



Proyecto de Resolución de ----- de la Presidencia del Consejo Superior de Deportes, por la que se publica el Plan Formativo de la modalidad deportiva de ciclismo.

El Real Decreto 1363/2007, de 24 de octubre, por el que se establece la ordenación general de las enseñanzas deportivas de régimen especial, establece en su disposición transitoria primera que hasta la implantación efectiva de las enseñanzas de una determinada modalidad o especialidad deportiva, las formaciones promovidas por las respectivas federaciones deportivas y por los órganos responsables de deportes de las Comunidades Autónomas podrán obtener el reconocimiento a efectos de correspondencia formativa, una vez publicado el título oficial, siempre y cuando se adapten a lo establecido en la norma que dicte el Ministerio de Educación.

La Orden EDU/3186/2010, de 7 de diciembre, por la que regulan los aspectos curriculares, los requisitos generales y los efectos de las actividades de formación deportiva, a los que se refiere la disposición transitoria primera del Real Decreto 1363/2007, de 24 de octubre, viene a regular los aspectos curriculares de las actividades de formación deportiva a los que se refiere la disposición transitoria primera del RD 1363/2007, de 24 de octubre, las organiza en tres niveles: nivel I, nivel II y nivel III, y obliga a que estas se refieran a un plan formativo para cada modalidad o especialidad. Este plan formativo se establecerá a propuesta de la federación deportiva española correspondiente o de las Comunidades Autónomas o de las Ciudades con Estatuto de Autonomía y desarrollara el requisito específico de acceso, el bloque específico, y el periodo de prácticas, de cada nivel, y en su caso la oferta parcial del nivel I.

La existencia de un plan formativo común a todas las actividades de formación deportiva de un mismo nivel y modalidad, pretende garantizar la homogeneidad de la formación de los entrenadores deportivos dentro del Sistema Deportivo, y adecuar sus contenidos a los objetivos establecidos para cada nivel. El artículo 4 de la Orden EDU/3186/2010, de 7 de diciembre, permite la flexibilización de las enseñanzas y compatibilizar esta formación con otras actividades deportivas, laborales o académicas. En estas circunstancias y para garantizar los objetivos propuestos, parece adecuado, a semejanza de lo establecido con el bloque común, determinar las áreas del bloque específico que pueden ser ofertadas a distancia.

De acuerdo con el artículo 6 de la citada Orden, corresponde al Secretario de Estado-Presidente del Consejo Superior de Deportes establecer mediante Resolución el plan formativo de la modalidad.

Por su parte la Real Federación Española de Ciclismo ha propuesto los planes formativos de los niveles I, II y III de la modalidad deportiva de ciclismo, reconocida por el Consejo Superior de Deportes según lo dispuesto en el artículo 8 b) de la Ley 10/1990, de 15 de octubre, del Deporte, y respecto de la cual no se ha desarrollado y regulado los correspondientes títulos de enseñanza deportiva.

Por todo ello y en el marco normativo descrito, y en virtud de las facultades que confiere a la Presidencia del Consejo Superior de Deportes el artículo 6 de la Orden EDU/3186/2010, de 7 de diciembre.



RESUELVO

Primero. Objeto.

La presente Resolución tiene como objeto establecer los planes formativos de la modalidad deportiva de Ciclismo en los niveles I, II y III de acuerdo con lo establecido en el artículo 6 de la Orden EDU/3186/2010, de 7 de diciembre.

Segundo. Código del plan formativo de la modalidad deportiva de fútbol americano.

1. Nivel I : PF-112CICI01
2. Nivel II: PF-212CICI01
3. Nivel III PF-312CICI01

Tercero. Estructura y duración del plan formativo de la modalidad deportiva de ciclismo.

1. La duración total del bloque específico del nivel I es de 70 horas.
2. El periodo de prácticas del nivel I tiene una duración de 150 horas.
3. La duración total del bloque específico del nivel II es de 180 horas.
4. El periodo de prácticas del nivel II tiene una duración de 200 horas.
5. La duración total del bloque específico del nivel III es de 210 horas.
6. El periodo de prácticas del nivel III tiene una duración de 200 horas.
7. Las áreas que constituyen el bloque específico de cada nivel, su duración mínima, su distribución en objetivos formativos y contenidos, así como los objetivos formativos y actividades de los periodos de prácticas, se desarrollan en el anexo I de esta resolución.

Cuarto. Requisitos de carácter específico del nivel II, del plan formativo de la modalidad deportiva de ciclismo.

a) Para el acceso a las actividades de formación deportivas de nivel I de ciclismo, además de los requisitos generales de acceso, se debe superar los requisitos específicos de acceso establecidos en el anexo I de esta orden.

2. Los técnicos evaluadores de los requisitos de acceso específicos deberán cumplir los requisitos de profesorado establecidos en el artículo 14 de la Orden EDU/3186/2010 de 7 de diciembre.

Quinto. Formación a distancia.

1. Las áreas susceptibles de ser impartidas a distancia en su totalidad o de forma semipresencial serán las reflejadas en el anexo II.

