



**AÑO ACADÉMICO 2019**

**DEPARTAMENTO Y/O DELEGACIÓN: EDUCACIÓN FÍSICA**

**ÁREA: FUNDAMENTOS FÍSICO FORMATIVOS EN MEDIOS NATURALES. ORIENTACION: ACTIVIDADES DE MONTAÑISMO Y ESCALADA**

**PROGRAM DE CÁTEDRA: DEPORTES REGIONALES ESTIVALES I.**

**OBLIGATORIA / OPTATIVA: OBLIGATORIA.**

**CARRERA: PROFESORADO DE EDUCACIÓN FÍSICA. TRAYECTO ORIENTADO: A) ACTIVIDADES REGIONALES DE MONTAÑA.**

**PLAN DE ESTUDIOS - ORDENANZA N°: 0435, 886/03, 0331/09 Y 0176/10 (22 DE DICIEMBRE DEL 2003).**

**TRAYECTO (PEF): A.**

**CARGA HORARIA SEMANAL SEGÚN PLAN DE ESTUDIOS: 5 HORAS SEMANALES.**

**CARGA HORARIA TOTAL: 150 HORAS TOTALES.**

**RÉGIMEN: ANUAL.**

**EQUIPO DE CÁTEDRA:**

- **Eduardo López,** **Profesor regular adjunto a cargo de cátedra. PAD-1.**  
Profesor Nacional de Educación Física UNCo Bariloche.  
Guía de Alta Montaña AAGM.  
Instructor de Escalada en Roca y Hielo, AAGM.  
Guía de Montaña UIMLA.  
Guía de Cordillera y Trekking, AAGM, APN.  
Instructor de Nieve y Avalanchas 1, ANENA.  
Habilitación profesional como Guía de Alta Montaña, PNNH.
- **Máximo Schneider,** **Profesor regular adjunto. PAD-1.**  
Guía de Alta Montaña, AAGM/UIAGM.  
Instructor Nacional de Escalada, FASA.  
Instructor de Nieve y Avalanchas 1, ANENA.  
Habilitación profesional como Guía de Alta Montaña, PNNH.  
Pistero Socorrista de primero grado, AAPS, FASA.
- **Tomás Vilarlño,** **Asistente de Docencia regular. JTP-2.**  
Profesor Nacional de Educación Física.  
Guía de Trekking en Cordillera, AAGM.  
Habilitación profesional como GTC, APN.
- **Alejandro Niseggi,** **Asistente de Docencia. JTP-3.**  
Profesor Nacional de Educación Física UNCo Bariloche.  
Habilitación profesional como Guía de Trekking, APN.
- **Julián López,** **Asistente de Docencia. JTP-3.**  
Profesor Nacional de Educación Física UNCo Bariloche.  
Licenciado en Kinesiología, UNC.

## Guía de Montaña AAGM

- Cora Langbhen,** **Asistente de Docencia. JTP-3.**  
Profesor Nacional de Educación Física UNCo Bariloche.  
Guía de Trekking en Cordillera AAGM.
- Jorge Puga,** **Ayudante de Primera regular. AYP-2.**  
Guía de Cordillera y Trekking, AAGM.  
Habilitación profesional como GTC, PNNH y PNLG.  
Pistero Socorrista de primer y segundo grado, AAPS, APN.
- Lilien Reising,** **Ayudante de Primera regular. AYP-2.**  
Profesor Nacional de Educación Física, UNCo Bariloche.  
Habilitación profesional como Guía de Trekking, APN.

### Aclaración a las abreviaturas:

- AAGM: Asociación Argentina de Guías de Montaña.
- UIAGM: Unión Internacional de Asociaciones de Guías de Montaña.
- UIMLA: Unión International Mountain Leaders Asociation.
- FASA: Federación Argentina de Esquí y Andinismo.
- PNNH: Parque Nacional Nahuel Huapi.
- PNLG: Parque Nacional Los glaciares.
- CRUB: Centro Regional Universitario Bariloche. -
- UNCo: Universidad Nacional del Comahue.
- UNC: Universidad Nacional de Córdoba.
- CAX: Comisión de Auxilio.
- CAB: Club Andino Bariloche.
- AAPS: Asociación Argentina de Pisteros Socorristas.
- PPA: Parque Provincial Aconcagua.
- GTC: Guía de Trekking en Cordillera Asociación Argentina de Guías de Montaña.
- GT: Guía de Trekking.
- ANENA: Asociación Nacional del Estudio de Nieve y Avalanchas. Francia.

### **ASIGNATURAS CORRELATIVAS (S/Plan de Estudios):**

**PARA CURSAR:** Aprobado: Vida en la Naturaleza. Cursado: Actividades en el Entorno Regional, Formación corporal Motora II e Interpretación de la Naturaleza I

**PARA RENDIR FINAL de Deportes Regionales Estivales I:** Aprobado Actividades en el Entorno Regional, Formación Corporal Motora I, Vida en la naturaleza e Interpretación de la Naturaleza I. Ordenanza 886/05

---

### **1. FUNDAMENTACION:**

El profesorado en Educación Física de la Universidad Nacional del Comahue (UNCo Bche) se diferencia de manera particular de otros profesorados al complementar la formación tradicional de Educación Física con actividades que se realizan en el contexto de la Montaña. La ampliación de posibilidades de intervención profesional a otros ámbitos y contextos educativos ha generado nuevas demandas vinculadas con el uso, cuidado y conocimiento del entorno regional, lo que supone nuevas problemáticas y desafíos a asumir en la formación docente<sup>1</sup>. La montaña en general y las actividades de trekking y escalada en particular, han sumado en los últimos años gran cantidad de adeptos. El Profesorado, situado geográficamente en una de las ciudades más cercanas a la práctica del Andinismo y pionera a nivel nacional, sintetiza la posibilidad de formarse en un lugar adecuado para luego poder ejercer a lo largo de todas las posibilidades que nuestro país brinda en el ámbito de montaña. A nivel escolar varios contenidos aparecen explícitos en el currículum de Nivel Medio de la Provincia de Río Negro, otorgando a dichas prácticas un sentido que excede el ámbito turístico valorándose el potencial educativo que poseen las mismas. En este sentido, el plan de estudio propone el cursado de diferentes asignaturas que ofrecen al estudiante una visión integral del medio natural, transitando progresivamente por distintas propuestas educativas desarrolladas en dicho contexto.

