

IAD25

PROGRAMA DE FORMACIÓN CONTINUA

Más allá del deporte



202517

3

Superación de barreras para el acceso
de deportistas desde el ámbito
escolar al ámbito competitivo

RENDIMIENTO
DEPORTIVO



Junta de Andalucía
Consejería de Cultura y Deporte



Instituto Andaluz
del Deporte

PRESENTACIÓN

“deporte de orientación” es una modalidad deportiva, perfectamente institucionalizada, que tiene su máxima expresión en plena naturaleza, y que implica al deportista tanto a nivel físico como a nivel cognitivo. Las habilidades, técnicas y estrategias que el deportista pone en juego lo convierten en un deporte muy completo, ideal para el ámbito educativo y con mucho que aportar en esta sociedad actual. El lema tradicional de este deporte es “pensar y correr”. Sin embargo, las ventajas de este deporte van mucho más allá, ya que la orientación deportiva implica contacto con la naturaleza, autocontrol, autonomía personal, gestión de emociones, desarrollo físico, trabajo técnico y un largo etcétera que lo hace rico en valores educativos. Tanto es así, que hablamos tal vez del contenido más destacado dentro de los que componen el bloque de actividades en la naturaleza, en el currículo de educación física, tanto en educación primaria como en secundaria. Por tanto, las posibilidades de trabajo y evolución deportiva a lo largo de la educación reglada pueden ser impresionantes.

Sin embargo, aunque se trata de un deporte de gran riqueza y con mucho que aportar, sí tiene algunos hándicaps o limitaciones muy notorias a los que, con esta propuesta de acción formativa y al amparo del IAD, pretendemos dar solución. Aunque esta modalidad es muy popular en la mayoría de los países europeos, en España y en Andalucía en particular, es muy poco conocida y está muy poco promovida por las administraciones con responsabilidad en promoción y competición deportiva. Como especialistas, desde la federación deportiva y el IAD somos conscientes de las barreras que existen para que este deporte alcance sus potencialidades acercándose así al resto de países europeos. Somos conscientes de que la formación es escasa al tiempo que necesaria. Por tanto, con esta acción formativa pretendemos dar un paso en la dirección de solucionar esta situación en Andalucía oriental.

Por otro lado, Andalucía es un lugar privilegiado para esta formación, no solo por ser sede de destacados clubes, sino por contar con un patrimonio natural muy apropiado para esta modalidad deportiva que es totalmente respetuosa con el medio y no tiene ninguna contraindicación con la preservación de nuestros espacios naturales, sino todo lo contrario.

La formación que planteamos será impartida por técnicos y deportistas pertenecientes a los clubes de Andalucía Oriental, y trabajará tanto los aspectos técnico-tácticos del deporte, como aspectos metodológicos y didácticos en la progresión del entrenamiento y formación del deportista desde su iniciación hasta la etapa de máximo rendimiento.

Destacar también la preparación y capacitación de los ponentes del curso que presentamos, con un currículo y una labor activa en el ámbito del deporte de orientación, que garantiza la consecución de los objetivos que nos planteamos.

Superación de barreras para el acceso de deportistas desde el ámbito escolar al ámbito competitivo

OBJETIVOS

- > Mejorar el conocimiento de la orientación deportiva y de los aspectos que hacen de este deporte una modalidad que merece promocionar.
- > Dominar los aspectos técnicos, tácticos y normativos de esta modalidad.
- > Conocer las claves para crear una progresión de enseñanza y de desarrollo técnico.
- > Ofrecer tanto a docentes como a responsables deportivos municipales las posibilidades que tiene esta modalidad deportiva en relación con la promoción y generación de hábitos deportivos en su ámbito de competencia.

CONTENIDOS

- > Elementos del deporte de orientación y situación actual de este deporte en comparación con otros países de Europa: barreras en la promoción de los deportistas y superación de las mismas.
- > Trabajo de los aspectos técnicos, tácticos y reglamentarios de este deporte en las diferentes etapas deportivas.
- > Entrenamiento específico y diferentes metodologías y técnicas de entrenamiento.
- > Técnicas y tácticas de alto rendimiento y su introducción en los niveles medios.
- > Posibilidades de trabajo en espacios docentes o en instalaciones deportivas municipales.
- > Posibilidades de trabajo en espacios urbanos y áreas limítrofes a los núcleos urbanos.
- > La importancia de la variedad en los entrenamientos técnicos y la variedad de terrenos: Andalucía Oriental.
- > Estructura organizativa del deporte de orientación en España y en Andalucía.
- > La progresión de los entrenamientos técnico-tácticos en deporte de orientación: desde la iniciación hasta el alto rendimiento.
- > Diseño y elaboración de mapas de orientación: la base para el trabajo en espacios urbanos y cercanos.
- > Diseño de entrenamientos técnicos usando los programas específicos y las nuevas tecnologías.

