







***MF1077_2 Técnicas de
Secos o***



INESEM

SINESS SCHOOL

***Progresión en Barrancos
Acuáticos***

+ Información Gratis

**titulación de formación continua bonificada
empre**

MF1077_2 Técnicas de Secos o

duración total: 230 horas ***horas telefo***

precio: 0 € *

modalidad: Online

* hasta 100 % bonificable para trabajadores.

+ Información Gratis

descripción

En el ámbito de las actividades físicas y deportivas, es r guía por barrancos secos o acuáticos, dentro del área p físico-deportivas Recreativas. Así, con el presente cursc necesarios para las técnicas de progresión en barranco:

+ Información Gratis



+ Información Gratis

www.formacioncontinua.eu

información y

n en Barrancos Secos o Acuáticos



a quién va dirigido

Todos aquellos trabajadores y profesionales en activo que posean conocimientos técnicos en este área.

+ Información Gratis

objetivos

- Analizar recursos y fuentes cartográficas, tanto en soportes digitales adaptados a las nuevas tecnologías, e identificar el terreno representado y conocer los territorios y tipos de terrenos de baja y media montaña
- Analizar las características topográficas, geológicas y geomorfológicas y identificar el grado de vulnerabilidad de su entorno natural protegido o no protegido, para relacionar los aspectos científicos con la práctica de actividades deportivo-recreativas.
- Interpretar la información meteorológica para prever la evolución, a partir de fuentes de información de distintas tecnologías o derivadas de la observación directa del medio, de las condiciones adversas que puedan producirse tomando las medidas preventivas en la práctica deportivo-recreativa, anulándola en caso necesario.
- Aplicar técnicas de orientación en el medio natural de montaña, utilizando tecnologías o derivadas de la interpretación de recursos cartográficos, los medios y recursos disponibles, instrumentos, equipo

+ Información Gratis

naturales.

- Identificar, asignar el uso específico y efectuar el mantenimiento y seguridad, y del equipo individual y colectivo en barrancos, en condiciones óptimas de uso, aplicando en todo momento la prevención personal y medioambiental.
- Reparar y adaptar con medios de fortuna materiales de progresión en entornos próximos a los barrancos a requisitos medioambientales.
- Desplazarse por diferentes tipos de terreno aplicando técnicas adaptadas a la orografía del terreno, a las propias características físicas que se posee, al nivel de dificultad del itinerario.
- Pernoctar en el medio natural aplicando técnicas de acampada que garanticen eficacia, confort y protección medioambiental.
- Desplazarse por barrancos de toda tipología, con o sin el uso de técnicas y materiales de progresión en función de la modalidad de descenso y equipamiento de las instalaciones.

+ Información Gratis

- Desplazarse por barrancos con cauce de agua activo s función de los fenómenos hidrológicos que se producen geológicos del cauce, aplicando criterios de seguridad e
- Utilizar el material deportivo de progresión de descens del barranco, evitando lesiones o accidentes, según criti preservando su estado y funcionamiento.
- Instalar y restaurar anclajes fijos o móviles utilizando la de descenso de barrancos ajustándose a criterios de se

para qué te prepara

La presente formación se ajusta al itinerario formativo de progresión en barrancos secos o acuáticos, certificando Competencia en él incluidas, y va dirigido a la acreditaci adquiridas a través de la experiencia laboral y de la form la obtención del correspondiente Certificado de Profesio convocatorias que vayan publicando las distintas Comu Ministerio de Trabajo (Real Decreto 1224/2009 de recor profesionales adquiridas por experiencia laboral).

+ Información Gratis

salidas laborales

Desarrolla su actividad profesional en el ámbito de actividades de naturaleza y en el del turismo activo, deportivo o de aventura, organización, desarrollo, seguimiento y evaluación de itinerarios para usuarios. La actividad profesional se realiza tanto de forma pública, ya sean administraciones generales, autonómicas o locales, como para clientes particulares y en grandes, medianas y pequeñas empresas de turismo activo, deportivo o de aventura. Empresas turísticas: hoteles, hostales, Agencias de viaje. Estaciones de esquí con oferta complementaria fuera de temporada. Refugios y albergues de montaña. Centros de actividades extraescolares. Casas de colonias, granjas educativas y deportivas y clubes deportivos y sociales. Compañías de guías de naturaleza. Empresas de servicios de formación de recursos humanos en parques naturales. Empresas de servicios de formación

+ Información Gratis

titulación

Una vez finalizado el curso, el alumno recibirá por parte del Oficial que acredita el haber superado con éxito todas las asignaturas del mismo.

