



Esquí de Fons

Descripció

Esquí de fons, juntament amb esquí alpí i surf de neu, és una especialitat de la modalitat d'esports d'hivern.

Aquests estudis capaciten per planificar i dirigir l'entrenament d'esquiadors i esquiadores i equips d'esquí de fons en competicions de nivell mitjà i alt nivell, i dirigir escoles d'esports d'hivern.

Tenen una durada de 855 hores (655 en un centre educatiu i 200 en un centre de treball), **un curs** acadèmic.

Continguts

Els continguts s'organitzen en quatre blocs de crèdits teoricopràctics: el bloc comú, format per crèdits que constitueixen les bases científiques i psicopedagògiques necessàries per a l'inici, l'adaptació i el perfeccionament de l'especialitat; el bloc complementari, format per crèdits relacionats amb el coneixement de l'entorn social i els recursos tecnològics de l'àmbit de l'esport; el bloc específic, format per crèdits de caràcter científic, tècnic i pràctic corresponents a la modalitat, disciplina o especialitat esportiva, i el bloc de formació pràctica, que es fa en centres on es poden aplicar els coneixements i les destreses adquirits.

Bloc comú (200 hores)

- Biomecànica Esportiva (30 hores)
- Entrenament d'Alt Rendiment Esportiu (50 hores)
- Fisiologia de l'Esforç (40 hores)
- Gestió de l'Esport (45 hores)
- Psicologia de l'Alt Rendiment Esportiu (25 hores)
- Sociologia de l'Esport d'Alt Rendiment (10 hores)

Bloc específic (355 hores)

- Desenvolupament Professional III (30 hores)
- Material d'Esquí de Fons III (35 hores)
- Metodologia de l'Entrenament de l'Esquí de Fons II (130 hores)
- Optimització de les Tècniques i Tàctiques de l'Esquí de Fons (120 hores)
- Seguretat Esportiva III (40 hores)

Bloc complementari (40 hores)

- Els Esports d'Hivern Adaptats (20 hores)
- Aplicacions Informàtiques i Mitjans Multimèdia en els Esports d'Hivern (20 hores)

Projecte final (60 hores)

Bloc de formació pràctica (200 hores)

Més informació del **currículum** a l'annex III, apartat 8

Accés

Per accedir a aquest grau superior cal complir els requisits següents:

1. tenir el títol de tècnic/a en Esquí de Fons, i
2. tenir el títol de batxiller o un títol equivalent a efectes acadèmics, tenir el títol de tècnic superior de formació professional o grau universitari. Les persones que no compleixen aquest requisit han de superar una prova general d'accés (cal tenir 19 anys o complir-los l'any en què es fa la prova).

Tràmits

Per cursar aquests ensenyaments cal formalitzar la sol·licitud i presentar-la al centre i per a l'ensenyament demanat en primer lloc.

Per a l'assignació de les places s'ordenen les sol·licituds segons la puntuació obtinguda en sumar el següent:

- la qualificació mitjana del requisit d'accés al·legat,
- dos punts si la persona sol·licitant està domiciliada a Catalunya i
- un punt si s'ha fet la prova específica d'accés en alguna convocatòria anterior.

Les sol·licituds que tenen la mateixa puntuació s'ordenen a partir d'un número de desempat que s'obté per sorteig.



Esquí de Fons

Pel que fa a l'import de la matrícula, vegeu els **documents** que detallen els preus públics en els centres dependents del Departament d'Educació.

Consulteu els supòsits d'exempcions i bonificacions generals i específiques a l'apartat de **preus públics**.

Per a la resta de centres, consulteu l'import en el centre corresponent.

Trobareu més informació al web preinscripcio.gencat.cat.

Continuïtat

Sortides acadèmiques

Les persones que superen el grau superior obtenen un títol de **tècnic o tècnica superior** que els permet accedir a qualsevol estudi universitari oficial de grau.

Sortides professionals

Les persones que superen el grau superior obtenen un títol de **tècnic o tècnica superior** que els permet accedir al món laboral com a:

- planificador o planificadora, director o directora de l'entrenament d'esportistes i equips d'esquí de fons,
- entrenador o entrenadora d'esquiadors i esquiadores d'alta competició,
- director o directora d'esportistes i equips en competicions de nivell alt i mitjà,
- director o directora d'escoles d'esports d'hivern.

Normativa

- Reial decret 319/2000, de 3 de març, pel qual s'estableixen els títols de tècnic esportiu i tècnic esportiu superior en les especialitats dels esports d'hivern, s'aproven els corresponents ensenyaments mínims i es regulen les proves d'accés a aquests ensenyaments (BOE núm. 75, de 28.3.2000)



Esquí de Fons

Centres

Bages

Manresa

Joviat (08020036)
c. Rubió i Ors, 5-17
08240 Manresa
Tel. 938726988
Centre: privat
Horari: diürn

Barcelonès

Barcelona

EFTE Catalana de Montjuïc
(08066681)
av. de l'Estadi, s/n
08038 Barcelona
Tel. 934255445
Centre: públic
Horari: diürn

Escola Pia de Sarrià-Calassanç
(08004286)
c. Immaculada, 25-35
08017 Barcelona
Tel. 932120908
Centre: privat
Horari: diürn

Lleó XIII (08005412)
c. Lleó XIII, 16-18-20
08022 Barcelona
Tel. 934175001
Centre: privat
Horari: diürn

Pallars Jussà

La Pobla de Segur

**Institut Centre d'Esports de
Muntanya del Pallars** (25010361)
pça. de les Pobles, s/n
25500 La Pobla de Segur
Tel. null
Centre: públic
Horari: diürn-tarda

Val d'Aran

Naut Aran

**EFTE Centre Públic de Tècnics
Esportius dera Val d'Aran** (25008467)
Alberg Era Garona
25598 Naut Aran
Tel. 973644595
Centre: públic
Horari: diürn