



TÉCNICO SUPERIOR
EN ENSEÑANZA
Y ANIMACIÓN
SOCIODEPORTIVA

Actividades de ocio y tiempo libre

COORDINADOR

Juan Francisco Bellette Tapias



Autores

Coordinador

Juan Francisco Bellette Tapias

Máster Universitario en Gestión e Investigación de Programas Deportivos por la Universidad Camilo José Cela. Madrid. Licenciado en Ciencias de Actividad Física y Deporte por la Universidad de Zaragoza. Diplomado en Magisterio de Educación Física por la Universidad de Valladolid. Técnico Deportivo en Media Montaña Nivel II. Técnico Deportivo en Piragüismo. Experto en Escalada y Rapel y en Ciclismo de Montaña por la Junta de Castilla y León. Titulado como guía de Parques Nacionales. Técnico en Socorrismo y Salvamento Acuático. Actualmente es Profesor asociado en el Grado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte de la Universidad Camilo José Cela en las asignaturas de Actividad Física y Deporte en el Medio Natural, Deporte y Recreación y Turismo y Deporte. Imparte formación para Técnicos Deportivos de diferentes disciplinas deportivas en la Escuela Madrileña de Alta Montaña, así como en otras federaciones deportivas. Es gerente de una empresa de turismo activo, de la que es copropietario.

Autores

Paula Aguilera Latorre

Graduada en Educación Infantil con mención en observación y exploración del entorno por la Universidad de Valladolid. Técnico Superior en Educación Infantil. Ha realizado formación complementaria en Animación Infantil y Pedagogía del Juego al Aire Libre. Tiene experiencia como monitora de campamentos, educadora en actividades deportivas en la naturaleza y coordinación de campamentos y actividades de ocio educativo para niños y jóvenes.

Francisco Areces Corcuera

Doctor acreditado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte por la Universidad Camilo José Cela. Madrid. Entrenador nacional de tenis por la Real Federación Española de Tenis. Premio Nacional en Investigación en Medicina del Deporte, 2018. Profesor asociado en la Facultad de Educación y Salud de la Universidad Camilo José Cela y Coordinador de ciclo y profesor en Técnico Superior en Enseñanza y Animación Sociodeportiva en la Universidad Camilo José Cela. Madrid

Juan Francisco Bellette Tapias

Máster Universitario en Investigación de Programas Deportivos por la Universidad Camilo José Cela. Madrid. Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, Universidad de Zaragoza. Diplomado en Magisterio de Educación Física, Universidad de Valladolid. Técnico Deportivo de nivel 2 en media montaña y técnico en piragüismo, guía por itinerarios en ciclismo de montaña y experto en escalada y rápel por la Junta de Castilla y León. Gerente de una empresa de turismo activo de la que es propietario desde 2004, compagina el trabajo en su empresa con la formación en diferentes centros como la Universidad Camilo José Cela o la Escuela Madrileña de Alta Montaña. Madrid

Diana Ruiz Vicente

Licenciada en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte por la Universidad Politécnica de Madrid (UPM). Doctora en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte por la Universidad Camilo José Cela (UCJC). Madrid. Profesora de la Facultad de Educación y Salud de la Universidad Camilo José Cela (UCJC). Madrid

Índice

Capítulo 1

Planificación de proyectos de ocio y tiempo libre	15
1. Ocio y tiempo libre.....	16
2. Pedagogía del ocio	19
3. Fundamentos pedagógicos de la educación en el tiempo libre	21
4. Ocio inclusivo. La ocupación del tiempo libre en las personas con discapacidad	22
5. Planificación de proyectos de ocio y tiempo libre	23
6. Planificación de proyectos de ocio y tiempo libre para colectivos específicos.....	25
7. Metodología de la animación de ocio y tiempo libre. Estrategias y técnicas.....	27
8. Análisis de recursos y equipamientos de ocio y tiempo libre. Centros de ocio y tiempo libre	29
9. El papel del animador en las actividades de ocio y tiempo libre	36
10. Dinamización y coordinación de actividades de ocio y tiempo libre	38
11. Valoración del ocio y tiempo libre para la educación en valores	39