Esta titulación incluirá el nombre del curso/máster, la duración del curso, el nombre del alumno, el nivel de aprovechamiento que acredita que el alumno ha superado, y las firmas del profesor y Director del centro, y los sellos de los centros emisoras (Instituto Europeo de Estudios Empresariales).

+ Información Gratis



INSTITUTO EUROPEO DE EST

como centro de Formación acreditado para la im
EXPIDE LA SIGUIENTE

NOMBRE DEL A

con D.N.I. XXXXXXXX ha superado los

Nombre de la Acc

de XXX horas, perteneciente al Plan de Formac
Y para que surta los efectos pertinentes queda registrado con

Con una calificación de €

Y para que conste expido la pre
Granada, a (día) de (m)

La dirección General

MARIA MORENO HIDALGO

Sellc



forma de bonificación

+ Información Gratis

www.formacioncontinua.eu

información y

UDIOS EMPRESARIALES

partición a nivel nacional de formación
TITULACIÓN

ALUMNO/A

estudios correspondientes de

ión Formativa

ión INESEM en la convocatoria de XXXX
número de expediente XXXX- XXXX-XXXX-XXXXXX

SOBRESALIENTE

esente TITULACIÓN en
es) de (año)

Firma del alumno/a

NOMBRE DEL ALUMNO/A



- Mediante descuento directo en el TC1, a cargo de los meses a la Seguridad Social.

+ Información Gratis

metodología

El alumno comienza su andadura en INESEM a través de una metodología de aprendizaje online, el alumno debe seguir un itinerario formativo, así como realizar las actividades y actividades del itinerario, el alumno se encontrará con el examen final con un mínimo del 75% de las cuestiones planteadas para poder acceder al título.

Nuestro equipo docente y un tutor especializado harán seguimiento de todos los progresos del alumno así como estableciendo consultas.

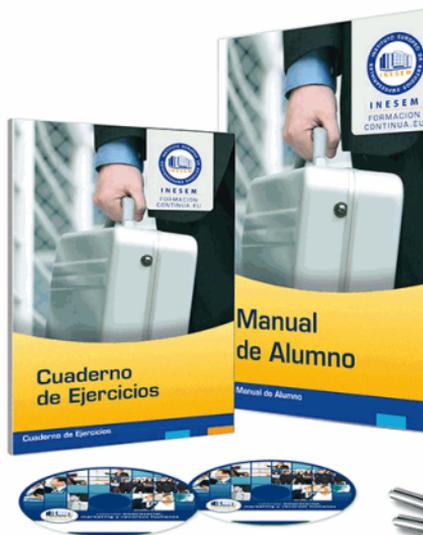
El alumno dispone de un espacio donde gestionar toda su formación en la Secretaría Virtual, y de un lugar de encuentro, Comunidad de Aprendizaje que enriquecerá su desarrollo profesional.

+ Información Gratis

materiales didácticos

- Manual teórico 'UF2879 Entorno Natural-Cartografía
- Manual teórico 'UF2474 Material Deportivo, Aproxim
- Manual teórico 'UF2475 Técnicas de Progresión en B

+ Información Gratis



+ Información Gratis

www.formacioncontinua.eu

información y

n en Barrancos Secos o Acuáticos



y matrículas: 958 050 240

fax: 958 050 245

profesorado y servicio de tutorías

+ Información Gratis

Nuestro equipo docente estará a su disposición para todo el contenido que pueda necesitar relacionado con el curso. Podemos contactarnos con nosotros a través de la propia plataforma o Chat, Email o un documento denominado “Guía del Alumno” entregado en PDF. Contamos con una extensa plantilla de profesores especializados y con una amplia experiencia en el ámbito docente.

El alumno podrá contactar con los profesores y formular preguntas o como solicitar información complementaria, fuentes bibliográficas. Podrá hacerlo de las siguientes formas:

- **Por e-mail:** El alumno podrá enviar sus dudas y conseguir una respuesta en un plazo máximo de 48 horas.

- **Por teléfono:** Existe un horario para las tutorías telefónicas para hablar directamente con su tutor.

- **A través del Campus Virtual:** El alumno/a puede contactar con el personal del mismo, pudiendo tener acceso a Secretaría, agilizando sus trámites.