La asignatura "Deportes regionales estivales I" está ubicada en el tercer año del profesorado y forma parte del trayecto orientado "A" "Actividades Regionales de Montaña". Durante el cursado se retoman y profundizan contenidos abordados previamente en otras asignaturas del área, como así también contenidos vinculados a la formación docente y a la

---

<sup>1</sup> Plan de estudios ordenanza 0435/03

incumbencia profesional en actividades regionales de montaña relacionados con la práctica, seguridad y enseñanza del trekking y la escalada.

## **2. OBJETIVOS/PROPOSITOS:**

### **A) Objetivos generales:**

Abordar la enseñanza del trekking y la escalada acorde a la futura titulación en actividades de montaña, poniendo énfasis en el desarrollo personal y la seguridad en su desenvolvimiento.

Acercar el montañismo y sus modalidades a la comunidad, desde el rol de futuro Profesor de Educación Física, especialista en actividades recreativas en montaña.

Favorecer la integración con otras materias del Profesorado tanto en el dictado teórico como práctico de la asignatura.

### **B) Objetivos específicos:**

Favorecer el desarrollo de la individualidad de cada estudiante y la relación con sus semejantes.

Favorecer la toma de conciencia de conservación e interrelación con el medio.

Favorecer la condición física.

Favorecer la continuidad de la experiencia de manejo de grupos en la montaña.

Favorecer la movilidad y destreza técnica del alumno en el medio.

Favorecer mediante la práctica un manejo seguro y eficaz de los elementos técnicos.

Propiciar espacios de reflexión y puesta en práctica de los contenidos aprendidos.

## **3. CONTENIDOS SEGÚN PLAN DE ESTUDIOS (contenidos mínimos):**

Equipo específico de seguridad y escolda en roca. Trekking y travesías 2: Planificación y organización de una salida. Desarrollo de salidas en terreno no técnico. Desplazamiento en baja y media montaña en época estival. Campamentos planificados en montaña. Técnicas de guiada y manejo de grupos. Lectura de terreno y elección de itinerario. Prácticas de cartografía y orientación. Uso básico del geo – posicionador satelital (GPS) en el terreno. Iniciación a la escalada. Técnicas básicas de escalada deportiva. Reuniones: triángulo de fuerzas, triángulos de fuerzas parcial y relevo. Iniciación a las técnicas básicas de escalada. Historia regional del montañismo.

## **4. CONTENIDO PROGRAMA ANALÍTICO:**

### **UNIDAD 1: Equipo general. Revisión.**

Calzado. Indumentaria. Mochilas. Equipo personal específico. Carpas. Bolsas de dormir. Aislantes. Calentadores a combustible y a gas. Diferencias.

### **UNIDAD 2: Trekking. Travesías sobre terreno no técnico.**

Trekking y sus variantes de la dificultad: aproximación conceptual. Técnicas de guiada y manejo de grupos, revisión y ampliación. Condición física. Manejo de grupo. Entrenamiento. Travesías sobre terreno técnico y no técnico. Progresión de grupos. Didáctica de las técnicas de progresión. Lectura de terreno y elección de itinerario. Senderos de los parques nacionales, provinciales y municipales. Prácticas de bajo impacto.

### **UNIDAD 3: Orientación.**

Orientación con y sin instrumentos. Uso de la brújula. Mapa topográfico. Lectura e interpretación de mapas; imágenes satelitales, programas actuales de uso con GPS. Aplicación en el medio. Uso del altímetro. Uso básico del GPS en el terreno. Navegación con carta, brújula y GPS. Determinación de la posición mediante puntos de referencia. Conceptos actuales de previsiones meteorológicas. Lectura e interpretación del pronóstico.

### **UNIDAD 4: Equipo técnico sobre roca.**

Cuerdas. Casco. Arneses. Cordinos. Cintas. Cinta de auto-seguro. Mosquetones con y sin seguro. Descensores. Zapatillas de escalada. Anclajes: distintos tipos sobre roca: Naturales; Anclajes pasivos: stoppers, excéntricas, clavos fisureros; Anclajes móviles: friends rígidos y flexibles, camalots; Anclajes fijos: spits, parabolts y químicos. Posibilidades de cada clasificación. Definición de los EPI (Equipos de Protección Individual). Confección de fichas de equipo individual.

### **UNIDAD 5: Seguridad y técnica en roca.**

Nudos de encordamiento: ocho reconstruido y doble. Nudos de amarre: estático, dinámico. Nudos de unión: cintas planas, doble pescador. Nudos autoblocantes: prusik. Nudos especiales: bulín especial. Uso del tibloc o símil. Adujado de la cuerda, cordines y cintas.

Técnicas básicas de escalada. Aproximación a las técnicas específicas: adherencia, chimeneas, dülfers, fisuras.

Prácticas con cuerda de arriba (top-rope). Aseguración al compañero. Armado de la reunión.

Tránsito en cuerda fija. Travesía con seguros intermedios.

Rappel escuela y real o reunión de abandono: diferencias. Tipos de descenso: con nudo autoblocante arriba del descensor y otras opciones. Armado de la reunión.

Escalada deportiva en muro artificial, seguridad y técnica específica.

Progresión real en roca (teórico).

#### **UNIDAD 6: Reuniones en roca.**

Ecuálización de anclajes en roca. Concepto de reunión. Triángulo de fuerzas, triángulos de fuerza parcial o anti-shock y tipos de relevo. Análisis de la calidad del anclaje y del terreno en roca. Ángulos de las reuniones.

#### **UNIDAD 7: Equipo específico sobre terreno nevado.**

Botas. Crampones. Piolet. Indumentaria específica. Aspectos que considerar al momento de realizar una práctica al medio. Definición de los EPI (Equipos de Protección Individual). Confección de fichas de equipo individual.

#### **UNIDAD 8: Seguridad y técnica sobre terreno nevado.**

Tránsito. Medidas de seguridad, lugares y formas de desplazamiento. Campamento en medios nevados. Nociones básicas del manejo del piolet y crampones.

Anclajes en nieve: estacas, muertos, hongos.

Posibilidades de Reuniones en nieve: triángulo de fuerza parcial (anti-shock), relevo.

Técnicas de auto detención: sin elementos técnicos, con piolet, con crampones y con piolet y crampones.

#### **UNIDAD 9: Historia del Montañismo.**

Síntesis de la historia del Alpinismo. Historia del montañismo regional y nacional. Evolución hasta los días actuales.

