

condiciones de distintos conductores y terrenos.	<p>y del conductor.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Adaptar los elementos de la bicicleta a las características individuales del conductor. - Determinar la distribución adecuada del material y equipo en las alforjas. - Indicar el listado de herramientas y recambios necesarios para una ruta determinada. - Desmontar y montar correctamente los elementos básicos de la bicicleta utilizando las herramientas adecuadas con destreza. - Diagnosticar y reparar averías como pinchazos, bielas, cadenas, frenos, ajuste de cambio, dirección. - Realizar las operaciones de mantenimiento y engrase. - Regular la bicicleta en función del tipo de terreno a transitar y/o de las técnicas que se prevén ejecutar.
2.3. Conducir la bicicleta por diferentes terrenos utilizando la técnica correcta.	<ul style="list-style-type: none"> - Determinar las posibles relaciones del cambio en función de las características del terreno. - Conducir la bicicleta con seguridad, eficacia y equilibrio en diferentes tipos y estados del terreno. - Realizar maniobras de frenada y superación de obstáculos a diferentes velocidades. - Realizar adecuadamente las maniobras de cambio de marchas y modificación del desarrollo en función de las características del terreno. - Mantener un ritmo adecuado en subidas de poco desnivel y continuadas. - Realizar la técnica eficaz de conducción en subidas y bajadas pronunciadas. - Transportar la bicicleta sin ayuda de medios externos. - Conocer la técnica de conducción de triciclos y tandem adaptados a diferentes discapacidades por diferentes tipos de terrenos. - Apreciar y calcular las distancias en bicicleta así como programar las pendientes apropiadas

CONTENIDOS (duración 135 horas)

a) MATERIAL Y EQUIPO. LA BICICLETA.

COMPONENTES DE LA BICICLETA.

El Cuadro. Funciones. Componentes. Geometría. Materiales. Métodos de Unión. Los frenos. Tipos. Componentes.

Las ruedas:

La suspensión. Ventajas y desventajas. Tipos.

La dirección. Funciones. Tipos. Componentes.

El sillín: tipos.

Los cambios:

Platos / bielas / pedales.

Tipos de bicicleta:

Aparición de la bicicleta. Breve historia. El celerífero. La draissiana. El velocípedo. La bici de montaña.

Modalidades ciclistas. BMX. Carretera. Pista. Montaña. Ciclobol. Ciclismo artístico. Trialsín.

Modalidades ciclistas adaptadas a diferentes tipos de discapacidad:

Triciclo de Paralíticos cerebrales, pruebas.

Adaptación de los componentes de la bici según la discapacidad física de cada individuo.

Pruebas de pista.

El tandem para invidentes. Pruebas de pista.

Características a valorar en una bicicleta de montaña. Robustez, ligereza, manejabilidad, resistencia.

Modelos de BTT. Principiantes, gama media. Competición.

Material y vestuario del ciclista:

Vestuario. Ropa interior.

Protección de caídas.

Protección del tiempo.

Material de orientación y comunicación.

Alimentación e hidratación.

Material de reparación.

Carga de la bicicleta.

- Tipos de parrillas.
- Bolsas de manillar y del cuadro.
- Tipos de alforjas. Peso máximo.

b) SALUD E HIGIENE EN EL CICLISMO:

Adecuación de la bicicleta al usuario. posición del ciclista.

- La talla de la bicicleta: Elección del cuadro. Elección de las bielas. Elección de la potencia.

La técnica del ciclismo y la salud:

- La posición del ciclista.
- Formas de pedaleo.
- Ritmo correcto de pedaleo.
- Ejercicios de calentamiento.
- Ejercicios de estiramiento.
- Alimentación e hidratación en las marchas en bicicleta según la duración.

Primeros auxilios:

- Lesiones por sobre carga. Causas. Patología de la rodilla. Lumbalgia. Cervicalgia. Lesiones por caída.
- Otras lesiones habituales y sus consideraciones.
- Lesiones y enfermedades contraindicadas para la práctica de la bicicleta.

c) PROCEDIMIENTO PARA LA CONDUCCIÓN DE GRUPOS EN BICICLETA.

