any.

CE4.5 Enumerar materials i elements que alteren el bon funcionament de la brúixola.

CE4.6 Descriure les tècniques d'orientació següents:

- error voluntari,
- seguir la corba de nivell,
- rumb invers.

CE4.7 Descriure el funcionament d'un GPS.

CE4.8 Definir la inicialització en el GPS.

CE4.9 Descriure la presa de coordenades per al GPS i introduir-hi les coordenades per mostrar la pantalla del recorregut.

CE4.10 Descriure el funcionament d'un altímetre i la relació que hi ha amb l'altura i les condicions climatològiques de baixes i altes pressions atmosfèriques.

CE4.11 Davant un supòsit pràctic en què s'estableix un circuit d'orientació jalonat amb balises estàndard de curses d'orientació, cal:

- realitzar el recorregut i localitzar cadascuna de les balises,
- utilitzar per a l'orientació una brúixola de limbe mòbil transparent i el mapa cartogràfic de la zona.

CE4.12 Davant diferents supòsits pràctics d'orientació utilitzant el mapa, la brúixola, el GPS i l'altímetre, cal fer tot el recorregut i:

- calcular rumbos i azimuts,
- identificar els accidents geològics i les estructures construïdes per l'home que representa el mapa,
- situar punts sobre el mapa aplicant-hi tècniques de triangulació,
- confirmar que s'està en el recorregut aplicant-hi la tècnica de rumb invers,
- identificar punts en el medi natural agafant rumbos en el mapa,
- calcular les coordenades de punts de referència del recorregut per introduir-los en el GPS,
- recuperar el recorregut realitzat des del GPS.

Continguts

1. Estudi de l'entorn natural per dissenyar itineraris:

- Geografia, clima, flora i fauna de diferents zones.
- Zones d'interès d'àmbit comarcal i regional.
- El medi de muntanya i la seva caracterització ecològica.
- Turisme en el medi natural: turisme esportiu, ecoturisme, agroturisme i turisme rural.
- Aspectes antropològics i socioculturals autòctons de diferents zones.
- Impacte mediambiental de les pràctiques esportives de conducció per itineraris amb bicicleta:
 - Activitats no legislades i el seu impacte mediambiental.
 - Accions personals i col·lectives per minimitzar l'impacte mediambiental.
- Educació ambiental:
 - Objectius, activitats, recursos per a l'educació ambiental, foment d'actituds cap al medi ambient i metodologia de l'educació ambiental.

2. Reconeixement del medi natural en la realització d'itineraris:

- Geomorfologia dels sistemes muntanyencs: tipus de vall.
- Tipus d'ecosistemes:
 - Identificació de la vegetació, possibles usos i perills.
- Tècniques d'observació directa d'espècies vegetals i animals.
- Procediments per obtenir aigua i aliments.

3. Aplicació de les bases generals de cartografia i orientació:

- Maneig de mapes:
 - Càlculs de desnivells i distàncies i temps d'un recorregut.
 - Característiques del recorregut: inici, durada i finalització, zones de reunió del grup, punts de descans, mitjans necessaris i activitats per realitzar durant el desenvolupament, itineraris alternatius.
 - Avaluació de l'itinerari: instruments i criteris.
 - Interpretació de la simbologia.
 - Valoració tècnica de l'itinerari: trams amb dificultat i amb perills:
 - Elements de dificultat i perillositat d'un recorregut.
 - Superació amb seguretat de trams amb dificultat i perillositat.
 - Itineraris alternatius per superar trams perillosos.
 - Plans alternatius davant possibles contingències durant el recorregut.
 - Punts de no-retorn. Possibles zones de reunió del grup, llocs de pernoctació, punts d'avitallament i zones de cobertura per als aparells de comunicació.
- Maneig de plànols:
 - Tipus i interpretació de diferents tipus de plànols.
 - Punts de referència significatius per a l'orientació.
 - Utilització d'instruments.
 - Càlculs bàsics de distàncies i altures.

4. Orientació mitjançant instruments:

- Orientació aplicada al disseny d'itineraris:
 - Mitjans i instruments, orientació amb mapa i brúixola.
 - Mitjans naturals, orientació per indicis.
 - Elements naturals per a l'orientació: vegetació.
- La brúixola:
 - Característiques, funcionament, tipus i limitacions.
 - Influència de la latitud i longitud, declinació i inclinació.
 - Materials i elements que alteren el funcionament de la brúixola.
 - Navegació terrestre utilitzant la brúixola i el mapa.
- El GPS:
 - Característiques, funcionament, tipus i limitacions.
 - Inicialització en el GPS.
 - Coordenades per al GPS: presa i introducció de dades en el GPS.
- Aparells complementaris que ajuden a orientar-se: altímetre, podòmetre, clinòmetre i curvímetre.
- Tècniques d'orientació: orientació succinta i precisa.
- Tècniques d'orientació amb visibilitat reduïda: error voluntari, seguint la corba de nivell, el rumb invers.

UNITAT FORMATIVA 3

Denominació: DESENVOLUPAMENT D'ACTIVITATS RECREATIVES I ADAPTACIÓ DE L'ACTIVITAT ESPORTIVA A PERSONES AMB LIMITACIONS DE LA SEVA AUTONOMIA PERSONAL

Codi: UF0298

Durada: 30 hores

Referent de competència: Aquesta unitat formativa es correspon amb l'RP1 (pel que fa a atenció de necessitats específiques), l'RP2 (pel que fa a adequació a necessitats especials) i l'RP5.

Capacitats i criteris d'avaluació

C1: analitzar l'aportació de les activitats recreatives a la necessitat d'esplai de la persona i programar aquestes activitats com a complement per dinamitzar recorreguts amb bicicleta, adaptades a característiques dels participants, l'entorn i mitjans disponibles.

CE1.1 Identificar i caracteritzar l'activitat recreativa valorant el seu paper en el desenvolupament i equilibri de la persona i de la societat contemporània.

CE1.2 Tenir una predisposició positiva cap a la metodologia recreativa.

CE1.3 Atesos un context i programa d'itinerari amb bicicleta, cal definir les característiques que han de complir les activitats recreatives que complementin l'activitat.

CE1.4 Cercar en diferents fonts d'informació activitats recreatives i analitzar-ne les característiques, identificar-ne l'aplicabilitat i classificar-les.

CE1.5 Vivenciar diferents tipus de jocs i analitzar-ne les característiques, identificar-ne l'aplicabilitat, classificar-los i enregistrar-los.

CE1.6 Seleccionar i adaptar correctament jocs per a una determinada edat i objectiu.

CE1.7 Ateses unes condicions i objectiu, cal seleccionar, temporalitzar i seqüenciar les activitats recreatives per a una activitat.

C2: dinamitzar diferents tipus d'activitats recreatives i de sensibilització i coneixement de l'entorn aplicant adequadament la metodologia recreativa i adequant-se a diferents objectius, característiques, interessos i/o necessitats dels participants i del medi on es desenvoluparan.

CE2.1 Identificar la metodologia pròpia recreativa i justificar-ne l'ús en diferents supòsits d'animació d'activitats.

CE2.2 En un supòsit pràctic degudament caracteritzat, cal analitzar les instal·lacions, els mitjans i materials, cal adaptar-los a les persones i objectius previstos, i assegurar els paràmetres correctes d'ús.

CE2.3 Dirigir correctament un grup d'usuaris que simulen ser usuaris en diferents jocs.

CE2.4 Explicar correctament el desenvolupament i les normes de joc, donant informació suficient, clara, motivadora, seqüenciada i ordenada fent incidències en els aspectes més importants, com ara:

- realitzar les demostracions necessàries,
- adaptar el joc als participants,
- detectar i solucionar incidències en el desenvolupament del joc,
- estimular la participació.

CE2.5 Explicar el procés en l'ensenyament i/o animació de les activitats i justificar les decisions adoptades per dinamitzar les relacions del grup i assolir els objectius.

CE2.6 Participar en les activitats de forma desinhibida.

CE2.7 Analitzar correctament la intervenció d'un company en la direcció de jocs, detectar errors i fer propostes adequades per solucionar-los.

C3: identificar les característiques de les persones amb limitacions de la seva autonomia personal i les adaptacions espacials necessàries pel que fa a l'activitat de conducció per itineraris amb bicicleta.

CE3.1 Descriure les característiques més rellevants de les persones amb limitacions de la seva autonomia personal.

CE3.2 Indicar les especificitats de l'adaptació a l'esforç, escalfament i recuperació de les persones amb algun tipus de limitació de la seva autonomia personal, així com les contraindicacions per realitzar itineraris amb bicicleta.

CE3.3 Descriure les pautes òptimes que permetin mantenir un tracte eficaç amb persones amb limitacions de la seva autonomia personal durant la realització de l'activitat de conducció per itineraris amb bicicleta.

CE3.4 Davant un supòsit pràctic en què es defineixin adequadament les característiques d'una persona amb limitació de la seva autonomia personal, cal:

- valorar les seves possibilitats de moviment, autònom o assistit, per a la pràctica esportiva amb bicicleta,
- indicar les cures específiques necessàries,
- indicar riscos potencials i la manera de solucionar les diferents emergències que es poden presentar.

CE3.5 En un suposat escenari de pràctica degudament caracteritzat, cal elaborar un informe en què es descriguin les adaptacions requerides perquè les persones amb limitacions de la seva autonomia personal assoleixin els objectius previstos.

CE3.6 Davant una activitat de conducció amb bicicleta prèviament planificada, cal modificar els aspectes (recorregut i activitats) perquè els participants amb limitacions de la seva autonomia personal puguin realitzar-la.

CE3.7 En un supòsit en el qual es defineixin les característiques d'un grup amb persones amb limitacions de la seva autonomia personal, cal proposar i realitzar les adaptacions necessàries en el material i les instal·lacions.

Continguts

1. Preparació de les activitats recreatives per a l'esplai dels usuaris en activitats de conducció amb bicicleta:

- Recreació: importància per a la persona.
- Activitats recreatives i jocs: concepte, funcions i teories generals.
- Característiques, aplicabilitat i classificació.
- Tipus d'activitats recreatives:
 - Objectius.

- Característiques.
- Metodologia.
- Selecció de jocs per a determinades edats i objectius.
- Selecció, temporalització i seqüenciació d'activitats recreatives.
- Participació de forma desinhibida.
- Enregistrament de jocs. Elaboració de fitxes de jocs.
- Programació de sessions recreatives.
- Vetllades. Recursos d'intervenció.

2. Dinamització d'activitats recreatives:

- Intervenció del guia com a animador/a.
- Direcció de les activitats: explicació, demostració, organització de participants, espais i material.
- Intervenció en la realització de l'activitat: reforços, coneixement de resultats, solució d'incidències i avaluació de l'activitat.
- Finalització de l'activitat.
- Tècniques d'observació, anàlisi i valoració de la direcció d'activitats.

3. Reconeixement de les característiques dels usuaris amb limitacions de la seva autonomia personal:

- Possibilitat de moviment per a la pràctica esportiva amb bicicleta.
- Cures específiques.
- Riscos potencials.
- Naturalitat en el tracte amb les persones amb limitacions en la seva autonomia personal:
 - Pautes per optimitzar les relacions interpersonals.
 - Aspectes bàsics de les característiques psicoafectives d'aquestes persones.
 - Ajudes requerides per aquestes persones cap a l'autonomia.
 - Adaptació de consignes i explicacions.

4. Adaptació d'activitats per a les persones amb limitació de la seva autonomia personal:

- Valoració de l'autonomia i limitacions.
- Adaptació a l'esforç, escalfament i recuperació de persones amb limitació de la seva autonomia personal.
- Contraindicacions de/en la pràctica d'activitats per itineraris amb bicicleta.
- Beneficis físics, psíquics i socials d'activitats per itineraris amb bicicleta.
- Adaptació per a la pràctica de les activitats de conducció per itineraris amb bicicleta en equipaments, materials i ajudes tècniques.
- Transferències relatives a mobilitat i transport de persones amb limitació de la seva autonomia personal en el medi natural.