Superación de barreras para el acceso de deportistas desde el ámbito escolar al ámbito competitivo

ÁREA 3

RENDIMIENTO DEPORTIVO

202518

- Acción formativa**  **Superación de barreras para el acceso de deportistas desde el ámbito escolar al ámbito competitivo**
- Área temática**  Rendimiento Deportivo
- Tipología**  Taller
- Modalidad**  Presencial
- Código**  202517
- Número de plazas**  40 plazas
- Fecha**  Del 14 al 16 de noviembre de 2025
- Lugar** 
 - Tarde del viernes 14 de noviembre y mañana del sábado 15 de noviembre en IES Montevives de Las Gabias (Granada). Dirección: Urbanización Aljomahima, c/Haiti, s/n. 18110 Las Gabias, Granada.
 - Tarde del sábado 15 de noviembre en Parque Periurbano “Dehesa de Santa Fe” (Santa Fe). Punto de encuentro: Merendero Dehesa de Santa Fe.
 - Mañana del domingo 16 de noviembre en el entorno de Las Mimbres y Área Recreativa Fuente de los Potros (Huétor Santillán).
 - Los desplazamientos hasta los lugares reseñados se realizarán a cargo del alumnado.
- Duración**  20 horas
- Precio público**  Gratuito
- Inscripciones**  Hasta el 22 de octubre inclusive.
- Destinatarios** 
 - Profesorado y maestros especialistas en educación física que estén en activo y federados en deporte de orientación o inscritos como socios en cualquier club de orientación de Andalucía.
 - Profesorado y maestros especialistas en educación física que estén en activo, que impartan educación física en un centro docente de Andalucía.
 - Docentes en activo de cualquier especialidad y educadores en general que deseen especializarse en el deporte de orientación y capacitarse para usarlo en su labor docente.



- Gestores deportivos que coordinen actividades deportivas en la Administración local, provincial o autonómica.
- Monitores deportivos en activo que deseen adquirir esta formación para generar, coordinar o monitorizar programas deportivos de esta modalidad en sus ámbitos de competencia.
- Graduados/as en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte y en magisterio especialidad Educación Física.
- Titulados en los ciclos formativos de formación profesional del ámbito de las actividades físicas y deportivas.
- Deportistas y público en general.

Observaciones importantes:



- Las sesiones del viernes por la tarde y del sábado por la mañana tendrán lugar en el IES Montevives, en Las Gabias (Granada). Dirección: Urbanización Aljomahima, C. Haiti, s/n, 18110 Las Gabias, Granada. Ubicación: <https://maps.app.goo.gl/jfhqhpsiR6y7mAH58>. Aunque realizarán algunas actividades fuera del centro, todas ellas tendrán su inicio y final en el mismo centro.

- Las sesiones del sábado por la tarde tendrán lugar en la Dehesa de Santa Fe (Santa Fe). El punto de encuentro será el Merendero Dehesa de Santa Fe.

Ubicación: <https://maps.app.goo.gl/JrgqDnRwq47a8DiL7>.

El desplazamiento hasta la zona de formación se realizará a cargo del alumnado.

- Las sesiones del domingo tendrán lugar en el entorno de Las Mimbres y Área Recreativa Fuente de los Potros (Huétor Santillán). Punto de encuentro en el *parking* del Área Recreativa Fuente de Los Potros (Parque natural Sierra de Huétor). Acceso desde la salida nº 264 de la A-92 a su paso por el Puerto de la Mora. Ubicación: <https://maps.app.goo.gl/qk6tkhF987ejcZ7v9>. El desplazamiento hasta la zona de formación se realizará a cargo del alumnado.

- A todas las sesiones habrá que asistir con ropa deportiva cómoda. Para las sesiones de campo (sábado tarde y domingo) sería conveniente calzado con relieve tipo trail.
- Teléfono de contacto para incidencias a lo largo del curso: 677530871 (Juanma).



Superación de barreras para el acceso de deportistas desde el ámbito escolar al ámbito competitivo

Dirección



Federación Andaluza de Deporte de Orientación
Juan Manuel Casado Mora

Licenciado en Educación Física. Profesor FP CF Técnico en Guía en el medio natural y de tiempo libre en el IES Montevives (Las Gabias). Técnico nivel II de la Federación Española de Deporte de Orientación.

Profesorado



> Juan Manuel Casado Mora

Licenciado en Educación Física. Profesor FP CF técnico en Guía en el medio natural y de tiempo libre en el IES Montevives (Las Gabias). Técnico nivel II de la Federación Española de Deporte de Orientación.

> Antonio Jiménez Martín

Cartógrafo especialista en mapas de orientación. Técnico nivel I de la FEDO. Trazador nivel I de la Federación Española de Deporte de Orientación.

> Mario Rodríguez Martínez

Diplomado en Educación Primaria. Técnico nivel II Federación Española de Deporte de Orientación. Cartógrafo profesional de orientación.

