



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL COMAHUE

Centro Regional Universitario Bariloche

PROGRAMA DE CATEDRA: ESQUÍ EDUCATIVO 2

AÑO ACADEMICO: 2011

CARRERA: PROFESORADO DE EDUCACIÓN FÍSICA

PLAN DE ESTUDIOS N°: 435/2003

CARGA HORARIA SEMANAL (según plan de estudios): 10 HS/SEM (con calendario especial CRUB)

REGIMEN: ANUAL (calendario especial CRUB)

EQUIPO DE CATEDRA:

CARGO:

- Leonardo Daniel MÁRSICO **Asistente de Docencia, Encargado de cátedra (ASD-EC/3)**
- Romina FERNÁNDEZ ALBOR **Asistente de Docencia (ASD/3).**
- Alejandro BARATTA **Asistente de Docencia, Encargado de cátedra (ASD-EC/3) de Esquí Educativo 1, cumple como ASD.**

ASIGNATURAS CORRELATIVAS:

- (17) Actividades en el Entorno Regional (2º año)**
- (23) Didáctica Especial (3º año)**
- (30A) Esquí Educativo 1 (3º año)**

1. FUNDAMENTACION:

La materia Esquí Educativo 2 se sitúa en el 4º y último año de la carrera, dentro del trayecto orientado a las Actividades Regionales de Montaña (A). Ésta, se dicta en el Profesorado en Educación Física del Centro Regional Universitario Bariloche perteneciente a la Universidad Nacional del Comahue, según el plan de estudios 435/2003. El profesorado se crea en la ciudad de San Carlos de Bariloche en el seno del Parque Nacional Nahuel Huapi, donde le permitió tener una orientación en Actividades Recreativas de Montaña.

La materia Esquí Educativo 2 da al estudiante una visión completa de la utilización de las prácticas corporales que se realizan en la nieve, sobre todo del esquí alpino, en la formación de sujetos donde los profesores de educación física intervienen.

La inclusión de actividades como el esquí alpino con sus variantes y complementos, da a los egresados la posibilidad de tomarlas como herramienta para el trabajo educativo, sea escolar o no formal. De esta forma, el medio natural se convierte en el aula donde el profesor utiliza la herramienta más apropiada.

Se aportan, además, situaciones diferentes para el enriquecimiento de las cualidades físicas del sujeto. Las vivencias del esquí aportan nuevas sensaciones, derivadas por ejemplo de los cambios de aceleración, de experimentar el desplazamiento en una pendiente, el cuidado del compañero y de sí mismo, entre otras, todas ellas, transferibles desde y hacia el esquí. El aprendizaje de las diferentes técnicas dará espacio a la comprensión y disfrute de las prácticas.

Por otro lado, el campo laboral que se les abre a los egresados de este profesorado es muy amplio. La llegada de los egresados al ámbito escolar formal es lenta y se cree que este trabajo se

verá más reflejado aún en los años venideros. No obstante, en lo no formal, la inserción es casi inmediata. Allí, ocupan un gran espacio en las diferentes escuelas y clubes que tienen actividades recreativas y deportivas en la montaña. También lo hacen en empresas turísticas dando un valor educativo a la recreación y los deportes.

Es por todo esto, que desarrollo del esquí alpino visto desde una perspectiva global, dentro de la sociedad actual, con un pensamiento crítico y reflexivo, permite un trabajo completo del estudiante que lo enmarca en las diferentes posibilidades de prácticas corporales en la montaña de la región, y le abre un panorama mayor en el resto del país.

2. OBJETIVOS:

Objetivos generales:

Que los estudiantes ejerciten el rol de profesor en relación a la práctica corporal del esquí alpino. Utilicen a la educación física para promover la salud a través de la herramienta del esquí. Vivencien experiencias de formación en relación a personas con discapacidad y actividades adaptadas. Velen por la seguridad de sus alumnos y compañeros. Sean autocríticos. Quieran mejorarse continuamente. Mejoren sus habilidades físicas y técnicas en el esquí para un mayor disfrute. Amplíen su espectro laboral fuera de las actividades tradicionales y las incluyan en el ámbito formal.