ORGANIZACIÓN Y CONSEJOS EN EL DESARROLLO DE ITINERARIOS EN GRUPO.

Instrucciones al grupo. Consejos sobre el material necesario:

- Vestimenta.
- Casco homologado y otras protecciones para caídas.
- Protección contra el tiempo.
- Material de comunicación.
- Material básico de reparación y repuesto.

Información sobre el recorrido:

- Mapa con el recorrido detallado. Kilómetros totales, posible duración, desnivel
- Posibles variantes y escapatorias del recorrido

Arte de la zona, costumbres humanas, Flora y fauna a destacar. Poblaciones y servicios recomendados.

Información sobre la alimentación y la hidratación necesaria

Ejercicios para calentar antes de la excursión y estiramientos para después de la excursión.

Información básica sobre la posición del ciclista, las formas de pedaleo, y el funcionamiento de la máquina.

Instrucciones sobre la organización del grupo durante la excursión.

Información sobre los aspectos básicos de la Ley de circulación de bicicletas.

Información de cómo circular mejor para no dañar el medio ambiente.

Criterios para la asignación y adecuación de bicicletas:

Asignación de bicicletas según el nivel, la edad y el recorrido a realizar.

- Adecuación de las bicicletas a las medidas del usuario

- Revisión de los elementos de seguridad de la bici:

Selección de itinerarios en función del grupo:

Según la trayectoria:

Recorridos en bicicleta por el territorio aragonés.

Distribución y organización del grupo:

- Posición del guía o guías según las diferentes necesidades del grupo:
- Marcaje de un ritmo de pedaleo.
- Dirección del itinerario.

Arreglo de problemas mecánicos.
Explicación de un elemento del recorrido.

Medidas a tener en cuenta para el control del grupo:

Legislación sobre la ratio entre participantes y número de guías.
Legislación sobre la organización de carreras en bicicleta.
Previsión de posibles riesgos y variantes y escapatorias en el recorrido.
Listas sobre los datos más relevantes de los clientes.
Control del grupo en subidas.
Control del grupo en bajadas.
Control del grupo en trialeras.
Control del grupo en llano.

Normas de circulación en ruta y en carretera.

Tasa de alcoholemia.
Obligación del casco y elementos reflectantes.
Circulación por distintos tipos de vías. Circulación en paralelo. Descensos prolongados.
Cruces. Prioridad respecto a vehículos a motor.
Agrupamientos.

Actuaciones del técnico antes, durante y después de la actividad.

Realización de un presupuesto.
Consulta de la meteorología.
Revisión y ajuste de las bicis.
Preparación del material del guía: botiquín, herramientas, material de reposición, material de comunicación, material de orientación.
Supervisión del estado de la ruta a realizar.
Contratación de seguros y permisos.
Aviso a las autoridades sobre la realización de la excursión.
Previsión del transporte de la bici y de los clientes.
Previsión y organización de lugares para dormir y comer.

Técnicas de Animación de grupos adaptadas a la bicicleta:

Charlas informativas sobre el patrimonio natural y cultural aragonés.
Actividades de orientación, grandes juegos, juegos de pistas, juegos de aventuras.
Historias y leyendas aragonesas.
Juegos tradicionales aragoneses.

d) TÉCNICAS DE CONDUCCIÓN EN BICICLETA:

Equilibrio:

Posición del ciclista. Reglaje de la bicicleta.

Conducción:

Factores de los que depende la conducción.
Conducción en slalom.
Conducción en curvas cerradas.
Conducción en bajadas y trialeras.
Conducción en terrenos resbaladizos.
Conducción con alforjas.
Juegos de conducción.
Adaptación de las técnicas de conducción a las diferentes discapacidades.

Propulsión

Fuerzas externas de las que depende la propulsión:

Fuerzas internas:

Frenada:

Amortiguación:

Factores de los que depende la amortiguación.

