



Generalitat de Catalunya  
Departament d'Ensenyament  
**Institut Centre d'Alt Rendiment**

Avinguda Alcalde Barnils, 3-5.  
08174 Sant Cugat del Vallès  
Tel. 93 675 39 50  
Fax 93 675 41 06  
a8046694@xtec.cat  
<http://ies.car.edu>



**Curs 2022-2023**

# **DOSSIER INFORMATIU TÈCNICS ESPORTIUS:**

*ESQUÍ ALPÍ I SURF DE NEU*

**INS CENTRE D'ALT RENDIMENT (INS CAR)**

**Juliol 2022**

## PRESENTACIÓ

---

La Directora del CAR, l'Equip Directiu de l'INS Centre d'Alt Rendiment de Sant Cugat del Vallès i el professorat de tècnics esportius us donem la benvinguda en aquest inici del curs 2022-2023, i us desitgem el millor durant la vostra estada en el Centre.

En aquest curs 2022-2023, inicieu o finalitzeu una etapa en la vostra formació, que us ha de conduir a l'obtenció de titulacions professionals en l'àmbit de l'esport.

El nostre objectiu és donar-vos la millor formació possible i extreure de vosaltres el màxim rendiment formatiu per fer-vos uns professionals de qualitat dins de l'àmbit de l'activitat física.

En aquest dossier, juntament amb el Reglament de Règim Intern que es donarà a principis de curs, trobareu un recull de la informació bàsica per a un desenvolupament òptim del curs que ara comenceu.

Us recomanem una lectura acurada d'aquests dossiers, perquè pugueu fer-ne una anàlisi i demanar els aclariments dels dubtes que us puguin sorgir, en la sessió de tutoria d'inici de curs que tindreu amb els vostres tutors que, us donaran informació de forma més acurada i, resoldran els dubtes que pugueu tenir.

Us reiterem les nostres paraules de benvinguda i us oferim també la nostra col·laboració per a confirmar les vostres expectatives al triar aquests estudis al nostre Centre.

Sant Cugat del Vallès 28 de juny de 2022

## TÈCNICS ESPORTIUS

---

Aquests estudis, com ja sabeu, estan centrats en impartir docència a aquelles persones que volen obtenir la titulació d'un especialitat esportiva específica.

Cada especialitat està dividida en 3 blocs:

- **BLOC COMÚ:** Docència impartida pels professors d'educació física de l'INS CAR
- **BLOC ESPECÍFIC:** Docència impartida per professors de la federació d'esports de neu.
- **BLOC PRÀCTIC:** Activitat docent, on els alumnes ho realitzen en empreses, clubs o entitats, pròpies de la seva especialitat, però, el seguiment d'aquests els porta els professors de l'institut del CAR.

### CURRÍCULUM DELS ESTUDIS DE TÈCNICS ESPORTIUS

- Primer nivell esquí i surf de neu: 555 hores

<i>Els crèdits del bloc específic són del currículum d'esquí, però semblants als del surf de neu</i> <b>Crèdits d'ensenyaments esportius del bloc comú</b>	
Bases anatòmiques i fisiològiques de l'esport I	20
Bases psicopedagògiques de l'ensenyament i l'entrenament I	25
Entrenament esportiu I	30
Fonaments sociològics de l'esport	5
Organització i legislació de l'esport I	5
Primers auxilis i higiene en l'esport	35
Nombre total d'hores d'aquest bloc	<b>120</b>
<b>Crèdits d'ensenyaments esportius del bloc específic</b>	
Desenvolupament professional I	15
Formació tècnica de l'esquí alpí I	60
Material de l'esquí alpí I	15
Metodologia de l'ensenyament de l'esquí alpí I	50
Medi ambient de muntanya I	20
Seguretat esportiva I	20
Nombre total d'hores d'aquest bloc	<b>180</b>
<b>Crèdits d'ensenyaments esportius del bloc complementari</b>	
Terminologia específica catalana	5
Fonaments de l'esport adaptat	10
Nombre total d'hores d'aquest bloc	<b>15</b>
<b>Bloc de formació pràctica</b>	<b>150</b>
Durada del curs 1r nivell d'esquí alpí	<b>555</b>

## CALENDARI

---

## BLOC COMÚ

- ONLINE:
  - Del 9 de gener al 13 de febrer.