+ Información Gratis

+ Información Gratis

www.formacioncontinua.eu

información y

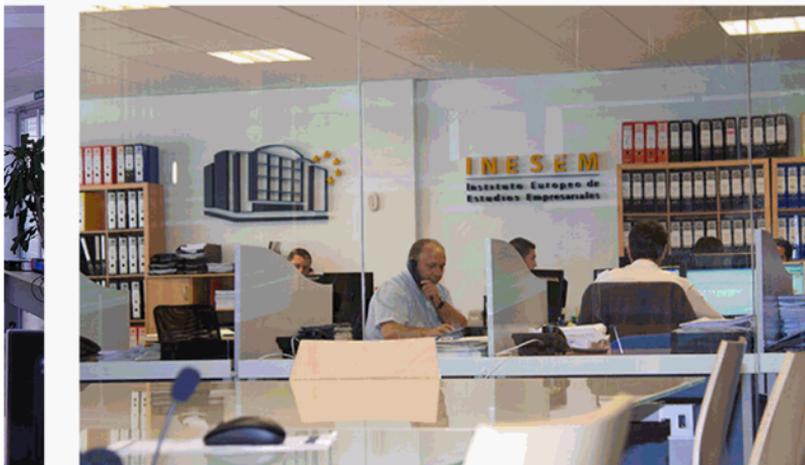


+ Información Gratis

www.formacioncontinua.eu

información y

n en Barrancos Secos o Acuáticos



y matrículas: 958 050 240

fax: 958 050 245

plazo de finalización

El alumno cuenta con un período máximo de tiempo para completar el curso de la misma duración del curso. Existe por tanto un calendario de fin.

campus virtual online

especialmente dirigido a los alumnos matriculados en cursos de inesem ofrece contenidos multimedia de alta calidad

+ Información Gratis

La finalización del curso, que dependerá de la modalidad formativa con una fecha de inicio y una fecha

En cursos de modalidad online, el campus virtual y ejercicios interactivos.

comunidad

servicio gratuito que permitirá al alumno formar parte de una comunidad que disfruta de múltiples ventajas: becas, descuentos y programas para aprender idiomas...

revista digital

el alumno podrá descargar artículos sobre e-learning, artículos de opinión, noticias sobre convocatorias de oposiciones, administración, ferias sobre formación, etc.

secretaría

+ Información Gratis

Este sistema comunica al alumno directamente con nuestro equipo de matriculación, envío de documentación y solución de dudas.

Además, a través de nuestro gestor documental, el alumno puede consultar sus documentos, controlar las fechas de envío, finalización y lo relacionado con la parte administrativa de sus cursos, así como el seguimiento personal de todos sus trámites con INESEM.

programa formativo

MÓDULO 1. TÉCNICAS DE PROGRESIÓN ACUÁTICAS.

UNIDAD FORMATIVA 1. ENTORNO NATURAL, CLIMA Y ORIENTACIÓN

+ Información Gratis

UNIDAD DIDÁCTICA 1. CARTOGRAFÍA EN ACTIVIDADES

1. Forma y dimensiones de la Tierra:

- 1.- El relieve terrestre.
- 2.- Coordenadas geográficas de un punto: longitud y latitud.
- 3.- Concepto de mapa.
- 4.- Distancia entre dos puntos de la Tierra.

2. Proyecciones:

- 1.- Cartográficas.
- 2.- Cilíndrica.
- 3.- U.T.M.
- 4.- Polar.

3. Mapas:

- 1.- Concepto de mapa y tipos.
- 2.- Escalas: gráfica y numérica, cálculo de distancias.
- 3.- Información recogida en los mapas: símbolos y colores.
- 4.- Límites administrativos y datos estadísticos.
- 5.- Toponimia.

4. Mapas topográficos:

- 1.- Curvas de nivel: interpretación del relieve y representación.
- 2.- Equidistancia entre curvas de nivel.

+ Información Gratis

3.- Diferencias de nivel o desniveles: cota de un punto en un gráfico de pendientes.

4.- Cálculo de distancias en los mapas topográficos

5.- Mapas topográficos en los deportes de orientación

5. Cartografía en los deportes de orientación:

1.- Tipos de actividades, competiciones y eventos

2.- Los mapas en los deportes de orientación: escalas

3.- Trazado de recorridos, balizas, hoja de control,

UNIDAD DIDÁCTICA 2. ECOLOGÍA Y RECONOCIMIENTO

1. Aspectos morfo-geológicos y tipos de rocas: sedimentarias

2. Impacto medioambiental de las prácticas deportivas

3. Protocolos de actuación en el entorno natural.

4. Educación ambiental:

1.- Objetivos de la educación ambiental.

2.- Actividades de educación ambiental.

3.- Recursos para la educación ambiental.