Análisis de las distintas modalidades: montañismo, alpinismo, andinismo, senderismo, trekking, roca, nieve, hielo, mixto, alta montaña, escalada deportiva, escalada artificial o en muro. Competencias actuales en las distintas modalidades.

Relación con las propias modalidades que se trabaja en la materia.

Grados de dificultad: interpretación, formas de cotación y diferentes escalas. Interpretación de Guías de escalada en roca: caracterización de zonas escuela de escalada.

#### **UNIDAD 10: El Andinismo en la Educación Física.**

Análisis de las actividades del Andinismo que son más adecuadas para el ámbito de la Educación Física. Incumbencias profesionales.

Enseñanza del trekking. Progresión metodológica, elección de itinerario. Montañismo y escuela.

Planificación y organización de una salida de uno a cuatro días en montaña, con campamento y/o refugio.

Desplazamiento en baja y media montaña en época estival e invernal. Categorización de los senderos del Parque Nacional Nahuel Huapi. Reglamentaciones para manejarse en grupo en la montaña.

Enseñanza de la escalada, progresión metodológica y de seguridad. El juego como recurso para la enseñanza de la escalada deportiva en muro y/o mini muro y la escalada en roca.

Protocolos de seguridad.

#### **UNIDAD 11: Práctica docente en actividades de montaña.**

Organización, Planificación y puesta en práctica de contenidos de la asignatura en la Jornada Pedagógica de Educación Física CRUB y Actividades de Extensión.

### **5. BIBLIOGRAFÍA BÁSICA Y DE CONSULTA:**

**Apuntes de cátedra: (ordenado alfabéticamente por tema, presentado en PDF en PEDCO)**

- "Anclajes en nieve". López Eduardo.

- "Anclajes en roca". López Eduardo.

- "Anclajes fijos 1". López Eduardo.

- "Aproximación a la graduación en la escalada en roca". López Eduardo.

- "Teórico de cartografía y orientación". Reising Lilen.

- "Colocación de tensores químicos". Reising Lilen y López Eduardo.

- "Compilación de apuntes en nieve". Schneider Máximo.

- "Concientización". Puga Jorge.

- "Decálogo para disminuir los riesgos en montaña". López Eduardo.

- "Equipo invierno". Puga Jorge.

- "Escalada deportiva en muro artificial". López Eduardo.

- "Escalada en roca, técnicas específicas". Schneider Máximo.

- "Escalada en roca: prácticas en top rope, cuerda fija y rapel". López Eduardo.

- "Fotografías y videos de prácticas de años anteriores, DRE 1 y DRE 2". Reising Lilen, Schneider Máximo, Puga Jorge, López Eduardo.

- "GPS". López Eduardo.
- "Historia del Alpinismo, marco general". López Eduardo.
- "Historia del Andinismo, aproximación general". López Eduardo.
- "Prácticas de trekking, tirolesa y escalada en roca para alumnos de la EE 19 Bariloche". González Silvina y López Eduardo.
- "PEDCO: Plataforma del Centro Regional Universitario Bariloche, DRE 1". Reising, Lilen.
- "Prendas técnicas". Puga Jorge.
- "Reuniones en roca y nieve". Schneider Máximo.
- "Técnica de nieve. Auto-detención". López Eduardo.
- "Tipos de Desplazamiento en montaña". López Eduardo.
- "Video didáctico de Seguridad y Escalada en roca". Schneider Máximo, López Eduardo, Puga Jorge y Santonato Mariano.

**Bibliografía (material de apoyo): (ordenado alfabéticamente por nombre de autor/es)**

- González J. 2011. "Historia del Montañismo argentino". Ed. Palloni. (Unidad 9)
- Guerra T. 2005. "Manejo básico de piolet y crampones". Ed. Desnivel. (Unidad 7 y 8)
- Guinda F. 2000. "Manual de equipamiento de vías de escalada". Ed. Desnivel. (Unidad 4)
- Hoffman M. 1993. "Manual de Escalada". Ed. Desnivel. (Unidad 4, 5 y 6)
- Le Bouch J. 1997. "El Movimiento en el desarrollo de la persona". Ed. Paidotribo. Barcelona. (Unidad 2, 5 y 8)
- Long J. 1996. "Anclajes de Escalada". Ed. Desnivel. (Unidad 4 y 6)
- López E. 2013. "Guía de escalada Cerro Otto". EHL ediciones. (Unidad 5 y 9)
- Munter W. 2007. "3 x 3 Avalanchas". Ed. Desnivel. (Unidad 2 y 8)
- Murcia M. 2002. "Orientación para alpinistas avanzados". Ed. Desnivel. (Unidad 3)
- Muska y Ashworth S. 1996. "La enseñanza de la educación física, La reforma de los estilos de enseñanza". Ed. Hispano europea. Barcelona. (Unidad 10)
- Nuñez T. 2005. "Los mejores nudos de escalada". Ed. Desnivel. (Unidad 5)
- Soles C. 2001. "Material para roca y hielo". Ed. Desnivel. (Unidad 1, 2, 4 y 7)
- Vilariño T. 2012. "Técnicas básicas de escalada deportiva". Trabajo práctico. (Unidad 5)
- Winter S. 2000. "Escalada deportiva con niños y adolescentes". Ed. Desnivel. (Unidad 5)
- Zorrilla j. 2000. "Enciclopedia de los deportes de montaña". Ed. Desnivel. (Unidad 9)
- 2014. Senderos de Huella Andina. Ed. APN. (Unidad 2)
- [www.revistaefei.com.ar](http://www.revistaefei.com.ar) Revista del Profesorado de Educación Física CRUB. (Unidad 10)
- [www.educacionyandinismo.com.ar](http://www.educacionyandinismo.com.ar) Página de publicación de trabajos Proyecto de Investigación: El Andinismo y la Educación Física: los problemas de su enseñanza. (2010-2012). (Unidad 10)
- Palacio M. y Puga J. 2010. "Encuentros entre el Andinismo y la Educación Física". Proyecto de Investigación: El Andinismo y la E. Física: los problemas de su enseñanza. (2010-2012). (Unidad 10).
- López E. 2010. "Historia del Alpinismo y Montañismo: algunas notas de su historia para la comprensión del sentido de su práctica". Proyecto de Investigación: El Andinismo y la E. Física: los problemas de su enseñanza. (2010-2012). (Unidad 10).
- Palacio M., Schneider M. y López E. 2011. "La escalada en la formación docente del profesorado de Educación Física, CRUB-UNCo". Proyecto de Investigación: El Andinismo y la E. Física: los problemas de su enseñanza. (2010-2012). (Unidad 10).
- Pizzomo F., Puga J. y Vilariño T. 2011. "Educación Física y Andinismo, encuentros posibles desde los problemas de su enseñanza". (Unidad 10).
- Vilariño T. y López E. 2012. "Reflexiones sobre la evaluación de las prácticas de andinismo del Profesorado de Educación Física del Centro Regional Universitario Bariloche". Proyecto de Investigación: El Andinismo y la E. Física: los problemas de su enseñanza. (2010-2012). Publicado en Revista EFEI N° 2. (Unidad 10).
- Palacio M., Reising L. y López E. 2012. "Las caminatas en la montaña y la formación docente en el Profesorado de Educación Física, CRUB-UNCo". Proyecto de Investigación: El Andinismo y la E. Física: los problemas de su enseñanza. (2010-2012). (Unidad 10).
- Reising L. y López E. 2012. "Formación docente y enseñanza en prácticas de Trekking y Escalada". Proyecto de Investigación: El Andinismo y la E. Física: los problemas de su enseñanza. (2010-2012). (Unidad 10).
- REISING M.L. & ALDER I (2014). El trekking en el trayecto formativo de profesores de educación física: integrando el enseñar, aprender y enseñar a enseñar en la formación profesional. Mot. Hum. 15(1):27
- Goicoechea M. 2012. "Las prácticas de andinismo en el Profesorado en Educación Física del Centro Regional Universitario Bariloche-UNCo: Aproximaciones a las representaciones de los docentes". Proyecto de Investigación: El Andinismo y la E. Física: los problemas de su enseñanza. (2010-2012). (Unidad 10).
- Palacio M. 2012. "Actividades de montaña en el Profesorado de Educación Física del CRUB – UNC ¿Desafíos a la gestión?". Proyecto de Investigación: El Andinismo y la E. Física: los problemas de su enseñanza. (2010-2012). (Unidad 10).