Objetivos específicos:

Que los estudiantes planifiquen, desarrollen y evalúen una clase de esquí. Relacionen críticamente la actividad del esquí dentro de su entorno social. Conozcan y experimenten diferentes enfoques metodológicos de la enseñanza del esquí. Transfieran contenidos desde y hacia las diferentes materias que ya cursaron. Se adapten al medio de la nieve en la montaña. Comprendan los riesgos posibles que existen en la actividad. Apliquen metodologías variadas, creativas y adaptadas para cada situación. Comprendan al esquí como una herramienta del profesor, como un deporte y como una actividad recreativa. Tengan experiencias de formación en el medio invernal junto a profesionales. Ejercen y diferencien las diferentes actitudes y gestos del esquí. Tengan una aproximación a las diferentes modalidades de esquí, como el estilo libre, y a otras prácticas corporales en relación al deslizamiento. Promuevan los aspectos positivos del deporte y de una vida sana en su práctica.

3. CONTENIDOS SEGÚN PLAN DE ESTUDIOS:

Práctica del esquí con diferentes motivaciones. Técnicas de entrada en calor para el frío. Planos de deslizamiento, terreno variado, diferentes desplazamientos de mayor complejidad. Fundamentos técnicos desde vuelta elemental a súper paralelo. Análisis teórico-práctico y biomecánico. Apropiación práctica. Metodología de enseñanza: juegos y recursos. Planificación y coordinación de prácticas para nivel principiantes 1 y 2. Aplicación de métodos en Programa de Esquí Escolar (prácticas educativas). Identificación y solución de errores más comunes. Acceso a medios de elevación mecánicos: precauciones. Resolución de acceso a diferentes niveles y ejercicios. Seguridad. Análisis de riesgos: objetivos y subjetivos. La nieve: composición y metamorfosis: diferentes tipos de aludes. Comportamiento eficaz ante dificultades. Referencia de otras disciplinas alpinas. Progresión en esquí de travesía.

4. CONTENIDO PROGRAMA ANALÍTICO:

La secuencia de las unidades no implica una secuencia en su dictado, sino que servirán como diferentes ejes de trabajo.

· Unidad 1:

Historia, análisis y crítica del esquí en relación a la sociedad. El patrimonio cultural y natural de la región en relación al esquí. Esquí alpino y deportes invernales. El enfoque recreativo, deportivo y didáctico de la práctica corporal. Enfoque de salud y medio ambiente. Consideraciones actuales acerca del cambio climático.

· Unidad 2:

Enseñanza del esquí, pedagogía y didáctica. Variantes metodológicas y de aplicación en el campo según enfoque de diferentes técnicas. Diferentes herramientas para la observación, corrección y

evaluación de compañeros. Repaso de conceptos de planificación, y adaptación a diferentes contextos.

· Unidad 3:

Técnicas de esquí alpino. Análisis comparativo teórico y práctico de las acciones fundamentales con las habilidades fundamentales del esquí. Estudio de la vuelta tipo, actitudes básicas y gestos básicos. Análisis biomecánico. Estilo libre y saltos, las nuevas tendencias. Introducción a los gestos de perfeccionamiento y fuera de pista.

· Unidad 4:

Cualidades físicas y sistemas energéticos, repaso. Entrenamiento general del esquí y específico para cada alumno. Consideración de variantes según el objetivo.

· Unidad 5:

Elementos necesarios para esquiar. Materiales, diferentes tipos de botas, fijaciones, esquís, bastones y casco. Otros tipos de protecciones y variantes. El clima, las personas y los tipos de vestimenta. Mantenimiento básico del equipo propio.

