

CURSO DE ACTUALIZACIÓN CIENTÍFICO DIDÁCTICA.- 2 créditos

“MULTIACTIVIDAD EN EL MEDIO NATURAL como RECURSO DIDÁCTICO I”



➤ **CONVOCA:**

La Asociación de Profesorado “ADAL” dentro del CONVENIO DE COLABORACIÓN con la Dirección General de Mejora de la Calidad de la Enseñanza de la Consejería de Educación de la Comunidad de Madrid.

➤ **OBJETIVOS:**

- Conocer las técnicas y el material básico para practicar multiactividades en el medio natural.
- Conocer recursos educativos en la Naturaleza en un entorno cercano a la Comunidad de Madrid.
- Aprender a utilizar el entorno como recurso didáctico.
- Experimentar diversas actividades en la naturaleza para su posterior aplicación en el aula de educación física.
- Diseñar actividades físico-deportivas en el medio natural que tengan bajo impacto ambiental contribuyendo a su conservación y mejora.
- Analizar las posibilidades que ofrece el medio natural para realizar actividades físico deportivas cooperando con los compañeros y valorando los aspectos de relación que conllevan estas actividades.
- Valorar el medio natural como lugar rico en recursos para la realización de actividades
- Educativas y deportivas y así transmitírselo a nuestro alumnado.

- Conocer dinámicas relacionadas con el medio natural para trabajar temas de educación ambiental.
- Inculcar el aspecto de seguridad como parte principal en estos deportes en el medio natural.
- Reconocer los riesgos y peligros.
- Utilizar y conocer correctamente el material.
- Conocer y practicar las maniobras básicas de seguridad.
- Estudiar las técnicas de progresión adecuadas.
- Disfrutar desarrollando actividades en un entorno natural.
- Planificar correctamente cada salida.

➤ **CONTENIDOS:**

- Equipo básico de las actividades de multiaventura en el medio natural.
- Reconocimiento del entorno.
- Aspectos generales que hay que considerar en la organización de actividades en el medio natural: elección del lugar, tareas logísticas, temporalización y duración de la actividad.
- Normas básicas de seguridad en la realización de actividades en el medio natural.
- Aceptación y respeto de las normas para la conservación del medio urbano y natural a través del conocimiento de la cultura propia de la zona.

Contenidos barrancos

Equipo y material

Logística de un descenso

Cabuyería. Nudos básicos

Aprendizaje del montaje de rápeles en barrancos

Rápel con ocho

Rápel de fortuna como consecuencia de pérdida de ocho

Montaje de pasamanos

Asegurar al compañero en los rápeles

Técnica y práctica de saltos. Amplios y estrechos

Técnica y práctica de destrepe y destrepe asegurado

Técnica y práctica de la oposición

Buceo. Paso de sifones

Técnicas de progresión con cuerda de moderada complejidad

Interpretación y lectura de croquis y reseñas

Elección correcta de itinerarios

Contenidos rafting e hidrospeed

Equipo y material

Logística de las actividades

Técnicas de seguridad.
Nociones básicas de paleo en rafting
Nociones básicas de aleteo en hidrospeed

Contenidos del trekking multiaventura

Senderismo en la Naturaleza. A lo largo de las rutas incluiremos aspectos básicos de la Orientación ya que pensamos que es un buen recurso para desenvolverse correctamente en el medio natural.

El rapel: realización, técnicas básicas y seguridad

La bicicleta: mantenimiento básico, reconocimiento de rutas y medidas de seguridad.

ACTIVIDADES

-Descenso de Rafting: Nada, salpica, salta y déjate llevar por las divertidas corrientes del río más limpio de Europa, el Río Cabriel. Esta es la actividad reina de las aguas bravas, ya que son embarcaciones múltiples (8 plazas más la del guía) y es la mejor forma de tener un primer contacto con este medio (por lo seguro que es). Durante la navegación aprenderemos a leer el río y conocer mejor la forma de aprovecharnos de él.

Para los más atrevidos podrán realizar Hidrospeed o canoa autovaciable con un suplemento de 5 € y previa reserva.