- Loiza M. y Molina N. 2012, "El Profesor de Educación Física CRUB – UNCOMA: un análisis sobre la formación en montaña". Proyecto de Investigación: El Andinismo y la E. Física: los problemas de su enseñanza. (2010-2012). (Unidad 10).
- Pizzorno F. y Vilariño T. (colaborador). 2012. "Educación Física y Andinismo. Encuentros que articulan sentidos". Proyecto de Investigación: El Andinismo y la E. Física: los problemas de su enseñanza. (2010-2012). (Unidad 10).
- Reising L., Palacio M. y López E. 2013. "El rappel en la formación del Profesorado de Educación Física CRUB-UNCo". Proyecto de Investigación: El andinismo en la educación física: seguridad, enseñanza y formación docente. (2013 – 2016) (Unidad 5 y 6)

**Fuentes de consulta sugerido: (ordenado alfabéticamente por autor/es)**

- *Anuarios Club Andino Bariloche*. (1931-2013)
  - Arocena P. 1997. "Escalada deportiva y entrenamiento". Ed. Desnivel.
  - Ayora A. 2008. "Gestión del Riesgo". Ed. Desnivel.
  - Bullido E. 2009. "Móntatelo en casa". Ed. Desnivel.
  - Canals J., Hernández M. y Soulié J. 1998. "Entrenamiento para deportes de montaña". Ed. Desnivel.
  - Chouinard I. 1981. "Técnica de hielo". Ed. Martínez Roca.
  - Cuadernillo de escalada en hielo AAGM.
  - Cuadernos Técnicos escuela italiana de guías. 2002.
  - Horst E. 1996. "Cómo entrenar y escalar mejor". Ed. Desnivel.
  - Garibotti R. 2014. "Guías de escalada en el Frey".
  - Garibotti R. [www.pataclimb.com](http://www.pataclimb.com)
  - Long J. 1995. "Escalar en rocódromos". Ed. Desnivel.
  - *Manuales Desnivel*, desde 1993 en adelante. Consultar catálogo de libros de la editorial.
  - Mc Clung D. y Schaerer P. 1996 "Manual de Avalanchas". Ed. Desnivel.
  - Messner R. 1982. "Séptimo grado". Ed. Martínez Roca.
  - Murcia M. 1994. "Manual de escalada en hielo y nieve". Ed. Desnivel,.
  - Peters E. 1987. "Manual práctico de montañismo". Ed. Martínez Roca.
  - Pritchard N. 1995. "Odio entrenar". Ed. Desnivel.
  - Raleigh D. y Long J. 1995. "Chapa y Sigue". Ed. Desnivel.
  - Rebuffat G. 1985. "Nieve, Hielo y Roca". Ed. R.M.
  - Rechenq R. y Pontoriero P. 2011. "Bariloche Vertical". Ed. Kooch,
  - Schadle-Schardt W. 1996. "Escalar actitud y aventura". Ed. Paidotribo.
  - Schubert P. y Stockl P. 2007. "Montaña y seguridad". Ed. Desnivel.
  - Schubert P. 1993, 2002, 2005. "Seguridad y Riesgo". Ed. Desnivel, I, II y III.
  - Sherman J. 1998. "Búlder la técnica de escalada en bloques". Ed. Desnivel.
  - *Revistas Desnivel*. Ed Desnivel.
  - *Revistas Kooch*. Publicación nacional.
  - *Revistas Vertical*. Publicación nacional.
  - [www.proyectomapear.com.ar](http://www.proyectomapear.com.ar) Cartas digitalizadas sudamericanas (Argentina, Chile, Bolivia, Uruguay y Paraguay).
- Algunos de estos libros se encuentran en la biblioteca de la UNCo Bariloche, y también en las bibliotecas del Club Andino Bariloche y la Escuela Militar de Montaña de Bariloche. Algunos capítulos de libros están digitalizados en la PEDCO.

**6. PROPUESTA METODOLÓGICA:**

La asignatura Deportes Regionales Estivales I se desarrollará mediante clases teóricas y prácticas. El eje vertebrador sobre el cuál rondará el abordaje de los contenidos será la seguridad en el medio y la didáctica de las actividades. Los teóricos se dictarán una vez por semana con una duración de 2 horas. En ellos se verán contenidos conceptuales que están en íntima relación con las prácticas.