Orientación en bicicleta.

c) MECÁNICA Y MANTENIMIENTO:

Reglaje:

Sillin: Movimiento antero – posterior. Movimiento pendular. Altura.
Manetas de freno: Separación. Inclinación. Dureza.
Manillar: Altura. Regulación de la potencia.

Los frenos: regulación y cambios de: palancas de frenos, zapatas, sirga. Limpieza y engrase.

Las ruedas:

El buje, Cambio de piñones. Los radios. La llanta. Cubiertas. Cámara.

La suspensión. Mantenimiento y Limpieza

La dirección. Cambio de componentes. Comprobación del “juego de dirección”. Mantenimiento y engrase.

El sillín: Mantenimiento. Tija de sillín. Mantenimiento y engrase

Mantenimiento del cuadro.

Los cambios:

La cadena: revisión de la tensión. Cambio de cadena. Mantenimiento y engrase.

Caja de pedalier. Componentes. Cambio de componentes. Engrase.

Cambio de bielas. Cambio de pedales.

Adaptación de los componentes de la bici a diferentes tipos de discapacidad.

Montaje y revisión de parrillas y bolsas de viaje.

Montaje de accesorios en la bicicleta. Reloj, reflectantes, luces. Sillitas de niños.

El taller; equipamiento básico:

Material de reposición para la bicicleta.

Herramientas básicas de taller y de excursión.

Tornillos de reposición.

Bancos de taller.

Compresor.

Lavadero.

Material de mantenimiento de la bicicleta.

Transporte en vehículos:

En turismos. Accesorios homologados para el transporte de la bicicleta.

En autobús. Colocación. Límite de bicis.

Furgoneta: Colocación. Límite según el tamaño de la furgoneta.

Tren. Normas de RENFE. Permisos. Colocación.

Almacenaje: almacenaje de las bicis.

Colgadas.

Con pies individuales.

Con parking de bicis.

2.2.3.- Módulo profesional: CONDUCCIÓN DE GRUPOS A CABALLO Y CUIDADOS EQUINOS BÁSICOS.

Asociado a la unidad de competencia 3: conducir a clientes a caballo por itinerarios en el medio natural

CAPACIDADES TERMINALES	CRITERIOS DE EVALUACIÓN
<p>3.1. Analizar los procedimientos de organización y control de la conducción de grupos de características dadas para realizar rutas ecuestres.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Determinar la documentación necesaria para llevar a cabo una ruta con caballería. - Definir las normas e información que debe recibir un grupo antes de realizar una ruta ecuestre. - En supuestos donde se determinen las características de un grupo de clientes: <ul style="list-style-type: none"> Proponer itinerarios adecuados a su nivel. Calcular el ritmo de la marcha. Establecer los puntos de avituallamiento y apoyo técnico, indicando las características de los mismos. Determinar las necesidades higiénicas y alimenticias que debe recibir el caballo en ruta. Indicar las posibles contingencias que se puedan producir en relación al medio, a los caballos y a las personas, así como la solución prevista. - Determinar las medidas de seguridad de las salidas en grupo a caballo en cuanto a reagrupación de los mismos, mantenimiento de distancias y búsqueda de caballos descontrolados. - En supuestos donde se caractericen diferentes situaciones que se pueden dar en una ruta a caballo, determinar: <ul style="list-style-type: none"> Las indicaciones de conducción sobre la marcha que deben recibir los jinetes. La técnica de equitación a utilizar en función de las condiciones del terreno. - Conocer los seguros obligatorios. - Conocer los Grandes Recorridos Hípicos de Aragón - Realizar actividades de animación propias de las marchas a caballo relacionadas con el patrimonio natural y cultural aragonés - Adaptar el material, el caballo y las técnicas de equitación a personas con discapacidad que no tengan contraindicado montar a caballo.
<p>3.2. Analizar las necesidades y cuidados básicos del caballo en establo y en ruta y prepararlo para la monta.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Indicar las características del caballo y el equipo que mejor se adapta a diferentes tipos, itinerarios y clientes. - Explicar las características del equipo y material necesario para preparar el caballo para una ruta ecuestre. - Indicar el material personal y complementario necesario para la realización de rutas ecuestres, explicando sus características y funcionalidad. - Colocar, ajustar y realizar las reparaciones de emergencia de la talabartería. - Determinar la distribución adecuada del material y equipos en las alforjas. - Describir las características generales anatómicas y fisiológicas del caballo y distinguir las razas más usuales en función de su morfología. - Explicar las características básicas del comportamiento de los caballos: instintos, acciones, reacciones. - Deducir posibles peligros en relación a reacciones anormales del caballo. - Indicar las necesidades alimentarias y de cuidados rutinarios del caballo, en cuadra y en ruta. - Realizar la exploración básica del caballo identificando signos y síntomas de fatiga, lesión o disfunciones. - Identificar anomalías en el herraje y realizar las reparaciones de urgencia. - Limpiar y realizar cuidados rutinarios al caballo. - Realizar primeros auxilios al caballo.
<p>3.3. Controlar el caballo manteniendo el equilibrio a los tres aires, por diferentes terrenos.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Cabalgar con soltura y equilibrio a los diferentes aires: al paso, a trote, a medio galope. - Realizar la conducción del caballo en terrenos diferentes y en pasos de obstáculos bajos. - Controlar el caballo desmontado y a reata. - Conducir a un grupo de personas a caballo al ritmo de paso, trote y medio galope. - Adoptar la posición adecuada sobre el caballo en función del ritmo y las características del terreno. - Controlar desde el propio caballo comportamientos anormales de algún caballo del grupo.

