408412 - Esquí

Curs acadèmic: 2026-27
Facultat: Institut Nacional d'Educació Física de Catalunya - Barcelona
Titulació: Grau en Ciències de l'Activitat Física i l'Esport
Matèria: Fonaments dels esports **Tipus matèria:** Obligatòria
Tipus assignatura: Obligatòria
Departament: Rendiment Esportiu
Idiomes: Català
Curs: 3r **Semestre:** 5è
Crèdits ECTS matèria: 42
Crèdits ECTS assignatura: 6

Configuració de l'assignatura

Crèdits ECTS teoria: 2 **Grups teoria:** 1
Crèdits ECTS pràctica: 4 **Grups pràctica:** 1
Hores de docència setmanal: 4,5

Hores de dedicació de l'alumnat

Presencials: 60
Treballs dirigits: 45
Treball autònom: 45

Professorat

Nom	Coordinador	Crèdits	Correu electrònic
Joana Sans Osanz	Sí	0	jsans@gencat.cat
Albert Mallol Soler	No	6	amallols@gencat.cat

Competències bàsiques

1. Que els estudiants hagin demostrat posseir i comprendre coneixements en un àrea d'estudi que parteix de la base de l'educació secundària general, i se sol trobar a un nivell que, si bé es recolza en llibres de text avançats, inclou també alguns aspectes que impliquen coneixements procedents de l'avantguarda del seu camp d'estudi.
2. Que els estudiants sàpiguen aplicar els seus coneixements al seu treball o vocació d'una forma professional i posseeixin les competències que solen demostrar-se per mitjà de l'elaboració i defensa d'arguments i la resolució de problemes dins de la seva àrea d'estudi.
3. Que els estudiants tinguin la capacitat de reunir i interpretar dades rellevants (normalment dins de la seva àrea d'estudi) per emetre judicis que incloguin una reflexió sobre temes rellevants d'índole social, científica o ètica.
4. Que els estudiants puguin transmetre informació, idees, problemes i solucions a un públic tant especialitzat com no especialitzat.
5. Que els estudiants hagin desenvolupat aquelles habilitats d'aprenentatge necessàries per emprendre estudis posteriors amb un alt grau d'autonomia.

Competències generals

1. Compromís ètic (capacitat crítica i autocrítica/capacitat de mostrar actituds coherents amb les concepcions ètiques i deontològiques).
2. Capacitat d'aprenentatge i responsabilitat (capacitat d'anàlisi, de síntesi, de visions globals i d'aplicació dels coneixements a la pràctica/capacitat de prendre decisions i adaptació a noves situacions).
3. Capacitat comunicativa (capacitat de comprendre i d'expressar-se oralment i per escrit en català, castellà i en una tercera llengua, dominant el llenguatge especialitzat/capacitat de buscar, usar i integrar la

informació).
4. Saber emprar les noves tecnologies de la informació i la comunicació (TIC).
5. Desenvolupar habilitats d'adaptació a noves situacions, resolució de problemes i treball autònom.
6. Desenvolupar habilitats de relació interpersonal i de comunicació.
7. Actuar amb ètica i valors professionals.

Competències específiques

1. Identificar i analitzar els trets estructurals i funcionals de l'activitat física i de l'esport.
2. Adquirir habilitats motrius i demostrar l'execució de la pràctica de l'activitat física i de l'esport.
3. Reconèixer i comprendre els diferents factors que condicionen l'activitat física i de l'esport.
4. Aplicar els coneixements adquirits en l'activitat física i de l'esport a la pràctica professional.

Recomanacions sobre els coneixements previs per a l'assoliment dels objectius de l'assignatura

Se recomienda (o se requiere, en su caso) haber realizado la salida de primer nivel de las modalidades correspondientes en la asignatura de Actividades en el medio natural (2o curso) para optar a realizar las modalidades ofertadas en esta asignatura. En este caso: “Actividades en la nieve 1” en la especialidad de esquí alpino.

Objectius

- Dominar i aplicar les normes de seguretat de forma natural i precisa.
- Saber fer la posada a punt del material.
- Dominar les tècniques bàsiques de descens en les modalitats d'esquí alpí.
- Conèixer el sistema d'organització d'una escola d'esquí alpí.
- Conèixer el sistema turístic de l'àmbit de les activitats a la neu.