> Andrés Rubio Díaz

Licenciado en Educación Física. Profesor FP CF Técnico en Guía en el medio natural y de tiempo libre en el IES Trevenque (La Zubia). Cartógrafo nivel II. Trazador nivel I Federación Española de Deporte de Orientación.

> Ángel L. Martínez García

Diplomado en Educación física. Maestro de Educación física.

> Ramón Hurtado Rodríguez

Director técnico del Trofeo nazaríes de Granada.
Trazador nivel II Federación Española de Deporte de Orientación.

> Enriqueta Cobos Barrera

Maestra de Educación física. Trazadora nivel I Federación Española de Deporte de Orientación.

Superación de barreras para el acceso de deportistas desde el ámbito escolar al ámbito competitivo

ESTRUCTURA Y CONTENIDOS

HORARIO	CONTENIDOS	PONENTES
14 DE NOVIEMBRE		
16:00-16:15	PRESENTACIÓN	Juan Manuel Casado Mora
16:15-17:15	La orientación deportiva: marco conceptual. El deporte de orientación en España: puntos fuertes, debilidades y barreras que hay que superar	Juan Manuel Casado Mora
17:15-18:15	Elementos básicos del deporte de orientación	Ramón Hurtado Rodríguez Juan Manuel Casado Mora
18:15-18:30	DESCANSO	
18:30-19:30	Elementos técnicos, tácticos y propuestas metodológicas para los primeros contactos con este deporte en fase "principiante"	Ángel L. Martínez García Enriqueta Cobos Barrera
19:30-20:30	Posibilidades didáctico-deportivas del espacio próximo: centro educativo, instalaciones deportivas o parques (parte I). Teórico-práctico	Andrés Rubio Díaz Antonio Jiménez Martín Ángel L. Martínez García
15 DE NOVIEMBRE		
8:30-10:00	Posibilidades didáctico-deportivas del espacio próximo: centro educativo, instalaciones deportivas o parques (parte II). Teórico-práctico	Andrés Rubio Díaz Antonio Jiménez Martín Ángel L. Martínez García
10:00-11:30	Posibilidades didáctico-deportivas del espacio cercano: espacios urbanos y áreas limítrofes. Teórico-práctico	Juan Manuel Casado Mora Antonio Jiménez Martín Enriqueta Cobos Barrera
11:30-11:45	DESCANSO	
11:45-12:45	Progresión del entrenamiento desde la fase de iniciación hasta la de alto rendimiento	Andrés Rubio Díaz Mario Rodríguez Martínez
12:45-14:15	Los elementos de base para el diseño de material cartográfico: breve familiarización	Andrés Rubio Díaz Mario Rodríguez Martínez
14:15-16:00	DESCANSO	
16:00-17:00	La orientación deportiva en plena naturaleza: el recorrido guiado como base de la progresión didáctica en el medio natural	Juan Manuel Casado Mora Ramón Hurtado Rodríguez
17:00-18:00	Técnicas básicas del deporte de orientación e interpretación del relieve	Andrés Rubio Díaz Enriqueta Cobos Barrera
18:00-18:15	DESCANSO	

Superación de barreras para el acceso de deportistas desde el ámbito escolar al ámbito competitivo

18:15-19:45	Posibilidades de entrenamiento en el medio natural. Parte I	Mario Rodríguez Martínez Juan Manuel Casado Mora
19:45-20:45	Posibilidades de entrenamiento en el medio natural. Parte II	Enriqueta Cobos Barrera Antonio Jiménez Martín
16 DE NOVIEMBRE		
8:30-9:30	Técnicas básicas y avanzadas del deporte de orientación a través de un recorrido guiado y ejercicios introductorios	Juan Manuel Casado Mora Ángel L. Martínez García
9:30-11:30	Posibilidades de entrenamiento en el medio natural. Parte III	Andrés Rubio Díaz Ramón Hurtado Rodríguez Antonio Jiménez Martín
11:30-11:45	DESCANSO	
11:45-13:45	Claves para establecer una progresión técnica correcta de entrenamientos, trazados y carreras. Carrera de orientación cronometrada multinivel	Ramón Hurtado Rodríguez Enriqueta Cobos Barrera Juan Manuel Casado Mora
13:45-14:45	El deporte de orientación en Granada y en Andalucía: realidad actual, posibilidades reales, perspectivas de futuro. Recomendaciones para la continuidad en la formación en este deporte. Preguntas, conclusiones, evaluación y cierre	Juan Manuel Casado Mora

8



INSTITUTO ANDALUZ DEL DEPORTE

Avenida Santa Rosa de Lima nº 5 - 29007 Málaga
Tel.: (+34) 951 041 900 / 951 04 19 24 / 951 04 19 59 / 951 04 19 35

<https://www.juntadeandalucia.es/organismos/culturaydeporte/areas/deporte/formacion-investigacion-innovacion/formacion-continua.html>

