



WANCEULEN
EDITORIAL DEPORTIVA

Revista

WANCEULEN E.F. DIGITAL

Número 4 - Mayo 2008

**PÓSTER: LA ESCALADA EN BLOQUE
EN ESPACIOS NO CONVENCIONALES**

**Juan José Cano Blázquez
Vicente Gaspar Gil
Esther Simón Benito**

Universidad de Extremadura

ISSN: 1885-5873

Páginas: 241-252



Foto nº 1

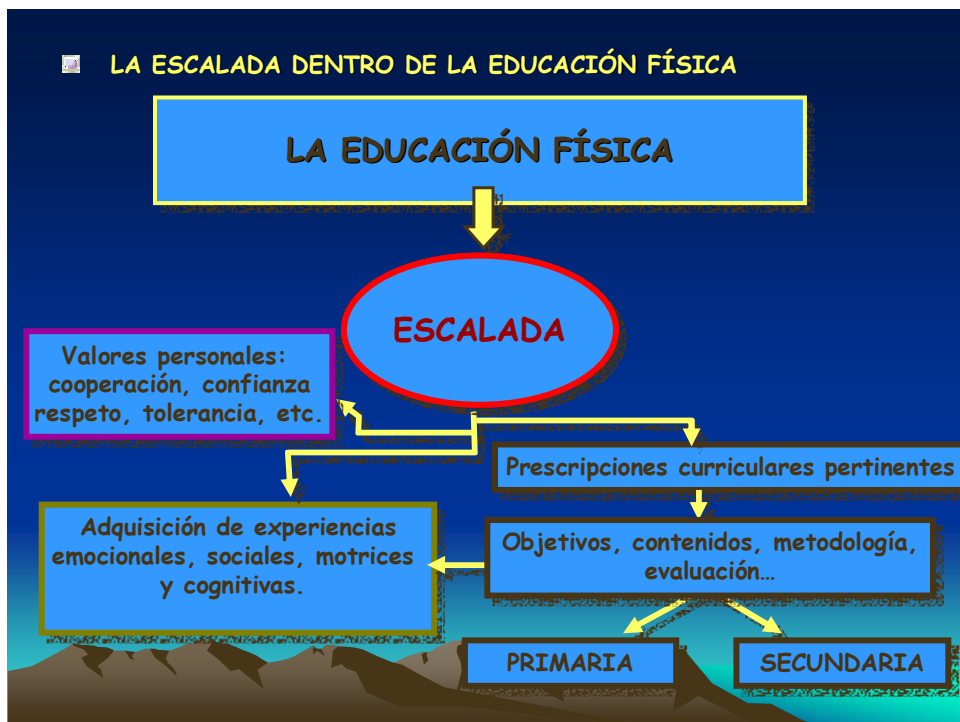


Foto nº 2

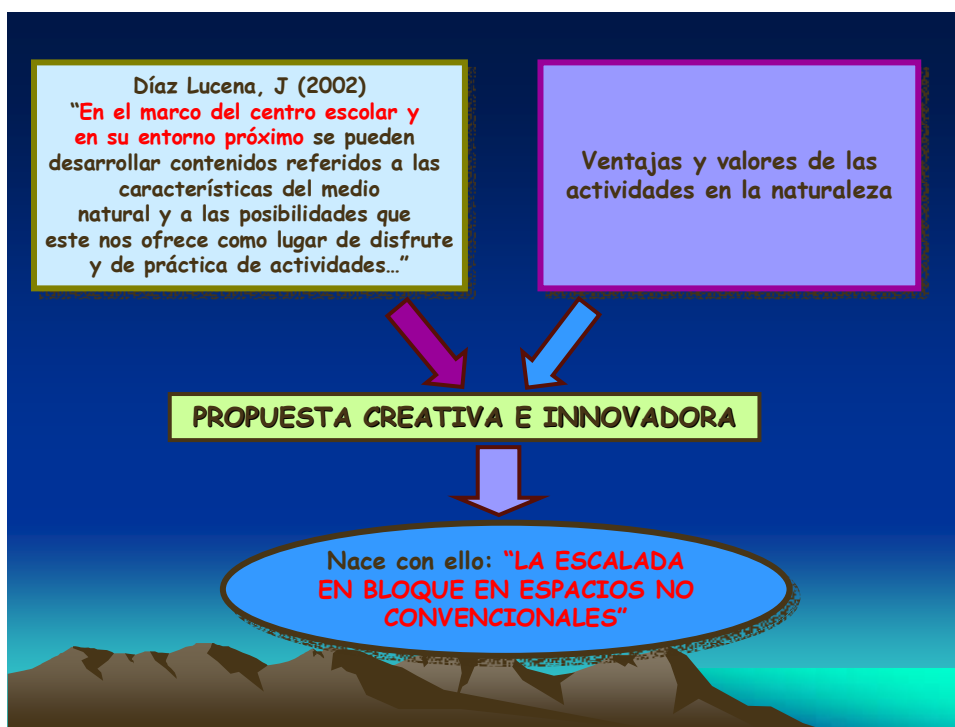


Foto nº 3

LA ESCALADA EN BLOQUE EN ESPACIOS NO CONVENCIONALES COMO PROPUESTA EDUCATIVA

¿ Que es un espacio no convencional ?

"Aquel lugar que no han sido creado para la practica de una actividad, pero se utiliza para el desarrollo de la misma de forma adaptada".

¿ Que es la escalada en bloque ?

- ✓ Poca altura
- ✓ Sin Cuerda
- ✓ Se pueda saltar al suelo sin producirse ningún daño
- ✓ Técnica y Fuerza

The complex block contains text and two photographs. The top photo shows two people climbing a vertical wall in a gym setting. The bottom photo shows two people climbing a natural rock face.

Foto nº 4

■ **Características que permiten su fácil aplicación:**

- A nivel organizativo:
- ✓ **No necesitan excesivo material**
- ✓ **No necesita instalación específica**
- ✓ **Falta de pe**



Foto nº 5

■ **Características que permiten su fácil aplicación:**

- A nivel físico y metodológico:
- ✓ **Cualidad coordinativa básica: la trepa**
¿Quién no ha trepado de niño/a para subirse a algún lugar?
- ✓ **Desarrolla las cualidades físicas básicas: fuerza y flexibilidad.**
- ✓ **Muy atractivo**

Foto nº 6

■ **Características que permiten su fácil aplicación:**

- A nivel físico y metodológico:
- ✓ **Fomenta la interrelación**
- ✓ **Fácil comprensión**
- ✓ **Crea un espacio para el trabajo autónomo del alumno/a.**
- ✓ **Retos a todos los niveles**




Foto nº 7

