



**Universidad
Europea** VALENCIA

MÁSTER UNIVERSITARIO EN FORMACIÓN DEL PROFESORADO DE
SECUNDARIA, BACHILLERATO, CICLOS, ESCUELAS DE IDIOMAS Y ENSEÑANZAS
DEPORTIVAS

**EXCURSIONISMO ORIENTADO:
PROPUESTA DE UNIDAD DE TRABAJO PARA
EL CICLO SUPERIOR DE ANIMACIÓN
SOCIOCULTURAL Y TURÍSTICA**

Presentado por:

ALEJANDRO ARREGUI DÍAZ

Dirigido por:

JOSÉ SERRANO DURA

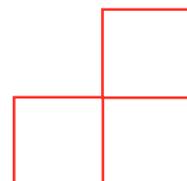
CURSO ACADÉMICO 2022 - 23

AGRADECIMIENTOS

Quiero agradecer el tiempo dedicado por mi tutor José Serrano Dura del cual he aprendido mucho durante todo el máster y especialmente con la elaboración del TFM.

También a los trabajadores del centro IES La Laboral de la Laguna por su ayuda y colaboración siempre que ha sido necesario durante el periodo de prácticas y durante la elaboración de este trabajo final de máster.

Campus de Valencia
Paseo de la Alameda, 7
46010 Valencia
universidadeuropea.com



ÍNDICE

I. INTRODUCCIÓN	13
1.1.-Introducción-Justificación del tema objeto de estudio del TFM	13
II. MARCO TEÓRICO	17
2.1.- La orientación de montaña.....	17
2.2.- El excursionismo	18
2.3.- La metodología flipped classroom.....	21
III. OBJETIVOS.....	15
3.1.- Objetivos Generales.....	25
3.2.- Objetivos Específicos	25
IV. METODOLOGÍA	29
V. PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE LA PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA	23
5.1.- Marco Normativo estatal y autonómico de referencia.....	33
5.2.- Contextualización del centro educativo.....	34
5.3.- Presentación de la programación didáctica/ módulo de trabajo del centro donde se han realizado las prácticas	36
5.4.- Análisis crítico de la programación presentada y propuestas de innovación y mejora.	319
VI. DESARROLLO DE LA UNIDAD DE TRABAJO PROPUESTA.....	37
VII. CONCLUSIONES	71
VIII. LIMITACIONES Y POSIBILIDADES DE PROYECTOS DE INVESTIGACIÓN EDUCATIVA.....	74
IX. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	86
X. ANEXOS	89
10.- Anexos.....	90

RESUMEN

Este trabajo final de máster propone una unidad de trabajo de ocho sesiones para el desarrollo de la parte más técnica y específica de los contenidos relacionados con la orientación y el excursionismo del módulo de actividades de ocio y tiempo libre del primer curso del ciclo superior de animación sociocultural y turística del IES La Laboral de la Laguna. Esta propuesta está motivada debido a la gran cantidad de turismo que recibe la isla de Tenerife, junto con la alta demanda de actividades en entornos naturales existente y la falta de personal cualificado en este tipo de aspectos. Esta unidad de trabajo se divide en dos bloques, uno sobre orientación y otro sobre excursionismo, para culminar en una actividad donde se pone en conjunto lo aprendido en ambos bloques. Por último, se presentan los instrumentos y métodos de evaluación de la propuesta, así como las conclusiones, limitaciones y futuras líneas de proyectos educativos.

Palabras Clave: animación sociocultural y turística, actividades de ocio y tiempo libre, orientación, excursionismo.

ABSTRACT

This final master's project proposes a unit of eight sessions for the development of the most technical and specific part of the contents related to orientation and hiking in the leisure and free time activities module of the first course of the upper cycle of animation sociocultural and touristic of the IES La Laboral de la Laguna. This proposal is motivated due to the large amount of tourism that the island of Tenerife receives, together with the high demand for activities in natural environments and the lack of qualified personnel in this type of aspect. This unit is divided into two blocks, one on orientation and the other on hiking, to culminate in an activity where what has been learned in both blocks is put together. Finally, the instruments and methods of evaluation of the proposal are presented, as well as the conclusions, limitations and future lines of educational projects.

Keywords: sociocultural and tourist animation, leisure and free time activities, orientation, hiking.

I. INTRODUCCIÓN

1. INTRODUCCIÓN

1.1.-Introducción-Justificación del tema objeto de estudio del TFM

La comunidad autónoma de las Islas Canarias se trata de uno de los destinos turísticos más importantes de España. Según datos actuales del Instituto Canario de Estadística (2023), más de 1 millón de personas visitan la comunidad autónoma canaria mensualmente desde después de la pandemia del COVID-19.

La isla de Santa Cruz de Tenerife no solo tiene el atractivo turístico del buen clima, la gastronomía, sus famosas playas o pueblos encantadores, sino que se trata de un espacio natural sin igual, donde casi el 65% del territorio de la isla tiene alguna figura de protección debido a su alto valor natural y paisajístico. Como por ejemplo el Parque Nacional del Teide, que se trata del Parque Nacional español que más visitantes recibe, contabilizando más de 3 millones de visitas anuales y alcanzando más de 4 millones de turistas desde 2016 según los datos del ministerio de Agricultura, Alimentación y Medio Ambiente de Canarias (2023).

La pandemia del COVID-19 marco un antes y un después en la práctica de actividad física, aumentando el número de participantes y una gran cantidad de gente se interesó en su práctica progresiva, comenzando desde sus domicilios hasta el exterior cuando fue posible (Castañeda-Babarro et al., 2022). Este tipo de intereses está estrechamente relacionado con el aumento de demanda turística deportiva (Gómez-Varela et al., 2022).

Esta gran demanda turística y la falta de personal cualificado para la conducción de grupos por montaña, debido a la inexistencia de la formación de técnicos deportivos de montaña hasta el año 2019 en la isla de Santa Cruz de Tenerife propició que la Consejería de turismo, industria y comercio otorgará a la figura del “guía de turismo” las competencias de conducción de grupos por este tipo de terrenos. Gracias a esta competencia, los guía de

turismo de Tenerife reciben una formación en este tipo de ámbitos: excursionismo, orientación, primeros auxilios...

El tema principal de esta unidad de trabajo consiste en tratar la parte más técnica y específicas de las actividades de excursionismo y orientación. Aprovechando la formación como técnico deportivo superior de alta montaña del autor de dicha unidad de trabajo.

La unidad de trabajo “excursionismo orientado” se desarrollará en el primer curso del ciclo superior de animación sociocultural y turística del IES La Laboral de la Laguna, situado en el municipio de San Cristóbal de la Laguna, en la provincia de Santa Cruz de Tenerife. La unidad de trabajo de “excursionismo orientado” está ubicada dentro del módulo de actividades de ocio y tiempo libre y se realizará en el tercer trimestre.

II. MARCO TEÓRICO

2. MARCO TEÓRICO

Existe una tendencia que plantea una profunda crisis en la sociedad actual respecto a las actividades recreativas, fruto de unos modelos con pocas actividades que enfaticen en los hábitos motrices (Blas et al., 2018). Una vía para poder cultivar los hábitos de movimiento, de mayor o menor intensidad, que favorezcan el gasto energético de los participantes, el descanso activo y la diversión pueden ser las actividades físico-recreativas de ocio y tiempo libre en entornos naturales, entre las que se pueden destacar la orientación y el excursionismo (Sandoval, 2002).

2.1.- La orientación de montaña.

La orientación se trata de unos de los deportes que mayor crecimiento tiene en la sociedad actual debido al carácter recreativo, competitivo y educativo que conlleva su práctica (Ayala-Jiménez et al., 2017).

La Federación Española de Orientación (2012) define la orientación como “un deporte en el cual los competidores visitan un número de puntos marcados en el terreno, controles, en el menor tiempo posible, basado en la información que da un mapa y con la ayuda de la brújula” (p. 5).

Uno de los métodos más usados para este deporte son las carreras de orientación. Se trata de recorrer un itinerario establecido con anterioridad y superando diferentes puntos de control, que solo es posible alcanzar gracias a la interpretación de un mapa y la ayuda de una brújula (Santoyo, 2005).

En el ámbito de la educación, la orientación es bastante utilizada por los profesores de Educación Física, ya que ofrece diferentes alternativas al poderse realizar en el propio centro escolar, en el medio urbano y por supuesto, en el medio natural

(Timón & Hormigo, 2010). Se trata de una de las actividades más utilizadas en el ámbito de las actividades en la naturaleza.

Como se ha nombrado anteriormente, la orientación tiene dos elementos básicos: el mapa y la brújula. Un mapa es una representación simbólica de una superficie de la Tierra a escala. Mientras que una brújula es un elemento de orientación que marca constantemente el norte magnético a través de una aguja imantada.

Para el alumnado del ciclo superior de animación sociocultural y turística no es tan necesario el carácter competitivo de la orientación, si no su carácter recreativo y de la interpretación de la orografía de montaña para sus futuras salidas de excursionismo, elección de itinerarios, acampada, etc. Para esto se utiliza principalmente el mapa topográfico. Según el Instituto Geográfico Nacional (2023), “un mapa topográfico o de propósito general es el que representa gráficamente los principales elementos que conforman la superficie terrestre, como vías de comunicación, entidades de población, hidrografía, relieve, con una precisión adecuada a la escala.”

Para esta interpretación de la orografía, el principal elemento a destacar serán las curvas de nivel del mapa topográfico. Estas líneas representan puntos de igual altitud, y será gracias a ellas y la forma que estas adquieran se puede llegar a reconocer los diferentes elementos del terreno, tales como vaguadas, divisorias, depresiones, cotas, collados, laderas...

2.3.- El excursionismo.

Estar ubicados en todo momento es una de las premisas básica que debe cumplir un guía de montaña, de ahí la importancia de la orientación. Otra de las premisas

básicas es el conocimiento del terreno y del itinerario por donde se realizan las actividades: los senderos (UIAGM, 2007).

Según la Federación Insular de Montañismo de Tenerife (2023) un sendero se trata de un tipo de instalación deportiva que está identificada con una señalización según sus características. Éstas son compartidas a nivel nacional, facilitando de esta manera su comprensión.

Se pueden diferenciar tres tipos de senderos:

- Senderos locales (SL): senderos de menos de 10 kilómetros de recorrido y que pueden recorrerse por completo en menos de una jornada de actividad.
- Senderos de pequeño recorrido (PR): son senderos que pueden llegar a completarse en una sola jornada y tienen entre 10 kilómetros y 50 kilómetros de recorrido.
- Senderos de gran recorrido (GR): son senderos que necesitan obligatoriamente más de un día para poder completarlos y que tienen una longitud mínima de 50 kilómetros.

El senderismo o excursionismo son dos términos que a lo largo de este trabajo se referirán al mismo concepto, caminar por la naturaleza siguiendo un itinerario marcado, es decir, un sendero (Gómez, 2008). Tratándose así de la forma más básica y sencilla de practicar actividad física en el medio natural, (Casterad et al., 2000).

