

MF1634_2 TÉCNICAS DE DESPLAZAMIENTO CON TABLAS DE ESQUÍ ALPINO TRANSPORTANDO MATERIALES DE PREVENCIÓN Y RESCATE



250,00 € - 350,00 €

En el ámbito de actividades físicas y deportivas, es necesario conocer los diferentes campos de la Balizamiento de pistas, señalización y socorrismo en espacios esquiables, dentro del área profesional prevención y recuperación. Así, con el presente curso se pretende aportar los conocimientos necesarios para desplazarse por el medio nevado ejecutando técnicas de esquí alpino para prevenir accidentes y rescatar víctimas en espacios esquiables.

Categorías: [Actividades Físicas y Deportivas](#), [Certificados de Profesionalidad Online](#), [Cursos online](#), [Deportes](#) |

INFORMACIÓN

Duración	120 h
Modalidad	Online
Docencia	TUTOR PERSONAL

Prácticas	GESTIÓN DE PRÁCTICAS EN EMPRESAS
Método de pago	FINANCIACIÓN SIN INTERESES
Centro de empleo	AGENCIA DE COLOCACIÓN
Formación acreditada	CENTRO ACREDITADO POR EL SEPE

DESCRIPCIÓN DEL PRODUCTO

1. MÓDULO 1. TÉCNICAS DE DESPLAZAMIENTO CON TABLAS DE ESQUÍ ALPINO TRANSPORTANDO MATERIALES DE PREVENCIÓN Y RESCATE

UNIDAD FORMATIVA 1. TÉCNICAS DE ESQUÍ ALPINO

UNIDAD DIDÁCTICA 1. 1. MATERIALES DE ESQUÍ ALPINO Y SU MANTENIMIENTO

1. Normativa de seguridad en la fabricación de los elementos técnicos y personales en el esquí alpino.
2. Evolución de los esquís, botas y bastones:
3. Evolución técnica y evolución de las características de los componentes de la dotación necesaria para esquiar.
4. Evolución de los materiales.
5. Los elementos técnicos para el deslizamiento:
6. Tablas de deslizamiento en esquí alpino: tipos y materiales
7. Botas para esquí alpino: tipos y materiales.
8. Fijaciones de seguridad: tipos y materiales.
9. Bastones: tipos y materiales.
10. Criterios de selección del equipo técnico para el deslizamiento. Conforme al género, edad y biotipología.
11. Vestimenta, material personal y de protección personal:
12. Anorak y pantalón para nieve, cortavientos, forros polares, impermeables, ropa térmica interior, calcetines
13. Gorros y cascos
14. Guantes, finos, de trabajo, para frío
15. Gafas de sol y ventisca/ dispositivos para personas con problemas de visión, gafas correctoras y lentillas

16. Cremas de protección facial y labial
17. Criterios de selección de la Vestimenta, material personal y de protección personal conforme a las características de actividad a realizar.
18. Mantenimiento, almacenaje y preparación de esquís, botas y bastones
19. Pautas para la supervisión y detección de defectos y anomalías: diagnóstico de deterioro o averías
20. Mantenimiento operativo: herramientas, materiales y procesos de reparaciones básicas.
21. Fijaciones de seguridad: evolución, tipología, regulación y mantenimiento.
22. Tipos de ceras y encerado de esquís
23. Arreglos de fortuna en pista para cualquier material de esquí y deslizamiento en nieve
24. Preparación de los materiales: adaptación y regulaciones básicas.
25. Almacenaje: protección y accesibilidad de los distintos materiales.