4.- Fomento de actitudes hacia el medio ambiente.

5.- Metodología de la educación ambiental.

5. Espacios naturales tipificados de protección:

1.- Parques nacionales, naturales y regionales.

+ Información Gratis

- 2.- Reservas naturales, concertadas, integrales, de
 - 3.- Paraje natural, municipal y monumento natural.
 - 4.- Paisaje protegido.
 - 5.- Parque rural y periurbano.
 - 6.- Corredor ecológico y de biodiversidad.
 - 7.- Humedal y embalses protegidos.
 - 8.- Montes protectores, protegidos y preservados.
 - 9.- Zonas de importancia comunitaria.
 - 10.- Zonas especiales de conservación y de protección
 - 11.- Áreas naturales singulares y de especial interés
 - 12.- Áreas rurales de interés paisajístico.
 - 13.- Lugares de interés científico.
 - 14.- Áreas de especial protección de rías y litoral.
 - 15.- Áreas de Biotopo protegido.
6. Tipos de valle de montaña: valles de origen glaciar y
7. Interpretación relieves orográficos:
- 1.- Morfología y orografía-Líneas de relieve: cordillera
 - 2.- Divisoria de vertientes y ladera: montes, colinas
 - 3.- Superficies de drenaje: vaguadas, barrancos, ramblas
 - 4.- Collados o puertos.

+ Información Gratis

5.- Hoyas y depresiones.

6.- Otros relieves: dolinas, lapiaz, glaciares, morrer

8.Ecosistemas tipo de montaña.

9.Observación directa de especies vegetales y animal

10.Zonas de interés en el ámbito comarcal y regional: (

11.Medio de montaña y su caracterización ecológica.

12.Turismo en el medio natural: turismo deportivo, eco

13.Aspectos antropológicos y socioculturales autóctono

UNIDAD DIDÁCTICA 3. METEOROLOGÍA Y ACTIVIDADES

1.Circulación general atmosférica

2.Visibilidad en montaña:

1.- Punto de rocío.

2.- Calima.

3.- Niebla.

4.- Neblina.

5.- Bruma.

3.Presión atmosférica: definición y variación.

4.Nubes: definición, partes, tipos según su génesis y c

5.Actuación en caso de tempestades, niebla y viento.

6.Riesgos asociados a los fenómenos atmosféricos y l

+ Información Gratis

7. Peligros objetivos en baja y media montaña derivados
 - 1.- Atmosféricos: niebla, temperatura, humedad, visibilidad.
 - 2.- Terrestres: desprendimientos de piedras, cauce de ríos.
8. Configuraciones isobáricas:
 - 1.- Isobaras.
 - 2.- Isotermas.
 - 3.- Depresión.
 - 4.- Anticiclón.
 - 5.- Cuñas.
 - 6.- Vaguadas.
9. Viento:
 - 1.- Gradiente horizontal de presión.
 - 2.- Viento geostrofico.
 - 3.- Viento de gradiente.
10. Masas de aire:
 - 1.- Aire polar.
 - 2.- Aire tropical.
 - 3.- Aire continental.
11. Frentes y líneas de inestabilidad:
 - 1.- Frío.

+ Información Gratis

2.- Templado.

3.- Ocluido.

12.Nieblas:

1.- De enfriamiento.

2.- De evaporación.

3.- De mezcla.

13.Análisis y predicción del tiempo.

14.Predicción meteorológica sinóptica:

1.- Método de las trayectorias.

2.- Método del viento geostrófico.

15.Predicción meteorológica por observaciones:

1.- Por indicios naturales.

2.- Variación de la presión atmosférica.

3.- Características de las nubes.

4.- Tipo y forma de precipitaciones.

UNIDAD DIDÁCTICA 4. ORIENTACIÓN EN ACTIVIDAD

1.Cartografía específica.

2.El mapa topográfico:

1.- Curvas de nivel: interpretación del relieve y representación

2.- Equidistancia entre curvas de nivel.

+ Información Gratis

3.- Diferencias de nivel o desniveles: cota de un punto en un gráfico de pendientes.

4.- Cálculo de distancias en los mapas topográficos.

5.- Mapas topográficos en los deportes de orientación.

3. Ángulos en el terreno y en el plano:

1.- Direcciones cardinales.

2.- Azimut.

3.- Polos geográficos y polos magnéticos.

4.- Meridiana magnética.

5.- Rumbo y declinación magnética: variación anual.

4. Técnicas de orientación con Brújula:

1.- Características, componentes, funcionamiento,

2.- Norte geográfico y magnético.