Orientacions metodològiques

Formació a distància:

Unitat formativa	Durada total en hores de les unitats formatives	Nre. d'hores màximes susceptibles de formació a distància
Unitat formativa 1- UF0296	50	20
Unitat formativa 2- UF0297	30	10
Unitat formativa 3- UF0298	30	10

Seqüència:

Per accedir a la unitat formativa 3 s'han d'haver superat les unitats formatives 2 i 1.

Criteris d'accés per als alumnes

S'ha de demostrar o acreditar un nivell de competència en els àmbits assenyalats a continuació que assegurin la formació mínima necessària per cursar el mòdul amb aprofitament:

- Comunicació en llengua castellana,
- Competència matemàtica.
- Competència digital.

MÒDUL FORMATIU 2

Denominació: MANTENIMENT I CONDUCCIÓ DE BICICLETES

Codi: MF0508_2

Nivell de qualificació professional: 2

Associat a la unitat de competència:

UC0508_2 Conduir bicicletes amb eficàcia i seguretat per terrenys variats fins a mitjana muntanya i realitzar el manteniment operatiu de bicicletes.

Durada: 140 hores

UNITAT FORMATIVA 1

Denominació: MANTENIMENT, REPARACIÓ I TRASLLAT DE BICICLETES

Codi: UF0299

Durada: 30 hores

Referent de competència: Aquesta unitat formativa es correspon amb l'RP1.

Capacitats i criteris d'avaluació

C1: preparar la bicicleta i el material necessari per a la ruta.

CE1.1 Descriure les característiques dels diferents tipus de bicicletes.

CE1.2 Indicar el material personal i complementari per realitzar rutes amb bicicleta i explicar-ne les característiques i la funcionalitat.

CE1.3 Determinar la distribució del material i equip a les alforges.

CE1.4 Indicar la llista d'eines i recanvis necessaris per a una ruta determinada.

CE1.5 Determinar les condicions de la bicicleta en funció del tipus de terreny i de les tècniques que s'hagin d'utilitzar.

C2: mantenir i reparar bicicletes i el material necessari per dur a terme activitats, mantenint les condicions d'ús previstes pel fabricant.

CE2.1 Descriure les peces i els components de la bicicleta i la seva funcionalitat.

CE2.2 Reposar les peces i els components de la bicicleta i el material de reparació deteriorat mantenint els criteris d'eficàcia recomanats pel fabricant.

CE2.3 Desmuntar i muntar per separat de forma correcta els elements bàsics de la bicicleta utilitzant les eines adequades amb destresa.

CE2.4 Diagnosticar i reparar avaries com ara punxades, bieles, cadenes, frens, direcció i desajustos del canvi.

CE2.5 Efectuar les operacions de neteja i greixatge de la bicicleta.

- CE2.6 Seleccionar les eines necessàries per reparar i mantenir les bicicletes.
- CE2.7 Identificar cada eina amb la seva peça i component corresponent.
- CE2.8 Utilitzar amb destresa les eines i analitzar-ne les característiques i aplicacions.
- CE2.9 Descriure les tècniques d'utilització de les eines emprades per al manteniment i reparació.
- CE2.10 Descriure les tècniques, els materials i les eines de treball amb els diferents materials que s'utilitzen en el manteniment de l'equipament.
- CE2.11 Realitzar les accions de manteniment preventiu seguint les instruccions establertes pel fabricant.

C3: escollir i executar diferents formes d'emmagatzemar i traslladar el material.

- CE3.1 Classificar les bicicletes i els materials al magatzem tenint en compte els criteris establerts.
- CE3.2 Descriure els criteris utilitzats per a l'emmagatzematge i la conservació del material i el vestit necessaris.
- CE3.3 En una situació simulada degudament caracteritzada, cal organitzar el material d'un magatzem i:
 - optimitzar l'espai disponible,
 - facilitar l'accés al material,
 - determinar zones de lliurament i recollida de material, de manteniment, de neteja i d'emmagatzematge,
 - classificar clarament les bicicletes i els materials.
- CE3.4 En un supòsit pràctic degudament caracteritzat, cal organitzar el transport de bicicletes amb la planificació adequada.
- CE3.5 Efectuar el transport del material i de les bicicletes de forma correcta i eficaç preservant-ne la integritat en tot moment.
- CE3.6 Explicar la legislació vigent en relació amb el trasllat de bicicletes i similars.
- CE3.7 Descriure les condicions que ha de complir un furgó o remolc per traslladar bicicletes.
- CE3.8 Descriure els elements necessaris per ancorar, lligar i subjectar les bicicletes.
- CE3.9 Davant un cas pràctic, cal executar la preparació per traslladar les bicicletes.

Continguts

1. Material i equip:

- Bicicleta: components bàsics.
- Tipus de bicicleta: carretera, híbrida i de muntanya.
- Equip i material personal i complementari: distribució de material i equip a les alforges.
- Equipament personal i col·lectiu: casc, característiques i homologació, ulleres, guants, culots, mullot, calçat, impermeable, *camelback*, material de reparació i primers auxiliis.
- Eines i recanvis necessaris per a la ruta.
- Adequació de mides a l'usuari:
 - Quadre de talles.
 - Regulació d'elements mòbils.
- Condicions de la bicicleta i tècniques de conducció segons tipus de terreny en què es desenvolupi la ruta.
- Adaptació de la bicicleta i el material auxiliar i complementari perquè el puguin utilitzar persones amb limitacions de la seva autonomia personal.

2. Manteniment i mecànica de bicicletes:

- Peces de la bicicleta: quadre, rodes i forquilla rígida i de suspensió, eix de pedalar, direcció, potència, manillar, tub, selló, bieles, pedals i pinyons, cadena, plats, desviadors, frens i manetes del canvi.
- Operacions tècniques de la bicicleta: potència, frenada, direcció, suspensió.
- Muntatge i desmuntatge dels components de la bicicleta.
- Taller de bicicletes:

- Equipament bàsic del taller, eines i recanvis.
- Detecció d'averies i reposició de peces i components.
- Reparacions bàsiques i d'emergència.
- Neteja i greixatge.
- Manteniment preventiu.

3. Trasllet de bicicletes:

- Organització del magatzem: material i bicicletes.
 - Criteris de conservació en el trasllat del material i el vestit necessari.
- Transport de bicicletes:
 - Condicions que han de complir els diferents tipus de vehicles.
 - Condicions de seguretat correctes i eficaces per traslladar-les preservant-ne la integritat:
 - Coneixement de la legislació pel que fa al trasllat de bicicletes.
 - Tècniques de subjecció: ancoratge, lligatge i tipus de nusos.

UNITAT FORMATIVA 2

Denominació: DESPLAÇAMENT, ESTADA I SEGURETAT EN EL MEDI NATURAL I ORIENTACIÓ SOBRE EL TERRENY

Codi: UF0297

Durada: 30 hores

Referent de competència: Aquesta unitat formativa es correspon amb les RP4 i RP6.

Capacitats i criteris d'avaluació

C1: analitzar les característiques geogràfiques, geològiques, socioeconòmiques i biològiques d'una zona determinada i elaborar i difondre plans d'actuació relacionats amb la protecció i l'educació ambientals.

CE1.1 Un cop determinada una zona, cal descriure característiques geològiques i paisatgístiques de la zona.

CE1.2 Explicar les característiques de la flora i fauna d'una zona determinada i indicar els llocs on es poden localitzar espècies vegetals i animals representatives.

CE1.3 Explicar les característiques dels mètodes que s'utilitzen per condicionar zones de pas i d'observació del medi.

CE1.4 Confeccionar material informatiu per establir itineraris de naturalesa o senderes ecològiques, elaborant croquis de recorreguts i fitxes descriptives sobre zones d'interès.

CE1.5 Descriure aspectes socials i econòmics d'una zona determinada i la influència del sector turístic en el desenvolupament rural, identificar les manifestacions culturals autòctones i els productes artesanals i d'alimentació de la zona, i relacionar-los amb l'ecoagroturisme.

CE1.6 Davant un supòsit pràctic degudament caracteritzat en el qual es presenta un itinerari amb bicicleta, cal:

- determinar les zones d'interès,
- elaborar la informació cultural, botànica, paisatgística, biològica i geològica en cada zona d'interès.

CE1.7 Analitzar les condicions de pràctica de diferents activitats no legislades i el seu impacte mediambiental.

CE1.8 Proposar accions personals i col·lectives per sensibilitzar en el respecte de la naturalesa i minimitzar l'impacte mediambiental.

CE1.9 Davant un supòsit d'activitat en què s'estableixin les característiques del grup, el recorregut i el medi, cal realitzar les accions següents:

- identificar els possibles riscos de l'activitat envers el medi ambient i proposar les mesures per evitar-los,
- elaborar les pautes de comportament que han de seguir els usuaris, en relació amb el respecte del medi ambient,
- detallar els mitjans materials necessaris per al compliment d'aquestes pautes de comportament,
- confeccionar els materials informatius sobre les normes de cura i protecció de l'entorn.

C2: reconèixer en l'entorn natural els accidents geològics i ecosistemes que puguin ser d'interès.

CE2.1 Identificar la vegetació tipus d'un ecosistema de muntanya i descriure'n la utilització i els perills.

CE2.2 Identificar les espècies animals més significatives i la seva possible localització a partir de la visualització directa o dels seus rastres i descriure els perills que comporten.

CE2.3 Davant un supòsit pràctic adequadament tipificat, cal identificar on i com es pot agafar aigua.

C3: elaborar itineraris per recórrer amb bicicleta.

CE3.1 Calcular desnivells i distàncies longitudinals a partir de mapes de diferents escales.

CE3.2 Identificar sobre un mapa les característiques del recorregut.

CE3.3 Comparar diferents mapes i interpretar-ne la simbologia.

CE3.4 Identificar i descriure els elements de dificultat i perillositat d'un recorregut amb bicicleta.

CE3.5 Realitzar una taula que relacioni els elements de dificultat i perillositat del tram de recorregut amb el nivell de domini tècnic necessari per superar-los amb seguretat.

CE3.6 Davant un supòsit pràctic degudament caracteritzat en què s'estableixen les conclusions de l'anàlisi diagnòstica de la realitat, així com la informació sobre les característiques de la zona d'un recorregut real, cal elaborar el recorregut amb bicicleta i establir:

- mitjans necessaris per al desenvolupament del recorregut,
- inici i finalització del recorregut,
- durada del recorregut,
- les possibles zones de reunió del grup,
- punts de descans necessaris,
- itineraris alternatius,
- activitats per realitzar durant el recorregut,
- indicadors i instruments d'avaluació, així com el moment de la seva utilització.

CE3.7 Davant un supòsit degudament caracteritzat en què s'estableixen les característiques dels usuaris, els mitjans disponibles i es determina una zona de recorregut real, cal elaborar el trajecte del recorregut i indicar, entre altres:

- el començament i el final dels trams amb dificultat,
- el començament i final dels trams amb perills objectius de baixa i mitjana muntanya,
- els possibles itineraris alternatius per superar el tram amb seguretat,
- les possibles zones de reunió del grup,
- els plans alternatius davant possibles contingències durant el recorregut,
- els punts de possible pernoctació,
- els punts de no-retorn,
- les zones de cobertura amb els aparells de comunicació del guia,
- els punts de referència més significatius per a l'orientació, les cotes d'altura per on es desenvoluparà el trajecte i els trams alternatius,
- els possibles punts d'avitallament.

C4: utilitzar els instruments, mapes i indicis naturals per orientar-se en tot tipus de condicions ambientals de muntanya.