Capítulo 2

Organización de actividades de ocio y tiempo libre educativo	47
1. Pedagogía del juego. El valor educativo del juego.....	48
2. El juego	49
3. Uso del juego en la animación de ocio y tiempo libre	56
4. El juguete.....	57
5. Espacios de juego	66
6. Tipos de actividades lúdicas	69

7. Recursos lúdicos	72
8. Organización de espacios de ocio	73
9. Organización y selección de materiales para las actividades de ocio y tiempo libre.....	77
10. Prevención y seguridad en espacios de ocio y tiempo libre	79
11. Valoración de la importancia de la generación de entornos seguros en las actividades de ocio y tiempo libre	82

Capítulo 3

Implementación de actividades de ocio y tiempo libre	91
1. Animación y técnicas de expresión	92
2. Creatividad, significado y recursos	97
3. Aplicación de técnicas para el desarrollo de la expresión oral, plástica, motriz, musical y audiovisual	101
4. Realización de actividades para el desarrollo de la expresión	105
5. Juegos para el desarrollo de las habilidades sociales e intelectuales	111
6. Juegos para el desarrollo motor de la persona	115
7. Los talleres en la educación del tiempo libre.....	120
8. Aplicaciones de los recursos audiovisuales e informáticos en la animación de ocio y tiempo libre	123
9. Diseño de actividades para el ocio y tiempo libre, a partir de recursos y técnicas expresivas.....	126
10. Adecuación de los recursos expresivos a las diferentes necesidades de los usuarios	127
11. Diseño de actividades de ocio y tiempo libre normalizadas para personas con discapacidad.....	129

Capítulo 4

Realización de actividades de ocio y tiempo libre en el medio natural.....	137
1. Educación ambiental.....	138
2. Marco legislativo en las actividades al aire libre	153
3. Uso y mantenimiento de los recursos en el medio natural	154
4. Instalaciones para la práctica de actividades en el medio natural.....	157
5. Organización y desarrollo de actividades para el medio natural.....	161
6. Técnicas de descubrimiento del entorno natural	165
7. Análisis y aplicación de recursos de excursionismo	182
8. Actividades de orientación en el medio natural	191
9. Rutas y campamentos	194
10. Juegos y actividades medioambientales	202
11. Ecosistema urbano	205
12. Coordinación de los Técnicos en programas de ocio y tiempo libre: pautas de intervención para las actividades	207
13. Prevención y seguridad en las actividades de ocio y tiempo libre en el medio natural	208
14. Situaciones de emergencia en el medio natural	212

Capítulo 5

Desarrollo de actividades de seguimiento y evaluación de las actividades

de ocio y tiempo libre.....	223
1. Evaluación de proyectos de animación de ocio y tiempo libre.....	224
2. Técnicas e instrumentos para la realización de la evaluación en el ámbito del ocio y tiempo libre.....	227
3. Indicadores de evaluación.....	232
4. Elaboración y cumplimentación de registros de seguimiento	234
5. Elaboración de memorias e informes	236
6. Importancia de la transmisión de la información para el desarrollo de proyectos de animación de ocio y tiempo libre	238
7. Gestión de calidad en los proyectos y actividades de ocio y tiempo libre	240
 Soluciones “Evalúate tú mismo”	 247



ORGANIZACIÓN DE ACTIVIDADES DE OCIO Y TIEMPO LIBRE EDUCATIVO

Diana Ruiz Vicente, Juan Francisco Bellete Tapias

Sumario

1. Pedagogía del juego. El valor educativo del juego
 2. El juego
 3. Uso del juego en la animación de ocio y tiempo libre
 4. El juguete
 5. Espacios de juego
 6. Tipos de actividades lúdicas
 7. Recursos lúdicos
 8. Organización de espacios de ocio
 9. Organización y selección de materiales para las actividades de ocio y tiempo libre
 10. Prevención y seguridad en espacios de ocio y tiempo libre
 11. Valoración de la importancia de la generación de entornos seguros en las actividades de ocio y tiempo libre
- Resumen, glosario, ejercicios y test de evaluación

En este capítulo daremos las claves para **organizar actividades de ocio en el tiempo libre educativo** y el **valor pedagógico** que tiene el juego en el desarrollo de las personas. Revisaremos aspectos conceptuales como las **funciones del juego**, su **clasificación** o **evolución**. Posteriormente, veremos los **tipos de juguetes** según la clasificación ESAR, para continuar con los distintos **espacios de juego**, como ludotecas y parques de ocio. Para concluir hablaremos de las **normas de seguridad** y la importancia de establecer entornos seguros para la práctica de actividades de ocio y tiempo libre.