Tan importante como el conocer el terreno por donde se transita, es el saber cómo se camina por él. Ya que esto permite al guía de montaña evitar posibles lesiones o accidentes de sus clientes y tener una mayor seguridad a la hora de sobrepasar cualquier tipo de sendero. Además, una buena técnica de progresión favorece el

fortalecimiento del cuerpo y ahorro energético, lo que posibilitará tener éxito en las posibles actividades.

Existe una gran cantidad de técnicas de progresión por montaña diferentes, en los que no solo se tiene en cuenta el tipo de progresión (ascenso, descenso o plano), sino también por el tipo de terreno que se realiza (pedrera, vegetación espesa, resalte rocoso, vadeo de río, etc.).

Otro de los temas principales para tener en cuenta a la hora de realizar una excursión o sendero con un grupo es el aspecto del material y sus posibles adaptaciones según las necesidades del grupo. Como guía y máximo responsable de la actividad se deberá llevar el material mínimo obligatorio que se puede considerar siguiendo el código ético profesional de los guías de montaña de la Unión Internacional de Asociaciones de Guías de Montaña (UIAGM, 2007):

- Ropa y calzado adecuado a las condiciones meteorológicas.
- Mochila con capacidad suficiente.
- Agua y comida suficiente y de sobra.
- Mapa y brújula.
- Teléfono móvil con batería suficiente.

Otro de los aspectos fundamentales de un guía de montaña es la conducción del grupo, con esto se hace referencia a las diferentes gestiones necesarias con los participantes para la consecución del objetivo establecido. Se deben tener en cuenta aspectos muy diversos a la hora de realizar actividades de senderismo con un grupo, aunque hay tres que se pueden considerar de mayor relevancia:

-
- La planificación previa de la actividad: se refiere al trabajo previo de conocimiento del terreno, planes alternativos, conocimiento de las zonas conflictivas...
 - La gestión de las situaciones de riesgo: valoración física y técnica del grupo para la actividad planteada, gestión de las zonas de mayor riesgo o mayores dificultades...
 - La actitud del guía con los participantes: hace referencia al trato del guía con los participantes de la actividad.

2.3.- La metodología flipped classroom.

A la hora de realizar una actividad en entornos naturales, el aspecto actitudinal del guía supone uno de los principales motivos para el buen desarrollo de las actividades, ya que este no solo es demostrador y guía, sino que también es educador de las buenas prácticas en el medio natural y del comportamiento modelo en este tipo de entornos. Buscando generar en los futuros guías de montaña esa buena predisposición comunicativa, de empatía y participativa, en la elaboración de este trabajo se apuesta por la metodología flipped classroom o clase invertida. Tratando así acabar con actitudes pasivas para cambiarlas por situaciones donde el alumno cree su propio conocimiento y se convierta en el principal protagonista de su aprendizaje (Aguilera-Ruiz et al., 2017).

Los precursores de esta metodología fueron Lage, Platt y Treglia en el año 2000 que la definían del siguiente modo “los eventos que tradicionalmente tienen lugar dentro de clase, ahora tienen lugar fuera del aula y viceversa”. (Lage et al., 2000, p. 32). Esto conlleva que la clase se centre más en el alumnado y en su propia responsabilidad,

personalizando las materias, administrando y aplicando mejor el tiempo (Gómez-García et al., 2019).

El uso de esta metodología tiene varios beneficios, como el avance de los contenidos de una manera más rápida que siguiendo el método tradicional, el aumento de las motivaciones e intereses del alumnado por el temario o la utilización eficaz de las TIC dentro del aula (Prieto, 2017). Aunque también se pueden encontrar algunas desventajas como la resistencia del alumnado por el cambio metodológico, el aumento del tiempo de planificación o la necesidad de una gran implicación por parte del alumnado para poder tener éxito (Pérez, 2021).

III. OBJETIVOS

3. OBJETIVOS

3.1.- Objetivos Generales

1. Presentar una Unidad de Trabajo sobre orientación y excursionismo en el ciclo superior de animación sociocultural y turística.
2. Profundizar en el conocimiento de la metodología del flipped classroom.
3. Establecer instrumentos de evaluación basados en la coevaluación y el uso de las TIC.

3.2.- Objetivos Específicos

- 1.1.- Desarrollar ocho sesiones de la Unidad de Trabajo sobre orientación y excursionismo en el ciclo superior de animación sociocultural y turística.
 - 2.1.- Describir situaciones de aprendizajes para realizar con la metodología del flipped classroom.
 - 3.1.- Diseñar rúbricas para la evaluación de videos tutoriales de técnicas de progresión y una carrera de orientación.

IV. METODOLOGÍA

4. METODOLOGÍA

Este Trabajo Final de Máster consiste en la elaboración de una propuesta de intervención didáctica sobre los contenidos del excursionismo y la orientación, tal y como se recoge por normativa en las enseñanzas mínimas del ciclo superior de animación sociocultural y turística en el módulo de actividades de ocio y tiempo libre.

La idea nace de la necesidad de ampliar los contenidos que se tratan en este ciclo superior y de la carencia histórica que este curso ha tenido en estos temas debido a que se ha asociado más a la rama de la animación y no tanto hacia la conducción de senderos. Además, se aprovecha la formación de técnico deportivo superior de alta montaña del elaborador de este trabajo.

Esta propuesta consiste en la elaboración de la unidad de trabajo “excursionismo orientado”. Desgraciadamente esta unidad no se ha podido llevar a cabo en su totalidad debido a la gran cantidad de contenidos que engloba el módulo de actividades de ocio y tiempo libre y la dificultad de encajarlo dentro del calendario y la programación establecida por el IES La Laboral de la Laguna.

Antes de comenzar su elaboración se realizó una recopilación de apuntes personales del realizador del trabajo, una revisión de estudios sobre los temas tratados a lo largo de la unidad en gestores de búsqueda como Dialnet o Google académico utilizando palabras claves como: Educación Física, orientación, excursionismo, flipped classroom, etc. Además, se ha realizado una revisión del marco curricular del módulo de actividades de ocio y tiempo libre del ciclo superior de animación sociocultural y turística.

Los aprendizajes teórico-prácticos derivados del máster de formación del profesorado en educación secundaria obligatoria, bachillerato, formación profesional, enseñanza de idiomas y enseñanzas deportivas en los módulos de aprendizaje y enseñanza de la Educación Física y complementos para la formación en la Educación Física, han sido de gran aportación para la elaboración de esta propuesta de unidad de trabajo. Así como la experiencia en el periodo de prácticas en el IES La Laboral de la Laguna donde se ha puesto en realidad todo lo aprendido en las clases de tales módulos.

**V. PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS
DE LA PROGRAMACIÓN
DIDÁCTICA**

5. PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE LA PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

5.1.- Marco Normativo estatal y autonómico de referencia

La ley orgánica que rige el ciclo superior de animación sociocultural y turística es la Ley Orgánica de Educación 2/2006, de 3 de mayo, de Educación.

La principal normativa y que resulta de mayor utilidad para la organización del curso es el Real Decreto 1684/2011, de 18 de noviembre, por el que se establece el título de Técnico Superior en Animación Sociocultural y Turística y se fijan sus enseñanzas mínimas. En esta normativa se pueden obtener todos los elementos descriptivos básicos para la organización y programación de los diferentes módulos del ciclo superior de animación sociocultural y turística y ha sido la principal referencia para la elaboración de esta unidad de trabajo.

En cuanto a la normativa autonómica, no existe referencia alguna sobre ella, por lo que se establece que el ciclo superior se rige por lo que se recoge en la normativa estatal nombrada con anterioridad.

Por lo que respecta a la organización anual del calendario, los días lectivos y fechas de inicio y finalización se ha tenido en cuenta la Resolución de 6 de abril de 2022, por la que se establece el calendario escolar y se dictan instrucciones para la organización y desarrollo de las actividades de comienzo y finalización del curso 2022/2023, para los centros de enseñanzas no universitarias de la Comunidad Autónoma de Canarias.

5.2.- Contextualización del centro educativo

El centro educativo donde se desarrolla esta unidad de trabajo es el IES La Laboral de la Laguna, situado en el municipio de San Cristóbal de la Laguna de la isla de Santa Cruz de Tenerife en la Comunidad Autónoma de las Islas Canarias. Este municipio es el segundo más poblado de la isla, tan solo por detrás de la capital Santa Cruz de Tenerife, contando con aproximadamente 150.000 habitantes y siendo uno de los centros neurálgicos de la isla.

El IES La Laboral de la Laguna es uno de los centros de referencia en Canarias, por sus características y por sus más de 50 años de historia. Se trata de un centro de grandes dimensiones, contando con más de 2000 alumnos. Y que tiene una amplia oferta educativa, con un total de 87 grupos de diferentes ámbitos, Educación Secundaria Obligatoria, Bachillerato, Formación Profesional y Enseñanzas Deportivas. Toda esta oferta está distribuida en tres turnos de estudio (mañana, tarde y noche). Además, es uno de los 12 centros de referencia en la Comunidad Autónoma de Canarias para deportistas de alto rendimiento, contando con una residencia escolar para el alumnado.

Esta gran variedad de oferta de enseñanza hace que el alumnado del centro sea muy heterogéneo. Concentrando gran parte del alumnado en la etapa de Bachillerato, debido a la gran cantidad de alumnos que ingresan de otros institutos para realizar dicha etapa educativa, ya que concentra todas las clases del bachillerato de la modalidad de artes de toda la localidad, aglutinando de este modo una gran cantidad de alumnado de nuevo ingreso de esta especialidad.

En cuanto a las instalaciones del centro educativo, cuenta con dos pistas de bola canaria semicubiertas, dos canchas de baloncesto y fútbol sala exteriores y un pabellón

cubierto de grandes dimensiones. Cuentan también con dos salas de material bien diferenciadas, una en la zona de las canchas exteriores y otra en el pabellón, permitiendo así poder realizar las clases de Educación Física de diferentes grupo en el mismo horario. Además, cuenta con dos rocódromos, uno interno en el pabellón y otro en el exterior, y una zona de entrenamiento funcional.

Desde el departamento de Educación Física de este instituto se apuesta por mantener fresca la línea educativa y apostando por la innovación, pero recordando que viene de una tradición determinada.

Específicamente, en el ciclo superior de animación sociocultural y turística que se desarrolla en el turno de tarde del instituto, el departamento de Educación Física imparte el módulo de actividades de ocio y tiempo libre, con una duración total de 80 horas. Semanalmente este módulo tiene 5 horas, repartidas en tres clases, una clase de una hora y dos clases de dos horas.

Aunque debido al carácter eminentemente práctico de este ciclo y al alto número de actividades complementarias y extraescolares que se realizan, es habitual que se produzcan cambios de clases y diferentes horarios según las necesidades de las actividades que se desarrollan.