CE4.1 En un supòsit pràctic d'orientació degudament caracteritzat, cal realitzar les accions següents emprant exclusivament el mapa topogràfic i:

- orientar adequadament el mapa prenent com a referència el terreny natural circumdant,

- identificar sobre el mapa els elements més característics naturals que es puguin veure en l'entorn com ara rius, tallats, boscos, pistes forestals, traçats d'alta tensió, preses artificials, carreteres i poblacions, entre altres,
 - reconèixer els colls més visibles.
- CE4.2 Explicar el càlcul de distàncies i temps d'un recorregut sobre el mapa.
- CE4.3 Descriure els elements i el mode de funcionament d'una brúixola amb limbe mòbil.
- CE4.4 Ressaltar les diferències que hi ha entre declinació i inclinació en la brúixola, com hi influeixen la latitud i longitud i calcular la declinació segons l'any.
- CE4.5 Enumerar materials i elements que alteren el bon funcionament de la brúixola.
- CE4.6 Descriure les tècniques d'orientació següents:
- error voluntari,
 - seguir la corba de nivell,
 - rumb invers.
- CE4.7 Descriure el funcionament d'un GPS.
- CE4.8 Definir la inicialització en el GPS.
- CE4.9 Descriure la presa de coordenades per al GPS i introduir-hi les coordenades per mostrar la pantalla del recorregut.
- CE4.10 Descriure el funcionament d'un altímetre i la relació que hi ha amb l'altura i les condicions climatològiques de baixes i altes pressions atmosfèriques.
- CE4.11 Davant un supòsit pràctic en què s'estableix un circuit d'orientació jalonat amb balises estàndard de curses d'orientació, cal:
- realitzar el recorregut i localitzar cadascuna de les balises,
 - utilitzar per a l'orientació una brúixola de limbe mòbil transparent i el mapa cartogràfic de la zona.
- CE4.12 Davant diferents supòsits pràctics d'orientació utilitzant el mapa, la brúixola, el GPS i l'altímetre, cal realitzar tot el recorregut i:
- calcular rumb i azimuths,
 - identificar els accidents geològics i les estructures construïdes per l'home que representa el mapa,
 - situar punts sobre el mapa aplicant-hi tècniques de triangulació,
 - confirmar que s'està en el recorregut aplicant-hi la tècnica de rumb invers,
 - identificar punts en el medi natural prenent rumb en el mapa,
 - calcular les coordenades de punts de referència del recorregut per introduir-los en el GPS,
 - recuperar el recorregut realitzat des del GPS.

Continguts

1. Estudi de l'entorn natural per al disseny d'itineraris:

- Geografia, clima, flora i fauna de diferents zones.
- Zones d'interès d'àmbit comarcal i regional.
- El medi de muntanya i la seva caracterització ecològica.
- Turisme en el medi natural: turisme esportiu, ecoturisme, agroturisme i turisme rural.
- Aspectes antropològics i socioculturals autòctons de diferents zones.
- Impacte mediambiental de les pràctiques esportives de conducció per itineraris amb bicicleta:
 - Activitats no legislades i el seu impacte mediambiental.
 - Accions personals i col·lectives per minimitzar l'impacte mediambiental.
- Educació ambiental:
 - Objectius, activitats, recursos per a l'educació ambiental, foment d'actituds cap al medi ambient i metodologia de l'educació ambiental.

2. Reconeixement del medi natural en la realització d'itineraris:

- Geomorfologia dels sistemes muntanyencs: tipus de vall.
- Tipus d'ecosistemes:
 - Identificació de la vegetació, possibles usos i perills.

- Tècniques d'observació directa d'espècies vegetals i animals.
- Procediments per obtenir aigua i aliments.

3. Aplicació de les bases generals de cartografia i orientació:

- Maneig de mapes:
 - Càlculs de desnivells i distàncies i temps d'un recorregut.
 - Característiques del recorregut: inici, durada i finalització, zones de reunió del grup, punts de descans, mitjans necessaris i activitats per realitzar durant el desenvolupament i itineraris alternatius.
 - Avaluació de l'itinerari: instruments i criteris.
 - Interpretació de la simbologia.
 - Valoració tècnica de l'itinerari: trams amb dificultat i amb perills:
 - Elements de dificultat i perillositat d'un recorregut.
 - Superació amb seguretat de trams amb dificultat i perillositat.
 - Itineraris alternatius per superar trams perillosos.
 - Plans alternatius davant possibles contingències durant el recorregut.
 - Punts de no-retorn. Possibles zones de reunió del grup, llocs de pernoctació, punts d'avituallament i zones de cobertura per als aparells de comunicació.
- Maneig de plànols:
 - Tipus i interpretació de diferents tipus de plànols.
 - Utilització d'instruments.
 - Punts de referència significatius per a l'orientació.
 - Càlculs bàsics de distàncies i altures.

4. Orientació mitjançant instruments:

- Orientació aplicada al disseny d'itineraris:
 - Mitjans i instruments, orientació amb mapa i brúixola.
 - Mitjans naturals, orientació per indicis.
 - Elements naturals per a l'orientació: vegetació.
- La brúixola:
 - Característiques, funcionament, tipus i limitacions.
 - Influència de la latitud i longitud, declinació i inclinació.
 - Materials i elements que alteren el funcionament de la brúixola.
 - Navegació terrestre utilitzant la brúixola i el mapa.
- El GPS:
 - Característiques, funcionament, tipus i limitacions.
 - Inicialització en el GPS.
 - Coordenades per al GPS: presa i introducció de dades en el GPS.
- Aparells complementaris que ajuden a l'orientació: altímetre, podòmetre, clinòmetre i curvímetre.
- Tècniques d'orientació: orientació succinta i precisa.
- Tècniques d'orientació amb visibilitat reduïda: error voluntari, seguint la corba de nivell, el rumb invers.

UNITAT FORMATIVA 3

Denominació: CONDUCCIÓ DE BICICLETES PER TERRENYS VARIATS

Codi: UF0300

Durada: 80 hores

Referent de competència: Aquesta unitat formativa es correspon amb l'RP2, RP3, RP5, RP7 i RP8.

Capacitats i criteris d'avaluació

C1: dirigir la bicicleta de forma segura i eficaç per terreny variat fins a mitjana muntanya.

- CE1.1 Utilitzar correctament les multiplicacions del canvi segons les necessitats del terreny.
- CE1.2 Pedalar de forma constant i rítmica en posicions d'assegut i dempeus sobre la bicicleta en ascensos i descensos.
- CE1.3 Efectuar derrapades en ascensos i descensos sense recolzar cap peu a terra.
- CE1.4 Pujar i baixar de la bicicleta en marxa amb destresa i eficàcia.
- CE1.5 Introduir el peu al pedal automàtic i extreure-l'en sense necessitat de disminuir la cadència de pedaleig.
- CE1.6 Elevar les rodes de forma conjunta i separada per superar un obstacle.
- CE1.7 Mantenir l'equilibri sobre la bicicleta aturada.
- CE1.8 Mantenir una cadència de pedaleig adequada.
- CE1.9 Efectuar el millor dels traçats possibles en cada tram de l'itinerari.
- CE1.10 Autotransportar la bicicleta per terreny no pedalable sense l'ajuda de mitjans externs.
- CE1.11 Efectuar maniobres de frenada amb derrapades i sense de forma eficaç i segura.
- CE1.12 Conduir la bicicleta amb eficàcia i seguretat per terrenys com ara carretera asfaltada, camins, senderes «pedalables», pistes forestals, vies pecuàries i vies verdes.

C2: pernoctar en el medi natural aplicant-hi tècniques d'acampada i bivac.

- CE2.1 Descriure les característiques fonamentals que han de complir una tenda o material de bivac.
- CE2.2 Descriure les característiques d'una zona natural d'acampada o bivac.
- CE2.3 Enumerar els passos en el muntatge d'una tenda.
- CE2.4 Davant un supòsit pràctic de recorregut amb pernoctació, cal realitzar les accions següents:
 - seleccionar el lloc de pernoctació i argumentar-ne l'elecció,
 - condicionar l'espai dins dels límits de comportament en el medi natural,
 - indicar els llocs de perills objectius,
 - identificar les diferents zones: menjar i neteja,
 - distribuir i orientar adequadament les tendes,
 - establir un protocol de conducta de comportament en el medi natural.
- CE2.5 Davant un supòsit pràctic de recorregut amb pernoctació emprant materials propis del bivac, cal:
 - seleccionar el lloc de pernoctació i argumentar-ne l'elecció,
 - condicionar l'espai dins dels límits de comportament en el medi natural,
 - identificar el lloc de bivac per poder localitzar-lo fàcilment.

C3: interpretar la informació meteorològica per conèixer el temps i la seva possible evolució.

- CE3.1 Descriure el comportament general de l'atmosfera des del punt de vista meteorològic.
- CE3.2 Identificar la informació aportada per un mapa meteorològic i la possible evolució del temps i:
 - localitzar les zones de baixes pressions,
 - identificar les zones de vents forts,
 - indicar el gir de les borrasques i anticiclons,
 - reconèixer els diferents fronts presents en el mapa.
- CE3.3 Descriure i identificar, a partir de la identificació del medi, els signes naturals indicadors de canvi meteorològic.
- CE3.4 Explicar la relació que hi ha entre la pressió atmosfèrica i el temps meteorològic.
- CE3.5 Explicar la formació de situacions meteorològiques adverses o que puguin comportar perill per a l'activitat i descriure'n els signes per detectar-los o preveure'ls.
- CE3.6 Definir la isoterma zero i la seva relació amb el nivell de gelada.
- CE3.7 Explicar el fenomen de l'efecte föhn i la seva influència en el clima de muntanya.

CE3.8 Definir el fenomen d'inversió tèrmica, les situacions típiques en les quals es produeix i els fenòmens meteorològics més freqüents que produeix.

CE3.9 Enumerar i descriure les parts d'un núvol i els diferents tipus de núvols i la seva relació amb la predicció meteorològica.

CE3.10 Explicar la variació de la sensació tèrmica per l'efecte del vent i la humitat ambiental.

C4: analitzar programes d'entrenament que s'ajustin a un objectiu concret de manteniment físic i tècnic del guia amb bicicleta, i vivenciar-los.

CE4.1 Identificar les capacitats físiques i tècniques que necessita un guia d'itineraris amb bicicleta.

CE4.2 Descriure els factors i mètodes bàsics que permeten desenvolupar les capacitats físiques, condicionals i coordinatives en la pràctica de recorreguts amb bicicleta.

CE4.3 Definir i explicar els principis de la millora del rendiment esportiu.

CE4.4 Identificar aquells aspectes que s'han de millorar autoavaluant el seu nivell de capacitat física i tècnica, utilitzant els procediments bàsics de valoració i enregistrant-los oportunament.

CE4.5 Vivenciar diferents activitats de condicionament i identificar-ne els objectius, les condicions de realització i la càrrega d'esforç, classificar-los i registrar-los oportunament.

Continguts

1. Tècniques de conducció de bicicletes:

- Canvi de velocitats i modificació del desenvolupament en diferents situacions.
- Accions tècniques per terrenys variats:
 - Pedaleig constant i rítmic en posicions assegut i dempeus amb velocitat adequada.
 - Tècniques d'equilibri, de propulsió i de salt.
 - Maniobres de pujar i baixar de la bicicleta en marxa, introduir el peu al pedal automàtic, superar obstacles, frenades, derrapades.
 - Elecció dels millors traçats possibles en cada tram de l'itinerari.
 - Conducció de la bicicleta amb eficàcia i seguretat.
- Adaptació de les tècniques de conducció a persones amb limitacions de la seva autonomia personal.

2. Pernoctació en el medi natural:

- Acampada:
 - Criteris de selecció i adequació del lloc.
 - Orientació de les tendes segons els vents dominants.
- Tendes de campanya:
 - Característiques i muntatge.
 - Reforços de les tendes davant situacions climatològiques adverses.
- Bivac:
 - Característiques que han de complir una tenda o material de bivac.
 - Elements per realitzar un bivac: funda bivac, matalàs i doble sostre.
 - Criteris de selecció i adaptació del lloc de bivac.
 - Elements de fortuna per realitzar un bivac d'urgència.
 - Marcatge de la posició de bivac.

3. Predicció meteorològica per a les activitats fisicoesportives en el medi natural:

- Conceptes generals:
 - Comportament general de l'atmosfera.
- Pressió atmosfèrica:
 - Definició i variació.
 - Relació amb el temps atmosfèric.
- Núvols: definició, parts, tipus segons la seva gènesi i gèneres.
- Sensació tèrmica: per l'efecte del vent i la humitat ambiental.

- Mapa meteorològic:
 - Interpretació i evolució del temps: identificació de baixes pressions, vents forts, borrasques i anticiclons, fronts.
- Relació de la isoterma zero amb la gelada.
- Influència de l'efecte föhn en el clima de muntanya.
- Inversió tèrmica: situacions en les quals es produeix i fenòmens meteorològics que produeix.
- Predicció del temps per indicis naturals.
- Actuació en cas de situacions meteorològiques adverses: tempestats, boira o vent.

4. Entrenament preventiu i de manteniment per al guia d'itineraris amb bicicleta:

- Capacitats condicionals i coordinatives demanades en el guia d'itineraris amb bicicleta.
- Factors i mètodes bàsics que permeten el desenvolupament de les capacitats físiques condicionals i coordinatives en la pràctica de recorreguts amb bicicleta.
- Principis de la millora del rendiment esportiu: definició i explicació.
- Procediments bàsics per autoavaluar les capacitats tècniques i físiques demanades en el guia d'itineraris amb bicicleta.
- Activitats de condicionament: objectius, condicions de realització i càrrega d'esforç.

Orientacions metodològiques

Formació a distància:

Unitat formativa	Durada total en hores de les unitats formatives	Nre. d'hores màximes susceptibles de formació a distància
Unitat formativa 1- UF0299	30	10
Unitat formativa 2- UF0297	30	10
Unitat formativa 3- UF0300	80	10

Seqüència:

Per accedir a la unitat formativa 3 s'ha d'haver superat la unitat formativa 2.

Criteris d'accés per als alumnes

S'ha de demostrar o acreditar un nivell de competència en els àmbits assenyalats a continuació que assegurin la formació mínima necessària per cursar el mòdul amb aprofitament:

- Comunicació en llengua castellana.
- Competència matemàtica.
- Competència digital.
- Demostrar habilitats o destreses suficients en el domini tècnic de la bicicleta quant al control de l'equilibri sobre la bicicleta tant aturada i en moviment, com en ascensos i en descensos, utilitzant el control de la tracció en qualsevol terreny per optimitzar la propulsió sobre la bicicleta.

MÒDUL FORMATIU 3

Denominació: CONDUCCIÓ DE PERSONES PER ITINERARIS AMB BICICLETA

Codi: MF0509_2

Nivell de qualificació professional: 2

Associat a la unitat de competència:

UC0509_2 Guiar i dinamitzar persones per itineraris amb bicicleta fins a mitjana muntanya

Durada: 110 hores

UNITAT FORMATIVA 1

Denominació: DESENVOLUPAMENT DE L'ACTIVITAT ESPORTIVA EN EL MEDI NATURAL

Codi: UF0301

Durada: 80 hores

Referent de competència: Aquesta unitat formativa es correspon amb l'RP1, RP2 (llevat del que es refereix a la realització d'adaptacions a les capacitats i necessitats del grup d'usuaris), RP3, RP4, RP5, RP6, RP8 i RP9.

Capacitats i criteris d'avaluació

C1: seleccionar, verificar el bon estat del material i mitjans necessaris, adaptant-los a diferents tipus d'usuaris, característiques d'activitats i objectius.

CE1.1 Elaborar una llista per identificar el material individual i grupal esportiu i de seguretat necessari per realitzar el servei segons l'activitat i el tipus de grup.

CE1.2 Descriure el procés de verificació i adaptació de les bicicletes als diferents tipus d'usuaris.

CE1.3 Davant un supòsit pràctic d'activitat degudament caracteritzat, cal seleccionar el material esportiu individual i grupal i els mitjans tenint en compte aquests criteris:

- la dificultat del recorregut,
- el nivell de destresa dels usuaris,
- el nivell de coneixements d'ús del material específic per part dels usuaris,
- la durada del recorregut,
- les condicions climatològiques previstes,
- la morfologia de l'usuari,
- el pes de l'usuari,
- els marges de seguretat,
- rendibilitat econòmica del material: durabilitat, facilitat de reparació i manteniment,
- les eines i els materials de reparació que s'han de portar en funció del material prèviament identificat.

CE1.4 Descriure el procés de distribució de material i el tipus de control abans de començar el recorregut de l'activitat.

C2: determinar el domini tècnic dels clients i identificar-ne el nivell de competència en la utilització de les tècniques bàsiques de progressió per itineraris amb bicicleta.

CE2.1 Descriure les etapes i/o els nivells d'adquisició del domini tècnic de l'usuari.

CE2.2 Descriure els errors tipus en la realització de la pràctica esportiva de la bicicleta.

CE2.3 Davant una situació simulada, cal identificar els errors comesos pel suposat usuari.

CE2.4 Descriure les tècniques d'obtenció de dades sobre la capacitat tècnica i esportiva d'usuaris amb bicicleta.

CE2.5 Davant un supòsit pràctic degudament caracteritzat en què es presenti un grup de participants per realitzar un determinat recorregut amb bicicleta, cal:

- escollir la zona de demostració i justificar que s'hi poden realitzar les proves previstes,
- prendre les mesures de seguretat necessàries,
- organitzar l'execució de les diferents formes de desplaçament,
- identificar el nivell de domini en les diferents formes de desplaçament,

CE2.6 Davant un supòsit d'un recorregut per realitzar amb usuaris, cal determinar el moment i/o lloc de control de la capacitat tècnica i física dels usuaris.

CE2.7 Descriure els signes de fatiga.

C3: comunicar-se de manera eficaç i motivadora utilitzant diferents tècniques de comunicació per obtenir i transmetre informació, i distingir les condicions de la comunicació i les característiques dels interlocutors.

CE3.1 En un supòsit pràctic, cal identificar el tipus de comunicació i les estratègies emprades.

CE3.2 Classificar i caracteritzar les diferents etapes del procés de comunicació.

CE3.3 Davant un supòsit pràctic degudament caracteritzat, cal descriure i identificar les interferències que dificulten la comprensió del missatge.

CE3.4 En un supòsit en el qual s'identifiquin adequadament el context, la finalitat i el contingut del missatge, cal realitzar la transmissió de manera eficaç i correcta justificant la selecció del mitjà, les tècniques adequades i l'estil de comunicació.

CE3.5 Seleccionar i utilitzar les tècniques de comunicació verbal o gestual adequades al context situacional i a les característiques dels usuaris d'un supòsit concret.

CE3.6 Descriure i utilitzar tècniques d'escolta adequades a la situació emocional de l'emissor.

CE3.7 Descriure i utilitzar tècniques de comunicació assertiva.

CE3.8 En un supòsit en què es caracteritzin adequadament les característiques, els interessos i les expectatives del grup, cal:

- triar el missatge que s'ha de transmetre,
- vincular la informació als interessos i expectatives del grup,
- mantenir l'interès de la informació a través de la transmissió progressiva de la informació,
- descriure la informació i les normes de seguretat que ha de conèixer un grup de clients abans de fer un recorregut, adaptant la informació a les característiques del recorregut i al tipus d'usuari.

CE3.9 Realitzar l'anàlisi crítica i l'avaluació de cadascun dels supòsits, a fi de fer i establir una proposta de millora de forma justificada.

C4: guiar el grup d'usuaris en funció de les seves característiques, les condicions del medi, el programa establert i els recursos disponibles.

CE4.1 Descriure la informació sobre l'activitat i accions tècniques que s'han d'executar, així com les normes de seguretat que ha de conèixer un grup de clients abans de realitzar un recorregut, i adaptar la informació a les característiques del grup.

CE4.2 Segons el tipus d'activitat, la bicicleta que s'utilitzi i la quantitat i les característiques dels participants, cal justificar pel que fa a la seguretat, l'anticipació i l'eficàcia de la conducció:

- la preparació de les bicicletes,
- la distribució dels participants dins del grup,
- la situació del guia respecte del grup,
- la freqüència de control del material durant l'activitat,
- el tipus i codi de comunicació que cal emprar i les pautes de comportament que s'han de seguir en situacions de visibilitat baixa i comunicació difícil,
- caracteritzar els procediments i les estratègies per conduir el grup.

CE4.3 Descriure i demostrar les diferents tècniques per governar les diferents bicicletes de manera que se seleccioni la informació i s'organitzi correctament, s'utilitzi la terminologia específica i la demostració sigui adequada i reforci els aspectes en què es vol incidir.

CE4.4 Davant un supòsit pràctic d'un recorregut amb bicicleta en què els intervinents actuen com a usuaris amb diferents habilitats i destreses esportives, cal realitzar les intervencions següents:

- reglar el pas ordenat dels usuaris,
- realitzar les maniobres de suport als usuaris menys destres,
- indicar les tècniques que s'han d'aplicar als usuaris,
- assenyalar el lloc on es reagruparà el grup i el comportament que hauran de mantenir els usuaris una vegada superada la dificultat.

CE4.5 Davant un supòsit pràctic en què està definit un recorregut, cal dirigir un grup de companys que simulin ser usuaris realitzant justificadament aquestes accions:

- recepció, relació i comiat dels usuaris,
- selecció, lliurament, recollida i supervisió d'adaptació de les bicicletes i de l'equip,
- informació de les normes de seguretat, comunicació amb el grup i comportament,
- direcció i dinamització del grup,
- respecte pels espais naturals,
- actuació en cas d'emergència,
- valoració de l'activitat i redacció d'informe.

CE4.6 Davant un supòsit pràctic, amb un itinerari ja definit, cal adaptar-lo a les característiques dels clients, tenint-ne en compte els interessos, les motivacions, el nivell d'habilitat i la condició física.

CE4.7 Fer l'anàlisi crítica i l'avaluació de cadascun dels supòsits realitzats a fi d'establir la proposta de millora de forma justificada.

CE4.8 Reconèixer els límits de risc assumibles en les activitats de conducció amb bicicleta.

C5: dinamitzar la persona i el grup utilitzant les habilitats socials i tècniques grupals.

CE5.1 Descriure les característiques dels grups i les etapes de la seva evolució.

CE5.2 Descriure els possibles rols tipus (funcions i característiques) dels integrants d'un grup i les estratègies per positivitzar-ne les aportacions i optimitzar-ne la integració i la cohesió grupal.

CE5.3 Descriure i aplicar en un supòsit concret els diferents estils de resolució de problemes/conflictes, així com les seves respectives etapes i el rol que ha d'exercir el guia en cadascuna d'aquestes.

CE5.4 A partir d'un cas de dinàmica grupal suficientment caracteritzat, després d'analitzar-lo, cal justificar la proposta d'intervenció aplicant a una situació simulada les tècniques de dinàmica de grups.

CE5.5 Justificar i valorar la importància d'una actitud d'empatia, dialogant i tolerant en el guia i descriure els comportaments que la caracteritzen.

CE5.6 Descriure els criteris, procediments i l'actitud del tècnic/a davant d'una crítica en la prestació del servei.