En los espacios prácticos, se desarrollarán contenidos conceptuales abordados en los teóricos y se explicarán otros contenidos conceptuales, actitudinales y procedimentales. Los mismos tendrán distintos tiempos de duración, de acuerdo con los contenidos y lugares en que se deben desarrollar.

Como apoyatura a las clases teórico - prácticas se incorpora el uso de la Plataforma de Educación a distancia de la Universidad Nacional del Comahue PEDCO. Allí se brindará material bibliográfico, se comparten las clases presentadas durante los teóricos y la información necesaria para la organización de las salidas, siendo este medio además un canal de comunicación importante entre docentes y estudiantes y a la inversa. Aquí también se publicarán trabajos prácticos sobre las unidades de la asignatura. Se prevén trabajos de observación de grupos que realicen actividades de trekking y escalada en distintas Instituciones de la localidad y alrededores, de planificación que serán puestos en práctica durante las distintas propuestas de salida de la cátedra, de indagación sobre equipo específico, relevamiento de actividades de montaña en Patagonia y alrededores, de orientación, entre otros.

Apoyando la integración entre teoría y práctica, la cátedra establecerá un horario de consulta de dos horas por semana y distintas instancias de prácticas asistidas para que los estudiantes puedan repasar, practicar y evacuar dudas con

relación a los temas abordados durante las prácticas establecidas por la asignatura. Como también trabajos prácticos que refuercen lo visto en cada unidad.

En cuanto a las instancias de evaluación: se llevarán a cabo dos exámenes parciales con sus respectivos recuperatorios, uno al finalizar cada cuatrimestre. En los mismos se busca que el estudiante pueda integrar los contenidos abordados tanto en clases teóricas como prácticas.

Se prevén instancias evaluativas durante las cuales se observará la seguridad, autonomía y fluidez en el correcto desarrollo de contenidos. Durante las instancias prácticas la evaluación será permanente a fin de considerar el proceso de cada estudiante. A comienzo del segundo cuatrimestre se tomará un examen específico de nudos. El propósito es favorecer la seguridad y desarrollo de la autonomía de cada estudiante, así como también el dinamismo durante las prácticas de escalada.

Los estudiantes participarán en las Jornadas Pedagógicas de Educación Física proponiendo talleres abiertos (orientación, nudos, etc.) a compañeros que participen de otros años en dicho evento.

Como propuesta de autogestión de la salida final se trabajará grupalmente sobre propuestas para juntar fondos para la práctica final.

## **7. EVALUACIÓN Y CONDICIONES DE ACREDITACION:**

### **7-1 ASISTENCIAS (Alumnos Regulares):**

#### **a) Asistencia a las salidas prácticas:**

Según el Artículo 52º de la ordenanza 0273 de diciembre de 2018: Se considera causa de ausencia justificada, tanto para cursados como para exámenes, sean estos parciales o finales:

a) Enfermedad del/la estudiante, certificada por servicio médico habilitado; b) Estado de gravidez con complicaciones, debidamente certificadas; c) Carga pública debidamente certificada; d) Caso fortuito o de fuerza mayor en los términos del Código Civil y Comercial; e) Participación en los órganos de gobierno de la Universidad, debidamente certificados por la autoridad correspondiente; t) Representación de la Universidad, el Estado nacional, provincial o municipal en actividades

deportivas y/o culturales, debidamente certificada por la autoridad correspondiente; g) Parto o adopción, debidamente certificados por la autoridad correspondiente; h) Cuidado o atención de familiar a cargo, debidamente certificada; i) Situaciones de violencia de género; j) Otras situaciones debidamente certificadas por la autoridad competente.

El certificado que acredite la falta justificada se deberá presentar ante quien corresponda y se computará la mitad de la totalidad de la falta.

- Todo alumno que participe en una actividad oficial (torneos o competencias) deberá acreditar antes de la misma un certificado debidamente autorizado. En todos los casos, se computará la mitad de la asistencia.

- Ayudantes alumnos del CRUB: los alumnos que estén nombrados para ayudantías en otra materia de la carrera, deberán presentar su cronograma anual de trabajo en la materia. En todos los casos, se computará la mitad de la asistencia.

- Se debe cumplir un mínimo de asistencia a las salidas prácticas para regularizar la asignatura. Sobre este punto, ver en lo especificado en el "Cronograma de salidas prácticas").

**b) Asistencia a los teóricos:**  
Los teóricos no tienen asistencia obligatoria.

### **7-2 REGULARIZACIÓN DE CURSADO:**

#### **a) Alumnos regulares:**

##### **Cursado Teórico:**

Se tomarán dos parciales escritos, uno al final de cada cuatrimestre. Cada parcial tendrá su recuperatorio.

Para regularizar, la nota de cada parcial tendrá que ser como mínimo de 6 (seis). Los alumnos que saquen en el parcial menos de 6 (seis), tendrán obligación de recuperar. En el recuperatorio el alumno deberá obtener como mínimo 6 (seis), de lo contrario, recursará la materia o la rendirá como "Libre". Del mismo modo ocurrirá si el alumno falta, y la misma es injustificada.

Para promocionar el teórico habrá que obtener como mínimo 8 (ocho) en cada uno de los parciales.

La no asistencia a uno de los parciales teóricos presentando el correspondiente certificado, hará que se fije otra fecha para tomar el parcial. En este caso podrá mantener la promoción si obtiene más de ocho. En caso de tener que recuperar se fijará la nueva fecha para el recuperatorio. En caso de faltar o desaprobado el recuperatorio, se recursará la materia o la rendirá como "Libre".

##### **Cursado Práctico:**

Las prácticas tendrán distintos puntajes, para regularizar la materia será necesario alcanzar el valor mínimo de puntos (Observar condiciones en Cronograma de salidas Prácticas).

El alumno que no cumpla con el mínimo del valor requerido recursará la materia.

Las prácticas que no se realicen por problemas ajenos a los alumnos, se computarán en la suma de puntos como realizadas.

Cuando un estudiante se ausente a una determinada práctica los contenidos se darán por desarrollados. Según la particularidad de la práctica quien no haya asistido deberá acreditar el conocimiento abordado en la misma durante examen práctico en las mesas de final. Esta situación se aplica a faltas de los estudiantes justificadas e injustificadas. Instancia práctica de nudos y adujado en el segundo cuatrimestre.