UNIDAD DIDÁCTICA 2. 2. TÉCNICA GENERAL DE DESPLAZAMIENTO CON TABLAS DE ESQUÍ ALPINO

1. Adaptación al material de esquí alpino.
2. Técnicas para llanear y pequeños ascensos: escalera, cuña invertida, paso patinador, «remar».
3. Descenso directo.
4. Cuña y giros en cuña.
5. Descenso Directo en Diagonal.
6. Derrapaje Oblicuo
7. Derrapaje Redondeado
8. Guirnaldas
9. Viraje fundamental.
10. Viraje Paralelo básico

UNIDAD DIDÁCTICA 3. 3. TÉCNICAS ESPECÍFICAS DE DESPLAZAMIENTO CON TABLAS DE ESQUÍ ALPINO

1. Viraje paralelo elemental.
2. Viraje extensión-flexión.
3. Viraje flexión-extensión.
4. Viraje neutro (flexión constante).
5. Virajes dependiendo del estado de la nieve, dentro y fuera de pista
6. Esquí en nieve dura
7. Esquí en hielo
8. Esquí en placa de viento

9. Esquí en nieve venteada (gránulos, “penitentes”)
10. Esquí en nieve costra
11. Esquí en nieve primavera
12. Esquí en nieve hueca (“podrida”, muy transformada)
13. Esquí en nieves cambiantes
14. Viraje por salto.
15. Viraje por salto de colas.
16. Viraje «tip-tap».
17. Virajes en pendientes muy inclinadas: adaptación de la posición corporal y el material a la situación
18. Virajes en pendientes extremas: como mantener la seguridad y el control en todo momento
19. Virajes en corredores («couloir»)
20. Esquí en cornisas, rocas y otros accidentes del terreno

UNIDAD FORMATIVA 2. TÉCNICAS DE DESPLAZAMIENTO EN EL MEDIO NEVADO PARA TRANSPORTE DE MATERIALES DE SEÑALIZACIÓN Y RESCATE

UNIDAD DIDÁCTICA 1. 1. MATERIALES DE BALIZAMIENTO, SEÑALIZACIÓN Y SOCORRISMO EN ESPACIOS ESQUIABLES, MANTENIMIENTO DE LOS MISMOS

1. Normativa de calidad y seguridad:
2. Marco jurídico español: AENOR
3. BS 5750
4. ISO 9000
5. Recursos materiales para el balizamiento, señalización y socorrismo en espacios esquiabales.
6. Características, comportamiento y aplicación de los elementos que se utilizan en la construcción de materiales de trabajo como balizas y camillas.
7. Especificaciones de uso y transporte
8. Materiales genéricos de señalización y seguridad para el balizamiento de pistas: palos y estacas de diferentes tipos de madera, palos de madera con recubrimiento protector, palos de plástico fino, palos de plástico grueso, abrazaderas de diferentes tipos.
9. Materiales específicos de señalización y seguridad para el balizamiento fuera de pistas y prevención de aludes: cuerdas dinámicas coloreadas, palos plásticos de distintos grosores, balizas metálicas, carteles y avisos específicos, redes antinieve y viento, protectores paravalanchas rígidos (barreras de madera verticales y horizontales), protectores paravalanchas flexibles (plásticos y metálicos), sistemas preventivos de avalanchas (aire, explosivos, otros medios)
10. Materiales específicos de señalización y seguridad en stadiums de competición alpina, de

baches, saltos y snowparks: carteles y avisos específicos, redes de tipo A, B, C, (de trenza, redes de polietileno, redes triangulares de protección de pilonas), ganchos de red y abrazaderas, mallas de sombra, cintas perimetrales, señales luminosas móviles y permanentes, colchones protectores (de espuma, multidensidad, inflables, circulares).