3.- Declinación e inclinación.

4.- Uso combinado de brújula y mapa: orientación en el terreno con mapa.

5.- Orientación física, sobre el terreno con la brújula.

6.- Materiales y elementos que alteran el buen funcionamiento de la brújula.

7.- Navegación terrestre utilizando la brújula y el mapa.

5. Técnicas de orientación con GPS:

+ Información Gratis

- 1.- Constelación de satélites: rastreo de satélites y
 - 2.- Características, funcionamiento, tipos y limitaciones
 - 3.- Coordenadas para el GPS: toma e introducción
 - 4.- Sistemas de argumentación basados en satélite
 - 5.- Navegación con G.P.S y concepto de waypoint
 - 6.- Uso combinado de GPS y mapa: orientación de mapa.
 - 7.- Configuración del GPS.
 - 8.- GPS. y medición de la altitud.
6. Aparatos complementarios que ayudan a la orientación: curvómetro.
7. Técnicas de orientación sin instrumentos auxiliares:
- 1.- Movimientos de la Tierra: las estaciones, la duración
 - 2.- Referencias para la orientación por el sol: métodos
 - 3.- Referencias para la orientación nocturna: la luna y referencias.
 - 4.- Referencias para la orientación por indicios: naturales
8. Estrategias de orientación en las actividades deportivas:
- 1.- Técnicas de orientación precisa.
 - 2.- Técnicas de orientación somera.

+ Información Gratis

3.- Técnicas de orientación con visibilidad reducida

UNIDAD FORMATIVA 2. MATERIAL DEPORTIVO BARRANQUISMO

UNIDAD DIDÁCTICA 1. EQUIPO Y MATERIAL DEPOR BARRANCOS.

1. Normativa de homologación de materiales en Europa

2. Criterios de selección de materiales deportivos de protección individual.

3. Indumentaria:

1.- Diseño y materiales utilizados en la fabricación: usos y aplicaciones.

2.- Teoría de las capas: interior, intermedia y protección

3.- Ropa interior en las actividades de descenso de

4.- Capa exterior: el neopreno como vestimenta de

5.- Complementos al neopreno: escaupines, guante

4. Calzado:

1.- Materiales y tejidos para la fabricación del calza

2.- Criterios de selección en función de la tipología

3.- Interacción pie-calzado: congruencia morfo-funcional
el uso del calzado para actividades de deportivas de des

+ Información Gratis

5. Arnés:

- 1.- Diseño y materiales de fabricación.
- 2.- Características técnicas.
- 3.- Control de los puntos sensibles.
- 4.- Almacenamiento.

6. Descendedor:

- 1.- Diseño y materiales de fabricación.
- 2.- Características técnicas.
- 3.- Control de desgaste.

7. Cabos de anclaje:

- 1.- Diseño y materiales de fabricación.
- 2.- Características técnicas.
- 3.- Control del estado del material y puntos de unión.
- 4.- Control de la fecha de fabricación.
- 5.- Almacenamiento.

8. Casco:

- 1.- Diseño y materiales de fabricación.
- 2.- Características técnicas.
- 3.- Control y frecuencia de reposición.
- 4.- Factores que disminuyen y acortan las características.

+ Información Gratis

9. Cuerda:

- 1.- Características.
- 2.- Control de estado.
- 3.- Control de fecha de fabricación.
- 4.- Protectores.
- 5.- Cuidado durante el transporte y utilización.
- 6.- Mantenimiento.
- 7.- Frecuencia de reposición.

10. Mosquetones:

- 1.- Tipos y materiales de fabricación.
- 2.- Control de puntos sensibles.
- 3.- Mantenimiento.

11. Mochila y bidón estanco:

- 1.- Diseño y materiales de fabricación.
- 2.- Materiales de construcción.

12. Equipo complementario:

- 1.- Cordinos y cintas auxiliares.
- 2.- Cintas exprés.
- 3.- Maillones rápidos.
- 4.- Gafas de buceo.

+ Información Gratis

5.- Navaja.

6.- Silbato.

13. Accesorios y materiales para el autocuidado y la protección:

1.- Productos específicos para las rozaduras, erosión y quemaduras.

2.- Botiquín básico de autocuidado y protección personal.

3.- Accesorios y elementos de aseo personal: criterios de uso personal, huella ecológica de los productos utilizados.

14. Materiales y recursos de acampada y pernoctación:

1.- Criterios de selección por la tipología del entorno.

2.- Criterios de selección por ergonomía, volumen, peso.

