

## GUÍA EN EL MEDIO NATURAL Y EN TIEMPO LIBRE

Este ciclo formativo de Grado Medio, habilita para una serie de competencias generales y profesionales, personales y sociales, relacionadas con las actividades en el Medio Natural y el Tiempo Libre (<https://www.boe.es/eli/es/rd/2020/02/25/402>). Estas competencias están alejadas de los conocimientos de los deportes más usuales como son el fútbol o el baloncesto. Esto supone que es recomendable que el alumnado conozca, entienda y asuma una serie de características de estas actividades, para poder aprovechar de la mejor forma posible este Grado Medio.

- **MEDIO INESTABLE.** El medio natural y las actividades que se realizan dentro de este ciclo formativo, no están exentas de peligro debido, por ejemplo, la inestabilidad del terreno, la vegetación, factores meteorológicos o incluso fauna de determinadas zonas. Esto son ejemplos de situaciones que nos pueden ocasionar riesgos y que en caso de accidente o materialización de algún peligro, es imposible conocer cual puede ser su gravedad.
- **INTERÉS Y PASIÓN** por las actividades en el Medio Natural. Muchas de las horas del ciclo formativo son actividades relacionadas con el senderismo, la bicicleta, la equitación, la escalada, el descenso de barrancos, las actividades acuáticas en medio natural..., por lo que el disfrute realizando estas actividades es la mejor forma para asegurar un buen aprendizaje. Sin este interés será difícil alcanzar las competencias que exige el marco legislativo. (Sería recomendable estar en vuestro tiempo libre también en contacto con el medio natural).
- **NIVEL DE CONDICIÓN FÍSICA ACEPTABLE.** Aunque no todas las semanas se realizan salidas, es cierto que tendrás que realizar actividad en bicicleta, de orientación, de piragua o de nado en aguas abiertas y no va a haber la posibilidad de decir “otra vez montar en bici” o “mañana no voy”. Es un ciclo que supone un esfuerzo físico, que a lo largo del curso será progresivo, pero que deberéis estar dispuesto a mejorarlo en vuestro tiempo libre. Hay que indicar que hay pruebas físicas que en diferentes módulos, en las cuales hay que alcanzar un rendimiento físico mínimo establecido de antemano que explicarán al principio del curso.
- **ESTADO DE SALUD ÓPTIMO.** Es recomendado y necesario que nuestro estado de salud sea adecuado y nos permita realizar las prácticas de forma regular. Es un cuestión básica de seguridad individual y grupal. Esto no quiere decir, que si tenemos algún inconveniente físico a lo largo del curso, tenga que abandonar el curso.
- **NIVEL TÉCNICO MÍNIMO RECOMENDADO.** Es un ciclo en el que se realizan diferentes actividades, siendo importante tener un nivel técnico y coordinativo adecuado. Por ejemplo, si no tenemos un dominio mínimo de la bicicleta o de natación y no estamos dispuestos a utilizar nuestro tiempo libre para mejorar ese dominio, quizá sea mejor no realizar este ciclo, no porque no nos vaya a gustar, sino por una cuestión de seguridad. No son módulos enfocados a aprender a nadar o aprender a montar en bicicleta.

