

**DEPARTAMENTO:** Educación Física **MATERIA:** Guía de Bicicleta **NIVEL:** 1º CFGM

*\*Esta información es un esquema de la programación muy simplificado. Para más información de cualquier materia se pueden consultar las programaciones didácticas completas en la página web del centro.*

| COMPETENCIAS ESPECÍFICAS                                                                                                                                     | CRITERIOS DE EVALUACIÓN                                                                                                                                                       | CRITERIOS DE CALIFICACIÓN | Instrumento o Bloque                         |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|----------------------------------------------|
| <b>1. Prepara los equipos y recursos para rutas en bicicleta, indicando los procedimientos para comprobar el buen estado y la funcionalidad de los mismo</b> | A) Se ha contrastado la información sobre la ciclabilidad, dificultad y duración prevista de la ruta.                                                                         | 15%                       | 1. EXÁMEN TEÓRICO UT. 1                      |
|                                                                                                                                                              | B) Se han determinado los recursos materiales y humanos para la preparación de actividades por itinerarios en bicicleta.                                                      |                           | 2. EXÁMEN PRÁCTICO AJUSTE INICIAL BICICLETA. |
|                                                                                                                                                              | C) Se han seleccionado, revisado y preparado correctamente, la bicicleta y el material necesario para la ruta según perfil del usuario o usuaria                              |                           | 3. PRÁCTICAS Y TAREAS.                       |
|                                                                                                                                                              | D) Se han determinado mediadas necesarias para prevenir y resolver situaciones de peligro durante el desarrollo del itinerario en bicicleta.                                  |                           | 4. EXÁMEN PRÁCTICO                           |
|                                                                                                                                                              | E) Se ha analizado la normativa relacionada con actividades en el medio natural y la protección medioambiental que es aplicable a la preparación de itinerarios en bicicleta. |                           |                                              |
| <b>2. Realiza el mantenimiento operativo de la bicicleta y prepara el material necesario para asegurar su buen estado y correcto funcionamiento.</b>         | A) Se han descrito técnicamente las piezas y los componentes de la bicicleta y su funcionalidad.                                                                              | 20%                       | 1. EXÁMEN TEÓRICO UT. 2.                     |
|                                                                                                                                                              | B) Se han repuesto las piezas y componentes de la bicicleta y el material de reparación deteriorado, manteniendo los criterios de eficacia recomendados por el fabricante.    |                           | 2. EXÁMENES DE MECÁNICA                      |
|                                                                                                                                                              | C) Se han desmontado y montado los elementos básicos de la bicicleta utilizando las herramientas específicas siguiendo la lógica y secuencia temporal propia de la tarea.     |                           | 3. TUTORIAL DE REPARACIÓN.                   |
|                                                                                                                                                              | D) Se han diagnosticado y reparado averías básicas frecuentes de la bicicleta.                                                                                                |                           |                                              |

|                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |     |                                                                                                                              |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                                | <p>E) Se han efectuado las operaciones de limpieza y engrase de la bicicleta.</p> <p>F) Se han utilizado correctamente útiles y herramientas específicas en la reparación y el mantenimiento de la bicicleta.</p> <p>G) Se han realizado las acciones de mantenimiento preventivo siguiendo las instrucciones establecidas por el fabricante.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |     |                                                                                                                              |
| <p><b>3. Dirige la progresión de grupos por itinerarios en bicicleta, adaptando las técnicas a las características del terreno y de los participantes.</b></p> | <p>A) Se han determinado las formas de obtención de información para valorar el perfil, nivel técnico y la experiencia de los participantes, el estado del material y la presencia de los elementos de protección individual.</p> <p>B) Se ha proporcionado información sobre las características y puntos de interés del itinerario, el uso del material, y las normas de actuación relacionadas con la seguridad y con el respeto al medio natural.</p> <p>C) Se han explicado y demostrado las técnicas de progresión que se deben realizar y su adaptación a los diferentes tipos de terreno, pendientes y posible presencia de otros vehículos o de peatones.</p> <p>D) Se ha dirigido la bicicleta de forma segura y eficaz por terreno variado hasta media montaña sobre recorridos de larga duración a velocidades medias acordes con la exigencia de la actividad, del entorno y de los usuarios y usuarias</p> <p>E) Se han adecuado las maniobras y las trazadas a las dificultades del terreno y a las características de los participantes y de los vehículos.</p> <p>F) Se ha circulado por entorno urbano respetando el código de circulación.</p> | 25% | <p>1. EXÁMEN TEÓRICO UT 3.</p> <p>2. EXÁMENES PRÁCTICOS (3).</p> <p>3. PRÁCTICAS Y TRABAJOS</p> <p>4. GUIADO DE UNA RUTA</p> |
| <p><b>4. Se orienta en el medio natural, identificando los</b></p>                                                                                             | <p>A) Se han utilizado los instrumentos, mapas e indicios naturales para orientarse en todo tipo de condiciones ambientales de montaña.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |     | <p>1. EXÁMEN TEÓRICO UT 4.</p> <p>2. EXÁMENES PRÁCTICOS</p>                                                                  |