3.- Materiales y tejidos para la fabricación de tiendas.

4.- Tiendas de campaña: tipos, características y aplicaciones.

5.- Sacos de dormir: tipos, características y aplicaciones.

6.- Techos y protecciones: técnicas y materiales para su fabricación.

7.- Seguridad y prevención medioambiental en la selección de recursos de acampada y pernoctación.

15. Mantenimiento preventivo, operativo y correctivo de equipos deportivos de descenso de barrancos:

1.- Diseño y materiales de fabricación: propiedades específicas de restitución de su integridad física y propiedades de protección.

+ Información Gratis

- 2.- Errores de uso de los distintos equipos, prendas
- 3.- Caducidad del material de progresión y seguridad
- 4.- Análisis y criterios de diagnóstico precoz y preventivo
- 5.- Concepto y diferencias entre mantenimiento preventivo y correctivo
- 6.- Mantenimiento preventivo: técnicas y criterios de deterioro y de roturas.

7.- Mantenimiento operativo: técnicas y criterios de funcionalidad y seguridad de los materiales reparados.

8.- Mantenimiento correctivo: técnicas y criterios de técnico especializado, comunicación y gestión de la reparación

9.- Criterios de almacenamiento y transporte del material

10.- Forros polares 100 % reciclados. Otros tejidos

UNIDAD DIDÁCTICA 2. RECURSOS Y MEDIOS DE FORTUNA ACTIVIDADES DEPORTIVAS EN DESCENSO DE BARRANCOS

1. Interpretación y estudio de campo del entorno:

1.- Características, ambiente, clima y tipología del terreno

2.- Régimen hídrico de barrancos.

3.- Recursos naturales para atender a las contingencias

2. Contingencias habituales en las instalaciones de rapel y medios de fortuna.

+ Información Gratis

3. Equipo básico de supervivencia y reparación con recursos de fortuna:

1.- Herramientas polifuncionales: elementos de construcción de fortuna.

2.- Criterios de ergonomía y peso para su inclusión en el equipo.

4. Reparación del material deportivo con medios de fortuna:

1.- Habilidades manuales y adaptación de técnicas de fortuna a los medios de fortuna.

2.- Posibilidades de uso y aplicación de los materiales naturales para efectuar reparaciones de fortuna.

3.- Recursos naturales del entorno para efectuar reparaciones de fortuna.

5. Adecuación de un refugio con medios de fortuna.

6. Construcción de útiles de inmovilización y transporte:

1.- Recursos y técnicas para inmovilizar accidentes corporales.

2.- Recursos y técnicas para transportar accidentes corporales.

3.- Polispastos de fortuna.

7. Material de equipamiento de fortuna:

1.- Material de equipamiento fijo: maza, espitador, etc.

2.- Material de equipamiento removible: maza y clavos.

8. Recursos y técnicas para señalar la posición propia y de otros.

UNIDAD DIDÁCTICA 3. TÉCNICAS DE PROGRESIÓN

+ Información Gratis

APROXIMACIÓN A BARRANCOS.

1. Biomecánica de la locomoción humana:

- 1.- La marcha humana: consideraciones anatómicas
- 2.- Raquis y relación segmentaria: implicaciones y
- 3.- Cadenas musculares implicadas en la marcha, prevención y mejora.
- 4.- Alteraciones morfofuncionales, consecuencias
- 5.- Adaptaciones posturales durante la marcha, con
- 6.- Estrés mecánico de la columna vertebral sometida (reparto ergonómico de los materiales que se transporta)
- 7.- El pie-estructura cupular: arco de carga; el arco
- 8.- Estrés mecánico de las estructuras anatómicas (calzado) y medidas correctivas y de recuperación.

2. Técnicas generales de marcha, por terreno variado :

3. Técnicas específicas de marcha:

- 1.- Progresión sin impactar en el entorno: la deforestación
- 2.- Progresión sin molestar a flora ni fauna.
- 3.- Progresión en pendientes fuertes de hierba.
- 4.- Progresión en laderas con canchales y gleras.
- 5.- Progresión por terreno inseguro, detección y su