Continguts

- **Bloc 1: Activitats de neu (esquí alpí)**
  - Seguretat.
  - Meteorologia i anàlisi d'allaus.
  - Fonaments tècnics i tàctics.
  - Materials: posada a punt, manteniment i reparació.
  - Modalitats i variants: esquí alpí.
  - Gestió d'una escola d'esquí alpí.
  - Anàlisi del sistema turístic en l'àmbit de les activitats a la neu.

Activitats formatives

Activitats dirigides

- Fórums/Debats

Classes presencials

- Pràctica d'Activitat Física i Esportiva
- Lliçó Magistral

Treball autònom de l'estudiant

- Lectures
- El·laboració d'apunts
- Estudi individual

Activitats d'avaluació

Activitat d'avaluació 1. Obligatòria - Pràctica específica (assistència i participació)

Ponderació: 30%
Tipus: Individual
Nota mínima per a fer mitjana: 4
Permet reavaluació: No
Nota mínima reavaluació: -

Assistència obligatòria al 100% de l'activitat triada.

2 blocs de dies d'activitat (aprox. 2 setmanes separades: 1 + 1) de la modalitat escollida (activitats nàutiques o activitats de neu). El nombre de dies d'activitat estarà determinat en el calendari acadèmic.

Cada setmana d'activitat suposarà un 20% de la nota d'aquest apartat d'avaluació.

Nota: assistència + nivell de participació + actitud (puntualitat).

> La manca de puntualitat, mal comportament o actituds distorsionadores, seran motiu de sanció sobre aquesta nota.
>
> Casos severs de mal comportament, pot suposar un suspens del global de l'assignatura.

Objectius associats a l'activitat

- Dominar i aplicar les normes de seguretat de forma natural i precisa.
- Dominar les tècniques bàsiques de descens en les modalitats d'esquí alpí.
- Saber fer la posada a punt del material.

Activitat d'avaluació 2. Obligatòria - Pràctica específica (avaluació tècnica)

Ponderació: 30%
Tipus: Individual
Nota mínima per a fer mitjana: 4
Permet reavaluació: No
Nota mínima reavaluació: -

Assistència obligatòria al 100% de l'activitat triada.

Cada setmana d'activitat suposarà un 20% de la nota d'aquest apartat d'avaluació.

Nota: Avaluació de la progressió i el nivell tècnic,de la modalitat escollida (activitats nàutiques o activitats de neu).

> La manca de puntualitat, mal comportament o actituds distorsionadores, seran motiu de sanció sobre aquesta nota.
>
> Casos severs de mal comportament, pot suposar un suspens del global de l'assignatura.

Objectius associats a l'activitat

- Dominar i aplicar les normes de seguretat de forma natural i precisa.

- Dominar les tècniques bàsiques de descens en les modalitats d'esquí alpí.
- Saber fer la posada a punt del material.

Activitat d'avaluació 3. Obligatòria - Avaluació teòrica

Ponderació: 20%
Tipus: Individual
Nota mínima per a fer mitjana: 4
Permet reavaluació: No
Nota mínima reavaluació: -

1 Test teòric, dels continguts relacionats amb el curs (activitats nàutiques o activitats de neu).

Objectius associats a l'activitat

- Conèixer el sistema d'organització d'una escola d'esquí alpí.
- Conèixer el sistema turístic de l'àmbit de les activitats a la neu.

Activitat d'avaluació 4. Obligatòria - Cas pràctic

Ponderació: 20%
Tipus: Grupal
Nota mínima per a fer mitjana: 4
Permet reavaluació: No
Nota mínima reavaluació: -

Cas pràctic.

Metodologia per la resolució d'un error tècnic específic, a partir dels coneixements adquirits durant el curs.

Grup de 4 persones.

Objectius associats a l'activitat

- Conèixer el sistema d'organització d'una escola d'esquí alpí.
- Conèixer el sistema turístic de l'àmbit de les activitats a la neu.
- Dominar i aplicar les normes de seguretat de forma natural i precisa.

Activitat d'avaluació 5: Optatives - Puntuació extra i obtenció de MH.

Ponderació: 0,05%
Tipus: Individual
Nota mínima per a fer mitjana: 1
Permet reavaluació: No
Nota mínima reavaluació: -

Per aconseguir la MH en aquesta assignatura, s'haurà d'obtenir un 9 en el sumatori final de la nota.

La coordinació de les activitats duta a terme correctament, serà un aspecte rellevant per atorgar la MH.