El alumnado de este ciclo superior está formado por alumnos mayores de edad, y que en muchas ocasiones han cursado otros ciclos superiores con anterioridad y están completando su formación con este curso. Se trata de un alumnado que proviene de diferentes partes de la isla y que, por lo general, son alumnos de nuevo ingreso en el IES La Laboral de la Laguna. El curso cuenta con un total de 15 alumnos, por lo que las

clases, generalmente, son poco numerosas (12 alumnos aproximadamente) y en las que se pueden encontrar alumnos de condiciones físicas e intereses totalmente diferentes.

5.3.- Presentación de la programación didáctica/ módulo de trabajo del centro donde se han realizado las prácticas

Para realizar la presentación de la programación aportada por el departamento de Educación Física del IES La Laboral de la Laguna para el módulo de actividades de ocio y tiempo libre del ciclo superior de animación sociocultural y turística, se va a tener en cuenta los puntos que se detallan a continuación:

1. Secuencia de los contenidos y temporalización por trimestres.

El módulo de actividades de ocio y tiempo libre está organizado en cinco unidades de trabajo directamente relacionadas con los cinco resultados de aprendizajes (RA) asociados a este módulo. Estas unidades de trabajo se temporalizan de la siguiente manera:

1. El proyecto de animación en el ocio y tiempo libre. Asociado al RA1.
Planifica proyectos de ocio y tiempo libre relacionando los principios de la animación en el ocio y tiempo libre con las necesidades de las personas usuarias y las características de los equipamientos y recursos.
 2. El juego, los materiales y los espacios de juego. Asociado al RA2.
Organiza actividades de ocio y tiempo libre educativo, analizando los espacios y recursos, así como la normativa en materia de prevención y seguridad.
-

-
3. Recursos y técnicas de expresión. Asociado al RA3. Implementa actividades de ocio y tiempo libre seleccionando recursos y técnicas educativas de animación.
 4. ¡Qué estáis “asalvajaos”! Asociado al RA4. Realiza actividades de ocio y tiempo libre en el medio natural, respetando los principios de conservación del medioambiente y las medidas de prevención y seguridad.
 5. Evaluación de las actividades de ocio y tiempo libre. Asociado al RA5. Desarrolla actividades de seguimiento y evaluación de las actividades de ocio y tiempo libre, seleccionando estrategias, técnicas y recursos para identificar los aspectos susceptibles de mejora.

La temporalización de estas unidades de trabajo es la siguiente: en el primer trimestre se desarrollan las unidades 1 y 2, la unidad 3 en el segundo trimestre y las unidades 4 y 5 en el último trimestre.

2. Metodología utilizada.

En cuanto a la metodología utilizada las dividen en cuatro modelos diferentes: tradicionales (mando directo), individualizadores (trabajo por niveles y programas individuales), participativos (enseñanza recíproca y grupos reducidos) y socializadores (trabajo por grupos).

3. Evaluación

La evaluación de este módulo es diaria, ya que en el IES La Laboral de la Laguna a la hora de pasar lista al final de la clase, el profesorado está obligado a valorar la implicación de cada alumno en la sesión a través de una serie de ítems establecidos:

-
- Banco sueco: no aparece en la sesión.
 - Cono: tiene un papel poco participativo en la sesión.
 - Mutante: participa, pero no destaca.
 - Puntal: tiene un papel destacado.
 - Crack: destaca y además ayuda a los compañeros.

Además, se trata de un aspecto que no solo le compete al profesor, si no que el propio alumno debe valorarse el mismo a través de una aplicación móvil. Por lo que se está realizando diariamente una autoevaluación por parte del alumnado asistente a la sesión.

4. Utilización de las TIC.

Este aspecto no aparece reflejado en la programación del módulo de actividades de ocio y tiempo libre, aunque por lo que pudo observar en el periodo de prácticas con este ciclo no se ha recurrido al uso de las TIC en prácticamente ninguna ocasión.

5. Atención a la diversidad. Desarrollo de valores relativos a equidad y diversidad. Refuerzo y grupos de atención especial. Actividades de refuerzo y mejora.

Estos aspectos no se recogen en la programación del módulo ni se han observado en el periodo de prácticas. Tampoco han sido necesarias realizar adaptaciones en las actividades realizadas, ya que se trataban de alumnos que no tenían ninguna dificultad para alcanzar los objetivos propuestos para cada una de las sesiones.

6. Actividades Complementarias y Extraescolares

En la programación del módulo no aparecen actividades complementarias ni extraescolares, aunque sí que se han realizado varias a lo largo del curso, como una carrera de orientación, la asistencia al partido de baloncesto del C.B. Canarias en Santa Cruz de Tenerife, una actividad con la universidad de La Laguna sobre discapacidad, etc.

7. Participación en proyectos (ABP, APS) y programas interdisciplinares.

No se recoge ninguna participación en proyectos (ABP, APS), pero sí que se realizan muchas actividades temáticas relacionadas directamente con las festividades que se desarrollan en el centro. Aunque esto no se recoge directamente en la programación, se desarrollan debido a que está estrechamente relacionada con algunos contenidos tratados en este módulo de actividades de ocio y tiempo libre.

5.4.- Análisis crítico de la programación presentada y propuestas de innovación y mejora.

Para realizar un correcto análisis crítico de la programación presentada es importante diferenciar la programación aportada para el módulo de actividades de ocio y tiempo libre y las programaciones mostradas por el departamento de Educación Física. Ya que existe una sustancial diferencia en muchos de los aspectos analizados en el apartado anterior y que no van en consonancia con la filosofía y estilo de enseñanza del departamento de Educación Física del IES La Laboral de la Laguna.

En cuanto a los contenidos programados se temporalizan siguiendo estrictamente los resultados de aprendizaje de este módulo uno detrás de otro, sin crear una interrelación entre ellos a través de unidades de trabajo que los combinen o

aprendizajes basados en proyectos o servicios que permitan llevar a cabo una adquisición mucho más realista de los contenidos tratados.

La realidad de las sesiones es totalmente diferente a los contenidos programados, ya que no se sigue dicha temporalización. Realmente no se sigue una secuenciación de los contenidos, sino que se van realizando actividades y tareas en función del calendario de festividades del centro (día de Canarias, día de África, carnavales, semana de la salud, semana de la danza, etc.) y de propuestas desde otros módulos, por el propio alumnado o por los docentes en prácticas.

El punto que más fuerte y que, además, tiene mejor acogida por parte del alumnado es el aspecto de la evaluación, ya que tiene una gran importancia el trabajo diario del alumnado. El profesor tiene que valorar diariamente la implicación y desempeño de todo el alumnado en cada una de las sesiones y ellos mismo también contribuyen a esta evaluación, mediante su autoevaluación de cada una de las sesiones o actividades complementarias.

La atención a la diversidad es un aspecto poco tratado en este módulo, a pesar de que no se consideran necesarias realizar adaptaciones para que los alumnos consigan alcanzar los objetivos del ciclo. Siguiendo los principios del Diseño Universal de Aprendizaje desde esta unidad de trabajo se propone una nueva forma de entender la diversidad en el aula:

- Formas de implicación (Principio III):

La mejor forma de implicación, motivación y autonomía del alumnado en este tipo de actividades podría ser realizarlo en situaciones reales. Por lo que, se pretende realizar estas actividades primero de manera teórica y en entornos controlados (pabellón

del instituto) y luego poder trasladar todos esos conocimientos y situaciones a la realidad.

- Diferentes medios de representación (Principio I):

Para facilitar la adquisición de estas habilidades podemos intentar trabajar por grupos de expertos, ya que se trata de alumnos de muy diferentes edades y conocimientos previos, por lo que de este modo unos a otros pueden facilitarse la adquisición de dichos conocimientos.

- Diferentes formas de acción y expresión (Principio II):

En este apartado se trata de algo más complejo, ya que en algunas ocasiones se están trabajando temas y habilidades de los que podría depender directamente la seguridad de todos los futuros clientes que podrán tener los alumnos una vez accedan al mundo laboral.

Existen una serie de puntos de la programación que se podría mejorar y que necesitan de una reflexión para poder llegar a suponer un aprendizaje más significativo para el alumnado y que esté estrechamente relacionado con el que será su entorno laboral.

Tabla 1

Propuestas de mejora de la programación de Actividades de ocio y tiempo libre.

Aspectos de la programación analizados	Propuestas de mejora
Temporalización	Se propone realizar una temporalización totalmente diferente, no siguiendo estrictamente los resultados de aprendizaje del módulo, si no intercalando unos con otros a través de actividades que puedan implicar varios

	<p>resultados de aprendizaje en la misma unidad de trabajo.</p> <p>Por ejemplo, los RA1 y RA5 están directamente relacionados entre sí, ya que uno trata sobre la creación de proyectos de ocio y tiempo libre y otro sobre la evaluación de dichos proyectos, por lo que se podría tratar de desarrollar unidades de trabajo que involucrasen directamente ambos resultados de aprendizaje.</p>
Utilización de las TIC	<p>Se propone realizar actividades que impliquen el uso de las TIC para la evaluación mediante formularios de Google o para grabar actividades a través de plataformas de video como YouTube, PurplePen para planificar actividades de orientación, Land para el tratamiento de mapas o Wikiloc para grabar actividades en entornos naturales o urbanos.</p>
Metodologías activas (ABP, APS)	<p>Este aspecto es una de las principales propuestas de mejora que se podrían realizar en este módulo, ya que, además de existir un resultado de aprendizaje estrechamente relacionado con esto, la realización de este tipo de proyectos proporcionaría un aprendizaje al alumnado significativamente mucho más relacionado con las competencias generales del ciclo superior de animación sociocultural y turística. Directamente relacionado con este módulo podrían proponer proyectos con el propio alumnado del centro realizando actividades de conducción por montaña o actividades de servicio a la comunidad como la recogida de residuos en entornos naturales cercanos.</p>
Evaluación	<p>El principal instrumento de evaluación que se utiliza es el registro anecdótico y su calificación diaria. A pesar de que esta forma de evaluación tiene una gran acogida por parte del alumnado, se propone añadir algún otro instrumento de evaluación como las rúbricas de las tareas realizadas. Además, se debería mostrar al alumnado dichas rúbricas, ya que deben estar informados de los aspectos que se evalúan y del</p>

	trabajo e implicación necesario para alcanzar las diferentes calificaciones.
Atención a la diversidad	Este apartado no aparece recogido en la programación. Para ello se propone seguir los principios del Diseño Universal de Aprendizaje tal y como se han recogido anteriormente.
Interdisciplinariedad	En la programación no se recoge ningún tipo de trabajo interdisciplinar con los otros módulos del ciclo, ni la participación en proyectos europeos, de promoción deportiva... Como propuesta de mejora, desde la unidad de trabajo que se presentará a continuación, se propone el trabajo interdisciplinar con algunos de los módulos del ciclo, principalmente con el módulo de dinamización grupal, con el que existe una estrecha relación de contenidos.