+ Información Gratis

- 6.- Técnicas de descenso cara a la pendiente.
- 7.- Técnicas de ascenso y descenso en zigzag.
- 8.- Técnicas de vadeo de ríos, torrentes y zonas peligrosas.
- 9.- Equipo: modo de transporte, Distribución y organización.
- 4.Aseguramiento de fortuna en situaciones de riesgo.
- 5.Estrategias de avituallamiento, alimentación, hidratación.
- 6.Acampada y vivac durante las actividades de descenso.
- 7.Acampada en el medio natural: legislación básica y normativa.
- 8.Criterios de selección y adecuación del lugar para la acampada.
- 9.Principios del aislamiento térmico y la pérdida de calor.
- 10.Tipos de tienda y la adecuación de sus usos. Personalización.
- 11.Orientación de las tiendas según los vientos dominantes y condiciones adversas.
- 12.Instalación de tiendas en terreno con peligros potenciales:
 - 1.- Terreno inundable: proximidades a ríos.
 - 2.- Paredes con caídas de piedras.
 - 3.- Terreno expuesto a condiciones climatológicas: nevadas, heladas.
- 13.El Vivac: vivac preparado.
 - 1.- Materiales para el vivac: fundas, aislantes, mantas.
 - 2.- Criterios de selección del lugar.

+ Información Gratis

- 3.- Adaptaciones del medio natural de bajo impacto
- 4.- Gestión de tiempos para la confección del vivac
- 5.- Preparación de alimentos-cocinado en el vivac.
- 6.- Gestión de residuos.

14.El de vivac de fortuna:

- 1.- Material de progresión y protección como aislante
- 2.- Criterios de selección del lugar en función de la zona
- 3.- Elementos generadores de calor: hornillos y velas

15.Procedimientos y técnicas de acampada para minirutas:

- 1.- Acondicionamiento del espacio de acampada y selección de zona
- 2.- Montaje y desmontaje de tiendas y elementos de protección
- 3.- Transporte, tratamiento y eliminación de residuos
- 4.- Higiene personal y de limpieza de útiles de cocina

16.Preparación de alimentos:

- 1.- Tipos de alimentos: necesidades de procesado
- 2.- Utensilios de manipulación: cubiertos y recipientes
- 3.- Utensilios de calor para el cocinado-hornillos: tipos

ecológicos de su uso.

UNIDAD FORMATIVA 3. TÉCNICAS DE PROGRESIÓN

UNIDAD DIDÁCTICA 1. PROGRESIÓN EN BARRANCOS

+ Información Gratis

CUERDA.

1. La biomecánica deportiva y las fuerzas de oposición
 - 1.- El centro de gravedad del organismo.
 - 2.- El equilibrio estático y dinámico.
 - 3.- La base de sustentación.
 - 4.- La base de suspensión.
 - 5.- Componentes de fuerza implicadas en la progresión.
 - 6.- Movimientos estáticos y dinámicos durante la progresión.
2. Técnicas específicas de barrancos de progresión sin cuerda
 - 1.- Trepada y «destrepada».
 - 2.- Agarres y apoyos.
 - 3.- Técnica de superación de chimeneas y pasos estrechos.
 - 4.- Marcha en barrancos: caídas de bloques, en zonas de nieve.
 - 5.- Técnicas especiales: salto, deslizamiento en tobillos.
 - 6.- Ayudas durante la progresión sin cuerda.
3. Técnicas de progresión con cuerda:
 - 1.- La técnica de rápel en función del caudal.
 - 2.- Los sistemas desembragables en cabecera: nudos de seguridad.
 - 3.- Técnicas de «rápel» con caudal de agua y fenómenos de resaca.
 - 4.- El rápel fraccionado.

+ Información Gratis

- 5.- El rápel en «cordelette».
- 6.- Técnicas de aseguramiento en rápel.
- 7.- Descensos en polea.
- 8.- Pasamanos.
- 4.El descuelgue asistido:
 - 1.- Empleando nudos.
 - 2.- Empleando aparatos mecánicos.
- 5.Modos de transporte del material en barrancos.

UNIDAD DIDÁCTICA 2. PROGRESIÓN EN BARRANCOS

- 1.Conceptos básicos de hidrología:
 - 1.- El flujo.
 - 2.- El caudal.
 - 3.- La velocidad.
 - 4.- Las corrientes.
 - 5.- La flotabilidad.
- 2.Fenómenos hidrológicos en aguas vivas:
 - 1.- Contracorrientes.
 - 2.- Sifones.
 - 3.- Drosajes.
 - 4.- Rebufos.

