

**IRAKASKUNTZA-GIDA**

2018/19

**Ikastegia**

135 - Hezkuntza eta Kirol Fakultatea. Jarduera Fisikoaren eta Kirolaren Zientzi

**Zikl.**

Zehaztugabea

**Plana**

GDEPOR10 - Jarduera Fisikoaren eta Kirolaren Zientzietako Gradua

**Ikastaroa**

2. maila

**IRAKASGAIA**

25796 - Naturako Jardueren Oinarriak

**ECTS kredituak:** 6

**IRAKASGAIAREN AZALPENA ETA TESTUINGURUA ZEHAZTEA**

Ikasgaia graduko bigarren kurtsoan agertzen da naturako jarduera fisikoen arloko sarrera gisa eta jarraipena laugarren mailako Aisialdiko Jarduera Fisiko eta Kirol Jardueren hautazko ikasgaietan dauka. Kanpo Praktiketara ere sakontzeko aukera badago.

Ikasleek eskuragarri diren jardueren bizipena izango dute hezkuntza eta aisiko testuinguruan profesionalki jarduteko; jarduerak segurtasunez eta antolakuntza egokiek ingurune fisikoaren errespetuz aurrera eramateko kapazitatuz.

**GAITASUNAK / IRAKASGAIA IKASTEAREN EMAITZAK**

**IKASGAIKO GAITASUNAK**

1. Proposamen desberdinetan parte hartuz natur jarduerak ezagutu, bizi eta baloratu.

APRENDIZAIAREN EMAITZA 1: Ikasleek orientabidean piraguan eta mendiko bizikletan oinarritako kontrol teknikoak lortuko du aisialdiko eta hezkuntza arloko baliabide bezala erabiltzeko.

2. Ikasgaiko gai zerrendari buruz ikaskuntza jarduerak modu teoriko eta praktikoa planifikatu, garatu eta ebaluatu eremu kurrikularraren barne eta kanpo aurrera eraman ahal izateko.

APRENDIZAIAREN EMAITZA 2: ikasleek mendiko zeharkaldi edo ibilaldi bat egoki planifikatzeko gai izango da bigarren hezkuntzako ikasle batzuentzako.

3. Natur jarduerak hezkuntza eremuan izan dezaketen aplikazio aukerak kontutan izateko jarrera kritiko eta hausnarkorra hartu.

APRENDIZAIAREN EMAITZA 3: ikasleek kirol jardueren ingurune fisikoan duten eragina ezagutuko du.

4. Natur jarduerak antolatze inguruak eskaintzen dituen baliabide eta zerbitzuak analizatu eta baloratu.

APRENDIZAIAREN EMAITZA 4: ikasleek bere inguruan dauden baliabide eta zerbitzu guztiak erabiltzeko gai izango da natur jarduera bat egiteko.

**ZEHARKAKO GAITASUNAK**

1.G021. Lan arloko bikaintasun eta kalitate ohiturak garatzea.

G021 Aprehentzia emaitzak:

1.1. Denboralizazioa kontutan hartuz zereginak autonomia handiago batez garatu eta exekutatu.

2.G018. Informazioaren eta komunikazioaren teknologiak (IKT) JFKZren esparruan aplikatzen jakitea.

G018 Aprehentzia emaitzak:

2.1. Dokumentu eta aurkepen eraginkorrak egiten dituzten testu prozesatzaile eta aurkepen programen (Power Point, Prezi...) funtzio aurreratuak eta irudi, soinua eta bideo programak erabiliz.

**EDUKI TEORIKO-PRAKTIKOAK**

**TEORIKOAK**

1.- Naturako jarduera fisikoa; kontzeptua eta bilakaera. Arriskua, ziurgabetasuna eta natura.

2.- Naturako jardueren ezaugarriak eta sailkapena. Arriskua, ziurgabetasuna, ingurunea eta prestakuntza.

3.- Naturako jardueretan parte hartzaileak. Motibazioak eta ezaugarri sozialak.

**PRAKTIKOAK**

1.- ORIENTABIDEA (7,5 Ordu)

2.- PIRAGUISMOA (7,5 Ordu)

3.- MENDIKO BIZIKLETA (7,5 Ordu)

**METODOLOGIA**

Eguraldia dela eta landa praktikak kurtso hasieran egingo dira; Asier Oiarbide irakaslea piragua eta orientabideko praktiketara arduratuz, Julen Idarreta irakaslea piraguako praktiketara eta Gorka Iturriagar irakaslea mendiko bizikletako praktiketara. Talde txikietan banatzea eta kopuru txikiagoak ikasleekiko eta ikaslearen arteko elkarrekintza bultzatzen du, irakaskuntza-aprehentzia prozesuaren jarraipen eta kontrola eta halaber ebaluaketa jarraia ahalbidertuz

Eskola magistralak eta mendiko jardueren baten planifikazioaren lana Asier Oiarbide irakaslearen ardura da. Ikasleek dokumentazioa, baliabideen bilaketa eta landa lanaren bidez ezagutza eta esperientzia proiektu errealean aplikatuko

du.