La nota final de la parte práctica será el resultado del proceso de todo el año del alumno, en donde se observará el avance y compromiso personal. Habrá una única nota práctica, al final del segundo cuatrimestre.

Se aprueba la materia con nota mínima de 6 (seis).

Se podrá promocionar la parte práctica con 8 (ocho) o más.

Entre 6 (seis) y 7,99 se regularizará la materia, debiendo luego rendir examen final práctico (ver condiciones para rendir).

Quien obtenga menos de 6 (seis) en la parte práctica durante la cursada, recursará la asignatura o la rendirá como "Libre".

La práctica del 2º cuatrimestre a Cº Challhuaco es obligatoria en cuanto a la presencia para acreditar la aprobación de la parte de nieve. Quien no asista, pasará a rendir examen final en nieve.

Para regularizar la parte de Escalada Deportiva se deberá asistir a tres de cuatro clases prácticas. Quien no cumpla esta situación, pasará a rendir examen final de escalada deportiva.

### **Trabajos prácticos:**

Durante el año se plantearán trabajos prácticos desde el aula virtual de la asignatura PEDCO, los cuales tendrán que ser presentados en tiempo y forma y también aprobados. Quien no cumpla con dos trabajos prácticos sean no presentados o desaprobados, recursará la materia. Se prevé instancias de planificación de actividades durante las salidas prácticas a desarrollarse de manera grupal.

### **b) Examen Final Regulares:**

Este examen estará dividido en dos partes independientes; un examen teórico y uno práctico.

Aquellos alumnos que deban rendir final teórico y práctico lo tendrán que hacer en forma conjunta y se podrán rendir ambos en las mesas de septiembre, octubre, noviembre, diciembre, febrero y marzo.

### **Examen Final Teórico:**

Es escrito u oral. Se evaluarán los temas teóricos vistos, más los conceptos teóricos de los prácticos. En caso de tener que rendir el examen final teórico y el examen final práctico, se deberá tener aprobado el primero de ellos (examen final teórico), para luego pasar a una segunda instancia de evaluación (examen final práctico)

### **Examen Final Práctico:**

Este examen consiste en una evaluación de las aptitudes del alumno para desenvolverse en la roca en la faz de seguridad y técnica. Si desapruueba el práctico habiendo aprobado el teórico en la mesa de diciembre, se reconocerá la nota siempre y cuando rinda en la mesa próxima del mismo ciclo, (Ejemplo: si rinde en diciembre y desapruueba (la instancia de evaluación práctica), la nota del teórico se le guardará hasta la mesa de marzo del mismo ciclo. Pero si se da el mismo caso en marzo, deberá rendir el examen completo en el próximo ciclo o año).

Habrá que presentarse a rendir con todo el equipo necesario, lo que incluye el equipo imprescindible de roca y para su momento el de nieve.

Se evaluarán: todos los nudos que figuran en el programa, adujado de la cuerda, tipos de ecualización de reuniones, descenso de rappel y destreza técnica del alumno/a en una vía de hasta quinto o quinto más grado francés (habrá una sola oportunidad de caerse. En la eventual segunda vez, se desaprobará el examen). Esta última evaluación será en la modalidad de escalada con cuerda de arriba. Aseguración al compañero. Cualquier maniobra de seguridad mal efectuada hará que se desaprupee el examen.

También se evaluará en otro día, conceptos de la unidad 7 y 8 en forma teórico-práctica. El alumno deberá contar con el equipo mínimo para el medio -ver protocolo de seguridad-. El examen constará de tres partes: a) técnicas de auto -detención, b) anclajes y reuniones en nieve y c) movilidad y seguridad en el medio nevado.

En otro día se evaluará en forma práctica la actividad de escalada deportiva haciendo referencia a lo trabajado en las clases de la materia.

### **7-3 Alumnos Libres:**

Según el artículo 33º de la ordenanza número 0273/18 para la modalidad de aprobación con examen final libre el/la estudiante, a la fecha de la solicitud, deberá haber aprobado las asignaturas correlativas correspondientes. Se fija el siguiente marco:

a) Los exámenes finales libres deben rendirse en los turnos determinados anualmente en los calendarios académicos. En el caso de que se rinda la última asignatura del plan de estudios, el estudiante podrá solicitar mesa especial. b) Las mesas examinadoras están conformadas por 3 (tres) docentes, uno de los cuales debe ser el docente a cargo de la asignatura. c) Los exámenes libres deben evaluar los aspectos teóricos y prácticos que hagan al cumplimiento de los objetivos de la asignatura mediante un examen escrito y un examen oral.



Una vez aprobada la primera instancia de examen, se tendrá acceso a la segunda. La aprobación de la asignatura se obtiene con la aprobación de ambas instancias. d) Los exámenes finales son públicos y deben tomarse en los espacios que determine la Unidad Académica, salvo que la índole de la asignatura o de los trabajos a realizarse como medio del examen implique otro requerimiento. Esta salvedad debe estar avalada por la Dirección del Departamento Académico y/o la Secretaría Académica de la Unidad Académica de la que depende dicha asignatura. e) La calificación de aprobación es el promedio de ambos exámenes aprobados. Se redondea al entero superior y las calificaciones deben ser acordes al artículo 21°.

La materia se podrá rendir libre; en este caso se evaluará al alumno/a con un examen dividido en dos partes, una teórica y una práctica. Primero se rendirá el teórico. Si éste resultara aprobado se pasa al examen práctico que se divide de la siguiente manera:

- 1- La parte de roca ya descripta en alumnos regulares.
- 2- Se evaluarán conceptos de la unidad 2 y 3 en forma práctica, mediante un circuito en el que se navegará en el terreno con brújula y GPS mediante una carta.
- 3- La parte de nieve ya descripta en alumnos regulares.
- 4- Escalada deportiva indoor.

Las condiciones de aprobación serán iguales a las de los alumnos regulares.

El alumno deberá rendir este examen con el programa de la materia del año en que rinde.

El lugar para el examen práctico será fijado por la cátedra con la debida anticipación, pudiendo variar por razones climáticas u otras causas justificadas.

#### 8. DISTRIBUCIÓN HORARIA:

- Teóricos: miércoles de 13:00 a 15:00 horas.
- Prácticos: ver cronograma de salidas prácticas.
- Horario de consulta: martes de 14:00 a 16:00 horas, UNCo Bche.