CE5.7 En un supòsit suficientment caracteritzat, cal aplicar-hi les habilitats socials que millor s'adaptin per resoldre el supòsit.

CE5.8 Descriure signes i actituds d'emoció intensa i situacions de crisi, i proposar estratègies d'actuació per potenciar-les o reconduir-les.

C6: manejar aparells de comunicació simples per utilitzar-los en el medi natural.

CE6.1 Identificar les zones de cobertura telefònica dins de l'itinerari.

CE6.2 Identificar les diferents bandes d'emissió en ona curta o altres.

CE6.3 Diferenciar i explicar el funcionament dels diferents mitjans de comunicació: radiotelèfon, telèfon mòbil o altres.

CE6.4 Escollir el sistema de comunicació més adequat en funció de les seves característiques per a la zona on es desenvolupa l'itinerari.

CE6.5 Comprovar el funcionament i manejar els diferents aparells de comunicació: radiotelèfon, telèfon mòbil o altres.

CE6.6 Descriure les condicions de manteniment dels diferents mitjans de comunicació.

CE6.7 En un simulacre degudament caracteritzat, cal realitzar l'emmagatzematge, la preparació per al transport i manteniment preventiu dels diferents mitjans de comunicació.

CE6.8 Davant un supòsit d'activitat degudament caracteritzat, cal:

- escollir els mitjans de comunicació més adequats,
- comprovar-ne i verificar-ne l'operativitat,
- preparar els mitjans per transportar-los.

C7: dirigir les maniobres de socors i rescat i el grup d'usuaris quan no es pugui rebre ajuda exterior professional ràpida, en funció de les condicions del medi i els recursos disponibles.

CE7.1 Descriure els materials de socors mínims que ha de portar el guia en funció del tipus d'activitat, lloc per on discorre l'itinerari, tipus i nombre d'usuaris.

CE7.2 Desenvolupar el protocol d'actuació davant un supòsit d'accident.

CE7.3 Descriure què és un pla d'emergència i les seves aplicacions.

Continguts

1. Funcionament dels grups: interacció i comunicació:

- Psicologia i sociologia aplicada a les relacions amb les persones i grups en les activitats físiques i esportives:
 - Elements personals: personalitat, motivació, actituds, emoció, sensació i identificació i generació d'actituds específiques.
 - Característiques, estructura i organització de grups:
 - Psicologia del grup.
 - Individu i grup. Grup de pertinença. Grup de referència.
 - Tècniques de dinamització de grups.
 - Tècniques de recollida de dades.
 - Tipus de lideratge.
 - Procés per resoldre problemes.
 - Mètodes més usats per prendre decisions en grup, fases en la presa de decisions.
 - Grups en el medi natural:
 - Comportaments i relacions tipus.
 - Cohesió en situacions de conflicte.
 - Ingredients d'emoció, risc i aventura en les activitats en el medi natural.
 - Identificació i generació d'actituds específiques.
 - Aspectes que cal tenir en compte en la guia de grups: característiques dels usuaris (interessos, motivacions, nivell d'habilitat, condició física, limitacions d'autonomia personal), les condicions del medi, el programa, la seguretat, l'anticipació, l'eficàcia de la conducció, els recursos disponibles, les tècniques de govern de la bicicleta.
 - Comunicació, tipus de llenguatge i elements de la comunicació.
 - Elements de la comunicació, emissor, receptor, missatge, canal i tipus (auditiu, visual, tàctil).
 - Etapes en la transmissió de la informació.
 - Interferències, barreres i condicions de la comunicació.
 - Tècniques de comunicació: models d'estils de comunicació.
 - Tipus de llenguatge: oral, escrit, gestual, icònic, audiovisual.
 - Utilització del llenguatge oral, escrit, icònic i audiovisual en la transmissió de missatges.
 - Característiques dels interlocutors: comunicació assertiva.
 - Comunicació amb els usuaris de les activitats.
 - Habilitats socials: escolta activa, errors d'escolta, empatia, ajudar a pensar, objectius de la comunicació, compliment de normes, advertència de situacions de risc i resolució de conflictes.

2. Conducció de grups en el medi natural:

- Determinació del nivell de competència de l'usuari:
 - Tècniques bàsiques de progressió.
 - Nivells d'adquisició del domini tècnic.
 - Errors en l'execució tècnica. Errors en l'aplicació de l'esforç.
 - Criteris de valoració.
 - Instruments de recollida d'informació: test, qüestionaris i observació.
 - Elaboració de proves de nivell.
 - Interpretació de resultats.
 - Síntomes de fatiga.
- Procediments de conducció de grups amb bicicleta:

- Selecció i distribució del material esportiu i de seguretat individual i grupal necessari per desenvolupar l'activitat esportiva.
- Adaptació, comprovació i distribució del material: criteris i freqüència.
- Informació inicial.
- Descripció de l'activitat.
- Distribució, organització i control del grup en funció de l'activitat i dels usuaris.
- Directrius dels agrupaments i col·locació dels participants.
- Transmissió de normes i procediments que s'han de seguir en ruta i carretera:
- Instruccions durant l'activitat.
- Conducció per diferents tipus de vies.
- Cruïlles. Agrupaments.
- Col·locació i desplaçament del tècnic/a durant l'activitat.
- Lideratge: preses de decisió i estratègies de control.
- Gestió de la durada de cadascuna de les activitats.
- Altres actuacions del tècnic/a.
- Recapitulació final i comiat.
- Anàlisi de supòsits.
- Avaluació de l'activitat: moment, aspectes que cal valorar, criteris i decisions que cal prendre.

3. Utilització d'aparells de comunicació per a itineraris:

- Sistema de comunicació més adequat en funció de la zona.
- Equips de comunicació i el seu funcionament:
 - Radiotransmissors i telefonia mòbil: avantatges i desavantatges.
 - Condicions de manteniment.
 - Bandes d'emissió en ona curta o altres.
 - Zones de cobertura telefònica.
 - Emmagatzematge, preparació per al transport i manteniment preventiu.
 - Limitacions funcionals i legals.
 - Llenguatge radiofònic.

4. Realització de maniobres de socors i rescat:

- Material de socors segons:
 - Tipus d'activitat.
 - Lloc de l'itinerari.
 - Tipus i nombre d'usuaris.
- Protocol d'actuació davant un accident.
- Pla d'emergència i les seves aplicacions.

UNITAT FORMATIVA 2

Denominació: DESENVOLUPAMENT D'ACTIVITATS RECREATIVES I ADAPTACIÓ DE L'ACTIVITAT ESPORTIVA A PERSONES AMB LIMITACIONS DE LA SEVA AUTONOMIA PERSONAL

Codi: UF0298

Durada: 30 hores

Referent de competència: Aquesta unitat formativa es correspon amb l'RP2 (pel que fa a adaptacions a capacitats i necessitats del grup d'usuaris) i l'RP7.

Capacitats i criteris d'avaluació

C1: analitzar l'aportació de les activitats recreatives a la necessitat d'esplai de la persona i programar aquestes activitats com a complement per dinamitzar recorreguts amb bicicleta, adaptades a característiques dels participants, l'entorn i mitjans disponibles.

CE1.1 Identificar i caracteritzar l'activitat recreativa valorant-ne el paper en el desenvolupament i equilibri de la persona i de la societat contemporània.

CE1.2 Tenir una predisposició positiva cap a la metodologia recreativa.

CE1.3 Atesos un context i programa d'itinerari amb bicicleta, cal definir les característiques que han de complir les activitats recreatives que complementin l'activitat.

CE1.4 Cercar en diferents fonts d'informació activitats recreatives i analitzar-ne les característiques, identificar-ne l'aplicabilitat i classificar-les.

CE1.5 Vivenciar diferents tipus de jocs i analitzar-ne les característiques, identificar-ne l'aplicabilitat, classificar-los i enregistrar-los.

CE1.6 Seleccionar i adaptar correctament jocs per a una determinada edat i objectiu.

CE1.7 Atesos unes condicions i un objectiu, cal seleccionar, temporalitzar i seqüenciar les activitats recreatives per a una activitat.

C2: dinamitzar diferents tipus d'activitats recreatives i de sensibilització i coneixement de l'entorn aplicant-hi adequadament la metodologia recreativa i adequant-se a diferents objectius, característiques, interessos i/o necessitats dels participants i del medi on es desenvoluparan.

CE2.1 Identificar la metodologia pròpia recreativa i justificar-ne l'ús en diferents supòsits d'animació d'activitats.

CE2.2 En un supòsit pràctic degudament caracteritzat, cal analitzar i adaptar les instal·lacions, els mitjans i materials a les persones i objectius previstos, i assegurar els paràmetres correctes d'ús.

CE2.3 Dirigir correctament un grup d'usuaris que simulen ser usuaris en diferents jocs.

CE2.4 Explicar correctament el desenvolupament i les normes de joc, donant informació suficient, clara, motivadora, seqüenciada i ordenada fent incidència en els aspectes més importants, i:

- realitzar les demostracions necessàries,
- adaptar el joc als participants,
- detectar i solucionar incidències en el desenvolupament del joc,
- estimular la participació.

CE2.5 Explicar el procés en l'ensenyament i/o animació de les activitats justificant les decisions adoptades per dinamitzar les relacions del grup i assolir els objectius.

CE2.6 Participar en les activitats de forma desinhibida.

CE2.7 Analitzar correctament la intervenció d'un company en la direcció de jocs, detectar errors i fer propostes adequades per solucionar-los.

C3: identificar les característiques de les persones amb limitacions de la seva autonomia personal i les adaptacions espacials necessàries pel que fa a l'activitat de conducció per itineraris amb bicicleta.

CE3.1 Descriure les característiques més rellevants de les persones amb limitacions de la seva autonomia personal.

CE3.2 Indicar les especificitats de l'adaptació a l'esforç, escalfament i recuperació de les persones amb algun tipus de limitació de la seva autonomia personal, així com les contraindicacions per realitzar itineraris amb bicicleta.

CE3.3 Descriure les pautes òptimes que permetin mantenir un tracte eficaç amb persones amb limitacions de la seva autonomia personal durant la realització de l'activitat de conducció per itineraris amb bicicleta.

CE3.4 Davant un supòsit pràctic en què es defineixin adequadament les característiques d'una persona amb limitacions de la seva autonomia personal, cal:

- valorar les seves possibilitats de moviment, autònom o assistit, per a la pràctica esportiva amb bicicleta,
- indicar les cures específiques necessàries,
- indicar riscos potencials i la manera de solucionar les diferents emergències que es poden presentar.

CE3.5 En un suposat escenari de pràctica degudament caracteritzat, cal elaborar un informe en què es descriguin les adaptacions necessàries perquè les persones amb limitacions de la seva autonomia personal assoleixin els objectius previstos.

CE3.6 Davant una activitat de conducció amb bicicleta prèviament planificada, cal modificar aquells aspectes (recorregut i activitats) perquè els participants amb limitacions de la seva autonomia personal puguin realitzar-la.

CE3.7 En un supòsit en el qual es defineixin les característiques d'un grup amb persones amb limitacions de la seva autonomia personal, cal proposar i realitzar les adaptacions necessàries en el material i les instal·lacions.

Continguts

1. Preparació de les activitats recreatives per a l'esplai dels usuaris en activitats de conducció amb bicicleta:

- Recreació: importància per a la persona.
- Activitats recreatives i jocs: concepte, funcions i teories generals.
- Característiques, aplicabilitat i classificació.
- Tipus d'activitats recreatives:
 - Objectius.
 - Característiques.
 - Metodologia.
- Selecció de jocs per determinades edats i objectius.
- Selecció, temporalització i seqüenciació d'activitats recreatives.
- Participació de forma desinhibida.
- Enregistrament de jocs. Elaboració de fitxes de jocs.
- Programació de sessions recreatives.
- Vetllades. Recursos d'intervenció.