I. PEDAGOGÍA DEL JUEGO. EL VALOR EDUCATIVO DEL JUEGO

La **pedagogía del juego** se encarga de estudiar los beneficios del juego en el desarrollo de las personas. Es una actividad natural del ser humano y es especialmente importante en la vida de los niños.

Los **juegos** tienen un papel esencial en la educación y debemos plantearnos que son una excelente **forma de enseñanza**. Uno de los factores que más afectan y apoyan el valor educativo del juego es la **motivación** que tienen las personas cuando las actividades que planteamos son lúdicas.

El juego tiene ya un **valor educativo** intrínseco y no se considera solo un medio para conseguir objetivos o un mero recurso didáctico, sino que es un **objetivo educativo** en sí mismo (Figura 1).



Figura 1. El juego espontáneo tiene un gran valor educativo.



Los juegos tienen un papel esencial en la educación y debemos plantearnos que son una excelente forma de enseñanza.



Figura 23. Niña en piscina de bolas.

5.2. Parques infantiles de ocio: espacios abiertos y cerrados

Los **parques infantiles de ocio** suponen actualmente una opción en la que los niños pueden divertirse y tener oportunidad de jugar con otros niños. Estos parques suelen tener unos **servicios comunes** como:

- › Zonas donde se puede realizar juego libre.
- › Áreas en las se pueden llevar a cabo celebraciones de cumpleaños.
- › Servicio de restauración.

En el caso de los **parques infantiles de bolas**, que se han popularizado en los últimos tiempos para celebrar cumpleaños y eventos con niños, suelen ser espacios cerrados, que pueden tener también varios espacios de juego, dependiendo de las edades a las que estén dirigidos. En ellos suele haber estructuras para trabajar la motricidad (Figura 23).

En relación con los **parques infantiles de ocio en espacios abiertos**, tenemos parques que, aunque no son exclusivamente para niños, muchos de sus usuarios los son, como por ejemplo **parques de atracciones** o **parques acuáticos**.

Los **parques de atracciones** suelen ser recintos de grandes dimensiones, donde se encuentran un gran número de atracciones mecánicas, así como otras infraestructuras destinadas a la diversión, como zonas para actuaciones, pasacalles, talleres, etc. Dichos parques cuentan con espacios o zonas debidamente señalizadas para el uso de los niños, ya que en esas áreas se encuentran las atracciones diseñadas para estos usuarios. Poder acceder a una u otra atracción, depende normalmente de la edad del niño, su altura, así como si precisa el acompañamiento de un adulto (Figura 24).



RECUERDA QUE

Existen parques infantiles de ocio de una gran extensión, por ejemplo Micrópolis en Madrid, que es una ciudad infantil orientada al ocio educativo, en la que los niños pueden visitar 30 espacios en los que aprenden comportamientos laborales de los adultos, pero desde una perspectiva lúdica.



Figura 24. Atracción de sillas voladoras.



En cuanto a la animación teatral, no se trata de llevar a cabo una obra previamente planificada con una serie de recursos, tanto materiales como espaciales, amplios y costosos, sino de una forma de expresión que invita a la participación, a la espontaneidad y a potenciar nuestro desarrollo creativo.