2. La evaluación final para las áreas impartidas a distancia en su totalidad exigirá la superación de pruebas presenciales.

Sexto. Resolución del procedimiento.

La presente Resolución pondrá fin a la vía administrativa, pudiendo ser recurrida potestativamente en reposición, en el plazo de un mes y ante el Presidente del Consejo Superior de Deportes, de acuerdo con lo dispuesto en los artículos 116 y 117 de la Ley 30/1992, de 26 de noviembre, de Régimen Jurídico de las Administraciones Públicas y del Procedimiento Administrativo Común, en la redacción dada por la Ley 4/1999, de 13 de enero, o directamente, mediante la interposición de recurso contencioso administrativo ante los Juzgados Centrales de lo Contencioso-



Administrativo, conforme a lo establecido en el artículo 9.c) de la Ley 29/1998, de 13 de julio, reguladora de la Jurisdicción Contenciosa-Administrativa, y el artículo 90.4 de la Ley Orgánica 6/1985, de 1 de julio, del Poder Judicial, en la redacción dada por la Ley Orgánica 6/1998, de 13 de julio, en el plazo de dos meses a contar desde el día siguiente a la fecha de su notificación, de acuerdo con lo dispuesto en el artículo 46.1 de la citada Ley 29/1998.

Lo que se hace público para general conocimiento.

Madrid, de de 2012. El Presidente del Consejo Superior de Deportes



ANEXO I

Plan formativo en ciclismo

Áreas del bloque específico

Nivel I- Áreas del bloque específico	Horas
Área: Desarrollo Profesional.	5
Área: Formación técnica y táctica del ciclismo.	30
Área: Metodología de la enseñanza de las especialidades ciclistas.	20
Área: Reglamento de las especialidades ciclistas.	10
Área: Seguridad deportiva.	5

Nivel II - Áreas del bloque específico	Horas
Área: Desarrollo Profesional.	20
Área: Formación técnica, táctica del Ciclismo II.	40
Área: Metodología de la enseñanza y del entrenamiento de las especialidades ciclistas.	35
Área: Entrenamiento específico.	40
Área: Reglamento de las especialidades ciclistas.	15
Área: Ciclismo adaptado.	30

Nivel III - Áreas del bloque específico	Horas
Área: Desarrollo profesional III.	40
Área: Formación técnica y táctica del ciclismo.	60
Área: Planificación y Programación del Alto Rendimiento del ciclismo.	40
Área: Preparación física específica del ciclismo.	60
Área: Reglamento.	20

Nivel I en Ciclismo - PF-112CICI01

Requisitos específicos de acceso

Estructura de la prueba

Objetivo. Valoración de la condición técnica

Contenidos

- Ejercicio nº 1, Prueba de habilidad en bicicleta (carretera o mountain-bike). Diez conos situados en línea separados entre sí por una distancia de 1,5m el aspirante deberá sortearlos con la bicicleta, sin poner los pies en el suelo, bordeando los mismos a derecha e izquierda alternativamente. Al llegar al final realizará una circunferencia completa sobre sí mismo para volver a recorrer el mismo camino en sentido inverso y en las mismas condiciones.
- Ejercicio nº 2, Prueba de Equilibrio estático. Con una bicicleta de carretera o mountain-bike y después de un minuto, como máximo, de rodar con ella, conseguir mantenerse parado (Surplace).



- Ejercicio nº 3, Prueba de conducción rápida. Partiendo de parado se ha de acelerar y recorrer 20 m lo más rápidamente posible (máximo 5 seg.) y frenar en un espacio limitado de 3 m.

Criterios de evaluación

Se considerará superado los ejercicios de la primera parte cuando el aspirante haya:

- Ejercicio 1: Realizado el circuito en un tiempo máximo de 20 segundos.
- Ejercicio 2: Conseguir mantenerse parado al menos 4 segundos.
- Ejercicio 3: Partiendo de una puntuación de 5 puntos se le descontará 0,25 puntos por cada segundo de más en hacer el recorrido y 0,5 puntos por cada metro de más en la frenada. Deberá conseguir un mínimo de 2,5 puntos.

Espacios y equipamientos

La prueba se realizará, siempre que sea posible, en un velódromo. En el caso de no existir uno, se utilizará una pista polideportiva.

Equipamiento necesario: conos de señalización

Bloque específico

1. Área: Desarrollo Profesional

Objetivos formativos

- a. Conocer el entorno institucional, socioeconómico y legal del ciclismo.
- b. Conocer la legislación laboral aplicable a los entrenadores deportivos de nivel I.
- c. Conocer los requisitos legales para el ejercicio de la profesión.
- d. Conocer las competencias, funciones, tareas y responsabilidades del entrenador de nivel I, de ciclismo.

Contenidos

- Orientación sociolaboral.
 - La figura del entrenador de ciclismo de nivel I
 - Requisitos laborales y fiscales del trabajador por cuenta propia.
 - Competencias profesionales del Entrenador de nivel I, de Ciclismo.
 - Federación Española de Ciclismo. Organización y funciones.
2. Área: Formación técnica y táctica del ciclismo.

Objetivos formativos

- a. Valorar la ejecución técnica en la iniciación deportiva en ciclismo.
- b. Identificar los errores más habituales, relacionándolos con las tareas de corrección.
- c. Aplicar técnicas de identificación y corrección de errores.
- d. Concretar la sesión de iniciación en ciclismo a partir de la programación de referencia.
- e. Describir los elementos y organización de la programación.
- f. Elaborar (adaptando) secuencias de aprendizaje.
- g. Identificar los elementos básicos de los gestos técnicos de las especialidades ciclistas.

- h. Emplear los métodos de enseñanza y las progresiones pedagógicas que facilitan el aprendizaje del ciclismo y el acceso adecuado a la competición.
- i. Identificar la implicación de las cualidades perceptivo-motrices en el aprendizaje de la técnica de las especialidades ciclistas.
- j. Adaptar los distintos sistemas de entrenamiento de las capacidades perceptivo-motrices a las diferentes edades.

Contenidos

- Características generales de la técnica básica de las distintas modalidades del ciclismo.
 - Consideraciones generales sobre las capacidades físicas condicionales y las capacidades perceptivo-motrices y su implicación en el aprendizaje de la técnica deportiva.
 - Las tácticas básicas de las distintas modalidades del ciclismo.
 - Los materiales técnicos del ciclismo.
 - Características de las instalaciones donde se realiza la práctica del ciclismo.
 - Cuidado y mantenimiento preventivo del material específico y de las instalaciones.
3. Área: Metodología de la enseñanza de las especialidades ciclistas

Objetivos formativos

- a. Aplicar los medios y métodos de enseñanza en función de los contenidos, adecuándolos a las distintas edades.
- b. Aplicar la didáctica al proceso de enseñanza-aprendizaje del ciclismo.
- c. Emplear una progresión metodológica en la enseñanza de la técnica y la táctica del ciclismo.
- d. Describir las técnicas de Programación educativa aplicadas a los contenidos técnicos del ciclismo.
- e. Describe las etapas de enseñanza aprendizaje en la iniciación deportiva en ciclismo.

Contenidos

- Fundamentos pedagógicos y didácticos aplicados al ciclismo.
 - Métodos de enseñanza-aprendizaje deportivos en ciclismo.
 - Etapas en la enseñanza de la técnica y la táctica en ciclismo. La progresión metodológica.
 - Diseño de tareas de enseñanza-aprendizaje en la iniciación al ciclismo.
 - Sesiones de trabajo en la iniciación al ciclismo.
 - Los contenidos, medios y métodos de la iniciación al ciclismo.
 - Técnicas e instrumentos de observación, recogida de datos y evaluación de la técnica y la táctica en ciclismo.
 - Criterios y métodos de evaluación del aprendizaje en ciclismo.
 - Los errores más habituales en la ejecución técnica del ciclismo, sus posibles causas y medios de corrección.
4. Área: Reglamento de las especialidades ciclistas

Objetivos formativos



- a. Describir las características de las competiciones de ciclismo en la etapa de iniciación.
- b. Analizar el reglamento del ciclismo en sus diferentes especialidades y pruebas.
- c. Participar en el desarrollo de las actividades propias de la iniciación en ciclismo.
- d. Determinar las pruebas del calendario oficial las categorías de principiantes, alevines, infantiles y cadetes.
- e. Aplicar los protocolos establecidos para este tipo de eventos y actividades.
- f. Aplicar los criterios para modificar los reglamentos de las competiciones para utilización con fines de promoción deportiva.

Contenidos

- Reglamento básico de la competición ciclista.
 - Pruebas de ciclismo en función de las edades.
 - Reglamentación específica de las pruebas de categorías alevín, infantil, cadete y juvenil de ciclismo.
 - Requisitos de participación en campeonatos en categorías inferiores.
 - Criterios para las modificaciones de competiciones no oficiales.
 - Aspectos organizativos en un campeonato de ciclismo en categorías inferiores.
5. Área: Seguridad e higiene en ciclismo

Objetivos formativos

- a. Prevenir las lesiones por sobrecarga más frecuentes en las especialidades ciclistas en edades jóvenes.
- b. Enumerar las lesiones por agentes indirectos más frecuentes en ciclismo, así como los medios y métodos para su prevención.
- c. Conocer los hábitos de higiene imprescindibles en ciclismo.
- d. Determinar la influencia de los materiales y equipamientos deportivos
- e. en la generación de lesiones en ciclismo.
- f. Identificar las condiciones de seguridad en la práctica.
- g. Aplicar las medidas de seguridad a la enseñanza de las especialidades ciclistas.

Contenidos

- Lesiones por sobrecarga más frecuente en el ciclismo y su prevención.
- Lesiones por agentes indirectos más frecuentes en el ciclismo y su prevención.
- Condiciones de seguridad en la práctica de las especialidades ciclistas.
- Higiene en la práctica del ciclismo.
- Técnicas de primeros auxilios relacionando el tipo de lesión con el protocolo establecido en cada caso.

