

CALENDARI DEL CURS 2023

Dia	H.	Contingut	Núm h	Professor	Lloc
Dissabte 25 de febrer	9h	Prova Accés	4	Joan Antoni Rovira	Sant Quirze del Vallès

Dia	H.	Contingut	Número hores	Professor	Lloc
Divendres 10 de març de 16-20h	16 h	Presentació Curs	15	FEFC	Escola Catalana de l'Esport (ECE)
		1.1. Definició i història	1	Sergi Garcia	
		1.4. Bastons	1	Joan Antoni Rovira	
		2.1. Les tècniques actuals de la MN	2	Sergi Garcia	
Dissabte 11 de març de 9-13 i 15-19	9 h	1.2. Elements distintius de la Marxa Nòrdica	2	Joan Antoni Rovira	ECE
		2.2. Mètodes que s'apliquen a l'ensenyament de la MN	2	Sergi Garcia	
		2.4. Programació d'una sessió d'iniciació a la MN	6	Joan Antoni Rovira	
	15 h	2.4. Programació d'una sessió d'iniciació a la MN	6	Joan Antoni Rovira	
		2.5. Monitorització i anàlisi de l'aprenentatge i la pràctica de la MN	6	Joan Antoni Rovira	
Diumenge 12 de març de 8 a 15h	8 h	2.4. Programació d'una sessió d'iniciació a la MN	6	Joan Antoni Rovira	Plaça Mireia Esplugues
		2.5. Monitorització i anàlisi de l'aprenentatge i la pràctica de la MN	6	Sergi Garcia	
		5.4. Reglament de competició Nacional de MN	8	Sergi Garcia	
		5.5. Tècniques i tàctiques més adients a tenir presents en els esdeveniments de MN			

Dia	H.	Contingut	Número hores	Professor	Lloc
Divendres 24 de març 16-20h	16 h	3.13. Marcatge i pautes d'orientació	4	Ferran Sayes	ECE
		3.7. Tipologia dels senders de baixa muntanya	4	Ferran Sayes	
Dissabte 25 de març 9-14 i 15-17h	9 h	3.4. Gestió de riscos a les activitats grupals de marxa nòrdica	5	Anna Moragues	ECE
		3.5. Rescat professional de muntanya			
		3.2. Comunicacions en muntanya			
		3.11. Legislació d'ús i disseny d'itineraris de MN			
		3.12. Gestió d'assegurances de RC i Accidents			
15 h	3.13B. GPS	2	Antoni Pardinilla		

Dissabte 1 d'abril de 9 a 14h	9h	3.13. Marcatge i pautes d'orientació	5h	Ferran Sayes	Collserola
-------------------------------	----	--------------------------------------	----	--------------	------------

Dia	H.	Contingut	Número hores	Professor	Lloc		
Divendres 14 d'abril 16-20 h	16 h	1.6. Beneficis de la MN	3	Alicia Rovira	Online		
		5.1. La Marxa Nòrdica en l'àmbit federatiu. Situació actual.	1	Sergi Garcia	ECE		
		5.2. Història i trajectòria de la competició de MN. Panorama Nacional i Internacional	1	Sergi Garcia	ECE		
Dissabte 15 d'abril de 9-14 i 15-19h	9h	3.1. Metodologia del guià i conducció en muntanya	8	Anna Moragues	FEFC		
		3.3. Procediments en la gestió de grups al medi natural					
		3.8. Baremació de la dificultat dels itineraris de MN					
	15h	3.9. Organització i direcció d'activitats de MN				Anna Moragues	FEFC
		3.10. Activitats recreatives en circuits de MN				Anna Moragues	FEFC
3.9. Elaboració de fitxes d'itinerari							
Diumenge 16 d'abril 9-17h	9 h	Conducció i seguretat en activitats de MN	6	Anna Moragues	Collserola		

Dia	H.	Contingut	Número hores	Professor	Lloc
Dissabte 29 d'abril de 9-14 i 15-17 h	9 h	4.1. Entorn natural i semiurbà dels circuits de MN	3	Ferran Sayes	ECE
		4.2. El paisatge de baixa muntanya i periurbà com a medi d'interpretació esportiva	2		
		4.3. L'educació ambiental aplicada a les activitats de MN	2		
Diumenge 30 d'abril		Treball Online	5h	Online	No presencial

Dissabte 6 de maig	9 h.	Avaluació Pràctica	5	Anna Moragues	Collserola
	16 h	Avaluació teòrica	4	Joan Antoni Rovira	ECE
Dissabte 3 juny	9 h.	Avaluació Pràctica	5	Anna Moragues	Collserola
	16 h	Avaluació teòrica	4	Joan Antoni Rovira	ECE

E-learning

1.3. Material, roba, calçat i complements	1
1.5. Supervisió i manteniment del material per la realització de la MN	1
2.3. Bases curriculars mínimes comuns de les formacions per esportistes de MN	1
5.3. La organització d'esdeveniments d'iniciació a la MN	1
3. Planificació Activitats de Marxa Nòrdica	1
4.8. Fonts de predicció meteorològica	1
4.4. La meteorologia	1
4.6. L'atmosfera composició i estructura	1

Online

4.5. Meteorologia, terreny i grup com a factors d'actualització de les activitats de MN	2
4.7. Factors de risc atmosfèrics	1
4.8. Fonts de predicció meteorològica	1

(Classe Online, divendres 31 de març de 16 a 20h)

	Tèoric	Pràctic	Online	Avaluació	Total
Presentació	1				1
Àrea 1	7		2	1	10
Àrea 2	10	3	1	1	15
Àrea 3	19	12	2	7	40
Àrea 4	11		3	1	15
Àrea 5	2	1	1	1	5
					85