**VI. DESARROLLO DE LA UNIDAD
DE TRABAJO PROPUESTA**

6. PROPUESTA DE UNA UNIDAD DIDÁCTICA / UNIDAD DE TRABAJO

TÍTULO UDT: “Excursionismo orientado”	
MÓDULO PROFESIONAL Y CÓDIGO: Actividades de ocio y tiempo libre. Código: 1123.	
CICLO FORMATIVO: Técnico Superior en Animación Sociocultural y Turística.	
REAL DECRETO: Real Decreto 1684/2011, de 18 de noviembre, por el que se establece el título de Técnico Superior en Animación Sociocultural y Turística y se fijan sus enseñanzas mínimas.	CURSO: Primero
DECRETO: No hay decreto autonómico.	Evaluación: tercera evaluación
N.º de horas: 80 horas. 5 horas a la semana (1 teórica y 4 prácticas)	N.º Sesiones: 8 sesiones. 3 sesiones teóricas (1 hora) y 5 sesiones prácticas (2 horas).
<p>JUSTIFICACIÓN:</p> <p>El motivo de la realización de la Unidad de Trabajo “<i>Excursionismo orientado</i>” es familiarizar a los futuros técnicos superiores de animación sociocultural y turística en la parte más técnica de actividades al aire libre como la orientación y el excursionismo.</p> <p>Se desarrolla en la isla de Tenerife, que cuenta con casi un 65% de su superficie total protegida y una de las redes de senderos mejor desarrollada de toda España. Además, se trata de uno de los principales atractivos turísticos de España, contando con una gran afluencia de “turismo de aventura” con más de un millón de personas que visitan esta isla cada mes.</p> <p>A lo largo de las sesiones teóricas y prácticas se irán conociendo los gestos técnicos, recursos, adaptaciones y gestiones necesarias para poder desarrollar y resolver con seguridad actividades de ocio y tiempo libre.</p>	

OBJETIVOS DE LA UT:

- Aplicar con autonomía algunos recursos básicos de orientación como orientar el mapa, trazar un rumbo e interpretar la orografía.
- Identificar los aspectos principales a la hora de realizar una carrera de orientación en el medio natural.
- Dominar las técnicas específicas de progresión del excursionismo.
- Reconocer y dominar el material específico del excursionismo, su correcto uso y las posibles adaptaciones en función de las necesidades de los participantes.
- Gestionar un grupo en cualquier tipo de sendero.

Resultados de aprendizaje	Criterios de evaluación	Contenidos básicos	Instrumento de evaluación	Criterio de calificación %
RA4. Realiza actividades de ocio y tiempo libre en el medio natural, respetando los principios de conservación del medioambiente y las medidas de prevención y seguridad.	b) Se han definido las características del medio natural como espacio de ocio y tiempo libre.	<ul style="list-style-type: none">• Técnicas de descubrimiento del entorno natural.• Actividades de orientación en el medio natural.	Rúbrica de la carrera de orientación.	40%
	d) Se han seleccionado estrategias y pautas de actuación para el desarrollo de actividades educativas en el medio natural.	<ul style="list-style-type: none">• Análisis y aplicación de recursos de excursionismo.	Rúbrica trabajo video tutorial técnica de progresión.	40% (20% heteroevaluación y 20% coevaluación)

	f) Se han identificado los recursos necesarios para el desarrollo de las actividades en el medio natural.	<ul style="list-style-type: none"> • Rutas y campamentos. • Instalaciones para la práctica de actividades en el medio natural. • Uso y mantenimiento de los recursos en el medio natural. 	Registro anecdótico	20%
--	---	--	---------------------	-----

TEMPORALIZACIÓN SESIONES:	
S1 Orientación	<i>Teórica de orientación.</i> ¿Qué es la orientación? Material técnico. Mapa, escala y leyenda. Maniobras básicas de mapa y brújula.
S2 Orientación	Técnicas de orientación y navegación: orientación de un mapa, rumbo, y talonamiento.
S3 Orientación	Orientación al aire libre: interpretación de la orografía, curvas de nivel, rumbo y contrarumbo.
S4 Excursionismo	<i>Teórica de excursionismo.</i> Gestualidad de la marcha. Material específico. Tipos de senderos. Gestión de grupos.
S5 Excursionismo	Excursionismo. Diferentes tipos de marcha. Adaptaciones a la progresión.
S6 Rapel	Rapel. Técnica básica de rapel. Material específico. Anclajes. Gestión de la seguridad.
S7 Excursionismo	<i>Teórica de excursionismo.</i> Visualización de los videos tutoriales filmados por el alumnado.

S8 Orientación y excursionismo	Excursionismo desde las Lagunetas hasta las raíces y orientación al aire libre: carrera de orientación.
---------------------------------------	---

ORIENTACIONES PEDAGÓGICAS:

Las líneas de actuación en el proceso enseñanza–aprendizaje que permiten alcanzar los objetivos del módulo partirán de un enfoque procedimental del módulo, realizando simulaciones en el aula y fuera de ella y utilizando una metodología activa y motivadora que implique la participación del alumnado como agente activo de un proceso de enseñanza–aprendizaje, para realizar:

- Análisis del ámbito de intervención de ocio y tiempo libre.
- Planificación de proyectos de animación de ocio y tiempo.
- Adaptación de los proyectos de animación de ocio y tiempo libre a las necesidades de los colectivos.
- Realización de actividades de tiempo libre garantizando las condiciones de seguridad.
- Técnicas de dirección y negociación.
- Utilización de las tecnologías de la información y la comunicación.
- Autoevaluación y reflexión crítica.
- Respeto y la atención a la diversidad.

Estrategia de la práctica:

Durante las actividades de excursionismo se usarán estrategias globales puras y modificando la situación real. Mientras que para las actividades de orientación se usará una estrategia analítica pura.

Estilos de enseñanza:

En las actividades de orientación se usarán estilos más tradicionales como la instrucción directa y la asignación de tareas.

Para excursionismo se usarán estilos basados en la resolución de problemas y el descubrimiento guiado.

<p>Metodologías activas y/o emergentes:</p> <p>Se desarrollará una actividad evaluativa en la que los alumnos por parejas filmarán un video tutorial de una determinada técnica de progresión que luego deberán exponer en clase y presentarla a los compañeros, por lo que se utilizará el método “<i>flipped classroom</i>”, donde los alumnos serán quienes desarrollen esos contenidos.</p>	
<p>Distribución grupo – clase:</p> <p>Para las actividades de orientación trabajará de forma individual o por parejas y para las actividades de excursionismo en gran grupo.</p>	<p>Participación:</p> <p>Durante las actividades de orientación se trabajará con una participación simultánea, en la que todo el grupo está en movimiento el 100% de la duración de las actividades.</p> <p>Mientras que, durante las actividades de excursionismo se trabajará con una ejecución alternativa, en la que los compañeros actuarán como supuestos clientes.</p>
<p>Posición del profesor/a:</p> <p>La posición del profesor será central, externa al grupo, ya que se intentará favorecer la autonomía del alumnado a la hora de desarrollar las actividades y también poder ver a todo el grupo.</p>	<p>Feedback:</p> <p>Por lo general el feedback será retardado, ya que de este modo se le dotará al alumno de un tiempo de reflexión sobre su propio trabajo. Aunque en momentos puntuales puede ser un que se utilice un feedback inmediato.</p>
<p>DECRETO DE EVALUACIÓN FP:</p> <p>Real Decreto 984/2021, de 16 de noviembre, por el que se regulan la evaluación y la promoción en la Educación Primaria, así como la evaluación, la promoción y la titulación en la Educación Secundaria Obligatoria, el Bachillerato y la Formación Profesional.</p>	
<p>ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD:</p> <p>Siguiendo los principios del Diseño Universal de Aprendizaje se propone una nueva forma de entender la diversidad en el aula:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Formas de implicación (Principio III): <p>La mejor forma de implicación, motivación y autonomía del alumnado en este tipo de actividades podría ser realizarlo en situaciones reales. Por lo que, se pretende realizar estas</p>	

actividades primero de manera teórica y en entornos controlados (pabellón del instituto) y luego poder trasladar todos esos conocimientos y situaciones a la realidad.

- Diferentes medios de representación (Principio I):

Para facilitar la adquisición de estas habilidades podemos intentar trabajar por grupos de expertos, ya que se trata de alumnos de muy diferentes edades y conocimientos previos, por lo que de este modo unos a otros pueden facilitarse la adquisición de dichos conocimientos.

- Diferentes formas de acción y expresión (Principio II):

En este apartado se trata de algo más complejo, ya que en algunas ocasiones se están trabajando temas y habilidades de los que podría depender directamente la seguridad de todos los futuros clientes que podrán tener los alumnos una vez accedan al mundo laboral.

Material didáctico:

15 brújulas

Mapas topográficos de diferentes zonas de la isla de Tenerife (IES la Laboral de la Laguna, parque la Mesa Mota, Santiago del Teide, Punta de Anaga y Área recreativa las raíces).

30 balizas de orientación.

30 bastones de trekking.

Espacios específicos / Instalaciones / Equipamiento:

Pabellón del IES la Laboral de la Laguna.

Paraje natural de “la mesa mota”.

Área recreativa “las raíces”

Herramientas TIC-TAC-TEP:

Para la evaluación del trabajo de filmación de un video tutorial sobre una técnica de progresión a elegir por el alumno se usará una rúbrica que se les proporcionará a través de un QR.

Se realizará a través de una heteroevaluación (20%) del trabajo por parte del profesor y la coevaluación (20%) de los propios compañeros que deberán evaluar todos los videos que serán visualizados en clase.

**Interdisciplinarietà:**

Se desenvolverão atividades conjuntas com o módulo de dinamização grupal, já que se tratam conteúdos estreitamente relacionados com os de este módulo e que poderiam encaixar à perfeição à hora de realizar atividades como a condução de caminhos ou realizar corridas de orientação temáticas.

Durante a última sessão se propondrá que preparem uma atividade de dinamização grupal durante o caminho para levar a cabo este trabalho interdisciplinar entre ambos módulos.

Atividades complementarias / extraescolares relacionadas com a UDT:

El desarrollo de esta unidad de trabajo contempla una actividad complementaria y una actividad extraescolar.

Actv. Complementaria: carrera de orientación y sendero “Las raíces”

La última de las sesiones y como actividad final de dicha unidad de trabajo, se les propondrá a los alumnos la posibilidad de realizar el sendero desde el paisaje protegido de las Lagunetas hasta llegar al área recreativa de las raíces y culminar con una carrera de orientación real en la zona de alrededor de esta área recreativa de las raíces.

Actv. Extraescolar: Taller Jöellet

La guía de montaña Laura Deknock Martínez realizará un pequeño taller teórico – práctico sobre el uso de la Jöellet y las posibilidades que nos ofrece en los senderos de Tenerife.

