

CURSO DE ACTUALIZACIÓN CIENTÍFICO DIDÁCTICA.- 3 créditos ECTS

"Recursos Didácticos en el Medio Natural"

Vídeo montaje del curso del año pasado

http://www.youtube.com/watch?v=CFJp-fZohic&feature=channel_page

➤ **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. "Plan de Formación en Igualdad para el Profesorado de Educación Física". "Promovido por la Dirección General de la Mujer en colaboración con la Asociación de Profesorado "ADAL" - Coeducación Física y cofinanciado por el Fondo Social Europeo"

- 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.

➤ **OBJETIVOS:**

- Conocer las técnicas y el material básico para practicar el senderismo.
- 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.



- 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:**

-Desarrollo de los contenidos:

- Equipo básico de senderismo
- Técnicas de progresión
- Reconocimiento del entorno.
- Senderismo/ Orientación 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.

- 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

METODOLOGÍA:

-Facilitar una metodología que ayude a contrastar diferentes entornos para que puedan trabajar con sus alumn@s los distintos paisajes ecológicos de la Comunidad de Madrid.

- 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.

CONDICIONES DE PARTICIPACIÓN Y LOS CRITERIOS DE EVALUACIÓN,

- No es necesario ningún tipo de experiencia.
- Asistencia al 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, ubicada en enseñanza primaria. En función del nivel de enseñanza la unidad didáctica acabará con una sesión en el medio natural de senderismo en primaria. 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 cada una de las sesiones. Se trabajarán los contenidos del curso, en el centro educativo, en el número de sesiones que creamos oportuno. Ejemplos:
 - a) Cabuyería básica aplicada.
 - b) Desplazamientos en el plano vertical, Builder, destreps y travesías en espalderas, marcando las presas con colores.



- c) Montar reuniones, rápeles, pasamanos, trabajo con arnés y largo de vida teoría de escalada deportiva...(todo esto en espalderas y con colchonetas).
- d) Orientación y seguridad (la brújula y el plano)
- e) La acampada, metereología...

9.-Bibliografía

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

Se mandará antes del 11 de junio

➤ **PONENTES:**

Fernando Lainez Vázquez. “*Guías Boira*”
Y especialistas de la Fundación El Recreo

RECURSOS

Barrancos

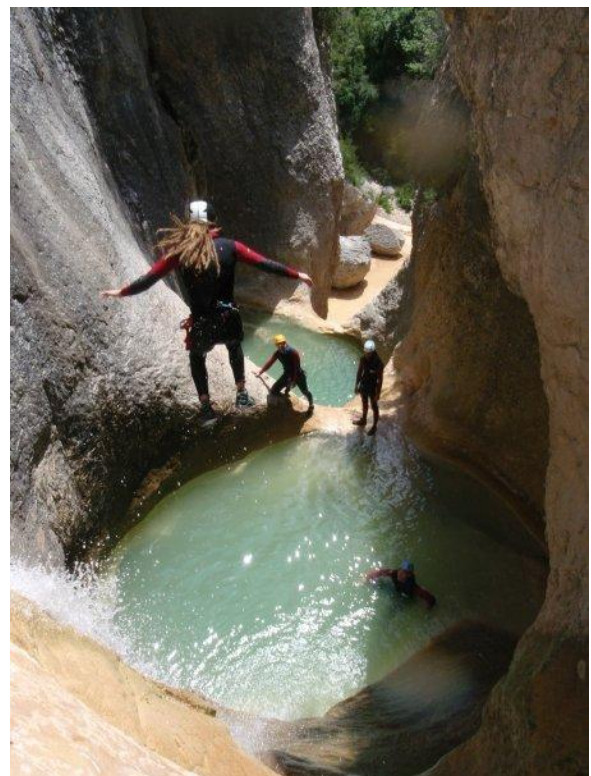
- Guía-profesor de escalada especializado
- Arnés, casco
- Material colectivo y de seguridad
- Guía de barrancos titulado por la EMB
- Traje de neopreno, arnés, casco, escaarpines
- Material colectivo y de seguridad
- Seguro de asistencia en Escalada y Barrancos

Recursos Humanos.

Director de la jornada

Especialista y con amplia experiencia en el sector:

- .Titulado técnico deportivo en deportes de montaña y escalada
 - .Titulado en actividades lúdico deportivas en montaña con amplia experiencia y capacitación en el montaje y supervisión de instalaciones deportivas en montaña.
 - .Titulado en ocio y tiempo libre.
- El equipo responsable de llevar a efecto este proyecto, esta compuesto por personas



profesionales, cualificadas, con gran experiencia en el mundo de la montaña tanto en

actividades guiadas como en cursos de formación.

El equipo esta formado por:

Técnicos Deportivos en Montaña y Escalada.

Monitores y Coordinadores de Ocio y Tiempo Libre.

Integradores Sociales.

Anexamos el currículo del responsable del proyecto para certificar la profesionalidad de nuestro equipo humano

La empresa.

Guías Boira es empresa de Turismo activo y

Aventura inscrita en el

registro con número TA-HU-88 y cumple con todas sus obligaciones en materia de seguros tanto de asistencia como de responsabilidad civil



Materiales.

Los recursos materiales necesarios para realizar dichas actividades serán proporcionadas por Guías Boira estando incluido en el precio.

Todo nuestro equipo y material se encuentra perfectamente revisado y homologado por la U.I.A.A. y C.E.

Materiales incluidos

Neopreno completo 2 piezas 5 milímetros con capucha.

Escarpines

Arneses completos con cabos de anclaje

Cascos

Cuerdas de barrancos

Cuerdas de escalada

Mochilas de barrancos

Bidones estancos

Mosquetones, ochos, cintas expreses...



Materiales a aportar

Barrancos

Bañador cómodo puesto.

Bota de montaña o calzado deportivo cerrado para mojar.

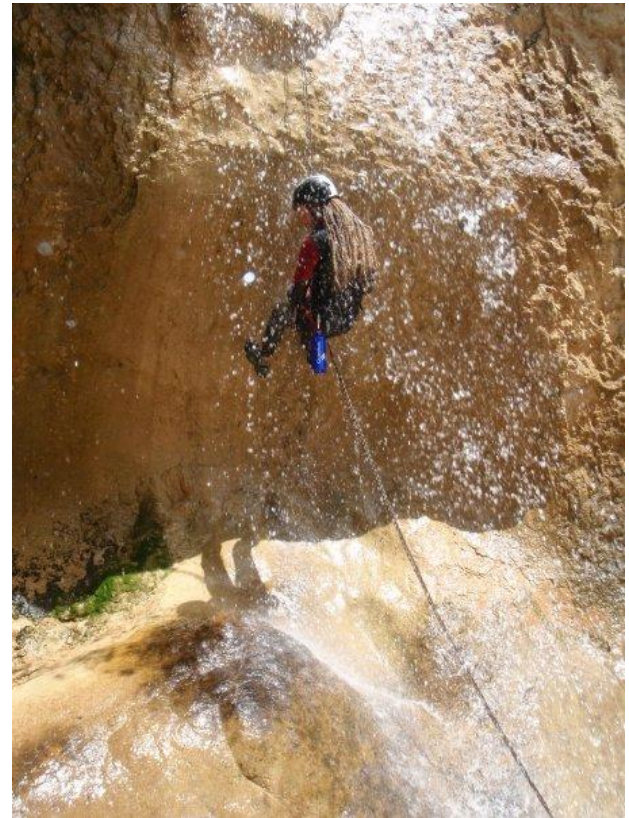


Calzado de repuesto para dejar en el coche.

Comida ligera energética.

Botellas de agua de 1,5 litros

Quien use gafas, cordón para que no se caigan.



➤ **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:**

Calendario provisional:

Comienza la actividad el 28 de Mayo en el IES Carlos III de Madrid. Avda Arcos de Jalón s/n junto al metro de San Blas, a las 18 horas, donde se dará toda la información para el desarrollo del curso, se facilitará la organización de los desplazamientos y se dará la ponencia de CABUYERÍA.

SÁBADO 29 de Mayo

18:00 Fin de actividades

3.-MULTIACTIVIDADES con especialistas de la

**FINCA
EL RECREO**



Opción B en caso de que el barranco del Júcar vaya con mucha agua: Barrancos de Poyatos

Evaluación final el 27 de junio en el IES Carlos III de Madrid a las 17' 30 h.



Teléfonos: 91 861 20 96 - 608 512 695

San Martín de Valdeiglesias. Madrid

fundacionelrecreo@yahoo.es

Camino del Cementerio, 3

Tel.: 608 51 26 95

➤ INSCRIPCIÓN:

La preinscripción se realizará enviando la hoja de inscripción de actividades, totalmente rellena que aparece en la web www.apefadal.es al e-mail info@apefadal.es o al Fax 91 683 90 30.

ACTIVIDADES DE MULTIAVENTURA

CABALLOS
TIRO CON ARCO
VOLEY-PLAYA
ORIENTACIÓN



PIRAGUAS
MINI-GOLF
SENDERISMO
BMX ...

**ACTIVIDADES ADAPTADAS A LAS
PROGRAMACIONES DIDÁCTICAS**

DOMINGO 30 de Mayo

8.00 Presentación del curso en la salida del metro mar de cristal, frente a Carrefour

Desplazamiento a Villalba de la Sierra para realizar la Hoz de Júcar, zona ventana del diablo.

10:00 Comienzo del curso.

13:00 Comida pic nic y descanso

14:00 Vuelta a la actividad. Enseñanza y práctica de rápel y su montaje.

**LOS PARTICIPANTES DEBEN MANDAR A info@apefadal.es LOS DATOS SIGUIENTES:
NOMBRE, APELLIDOS (Nº DE SOCI@).
TALLAS: PESO, ALTURA, Nº DE PIE Y TALLA APROXIMADA DE CAMISETA (XS, S, M, L, XL,...) PARA FACILITAR EL TALLAJE DE LOS NEOPRENOS.**

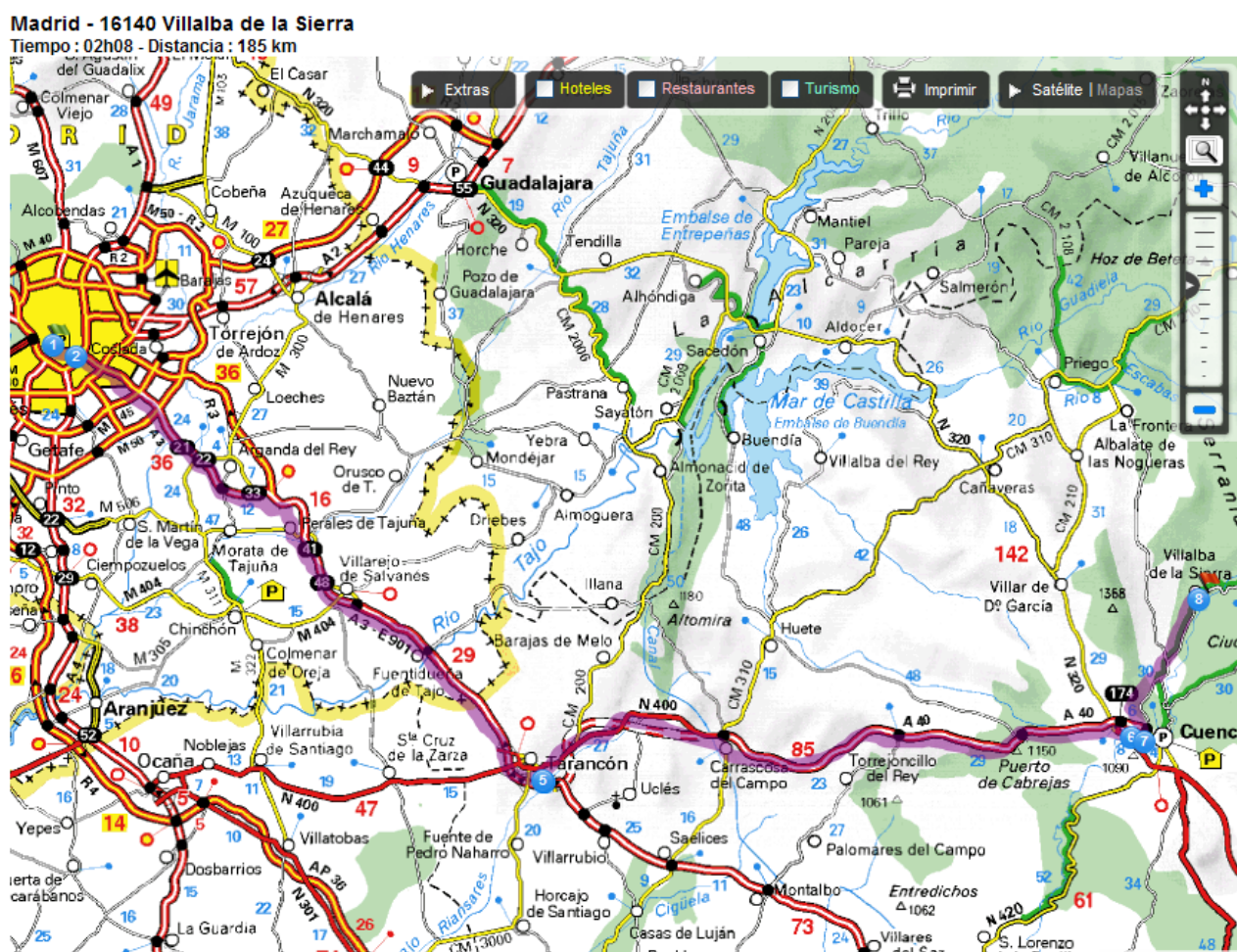
NO SE CONSIDERA LA INSCRIPCIÓN REALIZADA HASTA QUE NO SE MANDE ESTOS DATOS.