Unidad 6:

Seguridad y primeros auxilios en centros de esquí. Normas FIS (Federación Internacional de Ski), repaso. Medios de elevación y consideraciones de seguridad. Pista y fuera de pista. Señalización de pistas. La nieve y sus características, metamorfismo de la nieve y su comportamiento, repaso. Perfiles y estudio de nieve. Protocolos de seguridad.

5. BIBLIOGRAFÍA:

- Tugwell, Maurice – 1977 – Esquí – Editorial Lidium Bs As Argentina.
- Fucci, S. Benigni, M. Fornasari, V. – 1988 – Biomecánica del Aparato Locomotor Aplicada al Acondicionamiento Muscular – Editorial Harcourt Brace.
- Delesalle, Jean-Charles – 1994 – Lillehammer 94 (XVII Juegos Olímpicos de Invierno) – Editorial Editors S.A.
- Fox, E. Bowers, R. – 1995 – Fisiología del Deporte – Editorial Panamericana.
- López Sarrión, M – 1996 – Teoría y Práctica del Esquí de Montaña – Editorial Desnivel.
- Van Tilburg, Christopher – 1998 – Snowboard de Montaña – Editorial Desnivel.
- Stark, Peter – 2001 – Último aliento, 3º edición – Editorial Planeta.
- CSIA Canadian Ski Instructor Alliance – 2002 – Skiing and Teaching Methods – Partenaires en impression Inc.
- Aadides – 2002 – Técnica Argentina de Esquí Alpino.
- Aadides – 2002 – Manual General de Técnica y Metodología. Esquí y Snowboard.
- Alarcón, Norberto – 2004 – Apuntes de Curso Universitario de Preparación Física – Grupo de Estudios 757
- Arko Toncek – 2006 – Ski Deportivo Argentino – Editorial Caleuche.

6. PROPUESTA METODOLOGICA:

La cátedra cuenta en su plan de estudios con 100 horas de clase. Los teóricos se dictan en el CRUB mientras que las prácticas se dictan en las pistas de esquí alpino del cerro Catedral.

Metodología:

Se realizan tanto clases en el CRUB como en las pistas del cerro. Hay teóricos y prácticos de introducción, desarrollo y análisis de los diferentes temas. De forma constante se intenta relacionar las diferentes materias ya cursadas en el profesorado para re significar los contenidos vistos y nutrir a los más actuales.

Los estudiantes deben exponer temas y dar contenidos de clase ante sus pares, de forma fluida.

Se discutirán videos relacionados con el medio ambiente, de otros esquiadores profesionales y experiencias diferentes.

Se interactúa con la Fundación Desafío Bariloche para participar en sus jornadas con alumnos con discapacidad que se dictan en el mismo cerro Catedral.

Se pretende interactuar con los estudiantes de las materias Esquí Educativo 1; para que comiencen a darles clases cuando inician el módulo de esquí alpino.

Se realiza una práctica de actuación ante una emergencia en un centro de esquí. Se solicita colaboración a los sistemas de seguridad del cerro: Servicio de Seguridad de Pistas.

Se vinculan los contenidos de historia del esquí junto con los docentes de la materia Historia del movimiento y de la educación física y se realiza un taller conjunto.

Se invita a especialistas en el mantenimiento de materiales de esquí a participar en las clases referidas a tal tema.

7. EVALUACIÓN Y CONDICIONES DE ACREDITACION:

Evaluación:

Los trabajos prácticos y la técnica de esquí alpino se evaluará como aprobado o desaprobado.

· Trabajos prácticos:

Este ítem se considera Aprobado cuando su contenido es correcto y fueren entregados en tiempo y forma.

· Evaluación técnica:

Este ítem se considera Aprobado cuando la totalidad de técnicas de esquí alpino son realizadas correctamente en pista el día de evaluación.

Acreditación y promoción:

Para acreditar la materia Esquí Educativo 2 el estudiante debe:

- Asistir al 80% de las clases teóricas y prácticas.
- Aprobar con nota superior al 60% el 1º parcial y el examen integrador final.
- Aprobar el 60% de los trabajos prácticos.
- Aprobar la totalidad de los gestos prácticos en pista.