## BLOC ESPECÍFIC

- RIPOLL:
  - 2<sup>a</sup> OFERTA.

## DATES IMPORTANTS

ESDEVENIMENT	DIA I HORA
PRESENTACIÓ	21 de desembre 2022. 18h.
INICI DE CURS	9 de gener 2022.
ACTA DE GRADUACIÓ	9 de juny. 18h

## PLATAFORMES ACADÈMIQUES

---



### ESEMIA

Aquesta plataforma **s'utilitza per informar als alumnes de les seves qualificacions, de les faltes d'assistència i, tot allò que és purament acadèmic/administratiu** de cada alumne.

Per accedir aquesta plataforma **és necessari obtenir un usuari i contrasenya**. Aquest usuari i contrasenya **s'entregarà a cada alumne el dia de la presentació del curs i, al pare, mare o tutor legal dels alumne menors d'edat, a través del correu electrònic**. El seguiment dels estudis acadèmics de l'alumne es podrà realitzar a través de l'APP **"FP Connect"** introduint l'usuari i contrasenya anteriorment mencionats.



### Google Classroom CLASSROOM

Aquesta plataforma **l'utilitza cada professor per mantenir una relació virtual, de l'assignatura que imparteix, amb l'alumne**.

Tot allò que té que veure amb **entrega de treballs, apunts de l'assignatura, entrega de material audiovisual etc, estarà sempre a disposició de l'alumne**.

A més aquesta eina permet saber els períodes d'entrega dels treballs o activitats, com l'evolució acadèmica de l'assignatura.



### DRIVE

Aquesta eina s'utilitza per emmagatzemar tota la informació relacionada amb la formació específica que s'està realitzant. Els alumnes tindran dos apartats diferenciats

- Mòduls: Podrà veure i trobar tot el material de cada unitat formativa (apuntes, pautes per realitzar les activitats, material de lectura, material audiovisual).
- Material del centre: Podrà veure i consultar els seus horaris, els emails dels professors, documentació de les pràctiques....



SBID

Aquest programa l'utilitzarà l'alumne per **introduir les hores que s'està realitzant de pràctiques.**

El dia de la presentació es realitzarà un explicació acurada de tot el procés que s'ha de seguir per portar a terme les pràctiques. A més, se'ls hi proporcionarà l'usuari i contrasenya per poder accedir a aquest sistema.



@tecnicosportiu

Totes aquestes plataformes les podem utilitzar gràcies a un correu electrònic corporatiu. Aquest correu té totes les llicències per utilitzar aquestes eines informàtiques i tot aquelles relacionades amb el google.

El principi de curs obtindreu un correu corporatiu com aquest:

- USUARI: [alumne@tecnicosportiu.com](mailto:alumne@tecnicosportiu.com)
- CONTRASENYA: entrenamiento123 (*demanar modificar el primer cop que accedeixes*)

## INFORMACIÓ I CONTACTE

---

Tota la informació que necessiteu en relació amb els estudis que esteu realitzant les podreu consultar a la web [www.tecnicosportiu.com](http://www.tecnicosportiu.com)

I per qualsevol altre dubte us podeu posar en contacte al correu [info@tecnicosportiu.com](mailto:info@tecnicosportiu.com)

**EMAIL DE CONTACTE I CÀRRECS DELS PROFESSORS:**

NOM PROFESSOR	EMAIL	CÀRREC
Marc Forné Miró	marc.forne@tecnicosportiu.com	Cap d'estudis
Alejandro Codina	alex.codina@tecnicosportiu.com	Cap de departament
Santiago Checa	santicheca@tecnicosportiu.com	Coordinador de pràctiques
David Ribera	drn@tecnicosportiu.com	Professor
Xavier Bayer Alonso	xavi.bayer@tecnicosportiu.com	Professor
Albert Culleré Bergadà	albert.cullere@tecnicosportiu.com	Professor
Laura Martínez Simón	laura.martinez@tecnicosportiu.com	Professora
Òscar Màrquez	ecam.omarquez@tfec.cat	Coordinador bloc específic