- G018 zeharkako gaitasuna ikasleak egin beharreko mendi ibilaldi bateko (bigarren hezkuntzako talde batentzako) planifikazioaren lanaren bidez ebaluatuko da.
- G021 zeharkako gaitasuna ikasleak egin beharreko mendi ibilaldi bateko (bigarren hezkuntzako talde batentzako) planifikazioaren lanaren bidez ebaluatuko da.

#### IRAKASKUNTZA MOTAK

| Eskola mota  | M  | S | GA   | GL | GO | GCL | TA | TI | GCA  |
|--|----|---|------|----|----|-----|----|----|------|
| <b>Ikasgelako eskola-orduak</b>                    | 20 |   | 15   |    |    |     |    |    | 25   |
| <b>Ikaslearen ikasgelaz kanpoko jardueren ord.</b> | 30 |   | 22,5 |    |    |     |    |    | 37,5 |

**Legenda:**

M: Maistrala                      S: Minteaia                      GA: Gelako d.                      GL: Laboratediko d.                      GO: Ordenaailuko d.  
GCL: P. klinikoa                      TA: Tailerra                      TI: Tailer Ind.                      GCA: Landa d.

#### EBALUAZIO-SISTEMAK

- Ebaluazio jarraituaren sistema
- Azken ebaluazioaren sistema

#### KALIFIKAZIOKO TRESNAK ETA EHUNEKOAK

- Garatu beharreko proba idatzia % 25
- Talde lanak (arazoen ebazpenak, proiektuen diseinuak) % 75

#### OHIKO DEIALDIA: ORIENTAZIOAK ETA UKO EGITEA

Ebaluaketa bi modutara egin daiteke:

Etengabeko ebaluaketa:

- Orientabideko, BTTko eta piraguako praktikan eskatutako mailan GAI, ebaluatzeko erabiliko da baina kalifikatzeko ez)
- Idatzizko galdera motzen edo test motako azterketan. (Notaren %25)
- Mendiko ibilbide baten (bigarren hezkuntzako talde batentzako) planifikazio lana, azterketarekin batera notaren (Notaren %75) suposatuko duena.

Eskatutako asistentzia kopuru minimoak beteko ez balitu ikaslea azken ebaluaketara pasatuko litzateke. Hiru atalak gainditzea beharrezkoa da.

Ikasleak etengabeko ebaluazioari uko egiten diola jasotzen duen idatzi bat aurkeztu beharko dio irakasgaiaren ardura duen irakasleari eta, horretarako, bederatzi asteko epea izango du, ikastegiko eskola egutegian zehaztutakoarekin bat lauhilekoa edo ikastur-tea hasten denetik kontaktzen hasita. Irakasgaiaren irakaskuntza gidan epe luzeagoa ezarri ahal izango da

Azken ebaluaketa:

- Orientabideko, piraguako eta BTTko azterketa praktikoan GAI
- Idatzizko galdera motzen edo test motako azterketan. (%25)
- Mendiko ibilbide baten (bigarren hezkuntzako talde batentzako) planifikazio lana, azterketarekin batera notaren %75 suposatuko duena.

Hiru atalak gainditzea beharrezkoa da.

Deialdiari uko egitea:

- 1.&#8211; Deialdiari uko egiten dioten ikasleek «aurkezteke» kalifikazioa jasoko dute.
- 2.&#8211; Etengabeko ebaluazioaren kasuan, deialdiari uko egin nahi dioten ikasleek kasuan kasuko irakasgaiaren irakaskuntza aldia bukatu baino, gutxienez, hilabete lehenago egin beharko dute eskaria. Eskari hori idatziz aurkeztu beharko zaio irakasgaiaren ardura duen irakasleari.
- 3.&#8211; Azken ebaluazioaren kasuan, azterketa egun ofizialean egin beharreko proba ez aurkezte hutsak ekarriko du automatikoki kasuan kasuko deialdiari uko egitea.

#### EZOHIKO DEIALDIA: ORIENTAZIOAK ETA UKO EGITEA

Azken ebaluaketa: orientabideko, piraguako eta BTTko azterketa praktikoan GAI, idatzizko galdera motzen edo test motako azterketan. (%25), mendiko ibilbide baten (bigarren hezkuntzako talde batentzako) planifikazio lana,

azterketarekin batera notaren %75 suposatuko duena. Hiru atalak gainditzea beharrezkoa da. Ikasleren batek ohiko deialdian atalen bat gaindituta izango balu, gainditutako atalaren nota gordeko zaio.

Deialdiari uko egitea: azken ebaluaketara aurkeztu ezean ikasleak deialdiari uko egiten diola ulertuko da eta EZ AURKEZTUA izango du.