-Descenso de cañón acuático: Deslízate por la roca natural y salta a las pozas cristalinas en uno de los parajes más paradisíacos que existen en la provincia, Los Cañones Del Cabriel. Desciende a pie sorteando todos los obstáculos que nos encontraremos por el cauce de la manera más divertida.

El nivel lo pones tú, no hay nada obligado, todo es voluntario.

Los participantes aprenderán las técnicas correctas para cada obstáculo, (Saltos, Toboganes, Sifones, Marmitas, Rebufos, Prevención de Accidentes) todo lo necesario para descender un cañón de estas características.



-Trekking Multiactividad, (Senderismo, Rápel de 40 Mtr. y Descenso de Bicicleta): Camina por sendas en desuso de pastores, hasta encontrar en nuestro camino un obstáculo infranqueable, una pared vertical que nos impedirá el paso hasta una de las espectaculares hoces de Enguídanos, para adentrarnos a él haremos uso de la mejor técnica para descender por paredes verticales, un Rápel, practicaremos primero en una pared de 4 Mtr. para ganar confianza en el material, así cuando llegue el momento de adentrarnos con "El Gran Rápel" ya tengamos el conocimiento necesario del buen uso del material. Una vez hayamos conseguido descender hasta el interior de la hoz, nos dispondremos a descender en bicicleta hasta uno de los maravillosos parajes de Enguídanos, la Playeta del Río Cabriel. ¡Toda una Gran Multiactividad!



-CRITERIOS Y PROCEDIMIENTO DE EVALUACIÓN,

- No es necesario ningún tipo de experiencia.
- Asistencia mínima del 100 % de la fase presencial de la actividad
- Se realizara un trabajo posterior a modo de puesta en común y reflexión sobre cómo pueden utilizar estos recursos en las actividades docentes con sus propios alumnos.
- Se pide igualmente una reflexión sobre los distintos aspectos a tener en cuenta por un ponente para llevar a su alumnado a una actividad en un medio natural

- Elaboración de una Unidad Didáctica completa en la que se apliquen los contenidos expuestos en el curso. En función del nivel de enseñanza la unidad didáctica acabará con una sesión en el medio natural de senderismo. El desarrollo de la Unidad Didáctica deberá contener los siguientes aspectos:

1. Nivel Educativo al que va dirigido.
2. Nº de alumnos.
3. Número de sesiones.
4. Objetivos.
5. Contenidos. Trabajo interdisciplinar y de la transversalidad.
6. Metodología.
7. Instrumentos de evaluación y criterios de calificación
8. Desarrollo de 3 a 5 sesiones en el medio natural o clase.
- 9.-Bibliografía

La Unidad Didáctica será personalizada cada página con su nombre a pie de página y el nombre del curso.

Entregar a Sonia Ajenjo sportmadsony@hotmail.com ANTES del 30 de Mayo

Metodología

- Facilitar una metodología que ayude a contrastar diferentes entornos para que puedan trabajar con sus alumn@s los distintos paisajes ecológicos.
- Los distintos elementos natural, medio social, histórico a través de una metodología activa.
- La línea metodológica que se seguirá durante las actividades será:
 - Método de enseñanza reproductivo.
 - Descubrimiento guiado.
 - Resolución de problemas.
 - Clases dinámicas y con mucho práctica.
 - Ambiente participativo.

El equipo desarrollará un clima propicio para que se produzca un marco de aceptación, confianza, participación y respeto mutuo.

En resumen, metodología activa, participativa, vivencial, motivante, lúdica, flexible, comunicativa, respetuosa, abierta e inclusiva.

10.-Recursos Materiales

- Guía-profesores especializados
- Material colectivo y de seguridad
- Traje de neopreno, arnés, casco, escaarpines, chaleco salvavida
- Material colectivo y de seguridad
- Seguro de asistencia

Materiales incluidos

Neopreno completo 2 piezas 5 milímetros con capucha.

Escarpines. -Arneses completos con cabos de anclaje

Cascos -Cuerdas de barrancos

Mochilas de barrancos.

Bidones estancos

Mosquetones, ochos, cintas expreses...

Salvavidas.

Aletas

Materiales a aportar

Bañador cómodo puesto.