#### 9. CRONOGRAMA TENTATIVO:

Cantidad de días, orden, lugares y contenidos durante las prácticas.

##### 1° Cuatrimestre

Orden	Fecha	Días	Horas Académicas	Valor	Práctica, lugar y contenido.
1°	A y B: 9/3	1	3,5 horas	7 puntos	<b>Virgen de las Nieves (práctica de escalada en roca).</b> Iniciación a los nudos específicos de escalada. Iniciación a las técnicas básicas de escalada. Escalada con cuerda de arriba. Descenso en rappel.
2°	A: 15- 16/3 B: 22- 23/3	2	18 horas	12 puntos	<b>Trekking a Laguna Negra e intento de ascensión Cerro Negro desde Colonia Suiza/ Zona Jakob e intento de ascensión al C° Cella o Zona C° Piltriquitrón (El Bolsón).</b> Trekking, manejo de grupo y guiada. Elección del itinerario. Pernocte en refugio. Prácticas de cuerda fija y escalada en top-rope.
3°	A y B: 29/3	1	3,5 horas	7 puntos	<b>Piedras Blancas y/o Zona Esandi.</b> Continuidad de prácticas anteriores, nudos específicos de escalada. Iniciación a las técnicas básicas de escalada. Escalada con cuerda de arriba. Descenso en rappel.
4°	B: 5-6/4 A: 12- 13/4	2	18 horas	12 puntos	<b>Trekking a Zona Catedral e intento de ascensión Pico Bara-Catedral Sur-Laguna Schmoll y/o Zona Cerro López.</b> Campamento. Técnicas de guiada (aplicación). Trekking opcional valle del Campanile (Catedral). Prácticas de escalada en roca con cuerda de arriba, escaladas con cuerda fija y descenso en rappel en la zona.
5°	A y B : 20/4	1	3,5 horas	7 puntos	<b>Piedras Blancas.</b> Mismos temas que en la práctica segunda de Piedras Blancas (práctica de escalada). Repaso de temas vistos en práctica 3 y 4.

6°	A y B: 4/5	1	3,5 horas	7 puntos	<b>Piedras Blancas.</b> Continuidad de prácticas anteriores, nudos específicos de escalada. Colocación de anclajes naturales, pasivos y móviles. Cuerda fija.
7°	A y B: 11/5	1	2,5 horas	7 puntos	<b>Virgen de las Nieves y/o plaza enfrente del Jardín N° 187.</b> Práctica de orientación con carta y brújula.
8°	A y B: 1/6	1	2 horas	7 puntos.	<b>Muro artificial (Pehuenes).</b> Escalada deportiva. Escalada en mini-muro y en muro, con aseguración automática.
9°	A y B: 8/6	1	2 horas	7 puntos	<b>Muro artificial (Pehuenes).</b> Escalada deportiva. Escalada en mini-muro y en muro, con aseguración automática.
<b>Totales 1° Cuat:</b>		11 días	56,5 horas	73 puntos	

## 2° Cuatrimestre

Orden	Fecha	Días	Horas Académicas	Valor	Práctica, lugar y contenido.
1°	A y B: 10/8	1	2 horas	7 puntos	<b>Muro artificial (Pehuenes).</b> Escalada deportiva. Escalada en mini-muro y en muro, con aseguración automática.
2°	A y B: 24/8	1	2 horas	7 puntos	<b>Muro artificial (Pehuenes).</b> Escalada deportiva. Escalada en mini-muro y en muro, con aseguración automática.
3°	A: 13- 14/9 B: 6-7/9	2	15 horas	15 puntos	<b>Zona Cerro Chall-Huaco / Zona R° Villa Horrible.</b> Prácticas sobre las unidades 7 y 8.
4°	A y B: Octubre o Noviembre	1	4 horas	12 puntos	<b>Zona Estepa, Ñirihuau arriba.</b> Trabajos en grupo y técnicas de guiada. Trabajos con cartas, brújula y GPS.
5°	A y B: 5/10	1	3,5 horas	7 puntos	<b>Piedras Blancas.</b> Armado de reuniones (triángulos de fuerza, relevos y triángulo de fuerza parcial). Diferenciación de los anclajes fijos.
6°	A y B: 12/10	1	3,5 horas	7 puntos	<b>Piedras Blancas, o zona sector deportivo cerro Ventana.</b> Armado de reuniones (triángulos de fuerza, relevos y triángulo de fuerza parcial). Diferenciación de los anclajes fijos.
7°	A y B: 18- 19/10	1	6 horas	12 puntos	<b>Travesía Carbón – Estratos – R° Neumeyer / R° Neumeyer – Ñirihuau.</b> Trabajos en grupo y técnicas de guiada. Trabajos con cartas, brújula y GPS. Prácticas sobre unidades 7 y 8.
8°	22-23 y 24/11	3	22 horas	15 puntos	<b>Práctica integradora final con I 2°: Zona Villa Llanquin y/o Valle Encantado / Piedra Parada Chubut</b> Campamento. Técnicas de guiada (aplicación). Campamento. Trekking en la zona. Prácticas de escalada en roca con cuerda de arriba, escaladas con cuerda fija y descenso en rappel en la zona.
<b>Totales 2° Cuat:</b>		11 días	58 horas	82 puntos	

<b>Total materia</b>		<b>22 días</b>	<b>114,5 horas académicas prácticas</b>	<b>155 puntos</b>	
----------------------	--	----------------	---	-------------------	--

\* I 2: Interpretación 2, materia de 3º año del PEF CRUB-UNCo.

- Sobre un total de 155 puntos, el alumno deberá asistir a 140 puntos, pudiendo tener has 15 puntos (inclusive) de inasistencia.

- Sobre el final a la salida a Piedra Parada, el transporte estará a cargo de la institución pero sólo abonará lo equivalente en el gasto a la zona de Villa Llanquín, el resto o la diferencia estará a cargo de los estudiantes.

- **Las fechas y lugares podrán ser modificadas con debida antelación e información a los alumnos y a la institución, por causas climáticas u otras razones justificables. Las mismas serán comunicadas oportunamente en la cartelera virtual PEDCO y/o la cartelera del CRUB.**

### 9-1 NUMERO DE DOCENTES Y ALUMNOS POR COMISION:

Cada comisión estará compuesta como máximo por 20 estudiantes (para más información ver Protocolo de Seguridad de la materia).

