

UF2474 MATERIAL DEPORTIVO, APROXIMACIÓN, REGRESO, Pernoctación EN BARRANQUISMO (ONLINE)



180,00 € - 250,00 €

Este conjunto de materiales didácticos se ajusta a lo expuesto en el itinerario de aprendizaje perteneciente a la Unidad Formativa UF2474 Material deportivo, aproximación, regreso, pernoctación en barranquismo, incluida en el Módulo Formativo MF1077_2 Técnicas de progresión en barrancos secos o acuáticos, regulada en el Real Decreto 982/2013, de 13 de diciembre, que permita al alumnado adquirir las competencias profesionales necesarias para progresar con eficacia y seguridad por barrancos de cualquier tipología y dificultad.

Categorías: [Certificados de Profesionalidad](#), [Certificados de Profesionalidad Online](#), [Seguridad y Medio Ambiente](#) |

INFORMACIÓN

Duración

[60 h](#)

Modalidad	Online
Docencia	TUTOR PERSONAL
Prácticas	GESTIÓN DE PRÁCTICAS EN EMPRESAS
Centro de empleo	AGENCIA DE COLOCACIÓN
Formación acreditada	CENTRO ACREDITADO POR EL SEPE

DESCRIPCIÓN DEL PRODUCTO

UNIDAD FORMATIVA 1. MATERIAL DEPORTIVO, APROXIMACIÓN, REGRESO Y PERNOCTACIÓN EN BARRANQUISMO

UNIDAD DIDÁCTICA 1. EQUIPO Y MATERIAL DEPORTIVO PARA ACTIVIDADES DEPORTIVAS DESCENSO DE BARRANCOS.

1. Normativa de homologación de materiales en Europa.
2. Criterios de selección de materiales deportivos de descenso de barrancos desde el punto de vista de la eficacia y la protección individual.
3. Indumentaria:
 4. - Diseño y materiales utilizados en la fabricación: fibras, tejidos, membranas, propiedades físicas y químicas, usos y aplicaciones.
 5. - Teoría de las capas: interior, intermedia y protección.
 6. - Ropa interior en las actividades de descenso de barrancos: tipos, características y aplicaciones.
 7. - Capa exterior: el neopreno como vestimenta de protección, sistema de funcionamiento.
 8. - Complementos al neopreno: escaupines, guantes y capucha.
9. Calzado:
 10. - Materiales y tejidos para la fabricación del calzado: aplicaciones, ventajas, duración y cuidados básicos.
 11. - Criterios de selección en función de la tipología del barranco.
 12. - Interacción pie-calzado: congruencia morfo-funcional, horma, tipo de pisada, medidas higiénico-preventivas en el uso del calzado para actividades de deportivas de descenso de barrancos.
13. Arnés:

14. - Diseño y materiales de fabricación.
15. - Características técnicas.
16. - Control de los puntos sensibles.
17. - Almacenamiento.
18. Descendedor:
 19. - Diseño y materiales de fabricación.
 20. - Características técnicas.
 21. - Control de desgaste.
22. Cabos de anclaje:
 23. - Diseño y materiales de fabricación.
 24. - Características técnicas.
 25. - Control del estado del material y puntos de unión.
 26. - Control de la fecha de fabricación.
 27. - Almacenamiento.
28. Casco:
 29. - Diseño y materiales de fabricación.
 30. - Características técnicas.
 31. - Control y frecuencia de reposición.
 32. - Factores que disminuyen y acortan las características y vida útil.
33. Cuerda:
 34. - Características.
 35. - Control de estado.
 36. - Control de fecha de fabricación.
37. - Protectores.
38. - Cuidado durante el transporte y utilización.
39. - Mantenimiento.
40. - Frecuencia de reposición.
41. Mosquetones:
 42. - Tipos y materiales de fabricación.
 43. - Control de puntos sensibles.
 44. - Mantenimiento.
45. Mochila y bidón estanco:
 46. - Diseño y materiales de fabricación.
 47. - Materiales de construcción.
48. Equipo complementario:
 49. - Cordinos y cintas auxiliares.
 50. - Cintas exprés.