Objectius associats a l'activitat

- Conèixer el sistema d'organització d'una escola d'esquí alpí.
- Conèixer el sistema turístic de l'àmbit de les activitats a la neu.
- Dominar i aplicar les normes de seguretat de forma natural i precisa.

Requisits avaluació continuada (específics)

L'alumnat haurà de realitzar totes lesproves d'avaluació assenyalades com a obligatòries.

Atès que les activitats d'avaluació es duen a terme fora del centre i estan organitzades com un conjunt, **l'obligatorietat d'assistència és del 100%**. Alumnes del programa Esports Estudis contactar amb el professorat.

Per superar l'assignatura caldrà que la mitjana de les proves obligatòries doni, com a mínim, un 5.

Condicions específiques si l'alumnat no pot fer pràctiques o una activitat d'avaluació

L'objectiu fonamental de les assignatures és tenir una vivència pràctica fora del centre compartida amb el grup-classe. Per aquest motiu, és imprescindible assistir a les dues sortides pràctiques que s'ofereixen a l'assignatura.

En relació amb l'assistència: l'assistència a la sortida pràctica és obligatòria.

Requisits avaluació única

Les característiques de l'assignatura, realitzada en concentració durant dues setmanes en un lloc extern no permeten oferir una avaluació diferent de la plantejada.

Alumnes del programa Esports Estudis contactar amb el professorat.

Bibliografia i altres recursos

Ayora, A. (2012). Riesgo y liderazgo: cómo organizar y guiar actividades en el medio natural. *Desnivel*.

Babí Lladós, J., Inglés Yuba, E., Cumellas Ruiz, L., Farías Torbidoni, E. I., Seguí Urbaneja, J., & Labrador Roca, V. (2018). El perfil de los corredores y su propensión al accidente deportivo. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte.*

Barbara Humberstone, Heather Prince, Karla A. Henderson (2016). *Routledge International Handbook of Outdoor Studies.* Routledge.

Farías-Torbidoni, Estela & Dorado, Víctor & Hamza Mayora, Sara & Ulloa Hernández, Maira & Moscoso-Sánchez, David. (2023). Deportes de naturaleza, desarrollo rural y espacios naturales protegidos. 10.14679/2602.

Farkic, J., & Mackie, C. (2017). Routledge international handbook of outdoor studies. *Journal of Adventure Education and Outdoor Learning*, *18*(1), 96–98. https://doi.org/10.1080/14729679.2017.1383923

Funollet, F., Inglés, E. & Labrador, V. (2016). Hacia un nuevo paradigma de la actividad deportiva en el medio natural. *Apunts: Educación física y deportes*, (124), 114-121.

Fuster, J. (1995). Risc i activitats físiques en el medi natural: efectes de la pràctica sobre la resposta emocional.

Grimalt, M. Martin-Vide, J. Y Mauri, F. (1995). *Els núvols. Guia de camp de l'atmosfera i previsió del temps.* Tarragona: Mèdol.

Inglés, E. (2012). Responsabilidad civil en los deportes de río. Acciones e investigaciones sociales, (31), 63-90.

Labrador, Víctor, Rocher, Míriam, & Ingés, Eduard. (2018). Determinación de responsabilidad y percepción del riesgo en actividades deportivas de río en España, (39), 181-199. DOI: https://doi.org/10.26754/ojs_ais/ais.2018393237

López, A. (2016). Dueños de la roca. *Revista Española de Educación Física y Deportes*, (414), 103-104.

Nasarre, J. M. (2000). La regulación jurídica de las empresas de turismo activo. *Acciones e investigaciones sociales*, (10), 67-82.

Pastor, Teresa & Farías-Torbidoni, Estela. (2023). Actividades Recreativo - deportivas en el medio natural ¿Qué opinan los gestores de los Espacios Naturales Protegidos en Europa?

Sans-Osanz, Joana, & Inglés Yuba, Eduard. (2023). Curriculum for mountaineering, climbing and winter sports instructors in Spain. A critical approach according to key stakeholders. *Sport, Education and Society*, 1–18. https://doi.org/10.1080/13573322.2023.2209102

Seguí Urbaneja, J., Inglés Yuba, E., Labrador Roca, V., & Faría Torbidoni, E. I. (2016). Carreras (de o por) montaña o trail running. El reconocimiento de la modalidad deportiva: una visión jurídica. RETOS. *Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, (30).

Soto, I. J. (2018). *La configuración jurídica del deporte en el medio natural: Relaciones con el turismo, el desarrollo sostenible y la ordenación del territorio*. Editorial Reus.