Bota de montaña o calzado deportivo cerrado para mojar.

Calzado de repuesto para dejar en el coche.

Comida ligera energética.

Botellas de agua de 1,5 litros

Quien use gafas, cordón para que no se caigan.

Precaución para quien use lentillas de no perderlas.

ALOJAMIENTO.

Aptos. Rústicos el Rincón de Piedra, totalmente equipados (Cocina Americana, Ducha Hidromasaje, Climatizado...). Situado justo encima del Restaurante Brasería el Cobijo de los Sentidos.



➤ **PONENTES:**

Profesorado especializado de la empresa Altair turismo S.L.

<http://www.altairturismo.com/>

- Responsable de la actividad

Sonia Ajenjo Vila sportmadsony@hotmail.com Tfno 686 623 841

➤ **DIRIGIDO:**

Preferentemente al profesorado de Educación Física. Profesorado interesado. Estudiantes de Educación Física (INEF, Magisterio, AFAD ...), y para interesados en general (si quedan plazas).

➤ **FECHAS, HORARIO Y LUGAR:**

Comienza la actividad el miércoles 12 de mayo en el IES Carlos III de Madrid de 17:30 a 20 horas.

Actividades desde el 14 de Mayo hasta el 16 de mayo en Enguídanos (Cuenca)
Se certificarán 2 créditos.

Descripción del Lugar: Enguídanos, es por excelencia el municipio más encantador y con mayor valor natural de la comarca de La Manchuela Conquense, por él transcurren cinco ríos y numerosos parajes naturales, gracias a lo que tenemos, Enguídanos es el lugar idóneo para la práctica de estos deportes, Podemos presumir de ser de los pocos lugares de España donde la práctica de navegación de aguas bravas sea posible durante todo el año.

<http://www.enguidanos.es/>



➤ INSCRIPCIÓN:

La preinscripción se realizará enviando una fotocopia del ingreso bancario a ADAL, junto a la hoja de inscripción de actividades, totalmente rellena que aparece en la web al e-mail info@apefadal.es o al Fax 91 683 90 30. Asociación de profesorado "ADAL" Código de la cuenta Caja Madrid: 2038 - 2849 - 16 - 6000125360.

La cuota de la actividad será: Asociad@s 95' 30 €uros, Nuevos soci@s * 135' 30 €uros y no asociad@s 170' 30 €uros. Las preinscripciones que se realicen a partir del 5 de Mayo se incrementarán en 10 Euros. En la cuota del curso entra todo lo especificado en el programa (formación teórica - práctica, material, alojamiento en el Club Náutico Águilas, pensión completa...)

* **Nuevos soci@s.** Deben enviar la hoja de inscripción en la Asociación con todos los datos rellenos, incluido los datos bancarios y enviarlo junto una copia del ingreso de la cuota anual 2009, 12'02 € **Ingresado JUNTO a la cuota del curso.**

La inscripción que se pague en efectivo en Caja Madrid tiene un recargo de 4 €uros por gastos bancarios, que debe sumarlo al pago correspondiente (las transferencias no tienen recargo)

MUY IMPORTANTE: VER el Tablón de anuncios de nuestra web www.apefadal.es 3 ó 2 días antes de empezar el curso (para ver si estás admitid@, confirmar plaza o hacer lo que diga referente a este curso). Plazas limitadas.

Desarrollo de las actividades según la normativa que regula la FORMACIÓN PERMANENTE DEL PROFESORADO. Boletín Oficial de la Comunidad de Madrid – Núm 149 B.O.C.M. 24 de junio de 2008 pág 7. Consejería de Educación. 2529 *ORDEN 2883/2008, 6 de junio.*

NOTA: La Consejería de Educación de la Comunidad de Madrid y la Asociación de Profesorado ADAL, expedirá el correspondiente certificado al profesorado participante, siempre que se cumpla la asistencia del 100% de la fase presencial de la actividad y el resto de condiciones fijadas en la presentación del curso.

LEER NORMAS DE INSCRIPCIÓN EN EL TABLÓN DE ANUNCIOS DE LA WEB www.apefadal.es Comunicado 173/7