■ **PAUTAS O CONSIDERACIONES GENERALES A LA HORA DE APLICAR ESTA PROPUESTA EN UN CENTRO EDUCATIVO**

· Es una actividad **creativa e imaginativa** que puede desarrollarse tanto el **profesor/a** como por los **alumnos**, pero hay que tener en cuenta una serie de pautas o consideraciones:

SEGÚN EL LUGAR:

- SEGURIDAD**
 - Sea **susceptibles** de ser escalados
 - Tener **control** sobre las **contingencias**
 - Despejar** de elementos peligrosos
 - Proteger** la zona de aterrizaje de posibles caídas
- VARIEDAD**
 - Utilización de **lugares variados**




Foto nº 8



Foto nº 9

EJEMPLOS PRÁCTICOS DE APLICACIÓN

ESCALADA EN COLCHONETAS QUITAMIÉNDOS

EXPLICACIÓN Y CONSIDERACIONES GENERALES:

Se pueden realizar multitud de experiencias, como por ejemplo poner la colchoneta de pie por la parte ancha, sujeta por los compañeros, el ejercicio consiste en cruzar de una parte a otra.

- Los compañeros deben sujetar fuertemente la colchoneta.
- Se debe proteger la zona de aterrizaje con otras colchonetas, que tendrá + o - grosor dependiendo de la altura que tenga nuestro bloque.
- La persona que ha escalado, una vez arriba, debe pensar como va a caer.

POSIBILIDAD DE APLICACIÓN:

- Podremos clasificar esta propuesta como de cooperación grupal, fundamento básico de la escalada.
- Su aplicación es fácil y sencilla y sirve para entrar en contacto de una forma global con el deporte de la escalada.

OBSERVACIONES:

- La colchoneta quitamiéndo puede utilizarse de muchas formas, por ejemplo para trepar por un lateral saliendo desde sentados o superarla en adherencia si se tumba sobre unos bancos suecos inclinados.
- Hay que situar a uno o varios alumnos a cada lado de la colchoneta para amortiguar el aterrizaje del compañero/a y además colchonetas a ambos lados.

