

DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL COMAHUE

Centro Regional Universitario Bariloche

UNIVERSIDAD NACIONAL del COMAHUE
CENTRO REGIONAL UNIV. BARILOCHE
CALLE DE ENTRADAS

PROGRAMA DE CATEDRA: ESQUÍ EDUCATIVO 2

FECHA: 15 N. 2013

AÑO ACADÉMICO: 2013**CARRERA: PROFESORADO DE EDUCACIÓN FÍSICA**REGISTRO Nº 508**PLAN DE ESTUDIOS Nº: 435/2003****CARGA HORARIA SEMANAL: 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 (PAD/3) de Esquí Educativo 2
- Romina FERNÁNDEZ ALBOR Asistente de Docencia (JTP/3) de Esquí Educativo 2

ASIGNATURAS CORRELATIVAS: (17) Actividades en el Entorno Regional (2º año) Con final aprobado

(23) Didáctica Especial (3º año) Cursado

(30A) Esquí Educativo 1 (3º año) Cursado

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.

En relación a su origen, 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. Históricamente, en el profesorado, las materias de esquí se dictaban solamente durante el periodo invernal, específicamente, utilizando todos los días de la semana. Esta modalidad no contemplaba el resto de las materias y los problemas que ocasionaba el solapamiento de las mismas a los estudiantes. Además, se proponía un tiempo muy acotado para la apropiación de los contenidos, que se daban de forma muy intensa. Desde 2007, se ha iniciado un cambio mayor en la orientación de Deportes Invernales y Actividades de Esquí realizando los cursados de forma anual. De esta manera, los estudiantes tienen durante el 1º cuatrimestre el desarrollo un gran aporte de contenidos teóricos. Luego, en el periodo invernal, se abordan todos los contenidos prácticos. Hacia el cierre del 2º cuatrimestre, se realiza la integración de todo lo trabajado. Esta modalidad, permite realizar un proceso metacognitivo de lo experimentado desde Esquí Educativo 1; hacer un fuerte trabajo conceptual teórico, volver a abordar esos temas en el terreno, para finalmente reflexionar sobre los contenidos trabajados y discutirlos críticamente.

La materia Esquí Educativo 2, se apoya en los contenidos trabajados en Esquí Educativo 1 y pretende dar al estudiante una visión completa de la utilización de las prácticas corporales en la formación de sujetos que se realizan en la nieve, sobre todo del esquí alpino y, particularmente, donde los profesores de educación física intervienen. En este sentido, se considera la vinculación de la sociedad y el medio ambiente como la interacción entre la naturaleza y el hombre en conjunto con su contexto y cultura. Se aprecia un conflicto de paradigmas que el profesor de Educación Física debe enfrentar en la sociedad y que la materia se encarga de poner de manifiesto en una discusión crítica, reflexiva y abierta: el aspecto social, que es ineludible en la práctica pedagógica, y el dominio de las técnicas, que hacen a las diferentes prácticas más agradables y seguras. Luego ¿cuál es el rol del profesor de Educación Física en esta pugna?

Las actividades de esquí alpino con sus variantes y sus 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, un aula que debe ser respetada.

Se aportan, además, situaciones diferentes para el enriquecimiento de las cualidades físicas del estudiante. 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, da un espacio a la comprensión y disfrute de las prácticas, y también aporta a un análisis crítico de los diferentes enfoques.

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. PROPÓSITOS Y OBJETIVOS:

Propósitos:

Propiciar el ejercicio del rol de profesor en relación a la práctica corporal del esquí alpino. Crear un espacio de análisis y reflexión en cuanto a la visión del esquí, como una herramienta del profesor, como un deporte y como una actividad recreativa. Promover experiencias de formación en relación a personas con discapacidad y actividades adaptadas. Fomentar la conciencia de seguridad en el medio natural, particularmente en relación al esquí alpino. Promover el espíritu autocrítico y de formación continua. Propiciar la transferencia de contenidos desde y hacia las diferentes materias que ya cursaron. Impulsar la búsqueda del mejoramiento de sus habilidades físicas y técnicas en el esquí para un mayor disfrute. Fomentar la utilización de estas actividades como parte de su espectro laboral, en conjunto de las actividades tradicionales en el ámbito formal.

Objetivos:

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. Se adapten al medio de la nieve en la montaña. Comprendan los riesgos posibles que existen en la actividad. Comprendan metodologías variadas, creativas y adaptadas para cada situación. Tengan experiencias de formación en el medio invernal. Ejecuten los diferentes gestos del esquí alpino. Vivencien las diferentes modalidades de esquí, como el estilo libre, fuera de pistas en el centro de esquí.

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:

Aspectos sociales e históricos del esquí. El patrimonio cultural y natural de la región y el medio ambiente en relación al esquí. Esquí alpino y deportes invernales. El enfoque recreativo, deportivo y didáctico del esquí. Cualidades físicas y sistemas energéticos y preparación física del esquí.

· Unidad 2:

Equipo técnico para esquiar. Botas, fijaciones, esquís, bastones y casco. Funcionalidad de distintos esquís. Otros tipos de protecciones y variantes. El clima, las personas y los tipos de vestimenta. Mantenimiento básico del equipo propio.