2. Dinamització d'activitats recreatives:

- Intervenció del guia com a animador/a.
- Direcció de les activitats: explicació, demostració, organització de participants, espais i material.
- Intervenció en la realització de l'activitat: reforços, coneixement de resultats, solució d'incidències i avaluació de l'activitat.
- Finalització de l'activitat.
- Tècniques d'observació, anàlisi i valoració de la direcció d'activitats.

3. Reconeixement de les característiques dels usuaris amb limitacions de la seva autonomia personal:

- Possibilitat de moviment per a la pràctica esportiva amb bicicleta.
- Cures específiques.
- Riscos potencials.
- Naturalitat en el tracte amb les persones amb limitacions de la seva autonomia personal:
 - Pautes per optimitzar les relacions interpersonals.
 - Aspectes bàsics de les característiques psicoafectives d'aquestes persones.
 - Ajudes requerides per aquestes persones cap a l'autonomia.
 - Adaptació de consignes i explicacions.

4. Adaptació d'activitats per a les persones amb limitació de la seva autonomia personal:

- Valoració de l'autonomia i limitacions.
- Adaptació a l'esforç, escalfament i recuperació de persones amb limitació de la seva autonomia personal.
- Contraindicacions de/en la pràctica d'activitats per itineraris amb bicicleta.
- Beneficis físics, psíquics i socials d'activitats per itineraris amb bicicleta.

- Adaptació per a la pràctica de les activitats de conducció per itineraris amb bicicleta en equipaments, materials i ajudes tècniques.
- Transferències relatives a mobilitat i transport de persones amb limitació de la seva autonomia personal en el medi natural.

Orientacions metodològiques

Formació a distància

Unitat formativa	Durada total en hores de les unitats formatives	Nre. d'hores màximes susceptibles de formació a distància
Unitat formativa 1- UF0301	80	20
Unitat formativa 2- UF0298	30	10

Criteris d'accés per als alumnes

S'ha de demostrar o acreditar un nivell de competència en els àmbits assenyalats a continuació que assegurï la formació mínima necessària per cursar el mòdul amb aprofitament:

- Comunicació en llengua castellana.
- Competència matemàtica.
- Competència digital.

MÒDUL FORMATIU 4

Denominació: PRIMERS AUXILIS

Codi: MF0272_2

Nivell de qualificació professional: 2

Associat a la unitat de competència:

UC0272_2 Assistir com a primer intervingent en cas d'accident o situació d'emergència.

Durada: 40 hores

Capacitats i criteris d'avaluació

C1: identificar les característiques de l'assistència com a primer intervingent.

CE1.1 Definir els conceptes d'urgència, emergència i catàstrofe.

CE1.2 Explicar el concepte de sistema integral d'urgències i emergències i descriure l'organització dels sistemes d'emergència.

CE1.3 Manejar la terminologia medicosanitària elemental.

CE1.4 En un supòsit pràctic degudament caracteritzat, cal aplicar-hi les tècniques d'autoprotecció davant de possibles lesions derivades de la manipulació de persones accidentades.

CE1.5 Descriure el contingut mínim d'una farmaciola d'urgències i les indicacions de les substàncies i medicaments.

C2: aplicar tècniques de valoració inicial segons el protocol establert, accedir a l'accidentat de forma oportuna i generar un entorn segur.

CE2.1 En un supòsit pràctic degudament caracteritzat, cal accedir a l'accidentat:

- Identificant i justificant la millor forma d'accedir a l'accidentat.
- Identificant els possibles riscos.
- Assegurant la zona segons el procediment oportú.
- Efectuant les maniobres necessàries per accedir a l'accidentat.

CE2.2 En un supòsit pràctic degudament caracteritzat, cal seguir les pautes d'actuació segons protocol per a la valoració inicial d'un accidentat.

CE2.3 Identificar situacions de risc vital i definir les actuacions que comporten.

C3: aplicar tècniques de suport vital segons el protocol establert.

CE3.1 Descriure els fonaments de la reanimació cardiopulmonar bàsica i instrumental.

CE3.2 Descriure les tècniques bàsiques de desobstrucció de la via aèria.

CE3.3 Aplicar les tècniques bàsiques i instrumentals de reanimació cardiopulmonar sobre maniquins.

CE3.4 Aplicar les tècniques bàsiques de reanimació cardiopulmonar sobre maniquins utilitzant l'equip d'oxigenoteràpia i el desfibril·lador automàtic.

C4: identificar els primers auxilis que s'han de prestar per a les lesions o patologies més freqüents i aplicar-hi les tècniques de primers auxilis segons els protocols establerts.

CE4.1 Indicar les lesions, patologies o els traumatismes més significatius i els aspectes que s'han de tenir en compte per prevenir-los, en funció del medi en el qual es desenvolupa l'activitat, i precisar:

- Les causes que els produeixen.
- Els símptomes i signes.
- Les pautes d'actuació.

CE4.2 Discriminar els casos i/o les circumstàncies en què no s'ha d'intervenir directament per excés de risc o per ser específics d'altres professionals.

CE4.3 Discriminar les tècniques que no ha d'aplicar el primer intervingent de forma autònoma, per excés de risc o per ser específiques d'altres professionals.

CE4.4 En diferents situacions d'accidents simulats en què es presentin diferents tipus de lesions, cal determinar:

- Les prioritats d'actuació en funció de la gravetat i el tipus de lesions.
- Les tècniques de primers auxilis que s'han d'aplicar.

C5: aplicar mètodes de mobilització i immobilització que permetin evacuar l'accidentat si és necessari.

CE5.1 Explicar i aplicar els mètodes bàsics per efectuar el rescat d'un accidentat.

CE5.2 Explicar i aplicar els mètodes d'immobilització aplicables quan l'accidentat ha de ser traslladat.

CE5.3 En un supòsit pràctic degudament caracteritzat de mobilització i immobilització d'un accidentat, cal escollir el mètode més adequat, segons les possibles lesions de l'accidentat i/o les circumstàncies dels accidents.

CE5.4 En un supòsit pràctic degudament caracteritzat, cal explicar i aplicar a l'accidentat les mesures posturals més adequades.

CE5.5 Explicar i aplicar les repercussions que un trasllat inadequat pot tenir en l'accidentat.

CE5.6 Confeccionar lliteres i sistemes per immobilitzar i transportar malalts i/o accidentats utilitzant materials convencionals i inespecífics o mitjans de fortuna.

C6: aplicar tècniques de suport psicològic a l'accidentat i a familiars.

CE6.1 Explicar els principis bàsics de la comunicació amb l'accidentat.

CE6.2 Explicar els mecanismes de defensa de la personalitat i la seva aplicació pràctica.

CE6.3 Enumerar els diferents elements de la comunicació.

CE6.4 En un supòsit pràctic degudament caracteritzat d'una situació que dificulta la comunicació i en què es presta assistència a un accidentat, cal aplicar-hi tècniques facilitadores de la comunicació interpersonal.

C7: aplicar tècniques d'autocontrol davant situacions d'estrès.

CE7.1 Enumerar els factors que predisposen ansietat en les situacions d'accident o emergència.

CE7.2 En un supòsit pràctic degudament caracteritzat en què s'especifiquen diferents situacions de tensió ambiental, cal especificar les tècniques que s'han d'emprar per:

- Controlar una situació de dol.
- Controlar situacions d'ansietat i angoixa.
- Controlar situacions d'agressivitat.

CE7.3 Davant un supòsit d'aplicació de primers auxilis sense èxit (mort de l'accidentat), cal descriure les possibles manifestacions d'estrès de la persona que socorre i indicar les accions per superar psicològicament el fracàs.

Continguts

1. Domini dels fonaments de primers auxilis:

- Introducció als primers auxilis.
 - Conceptes.
- Urgència.
- Emergència: sistemes d'emergència, sistemes integrals d'urgències i organització de sistemes.
- Objectius i límits
- Principis generals.
- El primer intervinent.
- Perfil, competències i actituds.
- Marc legal, responsabilitat i ètica professional.
 - Aspectes jurídics.
- Les normes civils.
- La petició de consentiment.
- Les normes penals.
- Codi deontològic.
 - Aspectes ètics de la professió.
- Com a part de la cadena assistencial.
 - Conducta PAS: protegir, alertar i socórrer.
 - La farmaciola de primers auxilis.
- Instruments.
- Material de cura.
- Fàrmacs bàsics.

2. Aplicació de l'anatomia i fisiologia del cos humà als primers auxilis:

- Anatomia general.
 - Cèl·lula i teixits orgànics.
 - Els sistemes orgànics.
 - Locomotor.
 - Circulatori.
 - Respiratori.
 - Digestiu.
 - Genital.
 - Neuroendocrí.
 - Renal.
 - Els signes vitals.
 - Coneixement i maneig de la terminologia medicosanitària.

3. Aplicació del suport vital bàsic en primers auxilis:

- Actuació del primer intervinent.
 - Riscos i protecció.
 - Seguretat en la intervenció.
 - Prevenció de malalties i contagis.

- Avaluació inicial del pacient.
 - Planificació de l'actuació.
- Localització i formes d'accés.
- Identificació de possibles riscos.
- Protecció de la zona.
- Accés a l'accidentat.
 - Sistemàtica d'actuació.
- Valoració del nivell de consciència.
- Comprovació de la ventilació.
- Actuació en funció de la situació.
- Cadena de supervivència.
 - Fonaments de l'RCPB i instrumental.
- Protocols, mètodes i tècniques bàsiques.
 - RCPB en adults
- Persona inconscient amb signes d'activitat cardíaca.
- Aturada respiratòria: accessoris de suport a la ventilació i oxigenoteràpia.
- Aturada cardiorespiratòria: desfibril·lació externa semiautomàtica.
- Reanimació cardiopulmonar: massatge cardíac.
- Mort clínica i biològica.
 - RCPB en col·lectius especials: lactants, nens i embarassades.
 - RCPB en cas d'ofegament.
- Obstrucció de via aèria.
 - Víctima conscient.
- Protocol d'actuació.
 - Víctima inconscient.
- Protocol d'actuació.

4. Atenció inicial d'emergències més freqüents:

- Valoració de l'accidentat: primària i secundària.
 - Lesions, malalties i traumatismes.
- Causes.
- Síntomes i signes.
 - Alteracions de la consciència.
 - Febre.
 - Vòmits i diarrea.
 - Desmaís.
 - Lipotímies.
 - Síncopes.
 - Xoc.
 - Dolor abdominal i ventre dur.
 - Dolor toràcic.
- Pautes d'intervenció: prioritats i tècniques.
- Pautes per a la no-intervenció.
 - Tipus de lesions.
- Hemorràgies.
 - Classificació.
 - Síntomes i signes.
 - Tractament bàsic.
- Ferides.
 - Classificació.
 - Síntomes i signes.
 - Tractament bàsic.
- Cremades.
- Accidents elèctrics.
 - Electrocució: lesions produïdes per l'electricitat i els llamps.
- Accidents aquàtics.

- Ofegament.
- Hidrocució.
- Traumatismes.
 - Esquinços.
 - Contusions.
 - Luxacions.
 - Fractures.
 - Traumatismes toràcics.
 - Traumatismes cranioencefàlics.
 - Traumatismes de la columna vertebral.
 - Síndrome d'aixafament.
 - Amb politraumatismes.
 - Traslats.
- Altres situacions d'urgència.
 - Intoxicacions: inhalació, ingestió, contacte, alcohol i estupefaents.
 - Picades i mossegades.
 - Crisi anafilàctica.
 - Epilèpsia i quadres convulsius.
 - Deshidratació.
 - Cossos estranys: a la pell, ulls, orelles i nas.
 - Petits traumatismes.
 - Urgències maternoinfantils.
 - Accidents de trànsit: ordre d'actuació. Mitjans quant a la seguretat de la circulació i als ferits en l'accident.
 - Accidents domèstics.
 - Lesions produïdes per calor i per fred.
- Intervenció prehospitalària en accidents en el medi aquàtic.
 - Intervenció en funció del grau d'ofegament.
 - Intervenció davant lesionats medul·lars.