- Realizar el monte y desmonte del caballo desde el suelo y ayudar a montar a otros jinetes.

CONTENIDOS (duración 180 horas)

a) EL CABALLO:

Tipos de caballos

Según la utilidad que les ha dado el hombre: de labor, de trote, pony, de silla. Caballos de sangre fría y sangre caliente.

El caballo de marcha:

Características morfológicas y de comportamiento.
Doma del caballo de marcha.

Caballos primitivos: Forestal, Przewalski, Tarpan. Características principales del proceso evolutivo del caballo. Tipos básicos de caballos.

Razas. Definición. Número de razas de caballos. Pura sangre inglés, Pura sangre árabe. Caballo andaluz. Asturcón. Jaca de Soria.

Exterior del caballo:

Capas. Descripción de la cara, manos y pies.
Apíomos.
Diferentes formas de la cabeza, cuello, cruz, dorso, tripa, grupa.
Tarjeta sanitaria equina.

Anatomía equina. Áreas externas principales. Mano delantera. Tronco. Cuarto trasero.

El casco.
Huesos del caballo. Grupos musculares principales. Comparación de los huesos y articulaciones humanas con las del caballo.

Fisiología equina. Fisiología básica del caballo.

Aparato digestivo: órganos, capacidad, funciones.
Edad del caballo. La boca. Evolución de la boca según la edad del caballo.
Fisiología de esfuerzo: El sistema aeróbico y anaeróbico de aporte energético al esfuerzo físico.
Frecuencia cardíaca máxima.
La reproducción. Órganos reproductores de la yegua y el macho. Ciclos reproductivos de la Yegua. La gestación. El parto.

Salud equina. Señales de buena salud: indicadores.

La temperatura del caballo. Formas de medir la temperatura.
La Frecuencia cardíaca del caballo y el potro. Formas de medir la frecuencia cardíaca.
Frecuencia respiratoria del caballo. Formas de medición.
Grado de hidratación: Formas de medición.
Relleno capilar y estado de las mucosas.
Estado de la piel y el pelo.
Comportamiento del caballo sano: Programa de vacunas.

Síntomas indicadores de malestar o enfermedad.

Casos que requieren asistencia veterinaria urgente.

Primeros auxilios:

Limpieza de una herida.
Aplicación de calor y frío
Vendar.

Asistencia a partos con veterinario.
Primeros auxilios del potro recién nacido.

Botiquín de urgencias:

Equipo de desinfección:
Problemas en manos y pies
Problemas en los cascos.
Farmacia de primeros auxilios.