Periodo de prácticas

Objetivos formativos

- a. Completar en un contexto práctico la adquisición de aprendizajes alcanzados.
- b. Completar el conocimiento sobre la organización deportiva y laboral correspondiente, con el fin de facilitar su inserción.
- c. Evaluar en un contexto real deportivo y laboral el grado de consecución de los objetivos alcanzados.



- d. Colaborar en el desarrollo de las actividades, competiciones y otros eventos de la iniciación deportiva en ciclismo.
- e. Concretar y dirigir sesiones de iniciación deportiva en ciclismo.
- f. Dirigir al ciclista en competiciones.
- g. Actuar con autonomía, iniciativa y responsabilidad en el puesto de trabajo.
- h. Demostrar comportamiento ético, habilidades personales de comunicación, trabajo en equipo.

Actividades

- Supervisar el estado y funcionamiento de los equipos y materiales.
- Realizar operaciones de mantenimiento y reparaciones básicas de los materiales y equipos.
- Aplicar los primeros auxilios en un supuesto práctico.
- Atender a los deportistas y alumnos; recibiendo, informando, orientando y despidiendo.
- Organizar y dirigir sesiones de iniciación siguiendo las instrucciones que reciba y la programación de referencia.
- Acompañar al deportista en competiciones de iniciación.
- Realizar operaciones de almacenamiento, transporte, preparación y mantenimiento de las instalaciones, y materiales.

Nivel II: PF-212CICI01

Bloque específico

1. Área: Desarrollo Profesional

Objetivos formativos

- a. Analizar la legislación laboral aplicable a los titulares del título de entrenador de Ciclismo de nivel II.
- b. Conocer las competencias, funciones, tareas y responsabilidades del entrenador de Ciclismo de nivel II.
- c. Conocer la normativa laboral aplicable en la función de los técnicos tanto como trabajadores por cuenta propia como por cuenta ajena, régimen de cotizaciones y obligaciones laborales.
- d. Conocer las obligaciones fiscales en el desarrollo de actividades deportivas.
- e. Especificar el grado de desarrollo de las profesiones de los técnicos españoles de ciclismo en países de la Unión Europea y concretar la equivalencia con los profesionales de estos países.

Contenidos

- Régimen laboral en el deporte.
- Regulación de deportistas y entrenadores del RD 1006/1985.
- Regulación del Estatuto del Trabajador autónomo Ley 20/2007 .
- Novedades que introduce la Ley 35/2010 de la reforma Laboral en España.
- Afiliación a la seguridad social. Derechos y deberes de la afiliación.
- Competencias profesionales del Técnico Deportivo en Ciclismo. Funciones, tareas y limitaciones.
- Federación Española de Ciclismo. Organización y funciones.
- Los Técnicos Deportivos en Ciclismo en los países de la Unión Europea.



2. Área: Formación técnica, táctica del Ciclismo II

Objetivos formativos

- a. Valorar la ejecución técnica en la tecnificación deportiva en ciclismo.
- b. Determinar las progresiones pedagógicas para el perfeccionamiento de la técnica de las diferentes modalidades ciclistas.
- c. Emplear los métodos de entrenamiento de la técnica de las diferentes modalidades en ciclistas en la etapa de entrenamiento de la técnica.
- d. Analizar los estándares técnicos y las situaciones tácticas.
- e. Valorar el comportamiento táctico más adecuado.

Contenidos

- Factores que participan en la planificación de la táctica.
 - La valoración del ciclista y del equipo.
 - El espacio competitivo.
 - El estudio de los adversarios.
 - Comportamiento táctico por zonas.
 - Zona de ataque.
 - Zona de defensa.
 - Análisis de las acciones tácticas en distintas situaciones de competición.
 - Posición en el pelotón.
 - El ataque.
 - La escapada o "fuga".
 - El contraataque o la "caza".
 - La escalada.
 - El sprint.
 - Entrenamiento de los gestos técnicos de corredores de 17 y 18 años, corrección y adaptación.
 - Aerodinámica colectiva.
 - Acoplamiento `a rueda´.
 - Relevos. Formaciones.
 - Demarrajajes.
 - El sprint.
 - Saltos y otras destrezas motrices.
 - Adaptación de los gestos técnicos a las distintas situaciones de la ejecución deportiva.
 - Consideraciones para poner en práctica en cada situación, la posición adecuada sobre la bicicleta.
 - Virajes. Posición para abordar curvas.
 - Elección de desarrollo y frecuencia de `pedaleo´.
 - Perfeccionamiento de los gestos técnicos y las acciones tácticas.
3. Área: Metodología de la enseñanza y del entrenamiento de las especialidades ciclistas

Objetivos formativos

- a. Elaborar programas de tecnificación de ciclismo según los modelos de Planificación de la enseñanza y el entrenamiento.