5. Recollida, trasllat i transport de persones accidentades. Emergències col·lectives i catàstrofes:

- Principis bàsics per al rescat.
 - Avaluació de la necessitat d'efectuar el transport d'un malalt sobtat o accidentat.
 - Recollida d'un lesionat.
- Mètodes de mobilització i immobilització més adequats en funció de la patologia.
 - Posició lateral de seguretat.
 - Posicions d'espera no lesives o segures.
- Trasllat de persones accidentades.
 - Confecció de lliteres utilitzant mitjans convencionals o inespecífics.
- Transport de persones accidentades a centres sanitaris.
 - Tècniques d'immobilització i transport de malalts sobtats o accidentats utilitzant mitjans convencionals i materials inespecífics o de fortuna.
 - Posicions de transport segur.
- Emergències col·lectives i catàstrofes.
 - Mètodes de "tríada" simple.
 - Sínies d'evacuació.

6. Suport psicològic i autocontrol:

- Tècniques de suport psicològic per a accidentats i familiars.
 - Principis de psicologia general. Concepte i evolució de personalitat.
 - Principis de la comunicació, canals i tipus de comunicació.
 - Comunicació assistent-accidentat i assistent-família.
 - Mecanismes de defensa de la personalitat.
 - Habilitats socials en situacions de crisi.
 - Escolta activa.

- Resposta funcional.
- Comunicació operativa.
- Perfil psicològic de la víctima.
- Suport psicològic davant situacions d'emergència: crisi, dol, tensió, agressivitat, ansietat.
- Tècniques d'autocontrol davant situacions d'estrès.
 - Mecanismes de defensa.
 - Mesures, tècniques i estratègies d'autocontrol emocional per superar situacions d'ansietat, agressivitat, angouxa, dol i estrès.
 - Afrontament.
 - Autocura.

Orientacions metodològiques

Formació a distància:

Mòdul formatiu	Durada total en hores de les unitats formatives	Nre. d'hores màximes susceptibles de formació a distància
Mòdul formatiu - MF0272_2	30	10

Criteris d'accés per als alumnes

S'ha de demostrar o acreditar un nivell de competència en els àmbits assenyalats a continuació que asseguri la formació mínima necessària per cursar el mòdul amb aprofitament:

- Comunicació en llengua castellana.
- Competència matemàtica.
- Competències en ciència.
- Competència digital.

MÒDUL DE PRÀCTIQUES PROFESSIONALS NO LABORALS DE GUIA PER ITINERARIS AMB BICICLETA

Codi: MP0071

Durada: 80 hores

Capacitats i criteris d'avaluació

C1: col·laborar en l'obtenció, anàlisi, tractament, processament i arxivament de la informació necessària per realitzar activitats de conducció amb bicicleta.

CE1.1 Recollir la informació necessària per definir una oferta d'organització d'itineraris, així com els criteris i procediments per elaborar-la.

CE1.2 Utilitzar els paràmetres de valoració de la qualitat del servei prestat en el desenvolupament d'activitats, així com les diferents tècniques de recollida d'informació.

CE1.3 A partir de dades relatives a paràmetres que subministren informació d'un determinat entorn, cal:

- seleccionar la informació necessària per elaborar el projecte d'activitat.
- interpretar les dades aportades i establir conclusions relatives al projecte d'activitat.

CE1.4 Recopilar la informació prèvia necessària per elaborar el recorregut relativa a:

- normativa i reglamentació,
- mapes,
- informació meteorològica,
- informació sobre la dificultat i/o perillositat del recorregut,
- informació sobre les característiques del grup (experiències prèvies, interessos i expectatives),

- informació sobre llocs de socors i emergència.
- CE1.5 Davant situacions de tractament d'informació (text i imatges), cal escollir el procediment més adequat per elaborar un informe.
- CE1.6 Aplicar els procediments d'arxivament de la informació que en faciliti la localització i utilització posteriors i les normes de confidencialitat que s'han de complir amb la informació emmagatzemada.
- CE1.7 Davant informació de diferents fonts, cal:
- realitzar el tractament de les imatges per utilitzar-les informàticament,
 - processar els textos elaborats,
 - dissenyar un document que combini la diferent informació tractada,
 - ordenar i arxivar la informació i el document elaborat per utilitzar-lo posteriorment.

C2: cooperar en l'elaboració d'itineraris per recórrer amb bicicleta.

- CE2.1 Calcular desnivells i distàncies longitudinals a partir de mapes de diferents escales.
- CE2.2 Identificar sobre un mapa les característiques del recorregut.
- CE2.3 Comparar diferents mapes i interpretar-ne la simbologia.
- CE2.4 Localitzar els elements de dificultat i perillositat d'un recorregut amb bicicleta.
- CE2.5 Realitzar una taula que relacioni els elements de dificultat i perillositat del tram de recorregut amb el nivell de domini tècnic necessari per superar-los amb seguretat.

C3: utilitzar els instruments, mapes i indicis naturals per orientar-se en tot tipus de condicions ambientals de muntanya.

- CE3.1 Calcular distàncies i temps d'un recorregut sobre el mapa.
- CE3.2 Manejar una brúixola amb limbe mòbil.
- CE3.3 Calcular la declinació segons l'any, tenint en compte les diferències que hi ha entre declinació i inclinació en la brúixola i la influència de la latitud i longitud en aquestes.
- CE3.4 Enumerar materials i elements que alteren el bon funcionament de la brúixola.
- CE3.5 Emprar les tècniques d'orientació següents:
- error voluntari,
 - seguir la corba de nivell,
 - rumb invers.
- CE3.6 Manejar un GPS.
- CE3.7 Realitzar la inicialització en el GPS.
- CE3.8 Efectuar la presa de coordenades per al GPS i introduir-hi les coordenades per mostrar la pantalla del recorregut.
- CE3.9 Manejar un altímetre tenint en compte la relació que hi ha amb l'altura i les condicions climatològiques de baixes i altes pressions atmosfèriques.

C4: participar en la dinamització de diferents tipus d'activitats recreatives i de sensibilització i coneixement de l'entorn aplicant-hi adequadament la metodologia recreativa i adequant-se a diferents objectius, característiques, interessos i/o necessitats dels participants i del medi on es desenvoluparan.

- CE4.1 Cooperar en la direcció correcta d'un grup d'usuaris en diferents jocs.
- CE4.2 Col·laborar en l'explicació correcta del desenvolupament i les normes de joc, donant informació suficient, clara, motivadora, seqüenciada i ordenada fent incidència en els aspectes més importants, i:
- realitzar les demostracions necessàries,
 - adaptar el joc als participants,
 - detectar i solucionar incidències en el desenvolupament del joc,
 - estimular la participació.
- CE4.3 Col·laborar en l'explicació del procés d'ensenyament i/o animació de les activitats justificant les decisions adoptades per dinamitzar les relacions del grup i assolir els objectius.
- CE4.4 Participar en les activitats de forma desinhibida.
- CE4.5 Analitzar correctament la intervenció d'un company en la direcció de jocs, detectar errors i fer propostes adequades per solucionar-los.

C5: ajudar a mantenir i reparar bicicletes i el material necessari per realitzar activitats, mantenint les condicions d'ús previstes pel fabricant.

CE5.1 Reposar les peces i els components de la bicicleta i el material de reparació deteriorat, mantenint els criteris d'eficàcia recomanats pel fabricant.

CE5.2 Desmuntar i muntar per separat de forma correcta els elements bàsics de la bicicleta utilitzant les eines adequades amb destresa.

CE5.3 Diagnosticar i reparar avaries com ara punxades, bieles, cadenes, frens, direcció i desajustos del canvi.

CE5.3 Efectuar les operacions de neteja i greixatge de la bicicleta.

CE5.4 Seleccionar les eines necessàries per reparar i mantenir les bicicletes.

CE5.5 Identificar cada eina amb la seva peça i component corresponent.

CE5.6 Utilitzar amb destresa les eines i analitzar-ne les característiques i aplicacions.

CE5.7 Aplicar les tècniques d'utilització de les eines de manteniment i reparació.

CE5.8 Emprar les tècniques, els materials i les eines de treball que s'utilitzen en el manteniment de l'equipament.

CE5.9 Realitzar les accions de manteniment preventiu seguint les instruccions establertes pel fabricant.

C6: participar en la selecció i comprovació del bon estat del material i mitjans necessaris, segons els diferents tipus d'usuaris, característiques d'activitats i objectius.

CE6.1 Elaborar una llista per identificar el material individual i grupal esportiu i de seguretat necessari per realitzar el servei segons l'activitat i el tipus de grup.

CE6.2 Verificar i adaptar les bicicletes als diferents tipus d'usuaris.

C7: cooperar en la determinació del domini tècnic dels clients i identificar-ne el nivell de competència en la utilització de les tècniques bàsiques de progressió per itineraris amb bicicleta.

CE7.1 Inferir les etapes i/o els nivells d'adquisició del domini tècnic de l'usuari.

CE7.2 Diagnosticar els errors tipus en la realització de la pràctica esportiva de la bicicleta.

CE7.3 Davant una situació simulada/real, cal detectar els errors comesos per l'usuari.

CE7.4 Utilitzar tècniques d'obtenció de dades sobre la capacitat tècnica i esportiva d'usuaris amb bicicleta.

C8: participar de forma eficaç i motivadora en la comunicació amb el grup d'usuaris de bicicleta.

CE8.1 En situacions de comunicació, cal identificar el tipus de comunicació i les estratègies emprats.

CE8.2 Constatar les diferents etapes del procés de comunicació.

CE8.3 En situacions de comunicació, cal detectar les interferències que dificulten la comprensió del missatge.

CE8.4 Seleccionar i utilitzar les tècniques de comunicació verbal o gestual adequades al context situacional i a les característiques dels usuaris d'un supòsit determinat.

CE8.5 Utilitzar tècniques d'escolta adequades a la situació emocional de l'emissor.

CE8.6 Utilitzar tècniques de comunicació assertiva.

C9: ajudar a guiar el grup d'usuaris en funció de les seves característiques, les condicions del medi, el programa establert i els recursos disponibles.

CE9.1 Proporcionar la informació sobre l'activitat i accions tècniques que cal executar, així com les normes de seguretat que ha de conèixer un grup de clients abans de realitzar un recorregut, i adaptar la informació a les característiques del grup.

CE9.2 Descriure i demostrar les diferents tècniques per governar les diferents bicicletes de manera que se seleccioni la informació i s'organitzi correctament, s'utilitzi la terminologia específica i la demostració sigui adequada i reforci aquells aspectes en què es vol incidir.

CE9.3 Davant una activitat de conducció amb bicicleta prèviament planificada, cal col·laborar en la modificació d'aquells aspectes (recorregut i activitats) perquè els participants amb disminucions puguin realitzar-la.

CE9.4 Davant un grup amb persones amb limitacions de la seva autonomia personal, cal col·laborar en la proposta i realització de les adaptacions necessàries en el material i instal·lacions.

CE9.5 Reconèixer els límits de risc assumibles en les activitats de conducció amb bicicleta.

C10: cooperar en la realització de les maniobres de socors i rescat quan no es pugui rebre ajuda exterior professional ràpida, en funció les condicions del medi i els recursos disponibles.

CE10.1 Cooperar en l'aplicació de protocols d'actuació davant accidents.

CE10.2 Cooperar en l'aplicació de plans d'emergència i les seves aplicacions.