La Jöellet consiste en una silla de ruedas adaptada para poder circular por los senderos homologados para dicho medio de transporte, y así favorecer el acercamiento a la montaña a personas con dificultades de movilidad.

Esta actividad se llevará a cabo en la última semana del desarrollo de la unidad de trabajo.

A continuación, se desarrollan las sesiones por orden cronológico:

- Primera sesión.

NOMBRE MÓDULO: Actividades de ocio y tiempo libre. FECHA: 11 - 04 - 2023
U.D.T.: Excursionismo orientado N.º SESIÓN: S1 DURACIÓN: 60 minutos
Objetivos de la sesión: <ul style="list-style-type: none">- Identificar los aspectos básicos de la orientación y sus instrumentos.- Dominar las maniobras básicas de orientación con mapa y brújula.
Resultados de aprendizaje: RA4. Realiza actividades de ocio y tiempo libre en el medio natural, respetando los principios de conservación del medioambiente y las medidas de prevención y seguridad.
Criterios de evaluación: b) Se han definido las características del medio natural como espacio de ocio y tiempo libre.
Contenidos: Técnicas de descubrimiento del entorno natural. Actividades de orientación en el medio natural.
Instalaciones/espacios: Aula
Justificación de la metodología: Se trata de la primera sesión de esta unidad de trabajo, en la que se trabajará de forma teórica todo el contenido relacionado con la orientación. Debido a la complejidad técnica y que se trata de la primera sesión, se utilizará una metodología reproductiva más tradicional para favorecer la adquisición de las maniobras básicas y los contenidos teóricos tratados.
<i>Estrategia en la práctica:</i> Global pura

Estilos de enseñanza: Mando directo.

Organización/distribución del alumnado: Gran grupo y de forma individual para las actividades.

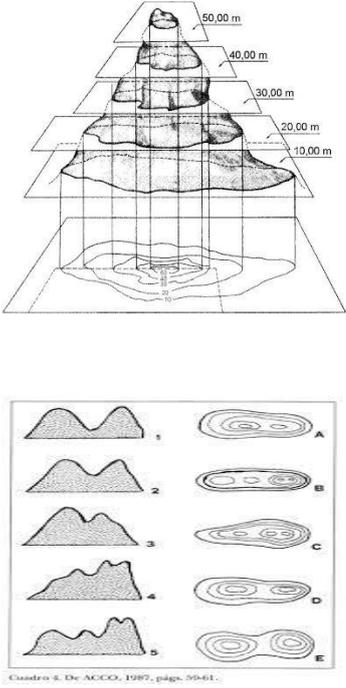
Feedback utilizado: Feedback inmediato.

Posición del profesor/a durante la sesión: Central al grupo.

Material:

N.º participantes: 15 alumnos

- 15 brújulas
- Mapas topográficos IGN Santiago del Teide
- Lápices

	Descripción	Descripción gráfica	Tiempo
Parte principal	<p>1. Teoría</p> <p>Se trabajarán de forma teórica los siguientes conceptos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ¿Qué es la orientación de montaña? - Elementos básicos de orientación. - Orografía del mapa - Técnicas de navegación sin mapa - Técnicas de navegación con mapa y brújula - Carreras de orientación. 	 <p>El diagrama superior muestra un terreno con alturas marcadas: 50,00 m, 40,00 m, 30,00 m, 20,00 m y 10,00 m. Debajo se muestran cinco pares de imágenes etiquetados como 1, 2, 3, 4, 5 y A, B, C, D, E. Cada par muestra un perfil topográfico a la izquierda y un mapa de curvas de nivel a la derecha, demostrando cómo se representan las elevaciones en un mapa bidimensional.</p>	30 minutos

<p>2. Actividad mapa</p> <p>De forma individual y utilizando el mismo mapa todos. Los alumnos deberán reconocer diferentes elementos del mapa y de la orografía que se muestra en ella:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Escala. - Líneas de norte. - Cuadrícula. - Elementos orográficos (vaguadas, cotas, collados, divisorias...). 		<p>10 minutos</p>
<p>3. Actividad orientación</p> <p>Utilizando el mismo mapa anterior. Los alumnos deberán realizar diferentes maniobras básicas de orientación entre diferentes puntos del mapa:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Rumbo. - Distancia reducida. - Desnivel. 		<p>20 minutos</p>
<p>Atención a la diversidad: Se trata de una clase teórica, por lo que no es necesario realizar ningún tipo de adaptación.</p> <p>Actividades de refuerzo: Para el alumnado que lo necesite se le realizara un feedback inmediato para facilitar así su implicación en las actividades.</p> <p>Actividades de ampliación: El alumnado que tenga un gran desempeño en estas actividades, se podrán proponer maniobras más complejas como la triangulación o el cálculo de pendientes.</p>		

TIC/TAC/TEP:

Se presentarán diferentes aplicaciones de orientación como “Iberpix 4” o “Fatmap” y de tratamiento de mapas como “Land” o “Basecamp” para fomentar el uso de las TIC en el campo de la orientación y el excursionismo.

Observaciones:

- Segunda sesión.

NOMBRE MÓDULO: Actividades de ocio y tiempo libre. **FECHA:** 12 - 04 - 2023

U.D.T.: Excursionismo orientado **N.º SESIÓN:** S2 **DURACIÓN:** 120 minutos

Objetivos de la sesión:

- Dominar las técnicas de orientación de rumbo, talonamiento y orientación de un mapa.
- Recrear un mapa de orientación a mano alzada de un espacio reducido.

Resultados de aprendizaje:

RA4. Realiza actividades de ocio y tiempo libre en el medio natural, respetando los principios de conservación del medioambiente y las medidas de prevención y seguridad.

Criterios de evaluación:

b) Se han definido las características del medio natural como espacio de ocio y tiempo libre.

Contenidos:

Técnicas de descubrimiento del entorno natural.

Actividades de orientación en el medio natural.

Instalaciones/espacios:

Pabellón

Justificación de la metodología:

Durante la primera sesión práctica de esta UT será el profesor el que vaya indicando las tareas a realizar para la correcta ejecución de las técnicas de orientación. Además, se realizará un feedback inmediato para así favorecer el buen desarrollo de las carreras de orientación al final de la clase.

Estrategia en la práctica: Analítica pura.

Estilos de enseñanza: Asignación de tareas.

Organización/distribución del alumnado: El alumnado trabajará por grupos reducidos.

Feedback utilizado: Feedback inmediato.

Posición del profesor/a durante la sesión: Externa al grupo.

Material:

N.º participantes: 15 alumnos

- 15 brújulas
- Folios
- Lápices
- 30 balizas de orientación

	Descripción	Descripción gráfica	Tiempo
Parte principal	1. Diseño del mapa Los alumnos, colocados en grupos de tres, deberán realizar el mapeo del pabellón (diseño de un sencillo mapa de orientación) y calcular la escala a la que lo están realizando, usando la técnica de talonamiento.		70 minutos

<p>En este mapa deberá aparecer la leyenda, las líneas de norte y la escala.</p>		
<p>2. Diseño de la carrera</p> <p>En grupos de tres deberán diseñar una carrera de orientación de al menos 5 balizas dentro del pabellón.</p> <p>Para evitar utilizar otras balizas, deberán indicar el rumbo que tienen hasta las siguientes balizas.</p>		<p>30 minutos</p>
<p>3. Carrera de orientación</p> <p>Una vez tengan las carreras diseñadas, al azar les darán sus carreras a otros compañeros, que deberán realizar correctamente.</p>		<p>20 minutos</p>

Atención a la diversidad: El acceso a las instalaciones es de accesibilidad universal. No se requiere ningún tipo de adaptación mayor que aumentar el tiempo de implicación de las diferentes actividades o repetir las explicaciones para asegurar su comprensión.

Actividades de refuerzo: Para el alumnado que lo necesite se le realizara un feedback inmediato para facilitar así su implicación en las actividades.

Actividades de ampliación: Para el alumnado que realice fácilmente las actividades, se le puede proponer ampliar la superficie a mapear, utilizando las canchas exteriores y las zonas de jardines.

TIC/TAC/TEP:

Para el diseño del mapa de orientación, se presentará a los alumnos una aplicación “Purple Pen” y la web “Mapant” donde podrán descargar el mapa y diseñarlo informáticamente, creando así, ellos mismos su propia carrera de orientación.

Observaciones:

Todos los grupos deberán diseñar al menos dos mapas. Uno con las balizas y las respuestas de la carrera de orientación que han creado y otro mapa con las balizas, pero sin las respuestas, que deberán proporcionar al grupo de compañeros que realizará su carrera.

- Tercera sesión.

NOMBRE MÓDULO: Actividades de ocio y tiempo libre. **FECHA:** 13 - 04 - 2023

U.D.T.: Excursionismo orientado **N.º SESIÓN:** S3 **DURACIÓN:** 120 minutos

Objetivos de la sesión:

- Dominar las técnicas de orientación de rumbo, talonamiento y orientación de un mapa.
- Reconocer la orografía a través de un mapa topográfico.
- Realizar una carrera de orientación en un entorno natural.

Resultados de aprendizaje:

RA4. Realiza actividades de ocio y tiempo libre en el medio natural, respetando los principios de conservación del medioambiente y las medidas de prevención y seguridad.

Criterios de evaluación:

b) Se han definido las características del medio natural como espacio de ocio y tiempo libre.

Contenidos:

Técnicas de descubrimiento del entorno natural.
Actividades de orientación en el medio natural.

Instalaciones/espacios:

Parque de la “Mesa mota”. Paraje natural que se encuentra a unos 20 minutos caminando desde el centro IES La Laboral.

Justificación de la metodología:

Durante la segunda sesión práctica de esta UT será el profesor el que vaya indicando las tareas a realizar para la correcta ejecución de las técnicas de orientación. Además, se realizará un feedback inmediato para así favorecer el buen desarrollo de las carreras de orientación al final de la clase.

Estrategia en la práctica: Analítica pura.

Estilos de enseñanza: Mando directo.

Organización/distribución del alumnado: El alumnado trabajará en gran grupo para reconocer el terreno y por grupos reducidos para la carrera de orientación.

Feedback utilizado: Feedback retardado.

Posición del profesor/a durante la sesión: Interna y externa al grupo en la carrera de orientación.

