



## Curso virtual. Planifica tu actividad senderista y de montaña con menores (4ª edición)

### OBJETIVO:

Esta formación realiza un repaso completo al proceso que debe seguirse para planificar y llevar a cabo actividades senderistas y de montaña con menores en el medio natural.

- La formación se realizará de manera virtual. Cada alumno dispondrá de tiempo suficiente para el seguimiento del curso, su evaluación y la realización de los ejercicios prácticos propuestos.
- Para su seguimiento se requiere de un ordenador o tablet con conexión a internet.
- Consta de 10 módulos evaluables, y 4 ejercicios prácticos que se deberán remitir vía la plataforma del curso.
- Durante el curso se realizarán dos tutorías para resolución de dudas. Se atenderán también consultas y dudas a través del foro.

### DESTINATARIOS:

- Monitores y Directores de tiempo libre que realizan o van a realizar actividades de montañas o senderistas en el medio natural con menores.
- Responsables de entidades que organizan campamentos y colonias en Aragón.
- Jóvenes y personas interesadas en esta formación.

**FECHAS:** del 28 de marzo al 30 de abril

**LUGAR:** On line

**PLAZAS:** 100 plazas

**DURACIÓN:** 40 h

### PROGRAMA:

<b>MÓDULO 0</b>	<b>Introducción y consideraciones</b>	<b>1 h</b>
	<ul style="list-style-type: none"><li>• Planteamiento del curso y temporización</li><li>• Repaso a la normativa vigente en Aragón</li></ul>	
<b>MÓDULO 1</b>	<b>Planifica la actividad</b>	<b>3 h</b>
	<ul style="list-style-type: none"><li>• Valorar al grupo</li><li>• Dónde informarse</li><li>• Datos de la ruta. El MIDE. El Plan B</li><li>• Reconocimiento de la ruta</li><li>• Deja dicho dónde vas: ficha de aviso</li></ul>	
<b>MÓDULO 2</b>	<b>Equipa tu mochila</b>	<b>2 h</b>
	<ul style="list-style-type: none"><li>• Vestirse en montaña</li><li>• Calzarse en montaña</li><li>• Material en la mochila</li><li>• Material del equipo de monitores</li></ul>	
<b>MÓDULO 3</b>	<b>Actúa con prudencia</b>	<b>3 h</b>
	<ul style="list-style-type: none"><li>• Elección del horario</li><li>• Valorar el estado del grupo</li><li>• Valorar las condiciones meteorológicas</li><li>• Valorar el plan B</li></ul>	



<b>MÓDULO 4</b>	<b>Actividades en alta montaña y otras actividades técnicas</b>	<b>2 h</b>
	<ul style="list-style-type: none"><li>• Actividades técnicas y de alta montaña</li><li>• Pisar nieve: información de última hora y plan B</li><li>• Consideraciones para progresar por terreno de alta montaña</li><li>• Planifica+equipa+actua en alta montaña</li></ul>	
<b>MÓDULO 5</b>	<b>Herramientas para comunicarse. Llamada al 112</b>	<b>4 h</b>
	<ul style="list-style-type: none"><li>• Repaso a la conducta PAS en actividades senderista y de montaña</li><li>• Cobertura 2G, mapas de cobertura y aviso diferido</li><li>• Envío de coordenadas</li><li>• Teléfonos satelitales, walkie-talkies y geolocalizadores</li><li>• Socorrer: algunas consideraciones sobre cómo actuar</li></ul>	
<b>MÓDULO 6</b>	<b>Herramientas para orientarse 1: los mapas</b>	<b>4 h</b>
	<ul style="list-style-type: none"><li>• Coordenadas geográficas y coordenadas UTM</li><li>• Los mapas: tipos de mapas, elementos del mapa</li><li>• La escala y las curvas de nivel. Calcular horarios a partir del mapa</li><li>• Fuentes de mapas. Cada participante con su mapa</li><li>• Orientar el mapa: la brújula y el GPS</li></ul>	
<b>MÓDULO 7</b>	<b>Herramientas para orientarse 2: el GPS</b>	<b>4 h</b>
	<ul style="list-style-type: none"><li>• El sistema GPS. Qué es y que nos aporta</li><li>• Tipos de GPS. El GPS de nuestro Smartphone</li><li>• Principales utilidades del GPS en nuestras actividades en el medio natural</li></ul>	
<b>MÓDULO 8</b>	<b>Nociones sobre meteorología</b>	<b>3 h</b>
	<ul style="list-style-type: none"><li>• Conceptos básicos</li><li>• Observando las nubes. Tipos de nubes</li><li>• Boletines de previsión meteorológica. Avisos meteorológicos</li><li>• Herramientas de observación meteorológica</li><li>• Cómo actuar ante los principales fenómenos meteorológicos adversos</li></ul>	
<b>MÓDULO 9</b>	<b>Actividades formativas para hacer con menores sobre seguridad en montaña</b>	<b>2 h</b>
	<ul style="list-style-type: none"><li>• Educar en una "montaña segura": propuesta de actividades para trabajar la seguridad en montaña con menores</li></ul>	
<b>MÓDULO 10</b>	<b>Otros recursos</b>	<b>1 h</b>
	<ul style="list-style-type: none"><li>• Listado a los recursos disponibles</li></ul>	
<b>EJERCICIOS PRÁCTICOS</b>	<b>Elaboración de 4 ejercicios prácticos</b>	<b>11 h</b>

**INSCRIPCIÓN:** <http://servicios3.aragon.es/wiaj/> Gratuita, por orden de recepción de solicitudes hasta completar las plazas.

Se entregará certificado de asistencia a los alumnos que completen el Curso.

**Tel.:** 976716936 - 976713428

**E-mail:** [formacion.iaj@aragon.es](mailto:formacion.iaj@aragon.es)