C11: ajudar a aplicar tècniques de valoració inicial segons el protocol establert, accedir a l'accidentat de forma oportuna i generar un entorn segur.

CE11.1 Davant situacions d'accident, cal accedir a l'accidentat:

- identificant i justificant la millor forma d'accedir a l'accidentat,
- identificant els possibles riscos,
- assegurant la zona segons el procediment oportú,
- efectuant les maniobres necessàries per accedir a l'accidentat.

CE11.2 Davant un cas pràctic o real, cal seguir les pautes d'actuació segons protocol per a la valoració inicial d'un accidentat.

CE11.3 Identificar situacions de risc vital i definir les actuacions que comporten.

C12: identificar els primers auxilis que s'han de prestar per a les lesions o patologies més freqüents i col·laborar en l'aplicació de les tècniques de primers auxilis segons els protocols establerts.

CE12.1 Discriminar els casos i/o les circumstàncies en què no s'ha d'intervenir directament, per excés de risc o per ser específics d'altres professionals.

CE12.2 En diferents situacions d'accidents simulats/reals en què es presentin diferents tipus de lesions o accidents, cal determinar:

- les prioritats d'actuació en funció de la gravetat i el tipus de lesions,
- les tècniques de primers auxilis que s'han d'aplicar.

C13: ajudar a aplicar mètodes de mobilització i immobilització que permetin l'evacuació de l'accidentat si és necessari.

CE13.1 En una situació de mobilització i immobilització d'un accidentat, cal escollir el mètode de mobilització i immobilització més adequat, segons les possibles lesions de l'accidentat i/o les circumstàncies dels accidents.

CE13.2 En una situació pràctica o real, cal explicar i aplicar a l'accidentat les mesures posturals més adequades.

C14: observar l'aplicació de tècniques de suport psicològic a l'accidentat i a familiars.

CE14.1 En un supòsit pràctic degudament caracteritzat d'una situació que dificulta la comunicació i en què es presta assistència a un accidentat, cal aplicar-hi tècniques facilitadores de la comunicació interpersonal.

C15: observar l'aplicació de tècniques d'autocontrol davant situacions d'estrès.

CE15.1 En situacions pràctiques en les quals hi ha tensió ambiental, cal posar en pràctica les tècniques que s'han d'emprar per:

- Controlar una situació de dol,
- Controlar situacions d'ansietat i angoixa,
- Controlar situacions d'agressivitat.

C16: participar en els processos de treball de l'empresa, seguint les normes i instruccions establertes en el centre de treball.

CE16.1 Comportar-se responsablement tant en les relacions humanes com en els treballs que cal fer.

CE16.2 Respectar els procediments i les normes del centre de treball.

CE16.3 Emprendre amb diligència les tasques segons les instruccions rebudes i tractar que s'adeqüin al ritme de treball de l'empresa.

CE16.4 Integar-se en els processos de producció del centre de treball.

CE16.5 Utilitzar els canals de comunicació establerts.

CE16.6 Respectar en tot moment les mesures de prevenció de riscos, salut laboral i protecció del medi ambient.

Continguts

1. Organització d'itineraris amb bicicleta:

- Elaboració d'un projecte de l'activitat.
- Disseny d'itineraris, gestió i organització d'aquests.
- Recollida i processament de la informació prèvia: normativa i reglamentació, mapes, informació meteorològica, dificultat del recorregut, característiques del grup, llocs de socors i emergències.
- Maneig de mapes: càlcul de desnivells i distàncies, identificació de les característiques del que s'hi recull, interpretació de la simbologia, reconeixement dels elements de dificultat i perillositat del recorregut.
- Tractament d'imatges, textos, disseny de documents i ordenació de la informació.
- Arxivament de la informació per facilitar la realització de les activitats.
- Valoració de la qualitat del servei prestat segons tècniques apropiades.
- Confecció d'un informe sobre l'activitat desenvolupada.

2. Manteniment, reparació i trasllat de bicicletes:

- Realització del muntatge i desmuntatge dels components de la bicicleta.
- Preparació i utilització de l'equipament bàsic del taller, eines i recanvis.
- Detecció d'avaries i reposició de peces i components.
- Reparacions bàsiques i d'emergència.
- Operacions de neteja i greixatge.
- Aplicació del manteniment preventiu.
- Càlcul de distàncies i temps d'un recorregut sobre el mapa.
- Maneig i exercicis d'orientació mitjançant brúixola.
- Maneig i exercicis de posicionament mitjançant GPS.
- Ús de les tècniques d'orientació amb visibilitat reduïda.
- Reconeixement dels elements naturals per orientar-se.

3. Conducció de persones per itineraris amb bicicleta:

- Identificació del material individual i grupal esportiu i de seguretat.
- Verificació i adaptació de les bicicletes als usuaris.
- Emplenament dels instruments de recollida d'informació: tests, qüestionaris i observació.
- Ús de les tècniques verbals, escrites o gestuals adequades al context.
- Utilització de la informació sobre l'activitat, accions tècniques que cal executar i mesures de seguretat.
- Modificació d'aspectes del recorregut i activitats per adaptar-los a persones amb discapacitats.
- Adaptacions del material per a persones amb discapacitat.
- Identificació dels límits de risc en les activitats de conducció amb bicicleta.
- Pràctica de la conducció de grups amb bicicleta.
- Direcció de les activitats: explicació, demostració, organització del participant, espais i material.
- Intervenció en la realització de l'activitat: reforços, coneixement de resultats, solució d'incidències i avaluació de l'activitat.
- Preparació i utilització dels equips de transmissió.
- Execució del protocol d'actuació davant un accident.

- Execució del pla d'emergència.

4. Assistència en primers auxilis:

- Aplicació de tècniques de valoració inicial de l'accidentat: localització de les formes d'accés, identificació de possibles riscos, protecció de la zona, execució de maniobres d'accés.
- Atenció inicial d'emergències més freqüents: determinació de les pautes d'intervenció i discriminació de casos per a la no-intervenció.
- Recollida, trasllat i transport d'accidentats: mobilització i immobilització, pràctica de la posició lateral de seguretat, ús de posicions d'espera no lesives o segures.
- Suport psicològic de l'accidentat mitjançant l'aplicació de tècniques apropiades.
- Aplicació de les tècniques d'autocontrol davant situacions d'estrès: afrontament i autocura.

5. Integració i comunicació en el centre de treball:

- Comportament responsable en el centre de treball.
- Respecte dels procediments i normes del centre de treball.
- Interpretació i execució amb diligència de les instruccions rebudes.
- Reconeixement del procés productiu de l'organització.
- Utilització dels canals de comunicació establerts en el centre de treball.
- Adequació al ritme de treball de l'empresa.
- Seguiment de les normatives de prevenció de riscos, salut laboral i protecció del medi ambient.

IV. PRESCRIPCIONS DEL PERSONAL FORMADOR

Mòdul formatiu	Titulació requerida	Experiència professional requerida en l'àmbit de la unitat de competència	
		Si es té titulació	Si no es té titulació
MF0353_2: Itineraris per a bicicleta	<ul style="list-style-type: none"> • Llicenciat/ada en ciències de l'activitat física i de l'esport. • Llicenciat/ada en psicologia. • Llicenciat/ada en ciències ambientals. • Llicenciat/ada en sociologia. • Llicenciat/ada en dret. • Certificat de professionalitat de nivell 3 en l'àrea professional d'activitats físicoesportives recreatives. • Títol de tècnic/a superior en activitats físiques i esportives. 	1 any	Imprescindible titulació
MF0508_2: Manteniment i conducció de bicicletes	<ul style="list-style-type: none"> • Llicenciat/ada en ciències de l'activitat física i de l'esport. • Formació professional de grau mitjà en manteniment de vehicles autopropulsats de la família professional de transport i manteniment de vehicles. • Certificat de professionalitat de nivell 3 en l'àrea professional d'activitats físicoesportives recreatives. • Títol de tècnic/a superior en activitats físiques i esportives. 	1 any	Imprescindible titulació
MF0509_2: Conducció de persones per itineraris amb bicicleta	<ul style="list-style-type: none"> • Llicenciat/ada en ciències de l'activitat física i de l'esport. • Llicenciat/ada en psicologia. • Llicenciat/ada en sociologia. • Certificat de professionalitat de nivell 3 en 	1 any	Imprescindible titulació

	l'àrea professional d'activitats físicoesportives recreatives. <ul style="list-style-type: none"> • Títol de tècnic/a superior en activitats físiques i esportives. 		
MF0272_2: Primers auxilis	<ul style="list-style-type: none"> • Llicenciat/ada en medicina i cirurgia. • Diplomada/ada en infermeria. 	1 any	Imprescindible titulació

V. REQUISITS MÍNIMS D'ESP AIS, INSTAL·LACIONS I EQUIPAMENT

Espai formatiu	Superfície m ² 15 alumnes	Superfície m ² 25 alumnes
Aula taller físicoesportiva	60	100
Magatzem de bicicletes	60	100
Taller de primers auxilis	60	100

Espai formatiu	M1	M2	M3	M4
Aula taller físicoesportiva	X	X	X	X
Magatzem de bicicletes		X		
Taller de primers auxilis				X

En els mòduls M1, M2 i M3 és necessari un entorn natural, un espai singular no necessàriament situat al centre de formació.

Espai formatiu	Equipament
Aula taller físicoesportiva	Taula i cadira per al formador/a, taula i cadires de l'alumnat, pissarra, rotafolis, equips audiovisuals (DVD, canó, portàtil), material d'aula, PC instal·lats en xarxa, connectats a Internet, prestatgeries amb el material bàsic de primers auxilis, llitera, aïllants per treballar la pràctica dels primers auxilis bàsics. Equipaments personals: paravents, ulleres, cascos. Material d'orientació: brúixoles, curvímetre, escalímetre, lupa, plànols, mapes, altímetre, GPS.
Taller de primers auxilis	Farmaciola, material bàsic de primers auxilis: làmines d'anatomia, maniquí (anne torso) per a RCP bàsica, desfibril·lador semiautomàtic, equip de reanimació, equip de recanvis de màscares i pulmons, termòmetres, tensiòmetres. Material d'immobilització: fèrules, fernoked, collars ortopèdics, matalàs de buit. Material de mobilització: llitera, llitera de cullera, cadira. Material oxigenoteràpia: equip complet (ampolla, respirador manual, màscara, manoreductor). Material complementari farmaciola: benes, gases, compreses, tiretes adhesives, apòsits, antisèptic, pinces, tisora de Kocher, tisora de Pean.
Magatzem de bicicletes	Material de reparació de bicicletes: banc de reparació, cobertes, lubricants, desmuntacadenes, pinces (de punta i de tall), claus Allen, claus de rosques, claus de cons, extractor de peces, caragol de banc, suport per alinear rodes, manxa per inflar, tallacables, desmuntables per a cobertes, extractor de bieles, extractor de caixes. Materials/components: abraçadores, desviador, plats, manillars, punys, potències, direccions, tubs, sellons, brides, acoblaments, cintes, pedalers, pedals, frens, discos, sabates, manetes.

No s'ha d'interpretar que els diversos espais formatius identificats s'hagin de diferenciar necessàriament mitjançant tancaments.

Les instal·lacions i els equipaments hauran de complir la normativa industrial i higienicosanitària corresponent i respondran a mesures d'accessibilitat universal i seguretat dels participants.

El nombre d'unitats que s'han de disposar dels estris, màquines i eines que s'especifiquen en l'equipament dels espais formatius, serà el suficient per a un mínim de 15 alumnes i s'haurà d'incrementar, si s'escau, per atendre un nombre superior d'alumnes.

En el cas que la formació s'adrexi a persones amb discapacitat, es duran a terme les adaptacions i els ajustaments raonables per assegurar-ne la participació en condicions d'igualtat.