Foto nº 10

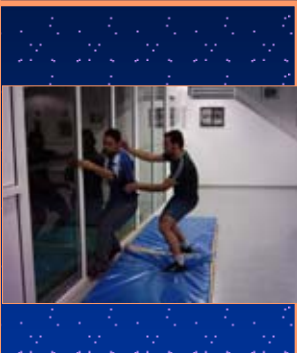
EJEMPLOS PRÁCTICOS DE APLICACIÓN

ESCALADA SOBRE VENTANALES

EXPLICACIÓN Y CONSIDERACIONES GENERALES:

Consiste en aprovechar los salientes de los ventanales, para realizando pinzamientos en dichos salientes conseguir travесías o bloques de un lado a otro.

- Debemos evaluar el tacto que tengan los salientes, igual es conveniente el uso de magnesio para evitar que resbale en exceso.
- Si la tarea es muy fácil, se puede limitar el uso de los pies y las manos a lugares señalados de antemano.



POSIBILIDAD DE APLICACIÓN:

- Se utilizará para trabajar la técnica de agarre.

OBSERVACIONES:

- Hay que tener cuidado con dar algún golpe al ventanal, será la consideración más importante que debemos hacer.
- Si la tarea resultase sencilla, se pueden delimitar los lugares donde se puede agarrar, con el fin de complicar todo lo que se quiera la tarea.

Foto nº 11

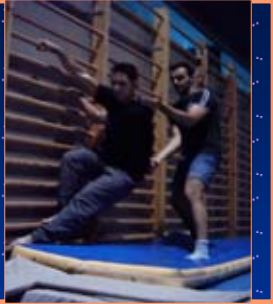
EJEMPLOS PRÁCTICOS DE APLICACIÓN

ESCALADA EN ESPALDERAS

EXPLICACIÓN Y CONSIDERACIONES GENERALES:

Consiste en trepar de diferentes formas por las espalderas.

- Se debe proteger la zona de caída con colchonetas y algunos alumnos deben acompañar al compañero que escala para proteger posibles caídas.



POSIBILIDAD DE APLICACIÓN:

Se pueden realizar numerosos juegos sobre espalderas, como por ejemplo:

"La jungla": Se distribuirán los alumnos en dos grupos que se colocarán en fila a ambos lados de una zona de espalderas, el juego consiste en que cada poco tiempo saldrá un niño/a de cada lado y deberán cruzarse en el centro y pasar al otro lado. Deberá ser una tarea cooperativa ya que no puede caer nadie. Se realizará a poca altura para evitar caídas.

OBSERVACIONES:

- Se pueden marcar zonas con cinta aislante de forma que estas sean las únicas que se pueden utilizar, de esta forma se complicará todo lo que queramos los bloques.

Foto nº 12


EJEMPLOS PRÁCTICOS DE APLICACIÓN

ESCALADA BAJO ESCALERAS

EXPLICACIÓN Y CONSIDERACIONES GENERALES:

Aprovechando las presas que nos presenta la parte inferior de una escalera metálica (Ej. Escalera de incendios) y el ángulo + o - extrapolado de esta. Podemos imitar la escalada en desplomes.

- Debemos **evaluar** la existencia de objetos peligrosos en el lugar de aterrizaje de posibles caídas.
- A igual se debemos tener en cuenta el **factor** de dicha escalera, que no sea agresivo.
- A la hora del porteo, hay que tender a **proteger la cabeza del compañero** que escala.



POTENTIALIDAD DE APLICACIÓN:

- La parte inferior de una escalera metálica o de madera, que presente los escalones descubiertos, es un **terreno inmejorable para la práctica de la escalada en bloque**, ya que es muy similar a la que se realiza en instalaciones específicas o en zonas de roca natural.

OBSERVACIONES:

- Si la tarea resultase sencilla, se pueden **delimitar los lugares donde se puede agarrar**, con el fin de complicar todo lo que se quiera la tarea.
- Cuando escalemos no meter los pies hasta el fondo de la escalera, ya que en caso de caída, pueden quedarse enganchados y caer de cabeza.