Material:
alumnos

N.º participantes: 15

- 15 brújulas
- 15 mapas del parque de la mesa mota
- 28 balizas de orientación

	Descripción	Descripción gráfica	Tiempo
Parte principal	<p>1. Reconocimiento del terreno.</p> <p>Todo el alumnado en un gran grupo realizará el pequeño sendero que recorre el parque de la</p>		40 minutos

	<p>mesa mota (1.6 km) reconociendo los diferentes accidentes geográficos y su representación en el mapa.</p>		
	<p>2. Carrera de orientación En grupos de tres deberán realizar una carrera de orientación compuesta por 7 balizas, en el orden establecido y anotando el rumbo existente entre una baliza y otra.</p>		<p>40 minutos</p>
<p>Atención a la diversidad: En caso de que alguien lo necesitara, se podría diseñar una carrera que todo el recorrido transite por el terreno de fácil acceso, para favorecer así su participación en la actividad.</p> <p>Actividades de refuerzo: Para el alumnado que lo necesite se le realizara un feedback inmediato para facilitar así su implicación en las actividades.</p> <p>Actividades de ampliación: Para el alumnado que le resulte fácil, podemos añadir diferentes escalas de mapas o proporcionarle mapas de otras zonas cercanas.</p>			
<p>TIC/TAC/TEP: Podemos animar al alumnado a grabar la carrera de orientación a través de aplicaciones como “wikiloc” o “strava”, así poder conocer el profesor la ruta que han realizado.</p>			
<p>Observaciones: En la duración de esta actividad no está incluido el tiempo de desplazamiento hasta el parque de la mesa mota, unos 20 minutos aproximadamente desde el centro.</p>			

-
- Cuarta sesión.

NOMBRE MÓDULO: Actividades de ocio y tiempo libre. **FECHA:** 18 - 04 - 2023

U.D.T.: Excursionismo orientado **N.º SESIÓN:** S4 **DURACIÓN:** 60 minutos

Objetivos de la sesión:

- Reconocer las diferentes técnicas de progresión específicas del excursionismo.
- Identificar el material específico de montaña y su correcto uso.
- Conocer los aspectos básicos de la gestión de grupos en cualquier tipo de terreno.

Resultados de aprendizaje:

RA4. Realiza actividades de ocio y tiempo libre en el medio natural, respetando los principios de conservación del medioambiente y las medidas de prevención y seguridad.

Criterios de evaluación:

d) Se han seleccionado estrategias y pautas de actuación para el desarrollo de actividades educativas en el medio natural.

f) Se han identificado los recursos necesarios para el desarrollo de las actividades en el medio natural.

Contenidos:

Análisis y aplicación de recursos de excursionismo.

Rutas y campamentos.

Instalaciones para la práctica de actividades en el medio natural.

Uso y mantenimiento de los recursos en el medio natural.

Instalaciones/espacios:

Aula

Justificación de la metodología:

Se trata de la segunda sesión teórica de esta unidad de trabajo, en la que se trabajará todo el contenido relacionado con el excursionismo.

Se utilizará una metodología de mando directo para favorecer la adquisición de los contenidos teóricos tratados y las diferentes gestiones necesarias a la hora de conducir un grupo por montaña.

Estrategia en la práctica: Global pura

Estilos de enseñanza: Mando directo.

Organización/distribución del alumnado: Gran grupo y en grupos reducidos para la actividad.

Feedback utilizado: Feedback inmediato.

Posición del profesor/a durante la sesión: Central al grupo.

Material: *N.º participantes:* 15 alumnos

- 15 brújulas
- Mapas topográficos IGN Punta de Anaga
- Lápices

	Descripción	Descripción gráfica	Tiempo
<p>Parte principal</p>	<p>1. Teoría</p> <p>Se trabajarán de forma teórica los siguientes conceptos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ¿Qué es el excursionismo? - Tipos de senderos. - Tipos de marcha según terreno. - Material básicos de excursionismo. - Gestión de grupos. 	 <p> ■ Sendero de Gran Recorrido (GR) ■ Sendero de Pequeño Recorrido (PR) ■ Sendero Local (SL) </p> <p> Andesgear Tirantes: 20% del peso total Riñonera: 80% del peso total </p>	<p>40 minutos</p>

	<p>2. Actividad casos prácticos.</p> <p>Distribuidos en grupos reducidos, se les presentaras diferentes casos prácticos.</p> <p>Tras un pequeño debate deberán proponer diferentes soluciones a los casos planteados.</p>		<p>20 minutos</p>
<p>Atención a la diversidad: Se trata de una clase teórica, por lo que no es necesario realizar ningún tipo de adaptación.</p> <p>Actividades de refuerzo: Para el alumnado que lo necesite se le realizara un feedback inmediato para facilitar así su implicación en las actividades.</p> <p>Actividades de ampliación: debido a que se tratan de contenidos teóricos, no se plantean actividades de ampliación.</p>			
<p>TIC/TAC/TEP:</p> <p>Para fomentar el uso de las TIC en el campo del excursionismo y la planificación de actividades, se presentarán aplicaciones de tratamiento de mapas, cálculos de tiempos o ritmos de actividad como “Land” o “Basecamp”.</p>			
<p>Observaciones:</p> <p>En esta sesión se presentará una de las actividades evaluables de la unidad de trabajo.</p> <p>La actividad consistirá en la realización de un video tutorial de una de las técnicas de progresión que se han visto en clase. Deberán tener en cuenta aspectos como: presentación, edición del video, entorno, explicación del gesto técnico, demostración, posibles fallos y correcciones y la duración del video.</p> <p>La evaluación de esta actividad se llevará a cabo en la sesión número 7 de esta unidad y se realizará a través de una coevaluación y heteroevaluación de la actividad.</p>			

-
- Quinta sesión.

NOMBRE MÓDULO: Actividades de ocio y tiempo libre. **FECHA:** 19 - 04 - 2023

U.D.T.: Excursionismo orientado **N.º SESIÓN:** S5 **DURACIÓN:** 120 minutos

Objetivos de la sesión:

- Dominar la técnica de progresión en montaña estival por todo tipo de terreno de montaña estival (ascenso, descenso, bastones, zona rocosa y zona de hierba).
- Identificar los errores típicos de las diferentes técnicas de progresión en montaña estival.

Resultados de aprendizaje:

RA4. Realiza actividades de ocio y tiempo libre en el medio natural, respetando los principios de conservación del medioambiente y las medidas de prevención y seguridad.

Criterios de evaluación:

d) Se han seleccionado estrategias y pautas de actuación para el desarrollo de actividades educativas en el medio natural.

f) Se han identificado los recursos necesarios para el desarrollo de las actividades en el medio natural.

Contenidos:

Análisis y aplicación de recursos de excursionismo.

Rutas y campamentos.

Instalaciones/espacios:

Parque de la “Mesa mota”. Paraje natural que se encuentra a unos 20 minutos caminando desde el centro IES La Laboral.

Justificación de la metodología:

Se trata de una sesión en la que el alumno será el total protagonista, ya que ejercerá la función de guía y deberá explicar al resto de compañeros las diferentes técnicas de progresión y resolver los diferentes problemas que pueden ir surgiendo en su ejecución.

Estrategia en la práctica: Global modificando situación real.

Estilos de enseñanza: Resolución de problemas y descubrimiento guiado.

Organización/distribución del alumnado: El alumnado trabajará por grupos reducidos.

Feedback utilizado: Feedback inmediato y retardado.

Posición del profesor/a durante la sesión: Externa al grupo.

Material:

N.º participantes: 15 alumnos

- 30 bastones de trekking

	Descripción	Descripción gráfica	Tiempo
Parte principal	<p>1. Sendero “Mesa Mota”</p> <p>Por pequeños grupos de tres persona, deberán realizar un pequeño taller explicativo de una determinada técnica de progresión (que posteriormente realizaron el trabajo del video tutorial) e identificar posibles errores en su ejecución.</p> <p>Esta actividad la realizarán durante el recorrido balizado que recorre el paraje natural de “la mesa mota” de 1.6 km.</p> <p>Además, se deberán reconocer diferentes adaptaciones sobre el terreno que se puedan</p>		90 minutos

	realizar para facilitar la progresión.		
<p>Atención a la diversidad: Dentro de esta sesión, consiste en identificar las diferentes adaptaciones que se pueden realizar para facilitar la progresión en montaña estival.</p> <p>Actividades de refuerzo: Para el alumnado que lo necesite se le realizara un feedback inmediato para facilitar así su implicación en las actividades.</p> <p>Actividades de ampliación: Para el alumnado que realice fácilmente las actividades, se le puede proponer otras técnicas de progresión (trepada, destrepe, vegetación espesa...)</p>			
<p>TIC/TAC/TEP:</p> <p>Se propondrá al grupo la utilización de aplicaciones como “Wikiloc”, “IGN” o “Strava” para poder grabar el itinerario de la actividad y después poder trabajarlo en las aplicaciones de tratamientos de mapas mostrado en sesiones anteriores.</p>			
<p>Observaciones:</p> <p>En la duración de esta actividad no está incluido el tiempo de desplazamiento hasta el parque de la mesa mota, unos 15 minutos aproximadamente desde el centro.</p>			

- Sexta sesión.

<p>NOMBRE MÓDULO: Actividades de ocio y tiempo libre. FECHA: 20 - 04 - 2023</p>
<p>U.D.T.: Excursionismo orientado N.º SESIÓN: S6 DURACIÓN: 120 minutos</p>
<p>Objetivos de la sesión:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Dominar la técnica de rapel y conocer el material necesario para realizar un rapel con seguridad - Instalar desde el nivel del suelo, un rapel con seguridad y ser capaz de asegurar a un compañero. - Realizar un rapel vertical de unos 8 metros de altura con autonomía.
<p>Resultados de aprendizaje:</p>

RA4. Realiza actividades de ocio y tiempo libre en el medio natural, respetando los principios de conservación del medioambiente y las medidas de prevención y seguridad.

Criterios de evaluación:

f) Se han identificado los recursos necesarios para el desarrollo de las actividades en el medio natural.

Contenidos:

Instalaciones para la práctica de actividades en el medio natural.

Uso y mantenimiento de los recursos en el medio natural.

Instalaciones/espacios:

Rocódromo del pabellón.

Justificación de la metodología:

Se trata de una sesión teórico – práctica en la que los alumnos realizarán un descenso por cuerda.

Debido a que se trata de actividades en las que se compromete un poco más la seguridad del alumnado y que se contará con la ayuda del alumnado del Técnico Deportivo en media montaña del IES Geneto, la metodología usada será mando directo y asignación de tareas.

Estrategia en la práctica: Analítica pura.

Estilos de enseñanza: Mando directo y asignación de tareas.

Organización/distribución del alumnado: El alumnado trabajará por grupos reducidos.

Feedback utilizado: Feedback inmediato.

Posición del profesor/a durante la sesión: Interna al grupo.