· Unidad 3:

Enseñanza del esquí. Variantes metodológicas en el campo según enfoque de diferentes técnicas y disponibilidad de recursos. Observación, corrección y evaluación de habilidades. Planificación y adaptación a diferentes contextos.

· Unidad 4:

Seguridad y primeros auxilios en centros de esquí. Normas FIS (Federación Internacional de Ski). Medios de elevación y consideraciones de seguridad. Pista y fuera de pista. Señalización de pistas. Protocolos de seguridad.

· Unidad 5:

Técnicas de esquí alpino. Estudio de las diferentes vueltas de esquí alpino, posturas y gestos. Análisis biomecánico. Estilo libre y saltos. Introducción a los gestos de perfeccionamiento y fuera de pista.

5. BIBLIOGRAFÍA:

- Esquí – 1977 – Tugwell, Maurice – Editorial Lidium Bs As Argentina.
- Biomecánica del Aparato Locomotor Aplicada al Acondicionamiento Muscular – 1988 – Fucci, S. Benigni, M. Fornasari, V. – Editorial Harcourt Brace.
- Lillehammer 94 (XVII Juegos Olímpicos de Invierno) – 1994 – Delesalle, Jean-Charles – Editorial Editors S.A.
- Fisiología del Deporte – 1995 – Fox, E. Bowers, R. – Editorial Panamericana.
- Teoría y Práctica del Esquí de Montaña – 1996 – López Sarrión, M – Editorial Desnivel.
- Snowboard de Montaña – 1998 – Van Tilburg, Christopher – Editorial Desnivel.
- Último aliento, 3º edición – 2001 – Stark, Peter – Editorial Planeta.
- Skiing and Teaching Methods – 2002 – CSIA (Canadian Ski Instructor Alliance) – Partenaires en impression Inc.
- Técnica Argentina de Esquí Alpino – 2002 – Aadides (Asociación Argentina de Instructores de Esquí y Snowboard).
- Manual General de Técnica y Metodología. Esquí y Snowboard – 2002 – Aadides.
- Curso Universitario de Preparación Física – 2004 – Alarcón, Norberto – Grupo de Estudios 757.
- Ski Deportivo Argentino – 2006 – Arko Toncek – Editorial Caleuche.
- Esquí Alpí – 2006 – EFPEM (Escola de Formació de Professions Esportives i de Muntanya, Andorra).
- Alpine Manual – 2011 – BASI (British Association of Snowsport Instructors) – BASI.

6. PROPUESTA METODOLOGICA:

La cátedra Esquí Educativo 2 tiene en su plan de estudios una carga horaria de 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.

Se pretende interactuar con la cátedra Esquí Educativo 1 en actividades conjuntas entre estudiantes de ambas materias. También se pretende realizar capacitaciones internas a la orientación, de forma tal de permitir que todos los profesores integrantes se sientan cómodos de interactuar entre materias y tengan una visión más integrada del proceso que los estudiantes transitan.

Los estudiantes deben:

- Exponer temas y dar contenidos de forma fluida ante sus pares.
- Elaborar, de forma individual y grupal, diferentes trabajos prácticos.
- Observar y debatir videos relacionados con otros esquiadores profesionales, en relación al medio ambiente y también de experiencias diferentes.
- Observar de clases de esquí en diferentes contextos (clubes de esquí, programas sociales, clases turísticas de esquí)
- Experimentar y aprender la técnica de la especialidad.
- Proponer metodologías para mejorar la técnica de un compañero y del grupo (Situación de clase
- Desarrollar las habilidades mínimas necesarias correspondidas con las incumbencias.

La cátedra propicia:

- Espacios para interactuar con los diferentes programas de esquí relacionados con el municipio de San Carlos de Bariloche y de la provincia de Río Negro. Interactúa con la Fundación Desafío Bariloche para participar en sus jornadas con alumnos con discapacidad que se dictan en el mismo cerro Catedral.
- Realizar 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.
- Invitar a especialistas para el dictado de conferencias (mantenimiento de materiales de esquí, seguridad en centro de esquí, etcétera).
- Realizar talleres donde se vinculan los contenidos de otras materias.
- Talleres interactivos con la materia Esquí Educativo 1 para la realización de actividades conjuntas entre estudiantes de ambas materias.
- Empezar capacitaciones internas a la orientación, de forma tal de permitir articulación de las experiencias individuales y propiciar el enriquecimiento académico del grupo y del profesorado.

7. EVALUACIÓN Y CONDICIONES DE ACREDITACION:

Evaluación:

El cursado de la materia se evalúa de la siguiente manera:

· Parcial conceptual: este examen se realiza en el 1º cuatrimestre y se Aprueba con 60%. En caso de reprobado, se realiza un examen recuperatorio y se Aprueba con 60%.

· Trabajos prácticos: se realiza un mínimo de 5 trabajos prácticos durante el año.