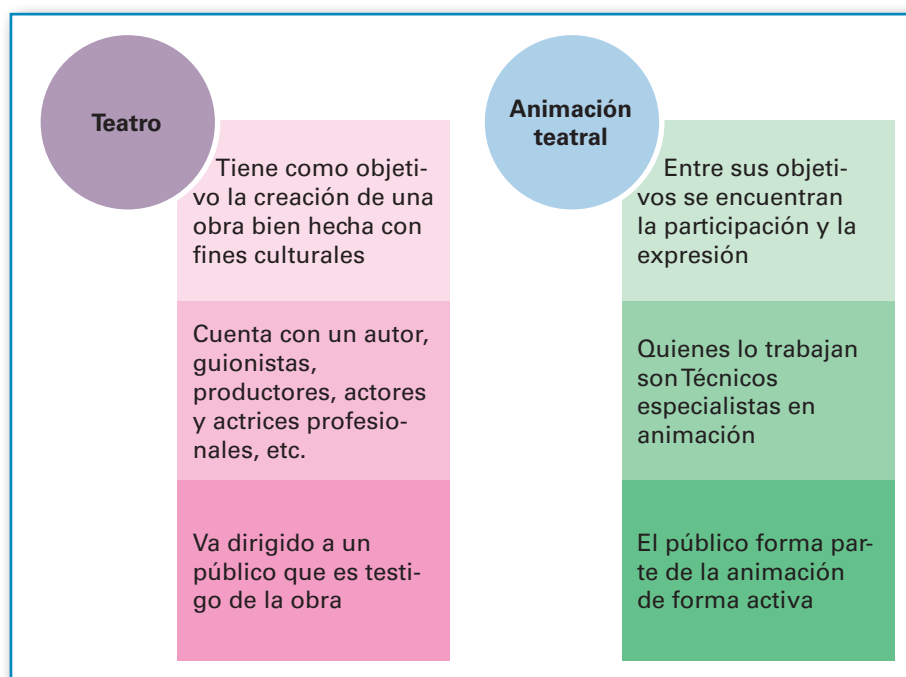


Figura 3. Diferencias entre teatro y animación teatral.

1.3. Aportes de la animación teatral

1.3.1. Animación teatral en niños

Practicar animación teatral con **niños de entre 3 y 8 años** aportará múltiples **beneficios** a su desarrollo corporal y cognitivo, ya que gracias a este tipo de animaciones conocerán mejor su cuerpo, así como sus posibilidades y limitaciones.

La **estimulación creativa** aumenta, ya que la animación teatral se basa en la improvisación y ayuda a crear imaginativamente un lugar, una situación y cómo se actúa en ella (Figura 4).



Figura 4. La animación teatral en niños ayuda a desarrollar su creatividad.



RECUERDA QUE

La expresión “¡mucha mierda!”, que es utilizada en argot teatral, tiene su origen en la época en la que al teatro se iba andando o a caballo, encontrar muchos excrementos de este animal en las inmediaciones significaba que había acudido mucha gente.



Podríamos afirmar, por tanto, que la creatividad es una capacidad innata en el ser humano para crear, imaginar e inventar, y que resulta necesario potenciar desde edades tempranas.

› **Piaget** (1964) define la creatividad como “la forma final del juego simbólico de los niños, cuando este es asimilado en su pensamiento”.

› **Para Getzels y Jackson** (1962): “La creatividad es la habilidad de producir formas nuevas y reestructurar situaciones estereotipadas”.

Podríamos afirmar, por tanto, que la creatividad es una capacidad innata en el ser humano para crear, imaginar e inventar, y que resulta necesario potenciar desde edades tempranas. Sin embargo, a medida que vamos creciendo, con frecuencia se pierde esa facilidad para crear; todo depende de la experiencia trabajando este aspecto.

Como hemos comentado, la creatividad es una capacidad innata, de la que se hace uso durante la niñez de forma totalmente natural. Las diferentes formas de juego invitarán a quienes las practiquen, sean niños, jóvenes o adultos, a crear, inventar, etc. En definitiva, a utilizar su creatividad durante el día (Figura 7).



Figura 7. El desarrollo de la creatividad es muy importante desde los primeros años de vida.

2.2. Periodos clave del proceso creativo

Dacey (1989) habla de momentos específicos en los que la creatividad necesita ser trabajada de manera más intensa:

› **Primer periodo crítico.** Los primeros 5 años de vida, etapa en la que se realiza el mayor desarrollo neuronal, especialmente durante el primer año y medio de vida.

› **Segundo periodo crítico.** Se produce entre los 11 y los 14 años estando en relación con la pubertad.

› **Tercer periodo crítico.** Desde los 18 a los 20 años, ya que comienza a centrarse en la edad adulta.