Foto nº 13

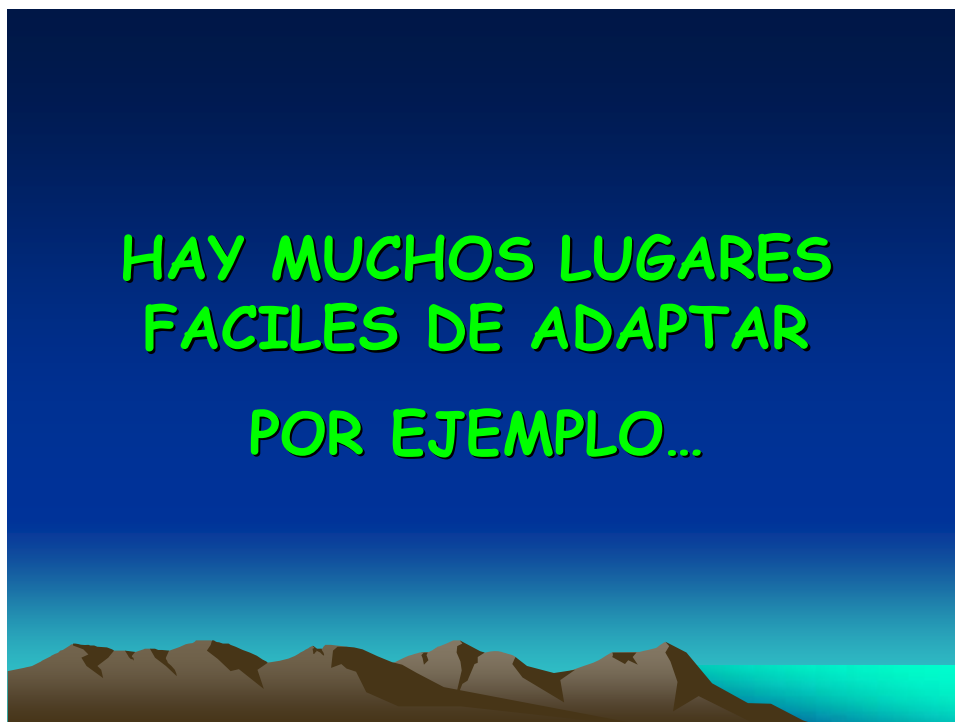


Foto nº 14



Foto nº 15



Foto nº 16



Foto nº 17



Foto nº 18



Foto nº 19



Foto nº 20

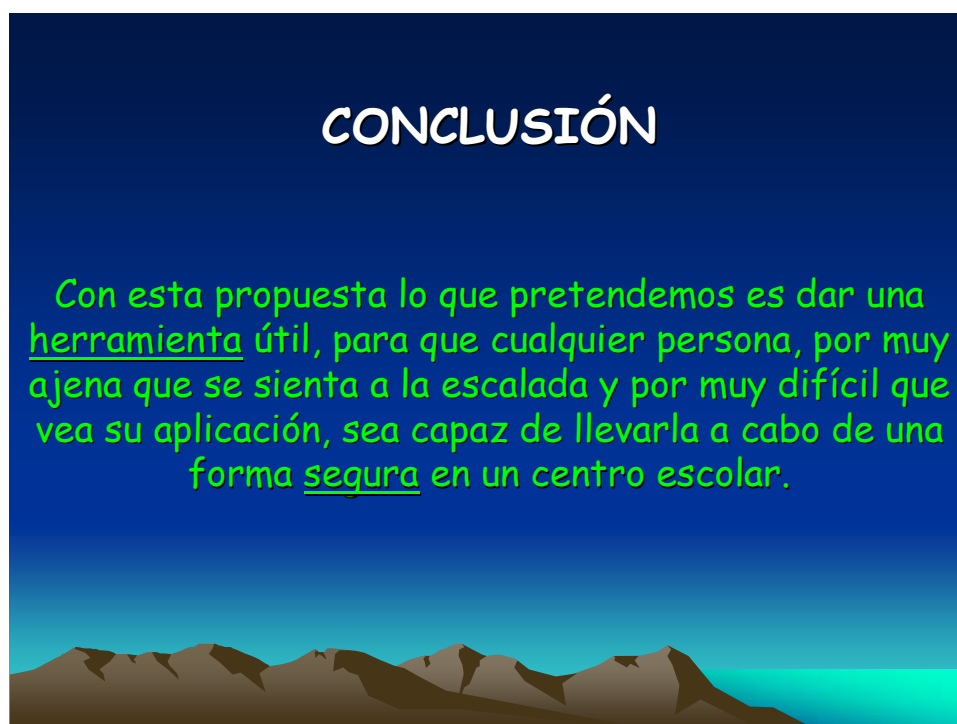


Foto nº 21