Material:

- 3 cuerdas semiestáticas de progresión
- 9 arneses

N.º participantes: 15 alumnos

- 9 mosquetones HMS
- 9 descensores tipo ocho

	Descripción	Descripción gráfica	Tiempo
Parte principal	<p>1. Teoría de rapel</p> <p>Se realiza una presentación del alumnado colaborador del TD en media montaña del IES Geneto y una pequeña teórica sobre el rapel:</p> <ul style="list-style-type: none"> - En que consiste el rapel. - Material necesario. - Como realizarlo. - Como es una instalación de rapel. - Como asegurar a un compañero. <p>Desde el suelo y utilizando las diferentes instalaciones que existen se realizará una explicación de la técnica de rapel y la instalación de una cuerda fija para descender por ella.</p>		50 minutos
	<p>2. Descenso horizontal y montaje reunión.</p> <p>Distribuidos en pequeños grupos de 5 alumnos (ya que se cuenta con tres instalaciones a nivel del suelo) los alumnos deberán</p>		70 minutos

	<p>montar una instalación y simular un descenso.</p> <p>Además, deberán realizar el aseguramiento de un compañero.</p>		
	<p>3. Descenso vertical</p> <p>Desde la zona alta del rocódromo, realizarán un descenso vertical por la pared de esta misma instalación.</p> <p>Además, deberán realizar el aseguramiento de un compañero.</p>		<p>Los alumnos que vayan realizando la actividad dos, podrán realizar la número tres.</p>
<p>Atención a la diversidad: Se trata de una actividad de cierto compromiso para el alumnado, por lo que no se realizarán adaptaciones</p> <p>Actividades de refuerzo: Para el alumnado que lo necesite se le realizará un feedback inmediato para facilitar así su implicación en las actividades y además podrá practicar en varias ocasiones desde el suelo para ganar la confianza necesaria y progresar adecuadamente.</p> <p>Actividades de ampliación: Se trata de una actividad de cierto compromiso para el alumnado, por lo que no se realizarán ampliaciones del material.</p>			
<p>TIC/TAC/TEP:</p> <p>En esta sesión no se realiza ninguna actividad que fomente el uso de las tecnologías.</p>			
<p>Observaciones:</p> <p>Para la realización de esta actividad se contará con el alumnado de técnico deportivo en media montaña del IES Geneto, que entra dentro de su contenido de la asignatura MED-MOME 202 de Escuela de senderismo.</p>			

- Séptima sesión

NOMBRE MÓDULO: Actividades de ocio y tiempo libre. **FECHA:** 25 - 04 - 2023

U.D.T.: Excursionismo orientado **N.º SESIÓN:** S7 **DURACIÓN:** 60 minutos

Objetivos de la sesión:

- Visualizar los trabajos de videos tutoriales de las diferentes técnicas de progresión.

Resultados de aprendizaje:

RA4. Realiza actividades de ocio y tiempo libre en el medio natural, respetando los principios de conservación del medioambiente y las medidas de prevención y seguridad.

Criterios de evaluación:

- d) Se han seleccionado estrategias y pautas de actuación para el desarrollo de actividades educativas en el medio natural.
- f) Se han identificado los recursos necesarios para el desarrollo de las actividades en el medio natural.

Contenidos:

Análisis y aplicación de recursos de excursionismo.

Rutas y campamentos.

Instalaciones para la práctica de actividades en el medio natural.

Uso y mantenimiento de los recursos en el medio natural.

Instalaciones/espacios:

Aula

Justificación de la metodología:

Se trata de una sesión de evaluación. Los alumnos deberán presentar los videos tutoriales realizados para la evaluación de esta unidad de trabajo.

Estrategia en la práctica: Global pura

Estilos de enseñanza: Mando directo.

Organización/distribución del alumnado: Gran grupo.

Feedback utilizado: Feedback inmediato.

Posición del profesor/a durante la sesión: Central al grupo.

Material:

N.º participantes: 15 alumnos

- Teléfonos móviles.

	Descripción	Descripción gráfica	Tiempo
Parte principal	1. Evaluación videos tutoriales. Se trata de una sesión evaluativa. Los alumnos deberán evaluar los videos tutoriales realizados por los compañeros a través del código QR que se les pasará.		50 minutos

Atención a la diversidad: Se trata de una clase teórica evaluativa, por lo que no es necesario realizar ningún tipo de adaptación.

Actividades de refuerzo: Debido a que se tratan de una sesión evaluativa, no se plantean actividades de refuerzo.

Actividades de ampliación: Debido a que se tratan de una sesión evaluativa, no se plantean actividades de ampliación.

TIC/TAC/TEP:

Esta evaluación se realizará a través de una rúbrica creada en Google Forms y se pasará al alumnado a través de un código QR. Esta actividad tiene un valor total del 40% (20% heteroevaluación y 20% coevaluación).

Observaciones:

Durante los últimos 10 minutos de clase, se propondrá la segunda actividad de la unidad de trabajo, el diseño de una carrera de orientación en un entorno natural.

Deberán diseñarla utilizando una de las aplicaciones informáticas que se han visto en clase y deberán tener en cuenta aspectos como: elección del entorno, ubicación de las balizas, el itinerario elegido para su correcta ejecución y el tiempo de desempeño de la carrera.

Para la evaluación de esta actividad se utilizará una rúbrica (Anexo II).

- Octava sesión.

NOMBRE MÓDULO: Actividades de ocio y tiempo libre. **FECHA:** 26 - 05 - 2023

U.D.T.: Excursionismo orientado **N.º SESIÓN:** S8 **DURACIÓN:** Todo el día

Objetivos de la sesión:

- Seleccionar los diferentes tipos de progresión en montaña según las necesidades del terreno.
- Gestionar a un grupo en una actividad de montaña.
- Completar una carrera de orientación en el tiempo establecido, identificando la orografía y encontrando todas las balizas marcadas.

Resultados de aprendizaje:

RA4. Realiza actividades de ocio y tiempo libre en el medio natural, respetando los principios de conservación del medioambiente y las medidas de prevención y seguridad.

Criterios de evaluación:

f) Se han identificado los recursos necesarios para el desarrollo de las actividades en el medio natural.

Contenidos:

Rutas y campamentos.

Instalaciones para la práctica de actividades en el medio natural.

Instalaciones/espacios:

Zona del área recreativa “Las raíces”.

Justificación de la metodología:

Es la última sesión de la unidad de trabajo, por lo que se trata de que el alumnado sea el centro de atención durante todas las actividades que se desarrollarán.

Aunque será necesario en la actividad de orientación que sea el profesor quien organice dicha actividad.

Estrategia en la práctica: Global modificando situación real.

Estilos de enseñanza: Descubrimiento guiado y asignación de tareas.

Organización/distribución del alumnado: El alumnado trabajará por grupos reducidos.

Feedback utilizado: Feedback retardado.

Posición del profesor/a durante la sesión: Externa al grupo.

Material:

N.º participantes: 15 alumnos

- 18 balizas de orientación
- 15 mapas de orientación
- 15 brújulas
- 30 bastones de trekking

	Descripción	Descripción gráfica	Tiempo
--	--------------------	----------------------------	---------------

Parte principal	<p>1. Sendero “Lagunetas - las raíces”</p> <p>El alumnado, distribuido en pequeños grupos, deberá gestionar al resto de compañeros durante el sendero que va desde el paraje natural de Las Lagunetas hasta el área de la raíces de 5.1 km.</p>		3 horas
	<p>2. Carrera de orientación</p> <p>Por parejas deberán completar un recorrido de orientación previamente establecido, interpretando el mapa, eligiendo el mejor de los recorridos y encontrando las 6 balizas que componen la carrera (Anexo I).</p>		2 horas

Atención a la diversidad: Se puede realizar una adaptación del sendero en caso de que fuese necesario o distribuirlos por grupos de expertos en la carrera de orientación.

Actividades de refuerzo: Para el alumnado que lo necesite se le realizara un feedback inmediato para facilitar así su implicación en las actividades.

Actividades de ampliación: El alumnado que realice fácilmente las actividades podría organizar diferentes alternativas de ruta o incluso dar respuesta a posibles complicaciones que se pudiesen dar en un sendero.

TIC/TAC/TEP:

Se les solicitará a los alumnos que graben los recorridos que realizan en la carrera de orientación a través de aplicaciones como Wikiloc, IGN o Strava, para poder comprobar que completaron todo el recorrido identificando la orografía de forma correcta.

Observaciones:

El área recreativa de las raíces se encuentra a 20 minutos del instituto, y debido a que los miércoles el alumnado comienza las clases con la asignatura de Actividades de ocio y tiempo libre, se le propondrá comenzar ese día en dicha área para poder realizar una práctica más real. Puesto que el alumnado del ciclo es mayor de edad, pueden organizar el traslado hasta el punto de inicio en sus propios vehículos.

VII. CONCLUSIONES

7. CONCLUSIONES

En el desarrollo de esta unidad de trabajo se trata de que el alumnado domine los recursos básicos de orientación como orientar el mapa, trazar un rumbo e interpretar la orografía, para lo que se dedican cuatro de las sesiones partiendo desde las maniobras más básicas en entornos familiares como el pabellón del IES La Laboral de la Laguna, hasta un entorno natural en el que la interpretación de la orografía es vital para poder completar una carrera de orientación.

El perfil profesional del ciclo superior de animación sociocultural y turística está directamente relacionado con la organización de actividades en entornos naturales, entre las que se pueden encontrar las carreras de orientación. Por lo que se realiza de nuevo una progresión en este tipo de actuaciones, partiendo de la organización de una carrera en entornos naturales y luego realizando una propuesta de trasladar lo aprendido aquí a un entorno de mayores dificultades como puede ser el medio natural.

En la Comunidad Autónoma de las Islas Canarias los profesionales del turismo están estrechamente relacionado con la conducción de actividades en la naturaleza, por lo que en esta unidad de trabajo se le ha dado una gran importancia a la hora de conocer las técnicas de progresión en este tipo de terrenos, el material necesario y sus posibles adaptaciones en función de las necesidades de los participantes a través de actividades de rol y las explicaciones, por parte del propio alumnado, de las diferentes técnicas de progresión por senderos.

En relación con los objetivos planteados en este trabajo final de máster. El primer objetivo era presentar una unidad de trabajo sobre orientación y excursionismo. Se ha conseguido desarrollar una unidad de trabajo que proponía completar los aspectos

más técnicos de los contenidos de orientación y excursionismo a través de ocho sesiones, perfectamente temporalizadas para la culminación en una actividad final, como podría ser la realización de un sendero o completar una carrera de orientación en el medio natural.

En cuanto al segundo objetivo, que está relacionado con la metodología flipped classroom. Debido a la importancia comunicativa y la función de buen demostrador de técnicas de progresión que deberá tener un buen guía de montaña, se trata de que sea el propio alumnado quién desarrolle uno de los contenidos tratados en esta unidad de trabajo, como son las diferentes técnicas de progresión en senderismo, utilizando dicha metodología de flipped classroom.

En lo que respecta al tercer objetivo, que trataba sobre establecer y diseñar rúbricas para la evaluación de las actividades planteadas a lo largo de toda la unidad de trabajo. Se ha conseguido diseñar dos rúbricas en esta unidad de trabajo. Una para los contenidos relacionados con la orientación y el diseño de las carreras y otra para el trabajo sobre el video tutorial de técnicas de progresión en montaña. Además, se ha propuesto una coevaluación de este último trabajo, consiguiendo así aumentar la implicación del alumnado en sus propios procesos de aprendizaje.