Las diferentes formas de juego invitarán a quienes las practiquen, sean niños, jóvenes o adultos, a crear, inventar, etc. En definitiva, a utilizar su creatividad durante el día.

A medida que van creciendo (5-6 años), la socialización con los iguales resulta más divertida y se tiende a participar más en las actividades.

A partir de estos matices podemos planificar y llevar a cabo diferentes actividades. A continuación mostramos ejemplos (Tabla 16):

Ejemplos de actividades de socialización

TABLA 16

Nombre	Déjate llevar	Edad	3-6 años
Espacio	Lugar muy grande y diáfano		
Materiales	Altavoz de música		
Desarrollo	En un altavoz sonarán canciones aleatorias y diversas. Los participantes deberán dejarse llevar por las sensaciones que les transmita la música. Todo será válido siempre y cuando se respete al resto de participantes. Podrán saltar, correr, tumbarse en el suelo e incluso bailar en grupo. No se pondrán limitaciones ni se cortará la expresión de ningún participante		

Nombre	La cara, reflejo del alma	Edad	5-8 años
Materiales	Pinturas de cara		
Desarrollo	Cada participante cerrará los ojos durante un par de minutos, buscando los sentimientos y emociones que se encuentran en su interior en ese preciso momento. Una vez finalizado el tiempo, cada uno cogerá pinturas de cara y se dibujará en su propio rostro aquello que exprese lo que siente. Todas las creaciones serán válidas. Desde rayas de diferentes colores hasta un personaje concreto. Al acabar, aquel que lo desee podrá compartir con el resto de los compañeros qué ha sentido, qué ha dibujado y cómo se siente		

9.2. Ventajas de realizar actividades a través de recursos y técnicas expresivas

- › Aprendizaje de forma lúdica.
- › Potenciar el desarrollo de las diferentes expresiones.
- › Facilitar la participación en actividades de expresión de forma autónoma.
- › Ayudar a la socialización y compartir de emociones con iguales.

10. ADECUACIÓN DE LOS RECURSOS EXPRESIVOS A LAS DIFERENTES NECESIDADES DE LOS USUARIOS

Los **recursos expresivos** siempre deberán tener muy presentes una serie de ítems que nos indicarán si son adecuados a los usuarios de estas.



RECUERDA QUE

Previamente a llevar a cabo una actividad siempre debemos planificar la edad a la que va dirigida, etapa madurativa en la que se encuentran, lugar en el que se va a realizar y los gustos y preferencias.

actitudes que promueven un comportamiento dirigido hacia la transformación superadora de esa realidad, tanto en sus aspectos naturales como sociales, desarrollando en el educando las posibles habilidades y aptitudes necesarias para dicha transformación, así como también hace uso de elementos didácticos para cubrir necesidades ambientales y mejorar el entorno" (Figura 1).



Figura 1. La acumulación de productos de plástico en el medioambiente produce efectos adversos sobre la vida silvestre.



RECUERDA QUE

El cambio climático hace referencia a una variación del clima generada por la acción del ser humano. Este cambio es producido por el proceso conocido como efecto invernadero, que provoca el llamado calentamiento global.

AMPLÍA TUS CONOCIMIENTOS

El término **educación ambiental** surge a finales de la década de los años cincuenta del siglo xx cuando el naturalista Thomas Pritchard sugiere el cambio de **educación para la conservación** por el de **educación ambiental**, con el que pretendía de esta manera aunar el conocimiento de las ciencias naturales con el de las ciencias sociales, anticipándose así al problema de que la sociedad empezaría a ser consciente un par de décadas después y apuntando a una de las posibles soluciones: la educación.

No es hasta la década de los años setenta del siglo xx cuando en el mundo desarrollado empezamos a tomar conciencia de los **problemas medioambientales**. Acontecimientos como la destrucción de la

**RECUERDA QUE**

La envoltura gaseosa de la atmósfera es la que permite el desarrollo de la vida tal y como lo concebimos actualmente.



Figura 11. Capas de la atmósfera.

miento o enfriamiento del aire que resulta del intercambio de calor entre la atmósfera y la tierra. La temperatura indica en valores numéricos el nivel de energía interna que se encuentra en un lugar en ese momento.