- b. Conocer los contenidos técnicos y tácticos de la etapa de perfeccionamiento y de la ejecución técnica.
- c. Profundizar en el conocimiento del proceso de enseñanza-aprendizaje del ciclismo.
- d. Elegir entre los modelos de programación de la enseñanza y del entrenamiento del ciclismo.
- e. Aplicar los criterios para la programación anual de la enseñanza y del entrenamiento del ciclismo en la etapa de perfeccionamiento de la técnica y la táctica.
- f. Aplicar los métodos y estilos de enseñanza más eficaces para el aprendizaje de la técnica y la táctica del ciclismo en la etapa de perfeccionamiento.
- g. Analizar la dirección de un equipo ciclista en la etapa de perfeccionamiento.

Contenidos

- Determinación de los objetivos de la enseñanza del ciclismo.
 - Planificación de la enseñanza-aprendizaje de los contenidos técnicos y tácticos del ciclismo.
 - Contenidos técnicos y tácticos de la etapa de perfeccionamiento de la ejecución técnica.
 - Metodología de la enseñanza de los contenidos técnicos y tácticos del ciclismo, en la etapa de perfeccionamiento de la ejecución Técnica.
 - Las unidades didácticas.
 - Elementos a tener en cuenta en el diseño de la enseñanza y el entrenamiento.
 - Criterios para establecer los objetivos de las unidades didácticas.
 - Criterios para la determinación de los contenidos.
 - Desarrollo de una unidad didáctica.
 - Modelo de organización de las actividades.
 - Metodología de la evaluación del entrenamiento técnico y del entrenamiento táctico.
 - Evaluación del proceso entrenamiento-rendimiento del ciclismo. principios de evaluación del proceso.
 - La dirección del equipo de ciclismo.
 - La detección y selección de talentos.
4. Área: Entrenamiento específico

Objetivos formativos

- a. Aplicar la teoría del entrenamiento deportivo a la planificación y organización del entrenamiento de las especialidades ciclistas.
- b. Adaptar el entrenamiento en función de las particularidades de la edad y grado de desarrollo del ciclista.
- c. Aplicar los criterios que intervienen en la planificación del entrenamiento anual de las especialidades ciclistas.
- d. Determinar las características del entrenamiento general y específico y su relación.
- e. Conocer los criterios para la programación de los períodos de recuperación dentro del ciclo de entrenamiento.

Contenidos



- Particularidades del entrenamiento de las especialidades ciclistas en función de la edad y del grado de desarrollo biológico.
- Entrenamiento general y específico.
- Características generales de la planificación del entrenamiento anual de las especialidades ciclistas.
 - Aspectos a considerar en la planificación de la temporada.
 - Fases de la planificación.
- Períodos de planificación. Características y objetivos de cada período.
 - Temporalización de las estructuras de trabajo.
- Programaciones tipo de entrenamiento dentro del ciclo anual.
 - Periodización del entrenamiento con una cima.
 - Periodización del entrenamiento con dos o más cimas.
- Competición.
 - Clasificación y características.
 - Frecuencia.
 - Planificación.
 - Preparación de las competiciones.
- Recuperación.
 - Medios.
- Especialización progresiva.
 - Evolución del entrenamiento con la edad.

5. Área: Reglamento de las especialidades ciclistas

Objetivos formativos:

- a. Aplicar y enseñar la normativa técnica de la RFEC.
- b. Determinar las características de las competiciones y de los utensilios implicados en la práctica de las distintas especialidades del ciclismo.
- c. Conocer los requisitos reglamentarios de los equipamientos empleados en la práctica de las distintas especialidades del ciclismo.

Contenidos

- Normativa técnica de la RFEC.
 - Órganos técnico-deportivos.
 - El Comité técnico-deportivo.
 - La Comisión técnica-reglamentaria.
 - El Comité técnico de árbitros.
 - La Comisión de salud y prevención del dopaje.
 - El Comité nacional de competición y disciplina deportiva.
 - La Asesoría jurídica.
 - La Escuela nacional de entrenadores.
- Reglamento nacional del control del dopaje.
 - Aspectos generales.
 - Relación de pruebas.
 - Relación de corredores.
 - Controles de salud.
 - Control de carreras.
 - Obligaciones financieras u avales.



CSD

- Organización general del deporte ciclista.
 - Licenciados.
 - Licencias.
 - Categorías de corredores.
 - Equipos.
- Pruebas.
 - Disposiciones administrativas.
 - Organización de las pruebas.
 - Desarrollo de las pruebas.
 - Control de las pruebas.
- Equipamiento.
 - Disposiciones generales.
 - Bicicletas.
 - Vestimenta de los corredores.
 - Identificación de los corredores.

6. Área: Ciclismo adaptado

Objetivos formativos

- a. Organizar sesiones de iniciación al ciclismo para deportistas discapacitados.
- b. Analizar las necesidades específicas de las personas con discapacidad.
- c. Analizar las características de la tarea, y de los materiales, para la práctica del ciclismo en personas con discapacidad.
- d. Identificar las limitaciones para la práctica de la modalidad ciclista originadas por el contexto.
- e. Organizar a los deportistas con discapacidad.
- f. Interpretar las principales clasificaciones funcionales de la modalidad y las características de las diferentes disciplinas.
- g. Orientar a la personas con discapacidad hacia la práctica del ciclismo.