|                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                           |     |                                                                                                                                         |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>puntos de referencia por medio de instrumentos mapas e indicios naturales.</b>                                                                                                | B) Se ha interpretado el mapa, roadbook o GPS durante el itinerario sin interferir en el ritmo de la ruta.                | 15% | (3).<br><br>3. CREACIÓN Y USO DE TRACKS E ITINERARIOS.                                                                                  |
|                                                                                                                                                                                  | C) Se ha identificado la simbología propia de las descripciones de rutas para bicicletas.                                 |     |                                                                                                                                         |
|                                                                                                                                                                                  | D) Se han realizado itinerarios alternativos ante tramos con dificultad y peligrosidad, siguiendo criterios de seguridad. |     |                                                                                                                                         |
|                                                                                                                                                                                  | E) Se han elaborado descripciones de rutas susceptibles de ser utilizadas por otras personas usuarias o técnicas.         |     |                                                                                                                                         |
| <b>5. Dirige al grupo en situaciones de emergencia, coordinando los recursos y las medidas de seguridad, y aplicando técnicas de rescate y evacuación en rutas en bicicleta.</b> | Se ha previsto, anticipado y definido el protocolo que hay que seguir en casos de peligro.                                | 15% | 1. EXÁMEN TEÓRICO UT 5 Y 6.<br><br>2. GUIADO DE UNA RUTA<br><br>3. PRÁCTICAS Y TRABAJOS.<br><br>4. PRACTICAS EN EMPRESAS.               |
|                                                                                                                                                                                  | Se han demostrado las técnicas de aproximación y evacuación en caso de accidente.                                         |     |                                                                                                                                         |
|                                                                                                                                                                                  | Se han simulado las adaptaciones al medio en caso de fenómenos atmosféricos peligrosos.                                   |     |                                                                                                                                         |
|                                                                                                                                                                                  | Se ha previsto y desarrollado la actuación ante una avería mecánica irreparable durante la ruta.                          |     |                                                                                                                                         |
| <b>6. Valora las rutas en bicicleta, analizando los datos recopilados.</b>                                                                                                       | Se han recogido datos sobre la actuación del guía y las reacciones del grupo en la actividad.                             | 10% | 1. EXÁMEN TEÓRICO UT. 5 Y 6.<br><br>2. CREACIÓN Y USO DE UN FORMULARIO DE EVALUACIÓN.<br><br>3. PROPUESTA DE MEJORA DE LA RUTA GUIADAS. |
|                                                                                                                                                                                  | Se han registrado las incidencias relativas a la actividad, a la seguridad y a los tiempos previstos.                     |     |                                                                                                                                         |
|                                                                                                                                                                                  | Se han marcado las pautas que hay que seguir ante posibles conductas temerarias durante la actividad.                     |     |                                                                                                                                         |
|                                                                                                                                                                                  | Se ha valorado la adecuación de los equipos y de los materiales utilizados en las rutas.                                  |     |                                                                                                                                         |

|  |                                                                                       |  |  |
|--|---------------------------------------------------------------------------------------|--|--|
|  | Se ha rellenado la ficha de valoración de la actividad según el programa de la misma. |  |  |
|  | Se han propuesto medidas correctoras de los desajustes detectados.                    |  |  |
|  | Se ha elaborado un informe sobre la actividad realizada.                              |  |  |

|                        |
|------------------------|
| <b>SABERES BÁSICOS</b> |
|                        |