### 9-2 EQUIPO NECESARIO PARA LAS PRÁCTICAS (estudiantes):

*Para las prácticas en roca, primer cuatrimestre es imprescindible (equipo de seguridad personal):*

Casco, arnés de cintura, descensor (preferentemente que no sea ocho), cinta de auto aseguro o cabo de anclaje (cinta cosida de 1,20 a 1,40 cm de largo (no de dyneema) o margarita/Daisy Chain), 2 mosquetones con seguro (1 hms y uno común), 1 mosquetón simple, 1 cordín de 6 mm de 2 metros, (El material tiene que ser homologado, normas CE y/o UIAA). Para quien tenga Daisy Chain, deberá contar con dos mosquetones con seguro para dicha cinta. Se recomienda cabo de anclaje dinámico, de 8 mm o más de 1 metro de largo.

Para la práctica a Virgen de las Nieves (práctica de escalada en roca) en el primer cuatrimestre, los alumnos deben contar con el casco como mínimo. Para la primera práctica del segundo cuatrimestre en Piedras Blancas, el alumno deberá contar con todo el equipo especificado arriba como condición excluyente.

**Opcional:** tibloc o similar (ascendedores) (sólo para cuerda fija), jumar o similar más un mosquetón de seguro (se puede optar por uno de los dos, mini bloqueador o bloqueador). (Los ascendedores serán provistos en este año por los docentes; de todas formas, quien pueda conseguir va a ser indudablemente mejor).

Zapatillas de escalada, magnesiera.

Estos elementos pueden no ser necesarios en su totalidad en cada salida práctica; se aclarará antes de la misma el equipo obligatorio necesario.

*Equipo mínimo de trekking y travesías:*

Mochila 60/70 litros, botas de trekking o similar, polainas, crema protectora solar, lentes con protección uv, campera y Cubre pantalón (tipo gore – tex o similar), gorro y guantes, linterna frontal con pilas nuevas, bolsa de dormir, aislante. Grupal: carpa, calentador y juego de cocina. Antes de cada práctica se aclarará que equipo habrá que llevarse.

Con nieve: botas dobles y/o similares, crampones, piolet, indumentaria específica.

Para más detalles ver Protocolo de Seguridad de la asignatura.

### ACLARACIONES

En la materia se trabaja con comisiones. Se contempla la división en 2 o más comisiones cuando los estudiantes superen el número de 20 (ver Protocolo de Seguridad de la cátedra y relación docente / alumno).

Debido al mal tiempo, algunas de estas fechas, pueden sufrir modificaciones.

Este esquema se basa en lo convenido con el Departamento de Educación Física, de disponer de los viernes, sábado, domingos para realizar las salidas prácticas en las materias DEPORTES REGIONALES ESTIVALES I y II.

El punto de reunión para todas las salidas prácticas será el CRUB. El transporte estará a cargo de la Institución, *salvo la salida practica de Piedra Parada, donde la institución solo abonará el monto equivalente al gasto de transporte de los estudiantes y docentes, de la salida: UNCo Bariloche – Villa Llanquín - UNCo Bariloche.*

Sobre el lugar de reunión y salida, las únicas excepciones son las prácticas en el Club Pehuenes y/o otra practica en muro de escalada y las que se realizan en la zona de Piedras Blancas, Esandi u otro lugar donde se realicen prácticas de escalada en roca cercanas a las instalaciones de UNCo Bariloche donde el punto de reunión y finalización para las salidas será en dicho lugar.

Los alumnos se pueden bajar en cualquier punto del recorrido de regreso del transporte al CRUB.

### A) PRÁCTICAS ASISTIDAS:

La propuesta incluye 3 grupos de estudiantes:

1- estudiantes regulares de la asignatura DRE I

- 2- estudiantes que habiendo aprobado la cursada de una u otra asignatura quieran preparar el examen final
- 3- estudiantes que deseen preparar como libre DRE I con la salvedad que para participar de este espacio deben contar con la correlativa específica aprobada. En DRE I, Actividades en el Entorno Regional (AER).
- En el primer caso, serán prácticas aparte de las regulares de DRE I para estudiantes regulares y libres. Serán como máximo 2 por cada cuatrimestre y los lugares posibles serán Virgen de las Nieves, Piedras Blancas y Zona Challhuaco. Podrán integrarse también estudiantes que eventualmente elijan rendir examen final libre y/o para estudiantes que deban rendir el examen final regular.
- En el 2° y 3° caso, los estudiantes podrán sumarse a algunas prácticas de las regulares de la materia DRE I, siempre y cuando no alteren el número de la comisión ni la relación docente alumno. (Ej.: si hay 15 estudiantes regulares, podrán completar esa comisión eventualmente otros 5 estudiantes de práctica asistida)

#### **B) DETALLE DE LA ACTIVIDAD PRÁCTICA DE DEPORTES REGIONALES ESTIVALES I – 2019:**

*Detalle de los días de semana que se utilizarán por actividad práctica:*

**Las prácticas se intentarán realizar los viernes y sábado. Eventualmente se utilizará el domingo por cuestiones climáticas o por superposición con otras materias. (Ver cronograma)**

La materia se dictará: de Marzo a finales de junio y de mediados de agosto a finales de noviembre del ciclo lectivo 2019, (para especificar fechas ver calendario académico del CRUB). El dictado abarcará lo teórico y lo práctico.


**Cronograma de prácticas de Deportes regionales estivales I:** El mismo contempla la división en 2 comisiones: **A y B**. Cada comisión tendrá un máximo de 20 estudiantes.

Todas las prácticas están condicionadas y regidas por el Protocolo de Seguridad de la asignatura DRE I.

Se aclara que, si bien al presentar el programa la parte práctica tiene fechas establecidas, las mismas se podrán variar para adaptarlas a las mejores condiciones de práctica, informando al Departamento de EF, Secretaría Académica y Estudiantes con la debida antelación.

  
**Eduardo López**  
A/c de cátedra

  
**CONFORMIDAD DEL DEPARTAMENTO**  
(firma y aclaración)  
**MARIANO CHIAPPE**  
Director Dpto. Ed. Física  
CRUB UNCo

  
**CONFORMIDAD DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DEL COMAHUE BARILOCHE**  
(Firma y aclaración)  
Mg. ALFONSO AGUILAR  
Secretario Académico  
Centro Regional Univ. Bariloche  
Univ. Nacional del Comahue