Contenidos.

- Clasificación funcional y tipos de bicicletas.
- Aspectos a tener en cuenta al preparar sesiones de ciclismo con deportistas discapacitados: accesibilidad a la práctica, tipo de discapacidad, nivel de autonomía, nivel de comprensión, habilidades comunicativas, necesidad o no de personal auxiliar.
- Análisis y adaptación del material para los ciclistas con discapacidad.
- Actividades para el desarrollo de las capacidades físicas básicas del ciclismo adaptadas a los tipos de discapacidad.
- Mecánica básica de los tándems, triciclos, handbikes y bicicletas adaptadas.
- Normativa de competición y organización de campeonatos de ciclismo adaptado en pista y de ciclismo adaptado en carretera.
- Medidas facilitadoras para la inclusión de las personas con discapacidad en clubs de ciclismo y en los grupos de entrenamiento.
- Adaptaciones de las competiciones de ciclismo para poder incluir en las carreras a ciclistas con discapacidad.

Periodo de prácticas

Objetivos formativos



- a. Completar en un contexto práctico la adquisición de aprendizajes alcanzadas en el centro educativo.
- b. Completar el conocimiento sobre la organización deportiva y laboral correspondiente, con el fin de facilitar su inserción.
- c. Evaluar en un contexto real deportivo y laboral el grado de consecución de los objetivos alcanzados en el centro educativo.
- d. Acompañar al deportista en competiciones de iniciación.
- e. Colaborar en el desarrollo de las actividades, competiciones y otros eventos de la tecnificación deportiva en ciclismo.
- f. Concretar y dirigir sesiones de tecnificación deportiva en ciclismo.
- g. Dirigir al ciclista en competiciones.
- h. Demostrar comportamiento ético, habilidades personales de comunicación, trabajo en equipo.

Actividades

- Supervisión del estado y funcionamiento de los materiales y equipos que se vayan a utilizar en las actividades de tecnificación en ciclismo.
- Control la seguridad en la práctica de tecnificación supervisando las instalaciones y medios utilizados.
- Atención a los deportistas, recibiendo, informando, orientando y despidiendo.
- Dirección a los deportistas en su participación en actividades, competiciones y otros eventos de tecnificación.
- Dirección las sesiones de entrenamiento básico y perfeccionamiento técnico.
- Organizar sesiones de iniciación deportiva para personas con discapacidad.
- Organización de actividades y competiciones de ciclismo.
- Acompañamiento de los deportistas en competiciones de tecnificación.
- Realización de operaciones de almacenamiento, transporte, preparación y mantenimiento de las instalaciones, y materiales.

Nivel III - PF-312CICI01

Bloque específico

1. Área: Desarrollo profesional III

Objetivos formativos

- a. Especificar las competencias, funciones, tareas y responsabilidades del Técnico Deportivo Superior en ciclismo.
- b. Identificar las responsabilidades civiles y penales del Técnico Deportivo Superior en Ciclismo, derivados del ejercicio de su profesión.
- c. Analizar las normativas de dopaje españolas e internacional del ciclismo.
- d. Identificar la sistemática de la organización de eventos y actividades de ciclismo.
- e. Analizar los criterios para la organización y la promoción de actividades relacionadas con el ciclismo.
- f. Estructurar la elaboración y ejecución de proyectos de actividades relacionados con el ciclismo.
- g. Analizar las características de las competiciones de ciclismo de carácter regional y nacional.
- h. Sponsorización y captación de recursos.



Contenidos

- Orientación sociolaboral.
 - Competencias profesionales del Técnico Deportivo Superior en Ciclismo.
 - Responsabilidades civiles y penales del Técnico Deportivo Superior en Ciclismo, derivados del ejercicio de su profesión.
 - Dopaje. Normativa española e internacional.
 - Gestión, dirección y administración de organizaciones dedicadas a la enseñanza y/o el entrenamiento del ciclismo.
 - Proyectos deportivos.
 - Dirección y coordinación de técnicos deportivos.
2. Área: Formación técnica y táctica del ciclismo III

Objetivos formativos

- a. Fundamentar el análisis biomecánico aplicado al estudio de la técnica en el alto rendimiento del ciclismo.
- b. Analizar las adaptaciones de los gestos técnicos del ciclismo a las diferentes circunstancias de la práctica ciclista de alto rendimiento.
- c. Analizar con profundidad en el conocimiento de las tácticas específicas del ciclismo.
- d. Analizar los métodos de valoración del rendimiento técnico y táctico de los ciclistas.