11. Elementos activos y pasivos de seguridad para el transporte de personas y materiales mediante camillas y elementos de carga sobre la nieve dentro de pistas balizadas:
12. Sistemas de autofrenado en los diferentes tipos de camillas
13. Cordinos de seguridad y guía en los diferentes tipos de camillas
14. Sistemas de localización y posicionamiento vía satélite (GPS)
15. Elementos activos y pasivos de seguridad para el transporte de personas y materiales mediante camillas y elementos de carga sobre la nieve fuera de las pistas balizadas:
16. Sistemas de autofrenado en los diferentes tipos de camillas
17. Cordinos de seguridad y guía en los diferentes tipos de camillas
18. Sistemas de localización y posicionamiento vía satélite (GPS)
19. Mantenimiento, almacenaje y preparación de materiales de balizamiento, señalización y socorrismo en espacios esquiables :
20. Pautas para la supervisión y detección de defectos y anomalías: diagnóstico de deterioro o averías
21. Mantenimiento preventivo y operativo: herramientas, materiales y procesos de reparaciones básicas.
22. Arreglos de fortuna en acciones de balizamiento, señalización y socorrismo
23. Preparación de los materiales: adaptación y regulaciones básicas.
24. Almacenaje: protección y accesibilidad de los distintos materiales.

UNIDAD DIDÁCTICA 2. 2. TÉCNICAS DE DESPLAZAMIENTO Y TRANSPORTE DE MATERIALES DE BALIZAMIENTO, SEÑALIZACIÓN Y SOCORRISMO CON TÉCNICAS ADAPTADAS DE ESQUÍ ALPINO

1. Técnicas de esquí alpino portando, mochila, balizas, señalización y herramientas.
2. Adaptación de los movimientos al transporte
3. Técnicas de esquí alpino y empleo de camillas:
4. Descenso directo.
5. Cuña y giros en cuña.
6. Descenso Directo en Diagonal.
7. Derrapaje Oblicuo
8. Derrapaje Redondeado
9. Guirnaldas
10. Viraje fundamental.

11. Viraje Paralelo básico
12. Adaptación de la técnica de esquí alpino con camilla en diferentes condiciones del medio nevado.
13. Adaptación Técnica en nieve no pisada (polvo, húmeda, pesada, mojada, hueca)
14. Adaptación Técnica en nieve bacheada y muy huelleada
15. Adaptación Técnica en nieve muy dura y helada
16. Adaptación Técnica en nieves cambiantes
17. Técnicas específicas de esquí alpino para el transporte de mazos de palos, redes, herramientas y otros materiales para balizar pistas de esquí alpino:
18. Técnica de esquí para el transporte de material sobre el cuerpo del pister-socorrista sin mochila
19. Técnica de esquí para el transporte de material sobre el cuerpo del pister-socorrista con mochila
20. Técnica de esquí para el transporte de material unido por cordinos
21. Técnica de esquí y otros medios de fortuna para el transporte de material
22. Ejecución de virajes con seguridad dentro y fuera de pista portando camilla o elementos de balizamiento:
23. Realizar virajes amplios, medios y cortos controlando la velocidad en situación de estable de nieve
24. Realizar virajes amplios, medios y cortos controlando la velocidad en situación de nieve cambiante
25. Aceleración, desaceleración y control de la velocidad de desplazamiento transportando materiales de balizamiento y/o camillas
26. Adaptación de la técnica de esquí alpino en situaciones climatológicas adversas transportando materiales de balizamiento y/o camillas
27. Ejecución de virajes amplios, medios y cortos controlando la velocidad en situación meteorológica extrema:
28. En situación de visibilidad limitada por niebla.
29. En situación de viento muy fuerte.
30. En situación de precipitaciones de agua y/o nieve
31. Adaptación de la técnica de esquí alpino en grandes pendientes transportando materiales de balizamiento y/o camillas:
32. Sistemas de bajada segura transportando materiales y/o camillas en fuertes pendientes
33. Control de la velocidad en bajadas muy pendientes sin exposición o peligro grave de caída
34. Control de la velocidad en bajadas muy pendientes con exposición o peligro grave de caída
35. Técnicas adaptadas de esquí alpino para el transporte de personas y materiales sin el empleo de camillas u otros elementos auxiliares de transporte sobre la nieve:
36. Técnica de esquí para el transporte de personas y materiales mediante procedimientos de fortuna.