Para promocionar la materia Esquí Educativo 2 el estudiante podrá:

- Asistir al 80% de las clases teóricas y prácticas.
- Aprobar con nota superior al 80% el 1º parcial y el examen integrador final.
- Aprobar la totalidad de los trabajos prácticos.
- Aprobar la totalidad de los gestos prácticos en pista.

Propuesta de mesas de examen:

Debido a que la materia tiene una parte práctica que debe aprobarse en condiciones de nieve y seguridad adecuadas, la Orientación de Deportes Invernales y Actividades de Esquí se reserva el derecho de suspender una mesa en caso que la considere insegura. La posibilidad de volver a realizar una mesa suspendida dependerá de la disponibilidad horaria de los profesores y de la no superposición con las actividades curriculares y extracurriculares del plantel.

Regulares y libres: mesas durante el periodo invernal.

Regulares 2010 y 2011: desde la nueva propuesta académica puesta en práctica desde 2010, estos estudiantes pueden rendir en los llamados fuera del periodo invernal, ya que el aspecto práctico es considerado aprobado o no durante los cursados.

8. DISTRIBUCIÓN HORARIA:

Teóricos Centro Regional Universitario Bariloche: Se necesita un aula para dar los contenidos teóricos que involucran un mínimo estimado de 28 horas que se repartirán en 2 horas semanales. Día estipulado: jueves de 8 a 10hs. Esta aula debe permitir el cómodo acceso de todos los estudiantes inscriptos en la cursada regular, como así también la utilización del equipo de video.

Prácticos cerro Catedral: los estudiantes necesitan un pase para los medios de elevación de las pistas de esquí durante toda la temporada invernal. Asisten a 72 horas reales de esquí para aprobar la cursada de la materia. Se considera que de las horas de práctica, el 30% de ellas se emplea en los medios de elevación, por lo que se debe considerar 94 hs totales para la grilla horaria de los alumnos. Las clases prácticas durarán 4 horas cada día como máximo, lo que da un mínimo de 23 días de práctica, concentrados en los días de invierno. Días estipulados: lunes, miércoles y jueves de 12 a 17hs.

Resulta incuestionable la práctica del esquí para comprender y apropiarse de la lógica de sus acciones como también lograr su disfrute. También, la vivencia propia es necesaria en la práctica del estudiante para la reflexión crítica de su ejercicio.


No se consideran las inasistencias relacionadas con las cátedras Práctica de la Enseñanza 1 y 2 cuando se trate de las prácticas propias en otras instituciones (cuando deba observar a su compañero se considerará cada caso con su tutor personalmente).

9. CRONOGRAMA TENTATIVO:

1º cuatrimestre: Se dictan horas teóricas hasta que hay suficiente nieve. Se comienza con el dictado de prácticos al inicio de la temporada invernal en el cerro Catedral, que coincide con el final del cuatrimestre.

2º cuatrimestre: Se dictan teóricos si se considera pertinente, de forma optativa para los estudiantes. Se continúa con los prácticos en el centro de esquí del cerro Catedral. Se completan las 72 hs prácticas entre el receso invernal y la finalización de la temporada invernal. Se continúa con teóricos para volver a relacionar los contenidos con la práctica habida en el invierno. Se estima el cierre del cursado a final del 2º cuatrimestre.

Existe un cronograma de llamados a mesas de examen fuera del periodo invernal, para estudiantes regulares 2010 y 2011, que se lleva adelante y aún está bajo análisis. Este cronograma tentativo permite que los estudiantes rindan en los llamados de diciembre, febrero y marzo.



PROFESOR
(firma y aclaración)



CONFORMIDAD DEL DEPARTAMENTO
(firma y aclaración)

Silas San V



CONFORMIDAD DEL CENTRO REGIONAL UNIVERSITARIO BARILOCHE
(firma y aclaración)