- **NO EXENTO DE CONTENIDO COGNITIVO.** Es decir, también deberemos preparar y dominar cierto contenido como pueden ser las partes de la bicicleta, las escalas, las coordenadas UTM, contenido necesario para conseguir las competencias, lo que supone cierta base matemática y de lengua.
- **INDUMENTARIA Y MATERIALES.** Los diferentes módulos del ciclo formativo son materias o actividades muy específicas y cada una de ellas supone utilizar un material determinado para esas actividades. Aunque ciertas actividades y materiales serán facilitados por el centro, también es cierto que el alumnado tendrá que adquirir cierto material mínimo en función de cada uno de los módulos, por lo que recomendamos que lean el archivo de material obligatorios y recomendados (archivo que es orientativo y que no será definitivo hasta el principio del curso escolar).
- **ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES.** Debido a las características particulares de las diferentes actividades y que las mismas, para su desarrollo en algunos casos suponen un transporte largo hasta el lugar donde se realizará la actividad, no todas las actividades se realizarán dentro del horario escolar establecido en el centro. Por lo que deberemos estar predispuestos a realizar actividades más allá del horario escolar establecido. Además, algunas de estas actividades supondrán una pernocta fuera del domicilio habitual y coste económico extra, añadido.
- **TRANSPORTE A LAS ACTIVIDADES.** En un gran número de actividades el alumnado tendrá que desplazarse al lugar de realización de la actividad por sus propios medios. Otras ocasiones, quizá tengan que costear parte del transporte.
- **RESPONSABILIDAD, COMUNICACIÓN Y ATENCIÓN A GRUPOS.** Las competencias que se van a adquirir en este ciclo formativo, están directamente relacionadas con la responsabilidad que supone dirigir y guiar a un grupo por un medio natural, que como debemos tener en cuenta es inestable. Esta **RESPONSABILIDAD**, para ser capaz de realizar una actividad de forma segura, es fundamental a lo largo de la formación. Unido a esta responsabilidad, se encuentran otras habilidades, como por ejemplo, la comunicación y la gestión de grupos.
- **IMPLICACIÓN EN TU TIEMPO LIBRE.** Este aspecto es fundamental. Los podemos llamar deberes, obligaciones... pero será fundamental que en vuestro tiempo libre dediquéis tiempo a la preparación de rutas, reconocimiento de itinerarios, puesta a punto vuestras bicicletas, mejora de las habilidades y de la condición física, mejora de las habilidades específicas como las técnicas de natación...

Y recordar la **ACTITUD POSITIVA**, no solo suma, si no que multiplica. Si estás dispuesto a realizar el esfuerzo y sacrificio que supone esta serie de características, adelante, estaremos deseando conocerte, convivir y compartir nuestras experiencias en el Medio Natural. Y si no, tranquilo, hay muchísimos Ciclos Formativos interesantes que se ajustarán a tus características.

<b>MATERIALES OBLIGATORIOS ( a principio de curso se especificarán algunas características de los materiales por parte del profesor del módulo)</b>				
<b>1º</b>	<b>Guía de baja y media montaña</b>	Mochila de montaña 35 y 40 (condicionada por el material adicional)	Calzado adecuado de senderismo o trekking	Material de protección ( gorra, gafas, gorro, guantes...)
		Chaqueta impermeable	Camiseta, pantalones, calcetines sintéticos ( evitar el algodón)	Brújula y cordino de 6 mm-3 metros (también se usará en 2º)
<b>1º</b>	<b>Técnicas de equitación y guía ecuestre</b>	Material específico de monta (pantalones y botas)	Casco (recomendable por cuestiones higiénicas).	Guantes ( recomendables).
<b>1º</b>	<b>Guía de bicicleta</b>	Bicicleta BTT en perfecto estado. No se admiten bicicletas eléctricas.	Multiherramienta, trochacadenas, 2 cámaras adecuadas para tu bicicleta, bomba, parches y desmontables.	Equipamiento adecuado para el invierno y verano ( culote ciclismo)
		Bote de Lubricante cadena ( aceite o cera)	Protección individual (gafas, guantes...)	Casco y chaleco reflectante
<b>1º</b>	<b>Técnicas de natación</b>	Bañador, gorro, gafas, chanclas y candado para la taquilla.		
<b>2º</b>	<b>Maniobras de cuerdas</b>	Cabo de anclaje doble homologado con 2 mosquetones con seguro, 2 mosquetones HMS y cordino (se indicarán las características a principio de curso)		
<b>2º</b>	<b>Actividades acuáticas en medio natural</b>	Neopreno y escaupines. Hay mucho mercado de segunda mano. Esperar para tener orientaciones sobre la compra, que se especificarán en septiembre.		
<b>2º</b>	<b>Salvamento en medio natural</b>	Aletas	Tuba	Material de natación

En relación al material de protección y botiquín individual, que será obligatorio en las actividades, no especificamos las características, pero se deberán tener en cuenta las mismas si nos dedicamos profesionalmente o un uso de la actividad de forma continua.

Además hay más material que indicaremos en cada módulo que se considera adecuado en caso de un uso profesional o continuo de las diferentes actividades. Por cuestiones económicas no vamos a exigirlo, pero sí tenemos que conocer las razones por las cuales elegimos un material concreto.