



PROCEDIMIENTO DE EVALUACIÓN Y ACREDITACIÓN DE LAS COMPETENCIAS PROFESIONALES

CUALIFICACIÓN PROFESIONAL: INICIACIÓN DEPORTIVA EN PIRAGÜISMO

Código: AFD614_2

NIVEL: 2

CUESTIONARIO DE AUTOEVALUACIÓN PARA LAS TRABAJADORAS Y TRABAJADORES

UNIDAD DE COMPETENCIA

“UC2032_2: “Ejecutar técnicas básicas de gobierno de embarcaciones de piragüismo, en aguas tranquilas, bravas hasta clase II, mar con vientos hasta fuerza III de escala Beaufort, con eficacia y seguridad”

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 “UC2032_2: “Ejecutar técnicas básicas de gobierno de embarcaciones de piragüismo, en aguas tranquilas, bravas hasta clase II, mar con vientos hasta fuerza III de escala Beaufort, con eficacia y seguridad”.

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: NIF:	Firma:
Nombre y apellidos del asesor/a: NIF:	Firma:



INSTRUCCIONES CUMPLIMENTACIÓN DEL CUESTIONARIO:

Cada **actividad profesional principal (APP)** se compone de **varias actividades profesionales secundarias (APS)**.

Lea atentamente cada APP y a continuación sus APS. En cada APS marque con una cruz el indicador de autoevaluación que considere más ajustado a su grado de dominio de las APS. 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.

APP1: Preparar la embarcación, material auxiliar e indumentaria realizando las adaptaciones y operaciones auxiliares de mantenimiento operativo necesarias.	INDICADORES DE AUTOEVALUACIÓN			
	1	2	3	4
APS1.1: Seleccionar la embarcación, la indumentaria, el material auxiliar y el de seguridad verificando su seguridad y operatividad en función de la actividad, y del medio.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
APS1.2: Comprobar la funcionalidad de los materiales de progresión, auxiliar y de seguridad antes, durante y después de la actividad, siguiendo el protocolo establecido y recomendaciones del fabricante de los mismos.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
APS1.3: Adecuar los materiales efectuando las reparaciones básicas o adaptaciones según las características del medio y la actividad.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
APS1.4: Efectuar las tareas de mantenimiento operativo, garantizando las propiedades técnicas de los materiales y evitando lesiones y/o accidentes.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
APS1.5: Organizar las embarcaciones y el material, siguiendo parámetros adecuados de higiene y conservación.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
APS1.6: Transportar el material necesario según los medios previstos, evitando su deterioro, distribuyendo el peso, de acuerdo con la normativa vigente y en condiciones de seguridad.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



APP2: <i>Obtener información sobre el pronóstico, evolución meteorológica y las condiciones de dificultad y peligrosidad del espacio navegable, a través de distintas fuentes e indicios naturales.</i>	INDICADORES DE AUTOEVALUACIÓN			
	1	2	3	4
APS2.1: Delimitar las posibles trayectorias de navegación identificando mediante la observación los elementos del espacio navegable como la lámina de agua y la, accesibilidad, entre otros.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
APS2.2: Detectar los cambios meteorológicos interpretando los diferentes signos naturales como presión, temperatura y humedad, previamente a la realización de la actividad.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
APS2.3: Interpretar la información meteorológica y de caudal consultando fuentes secundarias sobre el espacio navegable.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
APS2.4: Determinar los puntos de embarque, desembarque y evacuación del espacio navegable, siguiendo el protocolo establecido, garantizando una navegación segura.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
APS2.5: Interpretar la cartografía (mapas y guías náuticas) contrastando los datos con los obtenidos en la revisión visual.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
APS2.6: Determinar los elementos peligrosos del espacio navegable de forma continuada, evitándose y vadeándose si fuera necesario.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
APS2.7: Efectuar las salidas y entradas de playas y puertos con la embarcación navegando según la normativa vigente cuando exista conflicto con otras embarcaciones o bañistas.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