Contenidos

- Estudio biomecánico de los gestos técnicos del ciclismo.
- Análisis biomecánico aplicado al estudio de la técnica en el alto rendimiento.
 - Posicionamiento en la bicicleta de ruta.
 - Goniometría dinámica para determinar.
 - Comportamiento cinemático diferencial derecha/izquierda.
 - Comportamiento cinemático tobillo/cadera.
 - Movimiento rodillas en plano frontal.
 - Ajuste tronco y brazos.
 - Posicionamiento en la bicicleta de CRI.
- Cinemática y cinética.
 - Fuerza aplicada con ambas piernas por separado.
 - Mejora de la eficiencia mecánica del pedaleo.
 - Entrenamiento técnico y feedback biomecánico.
- Análisis de las tácticas avanzadas específicas del ciclismo.
 - Planteamientos tácticos: Planteamiento teórico. Planteamiento práctico.
 - Objetivos tácticos: Generales, específicos y operativos.
 - Comportamientos tácticos: ataque, defensa, neutralidad.
 - Zonas tácticas: De defensa, de ataque, de transición.
- Estrategias y tácticas en pruebas de un día.
 - Ataque o demarraje.
 - Escapadas (solitario, en grupo).
 - Abanicos.
 - Sprint.
 - Contrarreloj (individual, por equipos).



- Estrategias y tácticas en pruebas por etapas.
 - Valoración del rendimiento técnico de los ciclistas de alto nivel.
 - Protocolo de valoración en velódromo: Prueba progresiva. Prueba estable
 - Valoración del rendimiento táctico de los ciclistas de alto nivel.
3. Área: Planificación y Programación del Alto Rendimiento en ciclismo

Objetivos formativos

- a. Definir los parámetros fisiológicos, antropométricos y psíquicos, adaptados al máximo rendimiento del ciclismo.
- b. Analizar las características de las etapas de desarrollo de la vida deportiva de los ciclistas de alta competición y aplicar técnicas específicas.
- c. Programar la planificación a corto, medio y largo plazo del ciclista de alta competición.
- d. Adaptar y concretar ciclos y sesiones de entrenamiento en ciclismo.
- e. Registrar y valorar la carga de entrenamiento en la preparación del ciclista de alta competición.
- f. Explicar los métodos de evaluación deportiva en el alto rendimiento en ciclismo.
- g. Utilizar aplicaciones de los soportes informáticos a la Metodología del ciclismo.
- h. Seleccionar la información necesaria y aplicar instrumentos y métodos de recogida de la misma.
- i. Diseñar un diario de trabajo para el Director/entrenador de un equipo ciclista.

Contenidos

- Programación/Planificación del alto rendimiento deportivo en ciclismo.
 - La observación deportiva.
 - Periodización del entrenamiento deportivo.
 - Las sesiones, microciclos, mesociclos, períodos y macrociclos.
 - La planificación a largo plazo.
 - Estudio de las diferentes teorías sobre la planificación del entrenamiento.
 - El control del entrenamiento. Métodos de cuantificación. Sistema de recogida de datos.
 - Tecnología aplicada al entrenamiento de alto rendimiento en ciclismo.
 - Medidores de potencia.
 - Estimadores de potencia.
 - Pulsómetros.
 - Aplicaciones informáticas.
 - La competición: Clasificación y características. Frecuencia. Planificación. Preparación de las competiciones.
 - Acerca de la elaboración del "Diario del Director deportivo en ciclismo".
4. Área: Preparación física específica del ciclismo

Objetivos formativos

- a. Planificar el entrenamiento de corredores y equipos de alto nivel en las distintas modalidades ciclistas, de acuerdo con las exigencias del calendario de competiciones nacional e internacional, evitando los riesgos de la fatiga y el sobreentrenamiento.



CSD

- b. Planificar el entrenamiento de la condición física de acuerdo con los resultados de las distintas pruebas de valoración funcional habituales en el seguimiento y control de los ciclistas de alta competición.
- c. Aplicar test de campo específicos para el ciclismo con el fin de establecer patrones de rendimiento de forma periódica que permitan conocer la evolución de la condición física de los ciclistas.
- d. Utilizar los modernos sistemas y tecnologías con aplicación en el entrenamiento y control del rendimiento físico en ciclismo.

Contenidos

- Capacidades que condicionan la eficiencia en la práctica del ciclismo.
 - Consumo máximo de oxígeno (VO₂ max.).
 - Umbral anaeróbico.
 - Capacidad anaeróbica.
 - Fuerza.
- Sistemas de entrenamiento y desarrollo de las cualidades motrices en ciclistas de alto nivel en las distintas modalidades y especialidades.
- Entrenamiento de la resistencia en ciclistas de alto rendimiento. Desarrollo medios y metodología de aplicación.
- El trabajo de la fuerza en ciclistas en la etapa de máximos resultados. Desarrollo medios y metodología de aplicación.
- La velocidad como capacidad del alto rendimiento en ciclismo. Desarrollo medios y metodología de aplicación.
- Sobreentrenamiento, fatiga y recuperación en ciclismo.
- Evaluación de las capacidades físicas y vías energéticas determinantes del rendimiento en ciclismo.
 - Test de laboratorio.
 - Test de Campo.
- Tecnología y sistemas con aplicación en el entrenamiento, control y evaluación en el ciclismo de alto nivel.
- Utilización de los elementos y herramientas con aplicación al alto rendimiento en ciclismo (pulsómetros complejos, SRM, aplicaciones informáticas, etc.).