Se considera Aprobado cuando su contenido es correcto y es entregado en tiempo y forma. En caso de no ser entregado en tiempo y forma se evalúa como Desaprobado. En caso de estar Desaprobado, el estudiante tiene una instancia de recuperación por práctico, para alcanzar el objetivo esperado. En caso de no alcanzar el objetivo, ese trabajo práctico queda Desaprobado. Los trabajos prácticos se dan a realizar en el momento de la clase o entre clases.

· Evaluación técnica:

Con el fin de orientar al estudiante en su progreso de habilidades técnicas, el último día de cada semana se le informará si está alcanzando los contenidos abordados o necesita de más práctica. Esta modalidad se aplica este año con el objetivo de que el estudiante pueda administrar de la mejor manera posible, y de forma gradual, sus tiempos de práctica fuera del horario de cursado.

Previo al día de la evaluación técnica final, se realiza un examen diagnóstico en pista que oriente a los estudiantes en la modalidad del examen. Se evalúa técnica de esquí alpino en 4 gestos diferentes. Para cada instancia se dan 2 oportunidades y se considera la mejor de ellas. Se evalúa a cada uno de forma individual. En caso de Desaprobar algún gesto, el estudiante deberá presentarse el día del recuperatorio para rendir el gesto que desaprobó. Si vuelve a desaprobado, el estudiante pierde el cursado de la materia.

La evaluación técnica no tiene nota, se aprueba o se desaprueba. El estudiante debe poder dominar la técnica en las siguientes situaciones:

En pista verde:

- Vueltas en cuña esquiando hacia atrás en una pista verde.

En pista azul:

- Corto paralelo básico (o vueltas en paralelo derrapado de radio corto).
- Súper paralelo básico (o vueltas en paralelo derrapado de radio largo).

En pista roja:

- Bajada de vueltas encadenadas en vueltas en paralelo de radio corto.

- Examen integrador: este examen pretende ser una instancia de evaluación completa. Es una entrevista individual del estudiante con los profesores de la materia en donde se analizan: los objetivos alcanzados, el trayecto recorrido, los aspectos más destacados del cursado, la actitud del estudiante durante el año y otros emergentes de interés.

- Se espera, luego de esta instancia, una devolución de los estudiantes hacia la materia que permita un análisis crítico de la labor docente y los aportes que considere.

Acreditación:

Para acreditar la materia Esquí Educativo 2 el estudiante debe:

- Asistir al 80% de las clases teóricas y al 80% de las clases prácticas.
- Aprobar con nota superior al 60% el 1º parcial o su recuperatorio.
- Aprobar el 80% de los trabajos prácticos. Del total, debe aprobar el 40% sin recuperatorios.
- Aprobar la totalidad de los gestos técnicos de esquí en pista o sus recuperatorios.
- Aprobar con nota superior al 60% el examen integrador final.

Promoción:

Para promocionar la materia Esquí Educativo 2 el estudiante debe:

- Asistir al 80% de las clases teóricas y al 80% de las clases prácticas.
- Aprobar con nota superior al 60% el 1º parcial o su recuperatorio.
- Entregar el 100% de los trabajos prácticos. Aprobar el 80% de los trabajos prácticos. Del total, debe aprobar el 40% sin recuperatorios.
- Aprobar la totalidad de los gestos técnicos de esquí en pista o sus recuperatorios.
- Aprobar con nota superior al 70% el examen integrador final.

Consideraciones de las mesas de examen:

Debido a que la materia tiene una parte práctica fundamental 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.

Mesas durante el periodo invernal: Estudiantes Regulares y Libres.

Mesas fuera del periodo invernal: solo Regulares. Desde la implementación en 2010 de la nueva modalidad de cursado y evaluación, los estudiantes regulares pueden rendir en los llamados fuera del periodo invernal ya que, la evaluación técnica se considera Aprobada o Desaprobada durante

los cursados. Los estudiantes que cursaron en 2009 o antes, o aquellos que pierden la regularidad, deben anotarse libres y rendir durante el periodo invernal.

8. DISTRIBUCIÓN HORARIA:


Teóricos Centro Regional Universitario Bariloche: Se necesita un aula para dar los contenidos teóricos que involucran un mínimo estimado de 30 horas que se repartirán en 2 horas semanales. Día estipulado: lunes de 11:15 a 13:15hs. El 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. Para contabilizar las 72 hs reales de esquí que se necesitan para aprobar el cursada de la materia, se considera que un 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.

9. CRONOGRAMA TENTATIVO:

1º cuatrimestre: Se dictan horas teóricas hasta la apertura del centro de esquí. Se comienza con el dictado de prácticos hasta el final del cuatrimestre.

2º cuatrimestre: Se continúa con los prácticos en el centro de esquí del cerro Catedral. Se dictan teóricos si se considera pertinente. 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 cierra el cursado a final del 2º cuatrimestre.


PROFESOR
(firma y aclaración)


CONFORMIDAD DEL DEPARTAMENTO
(firma y aclaración)

Lic. Fabián Martins
Director
Dpto. Ed. Física


CONFORMIDAD DEL CENTRO REGIONAL UNIVERSITARIO BARILOCHE
(firma y aclaración)

Prof. Marisa N. Fernandez
Secretaria Académica
Centro Regional Universitario Bariloche
Universidad Nacional del Comahue