APP3: <i>Gobernar embarcaciones de piragüismo en aguas tranquilas, bravas hasta clase II y en mar con vientos hasta fuerza III de escala Beaufort.</i>	INDICADORES DE AUTOEVALUACIÓN			
	1	2	3	4
APS3.1: Ejecutar las acciones de embarque y desembarque mediante maniobras adecuadas, en su caso, manteniendo la estabilidad de la embarcación de piragüismo.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



APP3: Gobernar embarcaciones de piragüismo en aguas tranquilas, bravas hasta clase II y en mar con vientos hasta fuerza III de escala Beaufort.	INDICADORES DE AUTOEVALUACIÓN			
	1	2	3	4
APS3.2: Efectuar los ajustes posicionales y del equipamiento, una vez embarcado el deportista, adoptando la posición adecuada que permita el gobierno de la embarcación.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
APS3.3: Determinar la altura del centro de gravedad, la posición y la forma de punto de apoyo, efectuando las adaptaciones necesarias según la embarcación y características personales, consiguiendo la estabilidad y equilibrio en la piragua.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
APS3.4: Ejecutar las diferentes maniobras de propulsión de la embarcación de piragüismo en el agua, mediante las técnicas de paleo, palada circular, tracción orientada, de control u otras.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
APS3.5: Controlar la dirección de la embarcación de piragüismo mediante la utilización eficiente de las diferentes técnicas de palada y/o uso del timón.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
APS3.6: Ejecutar los movimientos de la embarcación de piragüismo necesarios, tipos de palada y ritmo de paleo, de acuerdo a la navegación y a las condiciones externas que aseguren la estabilidad de la misma.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
APS3.7: Asistir a un piragüista volcado mediante la aproximación con la embarcación, de acuerdo a las condiciones del lugar y asegurando la estabilidad de la misma, resolviendo la situación de riesgo.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

APP4: Ejecutar técnicas de autorrescate y rescate en condiciones de inestabilidad por el vuelco de la embarcación de piragüismo, asegurando la estabilidad de la misma.	INDICADORES DE AUTOEVALUACIÓN			
	1	2	3	4
APS4.1: Determinar la técnica adecuada al contexto de la situación, ante el vuelco de la embarcación de piragüismo seleccionando la técnica de esquimotaje o zafándose de ella en su caso y manteniendo el control de la misma y del material auxiliar.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
APS4.2: Ejecutar el esquimotaje en el autorrescate mediante la técnica adecuada, manteniendo el autocontrol, la seguridad y la eficacia en la embarcación.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



APP4: Ejecutar técnicas de autorrescate y rescate en condiciones de inestabilidad por el vuelco de la embarcación de piragüismo, asegurando la estabilidad de la misma.	INDICADORES DE AUTOEVALUACIÓN			
	1	2	3	4
APS4.3: Recuperar a los palistas y material suelto caídos al agua ejecutando las primeras acciones de recogida de forma ordenada, eficaz y rápida, adaptándose a las condiciones del espacio navegable y resto de ocupantes de la embarcación si los hubiera.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
APS4.4: Transmitir las órdenes ante situaciones de palista caídos al agua, manteniendo la comunicación con los mismos como con el resto de ocupantes de la embarcación, de forma clara y sencilla.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
APS4.5: Recuperar el material en lugares con corriente o aguas inestables (en aguas tranquilas, bravas y en zona de costa en mar con vientos hasta fuerza III de escala Beaufort) accediendo a ellos, si fuera necesario, mediante cuerdas (bolsa de seguridad) y mosquetones con mecanismos de liberación automática.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
APS4.6: Nadar con chaleco en aguas tranquilas, bravas hasta clase II y en mar con vientos hasta fuerza III de escala Beaufort ejecutando las técnicas adecuadas manteniendo la orientación.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
APS4.7: Vaciar la embarcación de piragüismo anteriormente al reembarque, mediante la técnica y en el lugar adecuados, de acuerdo a las condiciones del lugar del vuelco, características de las embarcaciones y distancia a la orilla.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
APS4.8: Solicitar ayuda externa, en su caso, mediante los mecanismos, instrumentos y de acuerdo al protocolo establecido.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>