



## PROCEDIMIENTO DE EVALUACIÓN Y ACREDITACIÓN DE LAS COMPETENCIAS PROFESIONALES

**CUALIFICACIÓN PROFESIONAL: BALIZAMIENTO DE PISTAS, SEÑALIZACIÓN Y SOCORRISMO EN ESPACIOS ESQUIABLES.**

**Código: AFD501\_2**

**NIVEL: 2**

### CUESTIONARIO DE AUTOEVALUACIÓN PARA LAS TRABAJADORAS Y TRABAJADORES

#### UNIDAD DE COMPETENCIA

**“UC1634\_2: Desplazarse por el medio nevado ejecutando técnicas de esquí alpino para prevenir accidentes y rescatar víctimas en espacios esquiables”.**

#### LEA ATENTAMENTE LAS INSTRUCCIONES

Conteste a este cuestionario de **FORMA SINCERA**. La información recogida en él tiene **CARÁCTER RESERVADO**, al estar protegida por lo dispuesto en la Ley Orgánica 15/1999, de 13 de diciembre, de protección de datos de carácter personal.

Su resultado servirá solamente para ayudarle, **ORIENTÁNDOLE** en qué medida posee la competencia profesional de la “UC1634\_2: Desplazarse por el medio nevado ejecutando técnicas de esquí alpino para prevenir accidentes y rescatar víctimas en espacios esquiables”.

No se preocupe, con independencia del resultado de esta autoevaluación, Ud. **TIENE DERECHO A PARTICIPAR EN EL PROCEDIMIENTO DE EVALUACIÓN**, siempre que cumpla los requisitos de la convocatoria.

|  |        |
|--|--------|
| Nombre y apellidos del trabajador/a:<br>NIF: | Firma: |
| Nombre y apellidos del asesor/a:<br>NIF:     | Firma: |



### INSTRUCCIONES CUMPLIMENTACIÓN DEL CUESTIONARIO:

Las actividades profesionales aparecen ordenadas en bloques desde el número 1 en adelante. Cada uno de los bloques agrupa una serie de actividades más simples (subactividades) numeradas con 1.1., 1.2.,..., en adelante.

Lea atentamente la actividad profesional con que comienza cada bloque y a continuación las subactividades que agrupa. Marque con una cruz, en los cuadrados disponibles, el indicador de autoevaluación que considere más ajustado a su grado de dominio de cada una de ellas. Dichos indicadores son los siguientes:

1. No sé hacerlo.
2. Lo puedo hacer con ayuda
3. Lo puedo hacer sin necesitar ayuda
4. Lo puedo hacer sin necesitar ayuda, e incluso podría formar a otro trabajador o trabajadora.

| <i>1: Preparar el material deportivo, personal y de seguridad necesario para el desplazamiento por el medio nevado utilizando tablas de esquí alpino.</i>  | INDICADORES DE AUTOEVALUACIÓN |                          |                          |                          |
|--|-------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
|  | 1                             | 2                        | 3                        | 4                        |
| 1.1: Seleccionar el material deportivo, personal y de seguridad teniendo en cuenta las condiciones climáticas y las condiciones del medio nevado, asegurando su idoneidad y atendiendo a la optimización de uso. | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 1.2: Comprobar las fijaciones de seguridad regulando periódicamente su dureza y pretensión según la técnica de esquí, el estado del medio nevado y las características antropométricas del profesional.          | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 1.3: Ajustar las botas en los pies mediante los ganchos atendiendo a criterios de eficacia y seguridad en el desplazamiento en el medio nevado.  | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 1.4: Constatar la colocación apropiada de las botas insertándolas en las fijaciones de seguridad con criterios de adecuación al desplazamiento en el medio nevado de manera segura.                              | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 1.5: Preparar el material de balizamiento, señalización, rescate y protección personal según las condiciones climáticas como temperatura, viento, lluvia, nieve, visibilidad y otras asegurando su idoneidad.    | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 1.6: Mantener el material de balizamiento, señalización, rescate y protección personal de forma periódica limpiándolo, revisándolo y reparándolo asegurando sus condiciones de uso.                              | <input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |



| <b>2: Desplazarse por el medio nevado con técnicas generales de esquí alpino transportando el material de balizamiento, señalización y de rescate de víctimas.</b>  | <b>INDICADORES DE AUTOEVALUACIÓN</b> |                          |                          |                          |
|---|--------------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
|   | <b>1</b>                             | <b>2</b>                 | <b>3</b>                 | <b>4</b>                 |
| 2.1: Calzarse y descalzarse los esquís en cualquier tipo de superficie orientándolos en el terreno según la orografía y las condiciones climáticas asegurando su estabilidad y firmeza.   | <input type="checkbox"/>             | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2.2: Levantarse en el medio nevado manteniendo los esquís en las botas, mediante la técnica apropiada, con diligencia y seguridad economizando el gasto energético.   | <input type="checkbox"/>             | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2.3: Ejecutar el descenso directo, la diagonal a la pendiente y el derrapaje según los tipos de pendientes y estados del medio nevado.  | <input type="checkbox"/>             | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2.4: Virar adecuando el ritmo y la velocidad al estado del medio nevado, pendiente, condiciones climáticas y densidad del tráfico en las pistas consiguiendo una trayectoria segura y rápida.   | <input type="checkbox"/>             | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2.5: Controlar el desplazamiento utilizando las técnicas de reducción de velocidad y parada con prontitud y seguridad.  | <input type="checkbox"/>             | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2.6: Desplazarse por terrenos llanos y ligeros ascensos mediante las técnicas de escalera, cuña invertida, paso patinador y remo.   | <input type="checkbox"/>             | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2.7: Desplazarse con tablas de esquí alpino en cualquier condición del medio nevado combinando los deslizamientos y el control de velocidad, con fluidez y dinamismo asegurando el acceso a cualquier lugar del espacio esquiable y respondiendo al servicio demandado. | <input type="checkbox"/>             | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2.8: Desplazarse con las tablas de esquí alpino y los recursos materiales adaptando las técnicas de esquí a los materiales a trasladar.   | <input type="checkbox"/>             | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |