



Carrera y ciclo lectivo	Profesorado de Educación Física - 2022
Trayecto Curricular	Trayecto recreación Opción Institucional
Espacio curricular y año	Planificación de actividades Outdoor en la naturaleza
Profesor/a	Disparti, Daniel
Formato	Taller
Carga horaria	4 hs cátedra

## MARCO REFERENCIAL

Los contenidos organizados en torno a esta unidad curricular tienen como intención propiciar en los estudiantes del profesorado de Educación Física el vínculo con su ambiente natural, mediante su conocimiento y el desarrollo de las habilidades y técnicas necesarias para conocer las distintas actividades outdoors para lograr los objetivos propuestos bajo un marco de **seguridad**. Complementario a esta experiencia se prevé el desarrollo **didáctico** de las **actividades Outdoor**, por medio de experiencias taller del estudiante con su **grupo** de compañeros. Durante de este proceso se trata de que el futuro técnico vivencie y experimente contenidos procedimentales, conceptuales y actitudinales en el medio natural, durante el desarrollo de una (1) salida a un contexto recreativo (sujeta a PROTOCOLO COVID 19) donde se trabajarán el 80 % de dichos contenidos y una instancia semanal para el resto.

Por sus características particulares, las situaciones outdoors desarrolladas en nuestra provincia fomentan ciertos aprendizajes que les permitirían a nuestros estudiantes una correcta preparación física. Algunos argumentos a favor de estas prácticas:

- Este espacio apunta a culminar el trayecto de socio recreación, sin repetir actividades y contenidos ya aprendidos en los años anteriores.
- Las prácticas en la naturaleza son una condición única, en un escenario insustituible para que una persona en un contexto grupal o individual pueda desarrollar las actividades físicas adaptadas.
- Estas prácticas ofrecen a los participantes una valiosa oportunidad para adaptar activamente sus capacidades cognitivas, culturales, biológicas y psicológicas, en un Inter juego entre las demandas del medio natural y las respuestas apropiadas del individuo y el grupo.
- Es en el medio natural donde las personas pueden enfrentarse de un modo inequívoco y espontáneo a condiciones en las cuales surge una nueva apreciación de su sistema de valores, en relación consigo mismo, con los otros y con el medio circundante.

Desde una mirada praxeológica, las actividades **Outdoor** se constituyen en una de las manifestaciones que requerirá una adaptación permanente del sujeto debido a la incertidumbre que le significa la cambiante situación del espacio físico del medio natural, con baja o nula estandarización, como contraposición a los conocidos ámbitos del ambiente cultural urbano o semi rural, caracterizado por ser un ambiente modificado (con instalaciones o infraestructuras estandarizadas) por la acción cultural de la sociedad donde viven y se han educado la mayoría de los sujetos.

## APRENDIZAJES ACREDITABLES

- Comprender y valorar la relación del hombre con su medio natural.
- Vivenciar diferentes situaciones motrices en ambientes naturales.
- Adquirir las competencias necesarias para experimentar distintas formas de entrenamiento.



- Conocer y aplicar técnicas e instrumentos de seguridad y prevención de accidentes en medio naturales.
- Desarrollar múltiples competencias para la gestión y conducción de actividades en la Naturaleza.
- Participar de todas las salidas programadas por el docente, asumiendo un rol protagónico en las mismas bajo la recreación educativa
- Aplicar conocimientos de los espacios curriculares cursados en la carrera, recreándolos en la elaboración de propuestas recreativas con los compañeros.
- Desarrollar una conciencia grupal respecto del cuidado de los ecosistemas que habiten.



## CONTENIDOS

### **UNIDAD Nº 1: Actividades Outdoor**

- Conocer las distintas modalidades de las actividades en la naturaleza: Caminatas. Senderismo. Trekking. Carreras de montaña. Expediciones. Triatlón. Cross country. Rafting. Canotaje y como organizarlas para realizar tareas de recreación masiva
- Conocer y aplicar el uso del equipo necesario para un correcto desarrollo de la actividad física en terrenos naturales.

### **UNIDAD Nº 2: Seguridad y Prevención de accidentes en ambientes naturales.**

- Conocer las características de los accidentes en ambientes naturales: Caracterización. Factores intervinientes. Seguridad Pasiva y Activa. Normas de seguridad. Responsabilidad Civil.
- Conocer las diferentes inteligencias que se pueden aplicar en actividades recreativas .
- Planificación y gestión de riesgo.

### **UNIDAD Nº 3: Gestión de las actividades en la naturaleza**

- Comprender la relación del hombre con su medio natural: Categorías contextuales, culturales y existenciales.
- Vivenciar la adaptación motriz ambiental: Desarrollo de habilidades motrices para relacionarse con la naturaleza, La experimentación sensible de la naturaleza. Análisis de capacidades condicionales y coordinativas.
- Comprender los grupos humanos en ambientes naturales. Técnicas grupales específicas.

### **UNIDAD Nº 4: Dinámica de los Grupos en ambientes naturales**

- Liderazgo. Tipos. Relación con la tarea y su trabajo en distintos grupos sociales.
- Planificar un plan de entrenamiento para un deporte de aventura: Trekking, Ascencionismo, Carrera de montaña.

## ESTRATEGIAS DE ENSEÑANZA

Se propone a los alumnos su participación y apropiación de contenidos efectiva es imprescindible para alcanzar las expectativas de logros. Es necesario que los estudiantes se comprometan en un proceso educativo donde participen activamente siendo protagonistas. Para ello se define una metodología de organización y participación de los alumnos que sea efectiva y útil, con un modelo de autogestión que tienda a fortalecer en los alumnos la autonomía personal y sus propias capacidades en las actividades en la naturaleza. El rol de los alumnos deberá ser de "protagonista" y el de los profesores en general de líder "democrático", o facilitador de la situación de aprendizaje.

## EVALUACION



INSTITUTO DE EDUCACION FÍSICA 9-016 "JORGE E. COLL" – MENDOZA  
 Profesorado de Educación Física -opción Institucional I-

Se propone el desarrollo de clases de aula virtual durante el ciclo lectivo, debiendo tener un 80 % de asistencia.

Se propone el desarrollo una (1) Salida de Campo a lo largo del semestre sujeta a protocolo COVID19, debiendo asistir y aprobar el 100 % de lo programado; se desarrollarán contenidos y actividades por equipos de alumnos para programación y ejecución de actividades en el medio natural. Además deberán administrar: la contratación de servicios de transporte y especiales, la administración de fondos económicos, etc.

Se evaluarán las actividades realizadas, el cumplimiento de metas previstas, la disposición y empeño en las tareas a realizar, el aprendizaje de los diferentes contenidos desarrollados en el aula y el campo.

Se intentará revalorizar el uso de la memoria como herramienta útil para la utilización, control y dominio de los conocimientos adquiridos, que permitirán además la posesión y ejercicio del juicio crítico. Se proponen para el espacio curricular **2 (dos) exámenes de trabajo** con su respectivo **recuperatorio**. Con el proceso completo (100% de las salidas al terreno, 2 exámenes de trabajo practico aprobado, trabajos prácticos de recreación en la naturaleza aprobados) los alumnos podrán acceder a rendir el **Coloquio Final**.



**ANEXOS**

<b>Salidas</b>	1salida al terreno de: 1día para aplicar los conocimientos adquiridos...
<b>Actividades fuera del horario de cursado</b>	La fecha y horario de la salida
<b>Recursos</b>	Aula, materiales didácticos, proyectores multimedia
<b>Bibliografía</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Apuntes generados por docentes del espacio curricular.</li> <li>• Módulo de educación a distancia de la EPGAMT. Aprobado por el consejo federal de educación</li> <li>• Andinismo extremo, Mark Twight, editorial desnivel.</li> <li>• Entrenamiento de los deportes de montaña, Jordi Canals, Jacques Soulie y otros</li> </ul>
<b>Invitados especiales</b>	Ninguno.
<b>Actividades especiales</b>	Ninguna
<b>Fechas de evaluaciones</b>	2 trabajos prácticos individual 1 salida de campo aprobadas sujeta a PROTOCOLO COVID 19 (ver acuerdo pedagógico) 1 Coloquio Final