5. Área: Reglamento

Objetivos formativos

- a. Fundamentar las competencias de los oficiales de la competición.
- b. Determinar las normas y condiciones para la realización de las pruebas ciclistas.
- c. Analizar el reglamento de las competiciones en carretera.
- d. Analizar el reglamento de las competiciones en pista.
- e. Analizar el reglamento de las competiciones de BTT.
- f. Analizar el reglamento de las competiciones de ciclocrós.
- g. Analizar el reglamento de las competiciones de BMX Y Trial.
- h. Analizar el Reglamento UCI del control del dopaje.

Contenidos

- Competencias de los oficiales de la competición.
- Normas y condiciones para la realización de las pruebas ciclistas.



- Reglamento de las competiciones en carretera.
- Reglamento de las competiciones en pista.
- Reglamento de las competiciones de BTT.
- Reglamento de las competiciones de ciclocrós.
- Reglamento de las competiciones de BMX Y Trial.
- Reglamento UCI del control del dopaje.

Periodo de prácticas

Objetivos formativos

- a. Colaborar en la administración del centro deportivo de prácticas de ciclismo (escuela deportiva, club, federación), aplicando procedimientos de gestión económica y contable.
- b. Actuar con autonomía, iniciativa y responsabilidad en el puesto de trabajo, demostrando comportamiento ético, habilidades personales de comunicación, trabajo en equipo, respeto por el medio ambiente, y aplicando los procedimientos establecidos por la empresa (entidad deportiva, club) ciclista.
- c. Organizar y gestionar competiciones y eventos propios del nivel de la Iniciación y la Tecnificación Deportiva del ciclismo.
- d. Colaborar en los de Alto Rendimiento de ciclismo, participando en la gestión y diseño de la competición, aplicando criterios de sostenibilidad.
- e. Dirigir a los deportistas en su participación en actividades, competiciones y otros eventos internacionales o de alto nivel de ciclismo.
- f. Colaborar en la dirección de (deportistas/equipos) durante la participación en actividades, competiciones y otros eventos internacionales o de alto nivel de ciclismo.
- g. valorar las posibles situaciones tácticas del ciclista y del equipo y de sus contrincantes, las decisiones arbitrales/las características del entorno, y aplicando procedimientos establecidos.
- h. Planificar el entrenamiento a largo, medio y corto plazo de los ciclistas ,
- i. Interpretar la información del deportista y del entorno.
- j. Coordinar el equipo de especialistas, y aplicando los modelos, procedimientos y técnicas más adecuados.
- k. Organizar y dirigir el entrenamiento (y las concentraciones de preparación) de los ciclistas, coordinando equipos de técnicos especialistas, aplicando los medios y métodos específicos de entrenamiento de cada uno de los factores de rendimiento en ciclismo, y aplicando las nuevas tecnologías al registro del entrenamiento y la competición.
- l. Colaborar en el establecimiento de las ayudas ergogénicas y de los planes de trabajo complementario del ciclista lesionado, aplicando los medios, métodos y procedimientos establecidos.

Actividades

Realiza funciones administrativas, económicas y contables bajo la supervisión del responsable del centro de prácticas de ciclismo.

Participa en la organización y gestión de eventos y competiciones de tecnificación deportiva ciclista.

Colabora en la gestión y diseño de eventos y competiciones de alto rendimiento de ciclismo.



Colabora en la dirección de ciclistas y equipos ciclistas durante la participación en actividades, competiciones y otros eventos internacionales o de alto nivel de ciclismo.

Planifica el entrenamiento a largo, medio y corto plazo de los ciclista de alto rendimiento.

Participa en la coordinación del equipo de especialistas.

Organizar y dirigir el entrenamiento de los ciclistas y equipos ciclistas , coordinando equipos de técnicos especialistas, aplicando los medios y métodos específicos de entrenamiento.

Utilizar las nuevas tecnologías al registro del entrenamiento y la competición.

Colaborar en el diseño de ayudas ergogénicas y en los planes de trabajo complementario del deportista lesionado.

ANEXO II

Áreas del bloque específico del plan formativo que pueden ser cursadas a distancia o de forma semipresencial.

MODALIDAD

	NIVEL I	NIVEL II	NIVEL III
AREAS A DISTANCIA	Reglamento de las especialidades ciclistas. Seguridad deportiva.	Reglamento de las especialidades ciclistas. Desarrollo Profesional II.	Reglamento. Desarrollo Profesional III.
AREAS SEMIPRESENCIALES	Desarrollo Profesional I.	Metodología de la enseñanza y del entrenamiento de las especialidades ciclistas. Formación técnica, táctica del Ciclismo. Entrenamiento específico. Ciclismo adaptado.	Planificación y Programación del Alto Rendimiento del ciclismo. Formación técnica y táctica del ciclismo. Preparación física específica del ciclismo.