51. - Maillones rapide.
52. - Gafas de buceo.
53. - Navaja.
54. - Silbato.
55. Accesorios y materiales para el autocuidado y la protección personal:
56. - Productos específicos para las rozaduras, erosiones e irritaciones dérmicas.
57. - Botiquín básico de autocuidado y protección personal.
58. - Accesorios y elementos de aseo personal: criterios ecológicos de tratamiento y eliminación, criterios higiénicos de uso personal, huella ecológica de los productos utilizados.
59. Materiales y recursos de acampada y pernoctación:
60. - Criterios de selección por la tipología del entorno y la meteorología.
61. - Criterios de selección por ergonomía, volumen, peso y capacidad para albergar a personas y materiales.
62. - Materiales y tejidos para la fabricación de tiendas de campaña y materiales de vivac.
63. - Tiendas de campaña: tipos, características y aplicaciones.
64. - Sacos de dormir: tipos, características y aplicaciones.
65. - Techos y protecciones: técnicas y materiales para la construcción de refugios colectivos.
66. - Seguridad y prevención medioambiental en la selección, uso, tratamiento y recuperación de materiales y recursos de acampada y pernoctación.
67. Mantenimiento preventivo, operativo y correctivo de equipos y materiales deportivo específicos de actividades deportivas de descenso de barrancos:
68. - Diseño y materiales de fabricación: propiedades de resistencia física. reciclado, materiales y técnicas específicas de restitución de su integridad física y propiedades.
69. - Errores de uso de los distintos equipos, prendas y materiales como factor de un deterioro acelerado.
70. - Caducidad del material de progresión y seguridad. Normativa nacional, europea y mundial al respecto.
71. - Análisis y criterios de diagnóstico precoz y preventivo de deterioro.
72. - Concepto y diferencias entre mantenimiento preventivo, mantenimiento operativo y mantenimiento correctivo.
73. - Mantenimiento preventivo: técnicas y criterios de aplicación para la conservación y anticipación de riesgos de deterioro y de roturas.
74. - Mantenimiento operativo: técnicas y criterios de aplicación para efectuar reparaciones básicas, verificación de funcionalidad y seguridad de los materiales reparados.
75. - Mantenimiento correctivo: técnicas y criterios de diagnóstico de deterioros y roturas que tiene que reparar un técnico especializado, comunicación y gestión de la reparación pertinente.
76. - Criterios de almacenamiento y transporte del material deportivo.

77. - Forros polares 100 % reciclados. Otros tejidos de procedencia natural.

UNIDAD DIDÁCTICA 2. RECURSOS Y MEDIOS DE FORTUNA COMO SOLUCIÓN A CONTINGENCIAS EN ACTIVIDADES DEPORTIVAS EN DESCENSO DE BARRANCOS.

1. Interpretación y estudio de campo del entorno:
2. - Características, ambiente, clima y tipología del terreno.
3. - Régimen hídrico de barrancos.
4. - Recursos naturales para atender a las contingencias: zonas y criterios para su localización.
5. Contingencias habituales en las instalaciones de rapel de los barrancos susceptibles de solución con recursos y medios de fortuna.
6. Equipo básico de supervivencia y reparación con recursos y medios de fortuna:
7. - Herramientas polifuncionales: elementos de corte, tronzado y acondicionamiento del terreno.
8. - Criterios de ergonomía y peso para su inclusión en el equipo transportado.
9. Reparación del material deportivo con medios de fortuna:
10. - Habilidades manuales y adaptación de técnicas de mantenimiento operativo para su realización con recursos y medios de fortuna.
11. - Posibilidades de uso y aplicación de los materiales habituales utilizados en actividades deportivas en el medio natural para efectuar reparaciones de fortuna.
12. - Recursos naturales del entorno para efectuar reparaciones de fortuna-combinación de medios.
13. Adecuación de un refugio con medios de fortuna.
14. Construcción de útiles de inmovilización y transporte en situaciones de accidente o emergencia:
15. - Recursos y técnicas para inmovilizar accidentados: entablillado y fijación de los distintos segmentos corporales.
16. - Recursos y técnicas para transportar accidentados: construcción de camillas.
17. - Polispastos de fortuna.
18. Material de equipamiento de fortuna:
19. - Material de equipamiento fijo: maza, espitador, spits, chapas, tornillos y llave inglesa.
20. - Material de equipamiento removible: maza y clavos.
21. Recursos y técnicas para señalar la posición propia en situaciones de emergencia.