LA LISTA PROVISIONAL DE ADMITID@S SE COLOCARÁ EL 19 DE MAYO EN EL TABLÓN DE ANUNCIOS DE NUESTRA WEB, CON LA NECESIDAD DE CONFIRMAR LA ASISTENCIA SEGÚN LA LISTA ANTES DEL 25 DE MAYO Y EL 26 DE MAYO SE COLOCARÁ LA LISTA FINAL.

➤ **MUY IMPORTANTE VER el Tablón de anuncios de nuestra web www.apefadal.es 2 ó 3 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 al 100 % de la fase presencial de la actividad y el resto de condiciones fijadas en la presentación del curso.



Barranco Hoz Júcar

TIPO DE ACTIVIDAD:

Descenso de barrancos.

DESCRIPCION ACTIVIDAD:

El descenso de barrancos es una actividad divertida y emocionante en la cual recorreremos el curso de un río mediante saltos, rápeles, destrepes, buceos... Este deporte exige el conocimiento de técnicas especiales para descender y un buen conocimiento del comportamiento dinámico del agua.

DESCRIPCION DEL RECORRIDO:

Barrancos cercano a la ciudad de Cuenca y situado en un impresionante paraje de este río. Después de una aproximación de 20 minutos este barranco muy acuático nos depara saltos, rápidos, toboganes... que no dejarán indiferentes a nadie. Un barranco para disfrutar con amigos o familiares.

CARACTERISTICAS TECNICAS

NIVEL/DIFICULTAD:

Barranco de nivel III
Duración: 1/2 jornada
Desnivel: 100 m
Longitud: 2 Km

Material necesario:

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.

CURSO DE ACTUALIZACIÓN CIENTÍFICO DIDÁCTICA.- 3 créditos ECTS

"Actividades Físicas en el Medio Natural de LA SIERRA DE MADRID"

Vídeo montaje del curso del año pasado

http://www.youtube.com/watch?v=CFJp-fZohic&feature=channel_page

Opción B en caso de que el barranco del Júcar vaya con mucha agua: Barrancos de Poyatos:

POYATOS:

País: ESPAÑA

Provincia o Departamento: Cuenca

Acceso desde: Poyatos, Cuenca

Epoca: A realizar después de lluvias y fuera de época de crecidas

Aproximación: Carretera C-212. Pasamos Priego y Cañamares y tomamos desvío hacia Fuenteescusa. Nuevo desvío hacia Poyatos y Tragacete. A 3 km, encontramos un puente donde dejaremos el primer vehículo. Retornamos hacia Poyatos y pasado el pueblo seguiremos en dirección Beteta. A unos 2 Km, desvío por una pista a la derecha y dejaremos el segundo vehículo a unos 100 metros.

Retorno: Inmediato

Horario de aproximación: 10 minutos

Horario de descenso: 4 horas

Horario de retorno: Inmediato

Escapes: Bastantes escapes fuera de las zonas engorgadas

Descripción: descenso de casi 2.500 metros de recorrido, situado en una zona poco propensa a la formación de cañones de estas características, con tramos engorgados aunque con zonas de cauce abierto