Psicología equina.

La percepción del caballo. Vista, oído, olfato.
La comunicación.

Estilo de vida natural de los caballos.

La manada. Jerarquías. Familias. Caracteres individuales.

Instintos, acciones y reacciones:

Aspectos elementales de aprendizaje animal:

Aprendizaje por condicionamiento clásico.
Aprendizaje por emulación.
Aprendizaje por repetición.
Premios y castigos.

El trato del caballo:

Relación del hombre y el caballo a lo largo de la historia.
Evolución de la monta.
Domar a un caballo.
Modalidades hípicas.

b) MATERIAL Y EQUIPO:

Equipamiento del caballo. Características. Indicadores de la talla y ajuste adecuado:

Identificación de herrajes en mal estado y reparación de fortuna. Cascos. Clavos y herraduras:

Preparación de material necesario para el caballo en una excursión:

c) EQUIPAMIENTO DEL JINETE:

Equipamiento básico del jinete.

Material de excursionismo y acampada.

Material de comunicación.

Material de orientación.

Botiquín y material de primeros auxilios.

Alimentación e hidratación.

Protección contra el frío y el calor.

Ayudas artificiales.

d) PROCEDIMIENTOS DE CONDUCCIÓN DE GRUPOS A CABALLO. ORGANIZACIÓN Y CONSEJOS EN EL DESARROLLO DE ITINERARIOS EN GRUPO:

Instrucciones al grupo:

Consejos sobre el material necesario:

- Vestimenta, calzado.
- Casco homologado.
- Protección contra el tiempo.
- Material de comunicación.
- Material de monta.

Información sobre el recorrido:

- Mapa con el recorrido detallado. Kilómetros totales, posible duración, desnivel
- Posibles variantes y escapatorias del recorrido

Información sobre la alimentación y la hidratación necesaria.

Ejercicios para calentar antes de la ruta a caballo y estiramientos para después de la ruta.

Información básica sobre la posición del jinete de marcha, las ayudas para andar, parar y girar. Información sobre particularidades de cada caballo.

Instrucciones sobre la organización del grupo durante la excursión.

Información sobre la organización y el control de los jinetes durante la marcha.

Información de cómo circular mejor para no dañar el medio ambiente.

Información sobre las técnicas de seguridad.

Criterios para la asignación de caballos:

- Asignación de caballos según el nivel, la edad, el peso del jinete y el recorrido a realizar.
- Adecuación del material a las medidas del usuario.

Selección de itinerarios en función del grupo:

- Programación de distancia según el nivel del cliente y para las diferentes discapacidades.
- Programación de la duración según el nivel del cliente.

Cálculo de kilometraje y duración según el aire seleccionado para los tramos del recorrido.

- Valoración de la dificultad del terreno.
- Cálculo de la velocidad media del grupo, en función del uso de los diferentes aires y de las actividades a realizar con el caballo.
- Programación de las pausas.
- Valoración del paisaje para diseñar una ruta hípica.
- Previsión de posibles riesgos y variantes y salidas en el recorrido.
- Previsión de paradas y relevos de caballos.
- Tramos del recorrido que se deben recorrer a pie.
- Grandes Recorridos Hípicos (GRH) en Aragón.
- Pequeños Recorridos Hípicos en Aragón (PRH).
- La señalización de los recorridos hípicos.

Distribución y organización del grupo. Medidas a tener en cuenta para el control del grupo.

Actuaciones del técnico antes, durante y después de la actividad

Técnicas de Animación de grupos a caballo.

e) CUIDADOS Y MANTENIMIENTO:

Rutinas de establo. Importancia de las inspecciones y rutinas.

- Acercamiento al caballo. Observación y revisión del caballo.