## NAHITAEZ ERABILI BEHARREKO MATERIALAK

## BIBLIOGRAFIA

### Oinarrizko bibliografia

#### FAKULTATEKO LIBURUTEGIAN:

- Aycart, Carment (coord.) (1997). Guía de vías verdes. Madrid: Anaya.
- Aspas, J.M. (2000) Los deportes de aventura. Consideraciones jurídicas sobre el Turismo Activo. Zaragoza: Prames.
- Escuela Española de Alta Montaña. (2001). Certificado de iniciación al montañismo. Benasque (Huesca): Barrabes.
- Federación Vizcaina de Montaña (1991). Gorbea. Bilbao: FVM.
- Funollet, F. (1995). Propuesta de clasificación de las actividades deportivas en el medio natural. Apunts, 41, pp. 124-129.
- Funollet, F. (1995). Las actividades en la Naturaleza. Orígenes y perspectivas de futuro. Apunts, 41, 1995.
- Garbizu, J. (2013). Monterapia. Cuesta arriba se piensa mejor. Barcelona: Dièresis.
- Iturriza, Antxon.(1996). Biografía sentimental del montañismo vasco. San Sebastián: Orain.
- Lagardera, F. y Martínez, J.R. (1998). Deporte y ecología: la emergencia de un conflicto. En M. Garcia Ferrando y otros (comps). Sociología del deporte. Madrid: Alianza.
- Martínez de Pisón, E, Alvaro S. (2002). El sentimiento de la montaña: doscientos años de soledad". Madrid: Desnivel.
- Pérez de Tudela, César. (1996). Derecho de la montaña: consideraciones jurídicas en relación con el alpinismo, el esquí y otras actividades deportivas en la montaña. Madrid: Desnivel.
- Rebollo, S., Latiesa, M. (Eds.) (2002). Salidas profesionales en el campo del turismo deportivo. Málaga: IAD.

#### BTT

- Bueno, P. (1992). El libro del mountain bike. Madrid: Desnivel.
- Rey, Marco. (1992). Mountain bike : técnica y mantenimiento. Madrid: Totor.

#### ORIENTABIDEA

- Gómez, V. y otros. (1996). Deporte de Orientación. Madrid: Ministerio de Educación y Ciencia.
- Martin Kronlund et alt. (1987). Carrera de orientación: deporte y aventura en la naturaleza. Madrid: Penthalon.
- Martínez Osma, Angel. (1996) La práctica del deporte de orientación en centros educativos y deportivos. Madrid: Gymnos.

#### PIRAGÜISMOA:

- De Bergia, E. y otros. (1992). Iniciación al piragüismo. Madrid: Gymnos..

#### MENDIKO GIDAK:

- Alcalde, Iñaki (2008). Montes de Gipuzkoa. Bilbao: Sua.
- Angulo, Miguel, Eguluz, Malu. (2010). Gorbeia. Bilbao: Sua.
- Errazti, Alberto. (1990). Vuelta a Bizkaia : GR-123 y variantes. Bilbao: Sua.
- Feliu, Juan Mari. (1990). Navarra paso a paso. Bilbao: Sua.
- Gil-García, José Antonio. (1999). Montes de Araba. Bilbao: Sua
- Lobera, Joseba. (1997). Itinerarios por los montes alaveses. Ayuntamiento de Vitoria-Gasteiz.
- Martinez, Azucena et altres (1994). Montes de Bizkaia. Bilbao: Sua
- Varios autores (1988). Arabako bidaia ekologikoak. Vitoria: Gobierno Vasco.

### Gehiago sakontzeko bibliografia

#### Aldizkariak

##### ALDIZKARIAK

- El mundo de los Pirineos.
- Euskal Herria.
- Grandes Espacios.
- Pyrenaica.
- Soloremo
- Desnivel

## Interneteko helbide interesgarriak

### DOKUMENTU ELEKTRONIKOAK

- [www.desnivel.com](http://www.desnivel.com)
- [www.barrabes.com](http://www.barrabes.com)
- [www.efdeportes.com](http://www.efdeportes.com)
- García Ferrando, M., Llopis, R. (2011). Ideal democrático y bienestar personal. Encuesta sobre los hábitos deportivos en España 2010. Catálogo de publicaciones de la Administración General del Estado: Madrid.  
<http://www.csd.gob.es/csd/estaticos/dep-soc/encuesta-habitos-deportivos2010.pdf>

### INTERNETEKO HELBIDEAK

- <http://www.mendiak.net>
- <http://www.mendikat.net>
- <http://www.aemet.es>
- <http://www.eltiempo.es>
- <http://www.snow-forecast.com>
- <http://www.euskalmet.net>
- <http://www.ign.es/iberpix/visoriberpix/visorign.html>.
- <http://www.marenostrum.org/navegación/habiles/palistas72.pdf>.

## OHARRAK