+ Información Gratis

- 5.- Remolinos.
 - 6.- Setas de agua.
 - 7.- Encorbatados.
3. Técnicas de natación en aguas tranquilas:
- 1.- Natación sin y con mochila.
 - 2.- Apnea.
 - 3.- Aprovechamiento de la fuerza impulsora de las
 - 4.- Superación de dificultades.
4. Técnicas de natación en aguas bravas:
- 1.- Posición de defensa: «flotting».
 - 2.- Ángulo de incidencia.
 - 3.- Tomas de corriente.
 - 4.- Desplazamientos en la corriente.
5. Superación de dificultades en el medio acuático sin
- 1.- Drosajes
 - 2.- Remolinos.
 - 3.- Encorbatados.
 - 4.- Rebufos.
6. Ayudas desde el exterior con cuerda.
7. Cruce de ríos: en grupo y con la ayuda de la cuerda

+ Información Gratis

UNIDAD DIDÁCTICA 3. UTILIZACIÓN Y MANTENIMIENTO DE BARRANCOS.

1. Equilibrado de fuerzas sobre los anclajes de una instalación.
2. Mantenimiento preventivo de:
 - 1.- Mosquetones.
 - 2.- Cabos de anclaje.
 - 3.- Descendedores.
 - 4.- Cuerdas, cordinos y cintas planas.
 - 5.- Traje de neopreno y complementos.
 - 6.- Mochila.
 - 7.- Casco.
3. Mantenimiento operativo de:
 - 1.- Mosquetones.
 - 2.- Traje de neopreno y complementos.
 - 3.- Mochila.
4. Fuerzas de acción sobre los mosquetones:
 - 1.- Punto de aplicación de las fuerzas.
 - 2.- El trabajo triaxial.
 - 3.- Colocación en los anclajes de una instalación.
5. Utilización de la cuerda y cordinos:

+ Información Gratis

- 1.- Plegado de cuerda para el rápel e introducción
 - 2.- Alteración de la resistencia de cuerdas, cordinos
 - 3.- Nudos de anclaje: ocho, nueve y ballestrinque.
 - 4.- Nudos de unión de cuerdas: pescador doble.
 - 5.- Nudos especiales: mariposa, corazón, dinámico
 - 6.- Nudos de autobloqueo: Machard, valdostano, tr
- 6.Las fuerzas sobre los anclajes de una instalación:
- 1.- Extracción, cizalla y torsión.
 - 2.- Colocación de mosquetones.
 - 3.- Métodos de distribución de las fuerzas sobre los
 - 4.- Efecto polea en los descuelgues.
- 7.Movimientos ascendentes sobre la cuerda:
- 1.- Empleando nudos.
 - 2.- Sistemas mixtos de nudos y aparatos.
- 8.Movimiento descendente sobre la cuerda en tensión
- 1.- Empleando nudos.
 - 2.- Empleando el descendedor.
- 9.Maniobras especiales de cuerda:
- 1.- Tensado de cuerda.
 - 2.- Teleféricos.

+ Información Gratis

3.- «Tirolinas».

UNIDAD DIDÁCTICA 4. INSTALACIONES Y ANCLAJES:

1. Anclajes:

1.- Tipos: naturales y artificiales.

2.- Materiales de fabricación.

3.- Ubicación en los barrancos.

4.- Selección de anclajes en función del sustrato y

5.- Métodos de instalación en función del tipo de ar

6.- Control de su estado.

7.- Material de instalación de anclajes de reserva-s

2. Las Instalaciones artificiales de «rápel»:

1.- Ubicación.

2.- Número de anclajes.

3.- Control de estado.

4.- Mantenimiento.

5.- Valoración del estado de los anclajes de una ins

3. Equipo y material para la instalación de anclajes ren

1.- Maza.

2.- Anclajes: clavos y empotradores.

3.- Instalaciones empleando cuerdas o cordinos.

+ Información Gratis

4. Equipo y material para la instalación de anclajes aut
 - 1.- La maza.
 - 2.- El mango «mandril».
 - 3.- Los tacos autoperforantes: colocación y expans
 - 4.- Tornillos y chapas.
 - 5.- Control de estado.
5. Equipo y material para instalaciones de anclajes de
 - 1.- Los anclajes de autoexpansión.
 - 2.- La chapas, anillas y «maillones».
 - 3.- El taladro y brocas.
 - 4.- El soplador.
 - 5.- El par de apriete.
 - 6.- Ubicación y distancia entre anclajes.
 - 7.- Control de estado.
6. Equipo y material para la instalación de anclajes quí
 - 1.- Los tensores.
 - 2.- La resina.
 - 3.- El taladro y brocas.
 - 4.- Escobillas y sopladores.
 - 5.- Pistola inyectora.

+ Información Gratis

- 6.- El secado y fraguado.
- 7.- Ubicación y distancia entre anclajes.
- 8.- Control de estado.

+ Información Gratis