

"RUTAS POR CANTABRIA"

Proyecto de grupo de senderismo



1. INTRODUCCIÓN

Dentro del Proyecto de Salud del IES Nueve Valles e impulsado por un pequeño grupo de profesores, ha surgido la iniciativa de crear un grupo de senderismo para realizar diferentes marchas de senderismo o de bicicleta de montaña por diversas zona de nuestra Comunidad.

Estas marchas se organizarán los domingos por la mañana, una vez al mes, con itinerarios variados y de diferente duración e intensidad.

La coordinación de esta actividad está a cargo de profesores de los Departamentos de Educación Física y de Biología y Geología.

2. DESTINARIOS DE LAS ACTIVIDADES DEL PROYECTO

Esta actividad se dirige a toda la comunidad educativa del centro: alumnos de todos los niveles, padres y madres y otros familiares, personal docente y no docente e incluso amigos y amigas de miembros de la comunidad educativa del IES Nueve Valles.

Para dar a conocer esta actividad y dinamizar a la comunidad educativa, disponemos de un grupo de alumnos que se encargarán de elaborar e instalar un cartel informativo de las salidas a realizar, así como una exposición de fotos de rutas realizadas en los espacios que indique la profesora responsable de Dinamización.

3. OBJETIVOS

La mayoría de los objetivos de este proyecto están relacionados con el fomento de la actividad física en la naturaleza y el desarrollo de habilidades personales, el respeto y la conservación del medio ambiente y dar a conocer el patrimonio cultural y paisajístico de nuestra región. Se concretan en los siguientes:

- Habituarse a las salidas a la naturaleza y conocer las posibilidades que brinda.
- Conocer en el medio natural los diferentes tipos de marcha y desplazamiento.
- Reforzar las diferentes cualidades físicas mediante de la marcha en el medio natural.
- Motivar al alumnado hacia la conservación del medio ambiente y, en su caso, a mejorarlo.
- Fomentar la interrelación entre los alumnos y alumnas de los cursos que participan en la salida, así como de estos con los profesores, padres y madres, y monitores encargados de la salida.
- Enseñar y fomentar la responsabilidad del alumnado en lo que se refiere a su propia salud y bienestar.
- Implicar a los alumnos y alumnas en la preparación de las distintas salidas, favoreciendo así su participación activa en estas actividades.
- Fomentar la participación tanto de alumnos como alumnas, así como padres y madres, favoreciendo así la coeducación tanto en el entorno escolar como en la sociedad en general.
- Comprometer al alumnado y, en cierta medida a las familias, a unos hábitos saludables de vida relacionados con la planificación de nuestro tiempo libre.

- Mejorar la capacidad de esfuerzo y trabajo de nuestro alumnado, concretamente que el alumnado sea capaz de esforzarse físicamente para conseguir mejorar su estado de bienestar físico.
- Conocer distintos paisajes de Cantabria, favoreciendo así el conocimiento del patrimonio natural y cultural de Cantabria.
- Fomentar el uso de la bicicleta como método de transporte alternativo y sostenible, así como para disfrutar de este deporte.
- Fomentar el uso de las nuevas tecnologías a través de la búsqueda de información para planificar las actividades, la publicación de datos de las rutas en diferentes blogs del Centro, así como en la página web del Centro.

Con estos objetivos pretendemos, entre otras cosas, ayudar a nuestro alumnado en la adquisición de competencias en los siguientes ámbitos:

- La actividad física y el deporte.
- El desarrollo de habilidades personales.
- El conocimiento y respeto al patrimonio natural y cultural y los principios del desarrollo sostenible.
- La educación para la convivencia.

4. PROCEDIMIENTOS Y PROPUESTA DE ACTIVIDADES PARA EL DESARROLLO DE OBJETIVOS

Para el presente curso, la propuesta de actividades de rutas de senderismo y marchas en bicicleta es la siguiente:

- Realizar una salida o ruta de senderismo con una periodicidad mínima de 1 vez al mes por los alrededores de Puente San Miguel y por otros valles limítrofes.
- Intercaladas entre las anteriores, realizaremos rutas en bicicleta, con las siguientes características:
 - Unas veces, rutas en bicicleta por los alrededores de Puente San Miguel, de dificultad sencilla para que cualquier persona vinculada con el centro pueda participar en ellas.
 - Otras rutas por los alrededores de Puente San Miguel de dificultad media, para lograr que participen en las mismas personas que tengan un nivel de exigencia mayor y además poder ofertar otros recorridos alternativos por los alrededores.
- Comunicar en los espacios de dinamización cultural del instituto las informaciones tanto de las salidas a realizar como de las realizadas: planos de la zona a visitar, perfil de la ruta, dificultad de la misma, fotos de rutas ya realizadas... Para ello se contará con la colaboración de los alumnos.