La temperatura se mide con los **termómetros o termógrafos** y se gradúan con diferentes escalas, las más habituales suelen ser la centígrada o Celsius, expresada °C, la Fahrenheit, expresada °F y la absoluta o Kelvin, expresada °K.

Los **grados centígrados** son el resultado de dividir en 100 partes el intervalo entre la temperatura del hielo fundente, 0° y la temperatura del agua en ebullición, 100°.

Variación de la temperatura con la altitud

Por norma general, a medida que ascendemos, la temperatura va bajando. A este concepto se le conoce como **gradiente térmico**. Cuando el aire es seco, la temperatura suele descender en torno a 1 grado centígrado cada 100 metros; cuando el aire está cargado de humedad, la temperatura suele descender en torno a 0,5 grados cada 100 metros. Estas diferencias suelen darse por procesos de cambio de estado el agua, lo que produce intercambios de energía calorífica. El valor medio estimado se sitúa en torno a los 0,65 °C.

**RECUERDA QUE**

Tenemos constancia de la existencia de aire, aunque sea muy enrarecido, a altitudes de 300 km.



Figura 18. Crear un ambiente distendido genera cercanía, pero cuidado con dar la espalda o colocarte de manera demasiado informal, en algunas circunstancias se puede interpretar como falta de profesionalidad o poco interés.



RECUERDA QUE

La escucha activa es una forma de comunicación que demuestra al hablante que el oyente le ha entendido. Implica, asimismo, entre otros aspectos, ofrecer disponibilidad y mostrar interés por la persona que habla. Para realizarla de manera correcta se pueden entrenar las técnicas y estrategias adecuadas.

5. ORGANIZACIÓN Y DESARROLLO DE ACTIVIDADES PARA EL MEDIO NATURAL

A la hora de organizar y llevar a cabo cualquier tipo de actividad, debemos conseguir que esta se desarrolle en **condiciones de seguridad y de satisfacción** para los participantes.

Podemos distinguir, por tanto, al menos, dos **momentos**: organización y desarrollo; pero no podemos dejar de lado la prospección, la información previa o la evaluación del proceso (Figura 19).

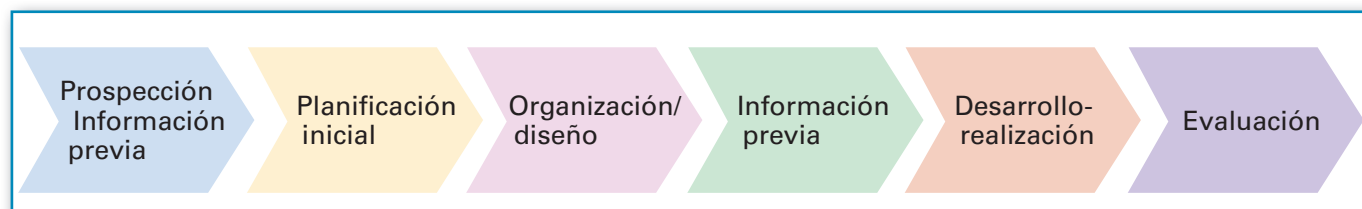


Figura 19. Fases para la realización de una actividad en el medio natural.

5.1. Prospección

Aunque se trata de una fase que podemos y debemos realizar en varios momentos, haber realizado una buena prospección o conocer las características de la zona nos ayudará mucho para la siguiente fase, ya que podremos trabajar en ella sobre una base que facilita el trabajo.



Nombre: Pirámide alimenticia.

Materiales: ninguno

Lugar de práctica: exterior/interior

Edad recomendada: a partir de 6 años

Mensaje: un ecosistema necesita más productores que consumidores.

Introducción: las plantas recolectan la energía solar a través de la fotosíntesis y otros animales (los herbívoros) aprovechan esa energía al comer plantas. Los depredadores reciben su parte de energía por comer los herbívoros. Las plantas son los productores y los animales los consumidores de la energía.

Desarrollo de la actividad: sin explicar en adelante la actividad, pedimos que cada participante escoge su animal o planta favorita del lugar. Generalmente, ellos escogerán animales en vez de plantas y depredadores grandes en vez de insectos u otros animales pequeños. Está bien.

Una vez que lo han hecho, construimos una pirámide alimenticia con los participantes. Las plantas estarán al fondo, con los primeros consumidores encima, y los depredadores en el segundo o tercer nivel. Para evitar hacernos daño, evitamos ponernos totalmente encima de los compañeros. Es suficiente que los del primer nivel se pongan de rodillas, los del segundo nivel ponga sus manos encima de los hombros del primer nivel, etc.

De inmediato el problema con la pirámide se detectará: ¡no hay suficientes plantas para sostener una grande cantidad de depredadores!

Podemos preguntar cómo mejorarían la pirámide para que funcione y si tienen edad suficiente, plantearles el problema que puede tener el planeta si los humanos, el principal depredador, agota sus recursos.

II. ECOSISTEMA URBANO

Muchos de los programas de ocio y tiempo libre que se llevan a cabo hoy en día lo hacen en **entornos urbanos**. Los denominados **campamentos urbanos**, por ejemplo, son programas que se desarrollan casi en su totalidad en ciudades o pueblos, por lo que resulta muy interesante incluir actividades de educación ambiental adaptadas al entorno en el que se desarrollen.

Aproximadamente el 4 % de la superficie terrestre está ocupado por ciudades, pueblos u otro tipo de construcciones donde vivimos 2.700 millones de personas. Esto crea una comunidad biológica diferente donde predomina la especie humana: el **ecosistema urbano**.



Aproximadamente el 4 % de la superficie terrestre está ocupado por ciudades, pueblos u otro tipo de construcciones donde vivimos 2.700 millones de personas. Esto crea una comunidad biológica diferente donde predomina la especie humana: el ecosistema urbano.

RESUMEN

- ✓ A lo largo del presente capítulo hemos hecho un recorrido por las principales cuestiones que debemos tener en cuenta en la **realización de las actividades de ocio y tiempo libre en el medio natural**.
- ✓ Hemos visto de manera sencilla las **características del entorno** que nos rodea, sea este un **ecosistema natural** o **urbano** y la importancia del **trabajo de la educación ambiental** para hacer frente a los retos de **conservación** de la sociedad actual.
- ✓ Otro aspecto al que hemos hecho referencia es **regulación normativa**, tanto de las leyes de juventud como de los espacios e instalaciones donde realizamos las actividades.
- ✓ Cuestiones como el **manejo de técnicas específicas**, la **conducción de grupos**, los **recursos de senderismo y excursionismo**, el **mapa y brújula** o el **montaje de campamentos** en el medio natural son de gran importancia en los programas de ocio y tiempo libre.
- ✓ Para finalizar, hemos visto las cuestiones más importantes referidas a la **seguridad** en las actividades de estas características: **prevención y actuación** en caso de accidentes o incidentes en actividades en el medio natural.

G L O S A R I O

Cambio climático: se define como la variación en el estado del sistema climático que perdura durante periodos de tiempo suficientemente largos hasta alcanzar un nuevo equilibrio.

Capa de ozono: zona de la estratosfera terrestre que contiene una concentración relativamente alta de ozono. Esta capa, que se extiende aproximadamente de los 15 km a los 50 km de altitud y absorbe del 97 al 99 % de la radiación ultravioleta, reduciendo así parte de los perjuicios que esta radiación puede provocar en la tierra.

Cordino: cuerda más delgada de lo normal, pero de gran resistencia.



EJERCICIOS

- › E1. Atendiendo a conceptos de gradiente térmico, elige 10 ciudades o pueblos españoles que se encuentren separados por unos 100 metros de altitud. Por ejemplo, Almería está a 0 metros de altitud sobre el nivel del mar y el Segovia se encuentra a 1.100 metros de altitud sobre el nivel del mar. Averigua la temperatura media de las localidades que elijas y comprueba si se cumple la norma del gradiente térmico. En caso de no cumplirse, ¿sugieres algún motivo?
- › E2. Busca las leyes la comunidad autónoma que elijas que hagan referencia a las actividades de ocio y tiempo libre y las actividades al aire libre y haz un breve resumen de cada uno de los apartados a los que hace referencia. Si tienes oportunidad, júntate con un compañero o compañera que haya elegido otra comunidad y comparad en un cuadro resumen esos apartados para encontrar similitudes o diferencias entre una comunidad autónoma y otra.
- › E3. Por grupos, realizad un pequeño plan de evacuación del aula en el que os encontráis y ponerlo en práctica con el resto de los compañeros. Si es posible, podéis implicar a otros cursos e incluso a la dirección del centro, pudiendo facilitar su plan de evacuación para compararlo con el que habéis elaborado vosotros.
- › E4. Busca en la web del Instituto Geográfico Nacional una zona que decidas descarga el mapa correspondiente en escala 1:25000. Imprime una parte del mapa y busca referencias en los marcos, o el kilometraje de alguna carretera, aplica la escala numérica y comprueba si es correcta. Si no lo fuera, elabora tu propia escalada con la ayuda de una regla. Con una regla de 3 simple podrás realizar este proceso. Después puedes imprimir la parte del mapa en la que aparece la escala gráfica y comprobar si lo has hecho de manera correcta.
- › E5. Colocaos por parejas. En el mismo mapa que has descargado, busca dos lugares y saca un rumbo con brújula de uno a otro, de A a B. Calcula también la distancia entre ellos. Una vez que los has hecho, dale a tu compañero la localización de uno de esos, solo A y dile el rumbo que te salía y la distancia hasta ese lugar. Tu compañero debe averiguar el lugar (punto B) sobre el que has calculado rumbo y distancia. Podéis repetir este procedimiento varias veces.
- › E6. Piensa en una excursión que quieras hacer con tus compañeros de clase, amigos, familia, etc. Crea con la herramienta MIDE una ficha sobre la ruta y valora si según sus datos, es recomendable hacerla con el grupo previsto.
- › E7. Diseña alguna actividad para trabajar la educación ambiental en el ecosistema urbano que tenga por objeto, fundamentalmente, tomar conciencia del alto consumo de energía y la generación de residuos.



EVALÚATE TÚ MISMO

1. ¿A qué concepto hace referencia la siguiente definición “capacidad de captar estímulos del exterior y emitir respuestas consecuentes a estos”?:

- ☐ a) Nutrición.
- ☐ b) Relación.
- ☐ c) Reproducción.
- ☐ d) Ninguna de las respuestas anteriores es correcta.

2. Señala cuál de estas actividades no es una variable que afecte a la biodiversidad:

- ☐ a) Clima.
- ☐ b) Suelo.
- ☐ c) Tamaño.
- ☐ d) Altitud.

3. ¿Cómo se denomina la capa del planeta que es transición al espacio exterior?:

- ☐ a) Exosfera.
- ☐ b) Ionosfera.
- ☐ c) Troposfera.
- ☐ d) Atmósfera.

4. ¿Cuál de las siguientes medidas para reducir el impacto de las acampadas o vivac crees que no reduciría tal fin?:

- ☐ a) En caso de ser un grupo numeroso, dividir el grupo.
- ☐ b) Reducir el tiempo y volumen de las veladas si las hacemos. Poner una hora de silencio absoluto.
- ☐ c) Cambiar la tienda de sitio si pasamos más de dos noches en el mismo lugar.
- ☐ d) Mover ramas o piedras para tener más comodidad.

5. En las actividades en las que hay desplazamiento, el ritmo de progresión se debe adaptar a:

- ☐ a) Los participantes con menor capacidad.
- ☐ b) A los participantes que pueden ir más rápido para no retrasar al grupo.
- ☐ c) Debemos buscar un equilibrio entre los más rápidos y los más lentos.
- ☐ d) Al que el responsable considere para no retrasar la actividad.

6. ¿A qué elemento de orientación hace referencia la siguiente definición “representación esquemática, en dos dimensiones y a determinada escala, de un terreno, una población, etc.”?:

- ☐ a) Mapa.
- ☐ b) Plano.
- ☐ c) Croquis.
- ☐ d) Plano cordal.



SOLUCIONES EVALÚATE TÚ MISMO



http://www.aranformacion.es/_soluciones/index.asp?ID=42