**VIII. LIMITACIONES Y
POSIBILIDADES DE PROYECTOS DE
INVESTIGACIÓN EDUCATIVA**

8. LIMITACIONES Y POSIBILIDADES DE PROYECTOS DE INVESTIGACIÓN EDUCATIVA.

Esta Unidad de Trabajo no pudo llevarse a cabo en su totalidad debido a la finalización del periodo de prácticas, aunque sí que se pudieron realizar algunas de las actividades propuestas. Por estos motivos se podría considerar esta unidad de trabajo como “una propuesta de intervención”.

Una propuesta de proyecto educativo a raíz de la realización de esta unidad de trabajo, podría ser la utilización de una metodología basada en proyectos o aprendizaje y servicio, que permita la adquisición de todos los contenidos tratados y, además, poder culminar todo ese proceso con un proyecto final o actividades de servicio al entorno cercano.

En canto a las limitaciones de este trabajo, habría que mencionar la dificultad de acceso a información relativa a los contenidos tratados en el mismo ámbito donde se desarrolla esta unidad de trabajo. Ya que, existe una gran cantidad de bibliografía a cerca de la orientación en Educación Física, los beneficios de la actividad física en entornos naturales o la orientación deportiva. Pero muy poca relativa a técnicas específicas de progresión en montaña, conducción de grupos en montaña o interpretación de la orografía. Por ello, se ha recurrido en muchas ocasiones al material propio del productor de este trabajo y sus conocimientos propios como técnico deportivo superior de alta montaña.

IX. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

9. REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- Aguilera-Ruiz, C., Manzano-León, A., Martínez-Moreno, I., Lozano-Segura, M. C., Casiano Yanicelli, C., (2017). El modelo flipped classroom. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 4(1), 261-266
- Ayala-Jiménez, J. D., Escaravajal-Rodríguez, J. C., Otálora-Murcia, F. J., Ruiz-Fernández, Z. M., y Nicolás-López, J. (2017). Carrera de orientación con códigos QR en Educación Física. *Espiral. Cuadernos del Profesorado*, 10(21), 132-139.
- Castañeda-Babarro, A., Gutiérrez-Santamaría, B., & Coca, A. (2022). Cambios en la cantidad e intensidad de la actividad física antes y después del confinamiento debido al covid-19. *Retos*, 46, 545–551.
<https://doi.org/10.47197/retos.v46.94091>
- Casterad, J., Lapetra, S. y Correas, G. (2000). *Actividades en la naturaleza*. INDE.
- Federación española de orientación (2012). *Reglamento de orientación 2012*.
Recuperado de:
<http://www.fedo.org/web/ficheros/competicion/opie/reglamentos/2012/Reglamento-Orientacion-2012.pdf>
- Federación Insular de Montañismo de Tenerife. (2023). *Tipos de Senderos*.
<https://www.fedtfm.es/tipos-de-senderos/>
- Gómez, A. (2008). El senderismo. *Actividad física organizada en el medio natural*. *Revista Wancaulen E. F. Digital*, 4, 131-141.
- Gómez-García, J., Sellés, S. y Ferriz-Valero, A. (2019). Flipped Classroom Como Propuesta en la Mejora del Rendimiento Académico y Motivación del Alumnado en Educación Física. *Kronos*, 18(2).
- Gómez-Varela, J. Río, D. y Rico, J. (2020). Reactivación de las actividades del turismo activo español hacia la “nueva normalidad” de la COVID-19: análisis documental sobre su regulación, recomendaciones, propuestas y protocolos. *Revista de Ocio y Turismo (ROTUR)*. 14(2). 1-22. ISSN-e 2695-6357. DOI: <https://doi.org/10.17979/rotur.2020.14.2.6583>

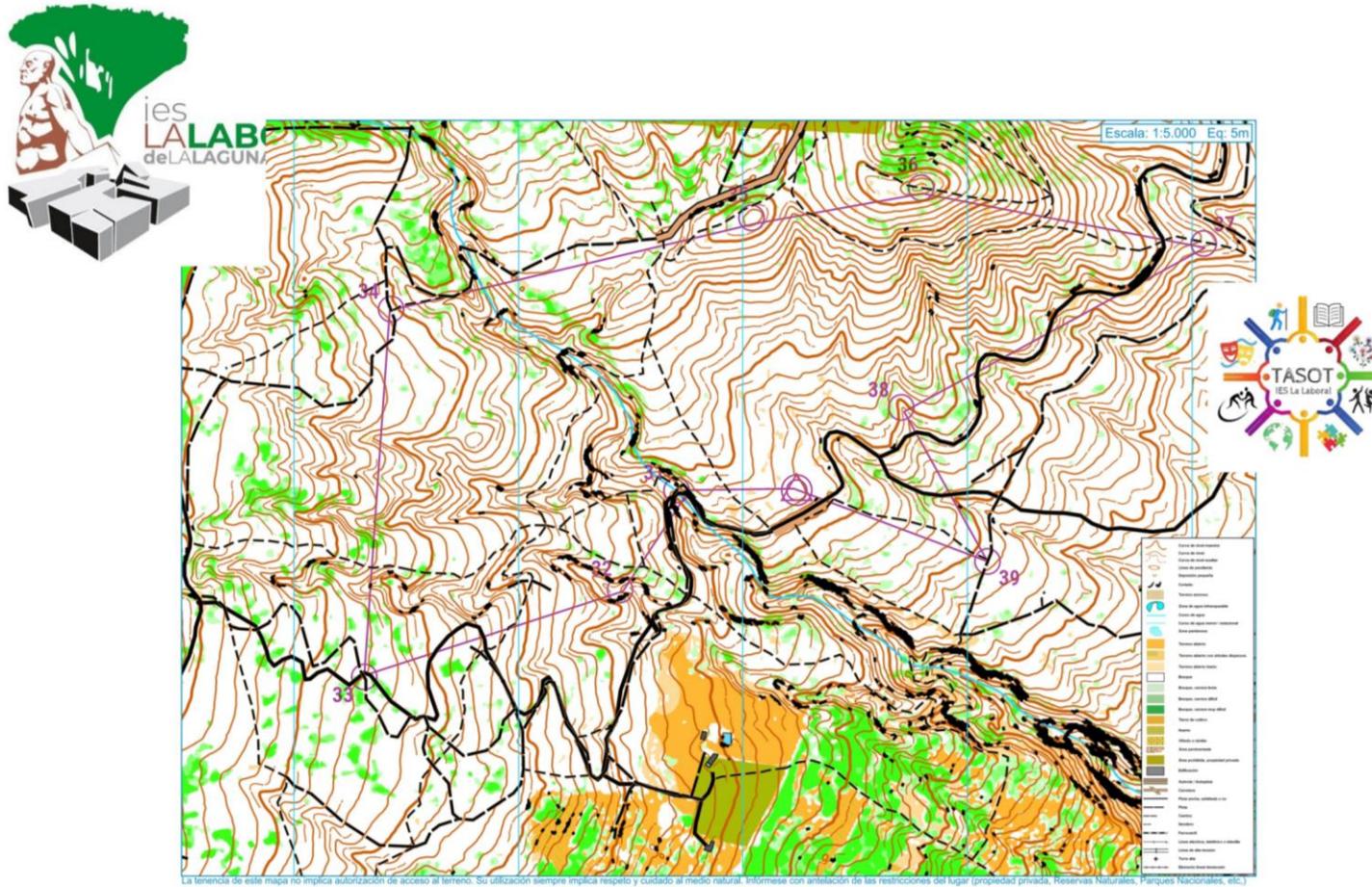
-
- Instituto Canario de Estadística (s.f). Turistas según lugares de residencia y tipos de viajero. Canarias por meses. Recuperado el día 30 de mayo de 2023 de https://www3.gobiernodecanarias.org/istac/statistical-visualizer/visualizer/data.html?resourceType=dataset&agencyId=ISTAC&resourceId=E16028B_000003&version=~latest#visualization/table
- Instituto Geográfico Nacional. (2023). Conceptos cartográficos. IGN & UPM-LatinGeo.
- Lage, M., Platt, G., & Treglia, M. (2000). Inverting the classroom: A gateway to creating an inclusive learning environment. *The Journal of Economic Education*, 31(1), 30–43. <http://doi.org/10.1080/00220480009596759>
- Ministerio de Agricultura, Alimentación y Medio ambiente (2023). <https://www.gobiernodecanarias.org/parquesnacionales/teide/es/infoespec/estadisticasdevisitantes/>
- Pérez, M. (2021). Flipped classroom en Educación Física, uso de las TIC en nuevas materias. *Revista Digital Docente*. <https://www.campuseducacion.com/blog/revista-digital-docente/flipped-classroom-en-educacion-fisica/?cn-reloaded=1>
- Prieto Martín, A. (2017). Flipped learning. Aplicar el modelo de aprendizaje inverso. *Revista de Medios y Educación*, 51. <http://dx.doi.org/10.12795/pixelbit>
- Rodríguez, U. B., Domínguez, A. & Rodríguez, M. (2018). El excursionismo, un acercamiento de la universidad a la sociedad en la educación de una cultura para el uso del tiempo libre en la provincia de Villa Clara. *Guantánamo, revista Cultura Física y Deportes de Guantánamo*. 8(especial).
- Sandoval, C.A. (2002). Investigación cualitativa. Programa de especialización en teoría, métodos y técnicas de investigación social. ARFO Editores.
- Santoyo, F. (2005). La carrera de orientación, un deporte para todos. *Juez de Línea, Temas Deportivos*. 197.
- Timón, L. M. & Hormigo, F. (2010). La Orientación Deportiva en el marco escolar. *Propuesta Educativa para la Educación Física*. Wanceulen Editorial Deportiva S.L.

Unión Internacional De Asociaciones De Guías De Montaña (2007). Código de ética profesional de los guías de montaña. Matsumoto. UIAGM.

X. ANEXOS

10. ANEXOS

Anexo I. Mapa de la carrera de orientación en las raíces.



Anexo II. Rubrica carrera de orientación

CONTENIDO A EVALUAR	ADECUADO	INSUFICIENTE
Entorno (5%)	El entorno elegido para el diseño de la carrera es correcto y tiene en cuenta el desnivel, amplitud y orografía.	No tiene en cuenta aspectos como la orografía, el desnivel o la amplitud del terreno.
Ubicación de las balizas (15%)	Las balizas están ubicadas en accidentes geográficos destacados y guardan coherencia entre ellos.	Las balizas están ubicadas de forma aleatoria y no guardan relación entre sí.
Itinerario elegido para su correcta ejecución (15%)	Respeto la orografía y la tiene en cuenta para acceder a las balizas.	No tiene en cuenta la orografía a la hora de alcanzar las diferentes balizas.
Tiempo de desempeño para la carrera (5%)	El tiempo elegido para realizar la carrera se ajusta al desnivel, orografía y distancia total.	El tiempo elegido para realizar la carrera es excesivo o demasiado ajustado.