

ACCIÓN FORMATIVA “DEPORTES DE AVENTURA TERRESTRES” (40 HORAS) Malpartida de Plasencia

Presentación

Acción formativa de 40 horas teórico-prácticas que pretende dar a conocer los distintos deportes de aventura terrestres (escalada en rocódromo, orientación y multiaventura).

Se realizará durante 5 jornadas, sábados en jornada de mañana y tarde.

Contenidos:

- Introducción a los deportes terrestres de aventura (escalada en rocódromo, orientación y multiaventura)
- Movimientos de escalada vertical y boulder.
- Escalada en top-rop asegurando con elemento mecánico (gri-gri). Uso de la brújula y mapa para dinamización de actividades.
- Nudos y su aplicación.
- Montaje de diferentes actividades multiaventura en instalaciones y al aire libre.

Metodología:

La metodología principal va a ser el descubrimiento guiado apoyándose en lecciones magistrales y resolución de problemas.

En el aula:

- Explicación del material específico que se usa para el desarrollo de las actividades (individual y colectivo).
- Explicación sobre el uso específico de cada material. Saber el uso de cada uno y su función.
- Realización de planteamientos prácticos en papel sobre cómo organizar y transportar el material.
- Creación de fichas para el inventariado y control del estado de los materiales.
- Seguridad preventiva y activa en las actividades de multiaventura.

En el medio natural:

- Reconocimiento y valoración de los lugares donde se pueden realizar las actividades.
- Reconocimiento y valoración del estado del material.
- Uso y utilidad de cada material.
- Distintas técnicas de progresión y manejo del material.
- Casos prácticos en los distintos escenarios:

- Planteamiento de diferentes situaciones desde lo sencillo a lo complejo.
- Creación de dinámicas con grupos reducidos y grandes grupos.
- Desplazamientos individuales y grupales.
- Preparación logística tanto a nivel individual como grupal.
- Ayudar en un caso de emergencia.

Destinatarios

Población en general y personas interesadas desde 16 años de Monfragüe y su Entorno, **hasta un máximo de 12 participantes.**

Lugar de impartición, fechas y horario

Malpartida de Plasencia (Casa de Cultura), los días 21 y 28 de octubre y 4, 11 y 18 de noviembre de 2023 (sábados) de 10:00 a 14:00 horas y de 16:00 a 20:00 horas.

Salidas prácticas en el medio natural.

Inscripciones

Las hojas de inscripción debidamente cumplimentadas y firmadas, acompañadas de fotocopia del DNI y certificado de empadronamiento pueden entregarse en la sede de ADEME (C/Martín Chamorro, 7, 10.680 Malpartida de Plasencia) o por correo electrónico: promocion@ademe.info

Plazos de inscripción:

- Desde las 9:00 horas del 25 de septiembre hasta las 15:00 horas del 17 de octubre de 2023. Se publicará el listado de admitidos el 18 de octubre de 2023 en <https://ademe.info/leader/formacion/>

12 plazas por riguroso orden de entrada de solicitudes en el registro de ADEME.