UNIDAD DIDÁCTICA 3. TÉCNICAS DE PROGRESIÓN EN TERRENO VARIADO DE MONTAÑA APLICADAS A LA APROXIMACIÓN A BARRANCOS.

1. Biomecánica de la locomoción humana:
2. - La marcha humana: consideraciones anatómicas y biomecánicas básicas.
3. - Raquis y relación segmentaria: implicaciones y coordinación en el desplazamiento bípedo.
4. - Cadenas musculares implicadas en la marcha, detección de acortamientos musculares,

medidas básicas de prevención y mejora.

5. - Alteraciones morfofuncionales, consecuencias nocivas, medidas básicas de prevención y mejora.
6. - Adaptaciones posturales durante la marcha, con y sin carga.
7. - Estrés mecánico de la columna vertebral sometida a cargas axiales durante la marcha: medidas de prevención (reparto ergonómico de los materiales que se transportan) y medidas correctivas y de recuperación.
8. - El pie-estructura cupular: arco de carga; el arco de equilibrio y arco de impulso.
9. - Estrés mecánico de las estructuras anatómicas del pie: medidas de prevención (criterios de selección y uso del calzado) y medidas correctivas y de recuperación.
10. Técnicas generales de marcha, por terreno variado sin dificultad, poca inclinación y terreno uniforme.
11. Técnicas específicas de marcha:
12. - Progresión sin impactar en el entorno: la deforestación.
13. - Progresión sin molestar a flora ni fauna.
14. - Progresión en pendientes fuertes de hierba.
15. - Progresión en laderas con canchales y gleras.
16. - Progresión por terreno inseguro, detección y superación de pasos con dificultad.
17. - Técnicas de descenso cara a la pendiente.
18. - Técnicas de ascenso y descenso en zigzag.
19. - Técnicas de vadeo de ríos, torrentes y zonas pantanosas.
20. - Equipo: modo de transporte, Distribución y organización de la mochila en función del terreno.
21. Aseguramiento de fortuna en situaciones de riesgo.
22. Estrategias de avituallamiento, alimentación, hidratación y obtención de recursos energéticos.
23. Acampada y vivac durante las actividades de descenso de barrancos.
24. Acampada en el medio natural: legislación básica y competencias autonómicas.
25. Criterios de selección y adecuación del lugar para la acampada.
26. Principios del aislamiento térmico y la pérdida de calor.
27. Tipos de tienda y la adecuación de sus usos. Personales, ligeras, de uso común, igloo.
28. Orientación de las tiendas según los vientos dominantes. Refuerzos de las tiendas ante situaciones climatológicas adversas.
29. Instalación de tiendas en terreno con peligros potenciales:
30. - Terreno inundable: proximidades a ríos.
31. - Paredes con caídas de piedras.
32. - Terreno expuesto a condiciones climatológicas: viento, rayo.
33. El Vivac: vivac preparado.
34. - Materiales para el vivac: fundas, aislantes, manta vivac, doble techo.

35. - Criterios de selección del lugar.
36. - Adaptaciones del medio natural de bajo impacto ambiental para el vivac.
37. - Gestión de tiempos para la confección del vivac.
38. - Preparación de alimentos-cocinado en el vivac.
39. - Gestión de residuos.
40. El de vivac de fortuna:
41. - Material de progresión y protección como aislante térmico: mochila y prendas de repuesto.
42. - Criterios de selección del lugar en función de las posibilidades que aporta el medio natural para la protección.
43. - Elementos generadores de calor: hornillos y velas.
44. Procedimientos y técnicas de acampada para minimizar el impacto en el medio natural:
45. - Acondicionamiento del espacio de acampada y pernoctación.
46. - Montaje y desmontaje de tiendas y elementos de acampada.
47. - Transporte, tratamiento y eliminación de residuos.
48. - Higiene personal y de limpieza de útiles de cocina.
49. Preparación de alimentos:
50. - Tipos de alimentos: necesidades de procesado y presentación de los mismos.
51. - Utensilios de manipulación: cubiertos y recipientes.
52. - Utensilios de calor para el cocinado-hornillos: tipos, características, combustible que utilizan, impacto y riesgos ecológicos de su uso.