Limpieza del caballo. Método y frecuencia. Materiales de limpieza.
El pelo. Cambio de pelo a lo largo del año. Esquilar. Cuidado de crines y colas.
Necesidades higiénicas del caballo de rutas.
El box. Tipos. Medidas. Accesorios. Limpieza y desinfección. Estado del material de la cama.
Limpieza de bebederos y comederos.
El caballo en el campo, medidas mínimas, vallas, accesorios. Cuidados del campo, limpieza.
Ejercicio del caballo: Calentamiento y trabajo según el objetivo de la marcha. Dar cuerda. Uso de la noria. Otros.
Cuidados después de la ruta. Masajes. Vendajes, Cataplasmas.
Limpieza y engrasado de arcos, y comprobación del estado de los mismos.
Comprobación del equipo de primeros auxilios
Consultar fechas de desparasitación y herrado. Realización de trabajo según temporada. Recogida de estiércol.
Comprobación de vacunas.
Revisión dental.
Mantenimiento de establo. Extintores. Pintar.
Manejo reproductivo.

Hidratación:

Alimentación. Abrevar y alimentar. Nutrición. Piensos. Echar al pasto. Atención al comedero.

Mantenimiento preventivo y almacenaje de materiales y equipamientos. Talabartería.
Equipos de establo. Juegos de almohazamiento:

Preparación de talabartería.:

Adecuación de espacios y lechos para la pernoctación en establo y en ruta:

Preparación del caballo para la pernoctación.

Reparaciones básicas y de emergencia del herraje.

Anomalías más frecuentes de herraje que se pueden presentar durante la marcha: signos y síntomas de detección.

El herraje de emergencia: quitar una herradura.

Soluciones de emergencia: técnica de colocación de una sandalia.

f) MANEJO DE CABALLERÍAS ESTABULADAS

Procedimiento de puesta y cuidados de cabezuela y gamarras y sogas.

Lugares y procedimientos para atar al caballo

g) TÉCNICAS DE EQUITACIÓN:

Guía de cabestro.

Monte y desmonte. Desde el suelo. Por ambos lados. Ayudas. Con un bloque o fardo de heno. Procedimiento para ayudar a montar y desmontar. Rampas. Altillos. Tipos de ayudas para montar a personas discapacitadas.

Posición del jinete. Caballo parado.

Monta a los tres aires en terrenos de diferente desnivel y dificultad:

Caballo al paso.

Caballo al trote.

Caballo al galope.

Salto de obstáculos sencillos:

Técnica en excursiones:

Técnica en diferentes terrenos: asfalto, pista, sendero, vegetación espesa. Posición al subir grandes pendientes. Posición al bajar grandes pendientes. Pequeños obstáculos. Elección de zonas para galopar y trotar. . Nadar con el caballo.

Carga del caballo:

Alforjas.

Conducción de un grupo de caballos:

Adaptación de las técnicas a personas con discapacidades:

Evaluación del equilibrio y la coordinación del jinete discapacitado sin caballo

Calentamiento sin caballo.

Elección de caballos con doma específica según la discapacidad. Adaptación de la montura al jinete discapacitado. Colocación de las manos en las riendas.

Evaluación del equilibrio y la coordinación del jinete montado.

Técnicas de relajación encima del caballo.

Posición del jinete al paso. Ayudas suplementarias para llevar al jinete al paso en picadero.

Evaluación de las posibilidades de realización de una salida en función del nivel del discapacitado y del tipo de ayudas que necesite para montar.

Encuentros con discapacitados psíquicos, físicos e invidentes.

h) TRANSPORTE DEL CABALLO:

Remolques y camiones.

Preparación del caballo. Vendajes y protecciones. Cobertores.

Embarque y desembarque.

Atenciones al caballo durante el transporte. Precauciones que debemos tener.

Documentación necesaria sobre el caballo para el transporte de los mismos.

i) RIESGOS Y RESPONSABILIDAD EN LA CONDUCCIÓN DE CABALLOS Y GRUPOS DE PERSONAS A CABALLOS

Riesgos típicos en las marchas ecuestres.

Recapitulación de normas de seguridad.

Procedimiento en caso de accidentes:

Legislación específica aplicable. Los seguros.

Adaptaciones, en la técnica, en los materiales y en la elección de la caballería para facilitar la participación de personas con discapacidades: