



CURSO DE LA FUNDACIÓN UNED

Título:

“Curso Intensivo Multidisciplinar de Senderismo y Montañismo Adaptado: Guiado de Ciegos en Montaña, Conducción Urbana y Trato con Personas Ciegas, y uso de la silla adaptada Joëlette”

- Iniciación al Montañismo para Ciegos o Guiado de Ciegos en Montaña, y a la interacción general con personas ciegas.
- Iniciación práctica al uso de la silla adaptada Joëlette.
- Fundamentos adaptados de Seguridad, Organización y utilización de Materiales en Actividades al Aire Libre, Senderismo y Montañismo.
- Iniciación en Supervivencia adaptada básica en baja y media montaña.
- Organización de actividades deportivas generales para ciegos.



EXPOSICIÓN A LOS ALUMNOS SOBRE LAS GARANTÍAS DOCENTES DE ESTE CURSO, Y SOBRE LAS QUE DEBERÍAN OBSERVAR OTROS CURSOS SEMEJANTES:

Éste es el único curso de guiado de ciegos en montaña en que participan miembros veteranos y en activo del Grupo de Montaña de la ONCE (Organización Nacional de Ciegos Españoles) –donde surgió la disciplina del Montañismo para Ciegos– y de la FEDC (Federación Española de Deportes para Ciegos).

La mayoría de los profesores de este curso, además, **han sido durante años instructores principales o colaboradores (todos diplomados o certificados por ello) en los cursos oficiales de Guiado de Ciegos en Montaña de la FEDC y de la Delegación Territorial de la ONCE en Madrid.** Su experiencia tanto deportiva como docente en el Montañismo para Ciegos abarca desde los 10 años de práctica del menos veterano de ellos, hasta los 22 del más antiguo. Por eso pertenecen a la categoría interna de la FEDC de **“Especialistas de Guiado de Ciegos en Montaña”**, la superior entre las tres establecidas a finales de los años 90 del siglo pasado. La mayoría de ellos, además, **ha practicado y practica desinteresadamente esta disciplina** (con montañeros ciegos, deficientes visuales, sordociegos y sordos) **en todos sus ámbitos:** senderismo, baja y media montaña, alta montaña, expediciones y escalada.

Por ello, **tanto la Fundación UNED desde el año 2014, como el GMO de la ONCE de Madrid y la FEDC en los últimos 16 años,** han confiado los cursos de Iniciación al Guiado de Ciegos en Montaña a su director docente y su equipo de colaboradores.

Lamentablemente, vivimos un tiempo en el que cada vez es más común que **personas que reciben una enseñanza básica en un tiempo mínimo en un curso de montañismo** (de la especialidad que sea), **se presentan de repente como grandes especialistas.** Esto, ya lo sabemos, sucede en cualquier ámbito profesional o docente en el que las normas no están establecidas claramente. En nuestro caso, **son personas que tal vez realizan una corta práctica específica en el montañismo para ciegos, y**



a continuación se arrojan la categoría de “especialistas” y “profesores” sin haber superado más de uno o dos años de guiado (a veces incluso menos), sin haber aprendido y practicado durante años en todos los campos del Montañismo para Ciegos (especialmente en expediciones alpinas y no alpinas), y sin estar siquiera en activo. Por eso consideramos de gran importancia que los alumnos de esta disciplina conozcan el currículo, historial práctico y deportivo, reconocimientos y capacidad de sus profesores/instructores (en nuestro caso lo encontrarán más adelante en el “Programa” del curso, tras el contenido de la clase –o clases– que está al cargo de cada profesor). Esto es más importante aún cuando se trata de una disciplina que aún no está homologada ni reglada fuera de la ONCE o la FEDC, los organismos que la han creado e impulsan, y en los que se valoran internamente tanto los años de práctica como la formación propia recibida. De ahí que desde el principio, cuando el doctor Juan Antonio Carrascosa creó el Grupo de Montaña de la ONCE en 1989 e inventó la barra direccional como método de guiado en montaña para ciegos, comenzara a desarrollarse un programa de formación continua, especialización y jerarquización en todos los ámbitos de este deporte.

Los profesores de este curso, la mayoría de ellos pertenecientes al primer grupo constituido por el doctor Carrascosa, se han formado durante años como guías o como deportistas (montañeros) ciegos, y en algunos casos como profesores/instructores del GMO y de la FEDC. Así, la garantía de una práctica larga y continuada en todos los ámbitos del Montañismo para Ciegos viene avalada únicamente por los años en activo en el GMO, así como en clubes y fundaciones creados por miembros de este grupo o exmiembros del mismo. De ahí la jerarquización interna existente en el GMO y la FEDC según los años dedicados a la práctica del Montañismo para Ciegos, según las cumbres ascendidas y su nivel (de tresmiles para arriba), y según las expediciones realizadas con montañeros ciegos.

Ésta es una disciplina que se debe estudiar y practicar, según el currículo educativo de algunas carreras deportivas, grados de Formación Profesional, titulaciones técnicas de montaña, e incluso especializaciones de Magisterio; sin embargo, como hemos apuntado, no existe homologación oficial ni a nivel autonómico ni a nivel estatal. Por tanto, **los únicos fundamentos y**



pautas reales de la misma son los marcados (los ya expuestos) **desde hace 27 años, cuando se fundó el GMO**, y más adelante sostenidos y mantenidos por el ya extinto Club de Deportes de la ONCE (CDO), su sucesora, la FEDC, y los clubes y fundaciones de Montañismo para Ciegos creados por veteranos del guiado de ciegos en montaña, como es el caso, por ejemplo, del club Asociación Madrileña de Montañismo de Discapacitados y Guías (AMMDG), al que pertenecen la mayoría de profesores de este curso, y que mantiene en sus estatutos y reglamento esta tradición de considerar especializaciones escalonadas según los años de práctica, según la amplitud de la misma en diversos medios de montaña, y según la formación extra adquirida.





OBJETIVOS:

Este es el primer y único curso que en nuestro país aborda multitemáticamente **aspectos básicos de formación y seguridad en Actividades en el Medio Natural** –sean de la índole que fueren– y las enseñanzas, hasta ahora muy restringidas y de difícil acceso, de **conducción de montañeros ciegos en el mismo, y de interacción general con personas ciegas** en todo tipo de ámbitos, y especialmente el urbano. Y,



Desde la 5ª edición del curso, también incorpora la enseñanza práctica de otra gran herramienta de adaptación e integración para el Senderismo y el Montañismo inclusivo: la silla Joëlette para transporte en el Medio Natural de grandes discapacitados.

Apoyado en una bibliografía básica reducida pero suficiente, y una didáctica de clases presenciales, con imágenes, vídeos, muestras de material y prácticas, este curso va destinado a un público muy amplio, que fundamentalmente es el que demanda desde hace años un **acceso fácil y directo a las enseñanzas del montañismo adaptado**, más allá del impartido en los grupos institucionales de montañismo para ciegos, al que no tienen posibilidad de acudir las personas que no ejerzan como voluntarias en ellos. Pero también es un curso pensado para **personas que quieren aprender los rudimentos de materiales y su uso, y de organización y seguridad en Actividades en el Medio Natural**, desde Senderismo hasta Expediciones, y que hasta ahora solo podían encontrar



acceso a estas enseñanzas en los estudios de Formación Profesional o universitarios específicos, o en las ofertas de cursos de montañismo profesionales, muy especializados y diversificados por su propia naturaleza.



Este público comprende desde cualquier ciudadano que quiera comenzar a realizar Actividades en el Medio Natural con disfrute y seguridad, en familia o con amigos –desde el Senderismo a la Acampada o el Montañismo–, hasta los profesores de ciclos de Formación Profesional relacionados, o de asignaturas en grados de enseñanzas deportivas también de FP y universitarias referidas al Medio Natural o la Montaña, y a su práctica adaptada; profesionales del montañismo –técnicos de diversos grados, profesores, etc.–; miembros de los servicios de rescate nacionales o autonómicos que no conozcan las técnicas de montañismo para ciegos o de la silla Joëlette; dueños de casas y albergues



rurales interesados en proporcionar un servicio adecuado a potenciales clientes invidentes y deficientes visuales, o con otras discapacidades; monitores de Ocio y Tiempo Libre infantiles y juveniles, etc. En general, cualquier persona interesada, particular o profesionalmente, **en recibir en un solo curso, de forma teórica y práctica, una introducción muy completa a varios temas que no se ofrecen juntos en ningún plan de enseñanza de Actividades Deportivas al Aire Libre, y algunos de los cuales ni siquiera son objeto de enseñanza,** o no lo son con acceso abierto. Para los profesionales de

la docencia en montañismo, dados sus conocimientos amplios en la



disciplina, este curso sería un complemento interesante a las enseñanzas que imparten.



Asociación Madrileña de Montañismo

Los profesores y colaboradores de este curso llevan años –algunos de ellos más de veinte– practicando, como profesionales o deportistas, montañismo en todos sus niveles y, principalmente, en la especialidad de Montañismo para Ciegos (desde Senderismo a Expediciones de Alta Montaña), y tienen reconocidas o certificadas tales actividades.







LOS ALUMNOS DE LAS PRIMERAS EDICIONES DEL CURSO Y SUS OPINIONES

En las primeras ediciones de este curso, celebradas entre finales de febrero y principios de julio de 2015, los alumnos, procedentes de toda España, pertenecían a las siguientes profesiones o tenían la siguiente titulación:

- Técnicos de media y alta montaña, incluidos cuatro instructores, y el presidente y vicepresidente, respectivamente, de una federación regional de la Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada.
- Estudiantes y titulados del ciclo de Formación Profesional de Conducción de Actividades Físico-Deportivas en el Medio Natural y de TAFAD (Técnico Superior en Actividades Físicas y Animación Deportiva).
- Monitores de Ocio y Tiempo Libre.
- Profesionales de Montañismo titulados con empresas propias.
- El fundador de una asociación de montañismo integrado (ceguera y otras minusvalías).
- Profesionales autónomos con proyectos en marcha de Casas Rurales adaptadas con la intención de proporcionar servicios integrados para clientes ciegos y deficientes visuales.

Estos son algunos de los comentarios realizados en el Test de Evaluación Voluntario del Curso entregado al final de cada edición:

- “Ha sido un lujo haber podido compartir este fantástico fin de semana con vosotros. He aprendido mucho aunque aún me quedan un sinfín de cosas por aprender. Y me alegra haber podido participar en este primer curso del que espero haya muchas más promociones. ¡Muchísimas gracias por esta oportunidad!”



- “Después de esta experiencia sólo puedo decir que siento admiración por todo lo que significa la barra y por cada uno de sus componentes. Habéis conseguido romper mis esquemas cognitivos sobre el binomio montaña y espíritu de superación, y gracias a ello estoy construyendo otros más nuevos y reforzados. Compartir este fin de semana con los profes y los compañeros ha sido toda una genialidad y me siento muy satisfecho”.
- “Ha sido un placer. Os felicito, no tan sólo por el curso, sino por vuestra actitud como montañeros y por vuestra calidad humana”.
- “Destacaría en lo teórico todo lo relacionado con el uso de la barra direccional y la interacción con los montañeros ciegos. Creo que es la parte más interesante del curso y a la par, más desconocida (la mayoría de la gente jamás ha tratado con personas con minusvalías)”.
- “En general creo que la práctica fue lo mejor del curso, ya que una vez estudias el material teórico contenido en el “Manual de Guiado”, lo que resulta más necesario es afianzar esa parte práctica y las diferentes maniobras”.
- “La clase de David fue espectacular, y sin duda alguna la de Margarita causó un gran impacto y me abrió los ojos. Pero en general la valoración de todos los profesores es muy alta en la impartición de los diferentes temas. Todos fueron muy interesantes ya que es cuando se prueba la realidad. El hacer de ciego fue muy emotivo”.
- ¿Ha cambiado en algo tu forma de concebir los deportes de montaña y las minusvalías, en especial la de la ceguera y deficiencia visual?

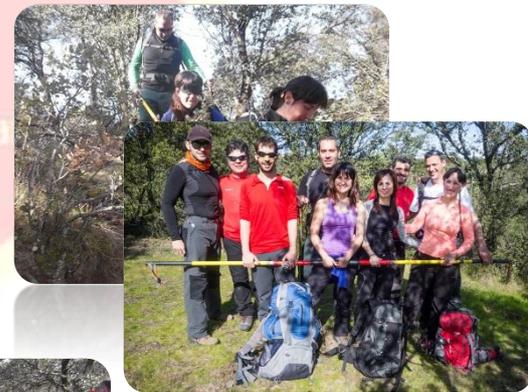
“Sí, efectivamente, ya que era un campo que desconocía totalmente”.

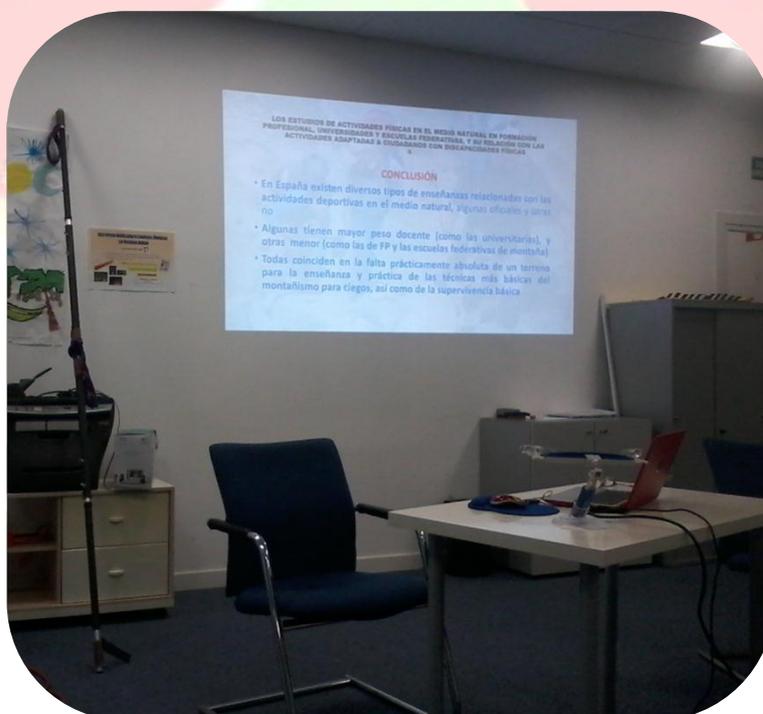


“Absolutamente, conocer este mundo me ha hecho admirar y respetar aún más a las personas ciegas y me ha abierto una puerta de crecimiento profesional, pero sobre todo personal”.

- “Recomendaría el curso a cualquier amigo o profesional conocido que posea la sensibilidad suficiente. Ha sido una de las mejores experiencias que he tenido a nivel personal. ¡¡¡Magnífico!!!”.
- “Muy interesante el trato personal con las personas ciegas y conocer lo máximo posible que esperan ellos de una salida a la montaña. Esto ha quedado perfectamente reflejado en el curso”.
- “Ha sido especialmente interesante que los guías nos pongamos, en la medida de lo posible, en la situación de la persona ciega, con los antifaces y las gafas distorsionadas. Esto ayuda enormemente a el guiado”.
- “Recomendaría este curso a guías de montaña, pero en general a cualquier persona que ame la montaña, la amaré aún más”.
- “Muchas gracias por la labor que realizáis, la entiendo como una manera de hacer disfrutar aún mas de la montaña a todos los que la amamos, sean personas ciegas o no”.

Asociación Madrileña de Montañismo
de Discapacitados
y Guías





Información Matrícula:



Información Matrícula:



HORAS LECTIVAS: 20

Horas Teóricas: 13

Horas Prácticas: 7

FECHAS Y LUGAR:

(Junio 2016: 10, 11 y 12)

CLASES TEÓRICAS (impartidas en dos jornadas intensivas):

Viernes 10: de 19.00 a 21.30 h.

Sábado 11: de 9.30 a 14.00 h. y de 15.30 a 20.30 h.

Fundación Inclusive, Plaza Carlos Trias Bertrán, nº 7 (Edificio Sollube de Metrovacesa), planta 0, exterior derecha, Aula Principal. 28020, Madrid. Accesos:

Desde C/ Orense, a la altura del nº 22.

Desde Avenida del General Perón, a la altura del nº 32.

Metro: Nuevos Ministerios y Santiago Bernabéu.

CLASE PRÁCTICA (iniciación al guiado de ciegos en montaña y al uso de la silla Joëlette):

Domingo 12: de 8:30 a 15:30 h.

Se desarrollará en un medio de baja o media montaña del Parque Regional de la Cuenca Alta del Manzanares, apropiado para los requisitos de los tres bloques de prácticas.



BIBLIOGRAFÍA:

Básica y obligatoria: *Manual de Guiado de Ciegos en Montaña. Técnicas de uso de la barra direccional y propuestas de formación para guías y montañeros ciegos*. Francisco Javier Bueno Sequera. Madrid: Ibersaf, S. L., 2012. PVP: 23,50 €.

Recomendada:

Bien de altura. Juan Antonio Carrascosa Sanz. Colección Libros Solidarios. Senderos de Salud. F.E.M.A.D. Madrid, 2013.

¡Estamos en la cumbre! Discapacitados en la montaña. Juan Carlos Vázquez. Colección 360, nº5. Editorial UOC, Barcelona, 2014.

Gestión del Riesgo en montaña y en actividades al aire libre. Alberto Ayora. 1ª edición. Madrid: Ediciones Desnivel, S. L., 2008.

Montañismo. La libertad de las cimas. The Mountaineers. 2ª edición. Madrid: Ediciones Desnivel, S. L., 2000.

PRECIO DEL CURSO:

290 €

Incluye uso de material especial, seguro de accidentes y responsabilidad civil para la clase de prácticas, y un ejemplar por alumno del libro de bibliografía básica *Manual de Guiado de Ciegos en Montaña. Técnicas de uso de la barra direccional y propuestas de formación para guías y montañeros ciegos*.



TITULACIÓN:

A todos los participantes en el curso se les acreditará con un Título de la Fundación UNED.



PROGRAMA

CLASES EN AULA

Viernes 1 de abril:

Primera clase: de 19 a 21.30 h

Sábado 2 de abril:

Segunda clase: de 9.30 a 11.30 h

Descanso: de 11.30 a 12 h

Tercera clase: de 12 a 14 h

Horario para comer: de 14 a 15.30 h

Cuarta clase: de 15.30 a 17.30 h

Descanso: de 17.30 a 18 h

Quinta clase: de 18 a 20 h

Tiempo extra para dudas y preguntas: de 20 a 20.30 h

CLASE PRÁCTICA

Domingo 3 de abril:

Prácticas: de 8.30 a 15.30 h



1ª Clase: Introducción al Curso. Clase multitemática: Objetivos del Curso. Montañismo, senderismo y actividades lúdicas y deportivas en el Medio Natural. Análisis de la proyección del deporte, especialmente el practicado en el Medio Natural, entre los ciudadanos ciegos y deficientes visuales españoles: comparativa estadística entre éstos y los ciudadanos videntes. Perspectivas de demanda y servicio para ciudadanos ciegos y deficientes visuales en las áreas de Senderismo, Montañismo, actividades de ocio en el Medio Natural, y actividades turísticas en el medio rural. Teórica de introducción al Montañismo para Ciegos (I). Montañismo Adaptado: “Organización de actividades deportivas generales para ciegos”, y “Un montañero ‘adaptado’”.

(2.30 horas)

1ª Parte:

- **“Objetivos del Curso. Montañismo, senderismo, y actividades deportivas o lúdicas al aire libre”.** Definiciones, historia, y bases comunes y diferencias entre estas actividades. Situación actual: practicantes, formación y falta de formación, y riesgos en su práctica segura. Los estudios de actividades físicas en el Medio Natural en Formación Profesional, universidades y escuelas federativas, y su relación con las actividades adaptadas a ciudadanos con discapacidades físicas.
- **Análisis de la proyección del deporte, especialmente el practicado en el Medio Natural, entre los ciudadanos ciegos y deficientes visuales españoles:** comparativa estadística entre éstos y los ciudadanos videntes (fuentes: Consejo Superior de Deportes, ONCE, FEDC, y otras organizaciones internacionales estatales y privadas). **Perspectivas de demanda y servicio para ciudadanos ciegos y deficientes visuales en las áreas de Senderismo, Montañismo, actividades de ocio en el Medio Natural, y actividades turísticas en el medio rural.**

- **“Resumen histórico del Montañismo para Ciegos en España. Iniciación teórica a las Técnicas de Guiado de Ciegos en Montaña (I Parte)”.**

Temas impartidos por don Francisco Javier Bueno Sequera.

2ª Parte:

- **“La organización de actividades deportivas generales para ciegos, y en particular de montañismo, desde una perspectiva profesional”.**
- **“Un montañero ‘adaptado’: experiencias como montañero, escalador y esquiador de un deportista con deficiencia visual”.**

Temas impartidos por don David Olalla Vidal.

Clase impartida por:



Don **Francisco Javier Bueno Sequera**, director docente y organizador del Curso; Guía Especialista de Montañismo para Ciegos desde 1994; Coordinador Técnico del Grupo de Montaña de la Delegación Territorial de la ONCE (Organización Nacional de Ciegos Españoles) de Madrid desde 2002 (certificado); profesor/instructor de Guiado de Ciegos en Montaña de la FEDC (Federación Española de Deportes para Ciegos) desde 2000

(certificado), y Coordinador de Monitores de Ocio y Tiempo Libre y Animadores Socioculturales (Universidad Antonio de Nebrija).

Información Matrícula:



Ha participado en 14 expediciones con montañeros ciegos y con otras minusvalías, 10 de ellas con la ONCE y la FEDC, y 4 organizadas por él a título individual. Durante diez años compitió en las carreras por montaña de la FEDC (las primeras del mundo en que participaban equipos de Montañismo para Ciegos), y posteriormente colaboró en su coordinación y en la formación de los equipos madrileños de la ONCE seleccionados para las pruebas a nivel nacional. Es miembro de la Junta Directiva del Club “Asociación Madrileña de Montañismo de Discapacitados y Guías”.

Parte de su educación en montañismo (desde los 12 años) la recibió dentro del Grupo de Montaña de la ONCE a través de formación interna, y en varios cursos especializados en la Escuela Española de Alta Montaña de Benasque (Huesca, España), en la Escuela Militar de Alta Montaña de Jaca (Huesca), y en el Club Alpino Madrileño; previamente o en paralelo se ha formado en diversos cursos de primeros auxilios y salvamento –generales y en montaña–, en cursos de supervivencia básica en montaña, en meteorología de montaña, y en cartografía, lectura de mapas y orientación. Es licenciado en Geografía e Historia (UCM), en la especialidad de Prehistoria y Etnología, y Diplomado en Estudios Avanzados (DEA) en Arqueología Prehistórica y Etnología.

Ha participado como invitado u organizador en 5 conferencias de Montañismo para Ciegos; ha escrito varios artículos de Montañismo en general y de Montañismo para Ciegos publicados en algunas páginas web de aventura y deportes de montaña, en la “Revista Prometeo” de la ONCE, y en el libro del Ministerio de Defensa *GMAM (Grupo Militar de Alta Montaña). 1985-2005: Dos decenios de un sueño*.

Es autor del libro ***Manual de Guiado de Ciegos en Montaña. Técnicas de uso de la barra direccional y propuestas de formación para guías y montañeros ciegos***, primer manual sobre esta disciplina, publicado en 2012.

Trabaja desde 1989 como Técnico Sénior Braille de Servicios Bibliográficos de la ONCE.

Don **David Olalla Vidal**. Es Técnico Superior en Animación Sociocultural.



Practica el Montañismo desde los 15 años en todas sus modalidades: escalada deportiva, alpina y en hielo, esquí de travesía y esquí alpino. En esquí alpino de competición ha ganado diversas medallas en las modalidades de Eslalon y Gigante. En montaña, aparte de haber escalado o ascendido multitud de cumbres por toda España, ha sido en varias ocasiones campeón nacional en

competiciones de Media Maratón de Montaña (de la FEDC) con equipos de Montañismo para Ciegos.

Ha participado en una expedición internacional en los Alpes franceses e italianos con otros montañeros –guías y ciegos– del Grupo de Montaña de la ONCE de Madrid y de la FEDC, y del Club “Asociación Madrileña de Montañismo de Discapacitados y Guías” (AMMDG).

Ha sido durante tres años Jefe de la Unidad de Atención al Mayor, Cultura y Ocio de la Delegación Territorial de la ONCE de Madrid (encargada, entre otras cosas, del deporte para ciegos a nivel territorial), y actualmente ocupa la Segunda Vicepresidencia del Consejo Territorial de la ONCE en Madrid.



2ª Clase: Clase multitemática:

(2 horas)

1ª Parte: **Fundamentos de prevención y seguridad en el Montañismo.** Responsabilidad y compromiso en actividades de montaña.

Tema impartido por don José María Ruiz Carpintero.

2ª Parte: **Teórica de introducción al Montañismo para Ciegos (II): “Iniciación teórica a las Técnicas de Guiado de Ciegos en Montaña (II Parte)”.**

3ª Parte: **Visionado de dos películas sobre el Montañismo para Ciegos:**

- Película de formación en técnicas.
- Película de una de las expediciones realizadas por el Grupo de Montaña de la ONCE con montañeros ciegos, deficientes visuales, amputados y sordos.

Tema impartido por don Francisco Javier Bueno Sequera.



Clase impartida por:

Don **José María Ruiz Carpintero**, Guía Especialista de Montañismo para Ciegos del Grupo de Montaña de la ONCE y de la FEDC (Federación Española de Deportes para Ciegos) desde 1996, ha

Información Matrícula:



participado en 8 expediciones con montañeros ciegos y con otras minusvalías, 6 de ellas con la ONCE y la FEDC, y 2 a título privado. Ha sido desde 2000 hasta 2011 profesor colaborador en los Cursos de Iniciación en Montañismo para Ciegos para Deportistas y Guías de la FEDC, y es miembro del Club “Asociación Madrileña de Montañismo de Discapacitados y Guías”.

Parte de su adiestramiento en montaña (desde los 15 años) lo recibió dentro del Grupo de Montaña de la ONCE a través de formación interna y en varios cursos especializados en la Escuela de Alta Montaña de Benasque (Huesca, España), y en la Escuela Militar de Alta Montaña de Jaca (Huesca). Además, se ha formado en diversos cursos de primeros auxilios y salvamento, generales y en montaña.

Ha participado como ponente sobre seguridad en montañismo y prevención de riesgos en 2 conferencias sobre Montañismo para Ciegos, organizadas por el Grupo de Montaña de la ONCE de Madrid.

Es guía-intérprete de sordociegos, e Intérprete de Lengua de Signos Española.

Es diplomado en Arquitectura Técnica, Máster en Prevención en Riesgos Laborales (especialidad en Seguridad y Salud), Perito Forense en Prevención de Riesgos Laborales, y especialista en Autoprotección en Edificios Singulares, y en Vigilancia y prevención de accidentes de la construcción.

Desde hace 15 años trabaja como Coordinador de Seguridad y Salud en la empresa SMDos, de la que es director técnico desde 2007. Desde 2008 es profesor del Curso de Coordinadores de Seguridad de la Universidad de Castilla-La Mancha.



3ª Clase: Clase multitemática:

(2 horas)

1ª Parte:

- “Bases de interacción diaria y urbana con los ciudadanos deficientes visuales y ciegos”.
- “El deporte en general y el montañismo en particular desde la perspectiva de un practicante ciego”.

2ª Parte: “Prácticas de relación y conducción urbana con ciudadanos ciegos”.

Temas impartidos por la veterana montañera ciega doña Margarita Couceiro Vidal.

3ª Parte: **Conocimiento y manejo del material básico común y del material especial para Actividades al Aire Libre, desde Senderismo y Acampadas, hasta Montañismo y expediciones ligeras. Material adaptado para practicantes ciegos de Actividades al Aire Libre.**

Tema impartido por don Francisco Javier Bueno Sequera.

Clase impartida por:

Doña **Margarita Couceiro Vidal**, invitada especial a esta clase, es montañera B1 (ciega total). Es licenciada en Filología Inglesa por la UCM, diplomada en Fisioterapia por la Escuela de Fisioterapia de la ONCE (adscrita a la



Información Matrícula:



Universidad Autónoma de Madrid), y especialista en diversas terapias manuales; además, es instructora de Pilates.

Su actividad profesional se ha desarrollado en el ámbito de la ONCE como vendedora de cupón, instructora de Braille, y profesora en el CRE (colegio de niños ciegos) de Madrid, primero de inglés y luego como formadora de quiromasajistas. Desde 2008 trabaja como fisioterapeuta en su propia clínica.

Practica montañismo desde 1996, actividad que combina con otras disciplinas como Pilates, yoga, natación y ciclosala. Ha participado en una expedición internacional al monte Olimpo (en la que se alcanzaron los tres picos más altos del mismo) con otros montañeros –guías y ciegos– del Grupo de Montaña de la ONCE de Madrid y de la FEDC, y del Club “Asociación Madrileña de Montañismo de Discapacitados y Guías”.





4ª Clase: Supervivencia elemental y adaptada para actividades deportivas en el medio natural.

(2 horas)

(Curso básico dentro del proyecto “24 horas: Aguantar hasta el rescate”, iniciativa de formación en marcha y continuada desde 2004, creada y coordinada por Francisco Javier Bueno Sequera).

Clase impartida por:

Don Jorge Bueno Sequera y don Francisco Javier Bueno Sequera.



Don **Jorge Bueno Sequera** ha sido Guía de Montañismo para Ciegos durante tres años, y es titulado de la Escuela de Supervivencia Deportiva de Madrid (formación continuada de 1994 a 1999), Maestro Especialista en Educación Especial (UCM), Coordinador de Tiempo Libre, Técnico Superior en Integración Social, y profesor (desde 2008) en los “Cursos Adaptados de Iniciación al Vivaqueo y Supervivencia en Baja y Media Montaña para montañeros ciegos, sordos y con otras discapacidades físicas, y sus guías”, avalados por la

Unidad de Deportes de la Delegación Territorial de la ONCE en Madrid y por el Club “Asociación Madrileña de Montañismo de

Información Matrícula:



Discapacitados y Guías”, y creados y diseñados por Francisco Javier Bueno Sequera.

Ha organizado y dirigido cursos de supervivencia de todos los niveles y para todas las edades, así como viajes y travesías de aventura por el desierto marroquí.

Es titular de la empresa *Buscasendas. Senderismo y Naturaleza*, y actualmente trabaja como Bombero Forestal del CBCM.





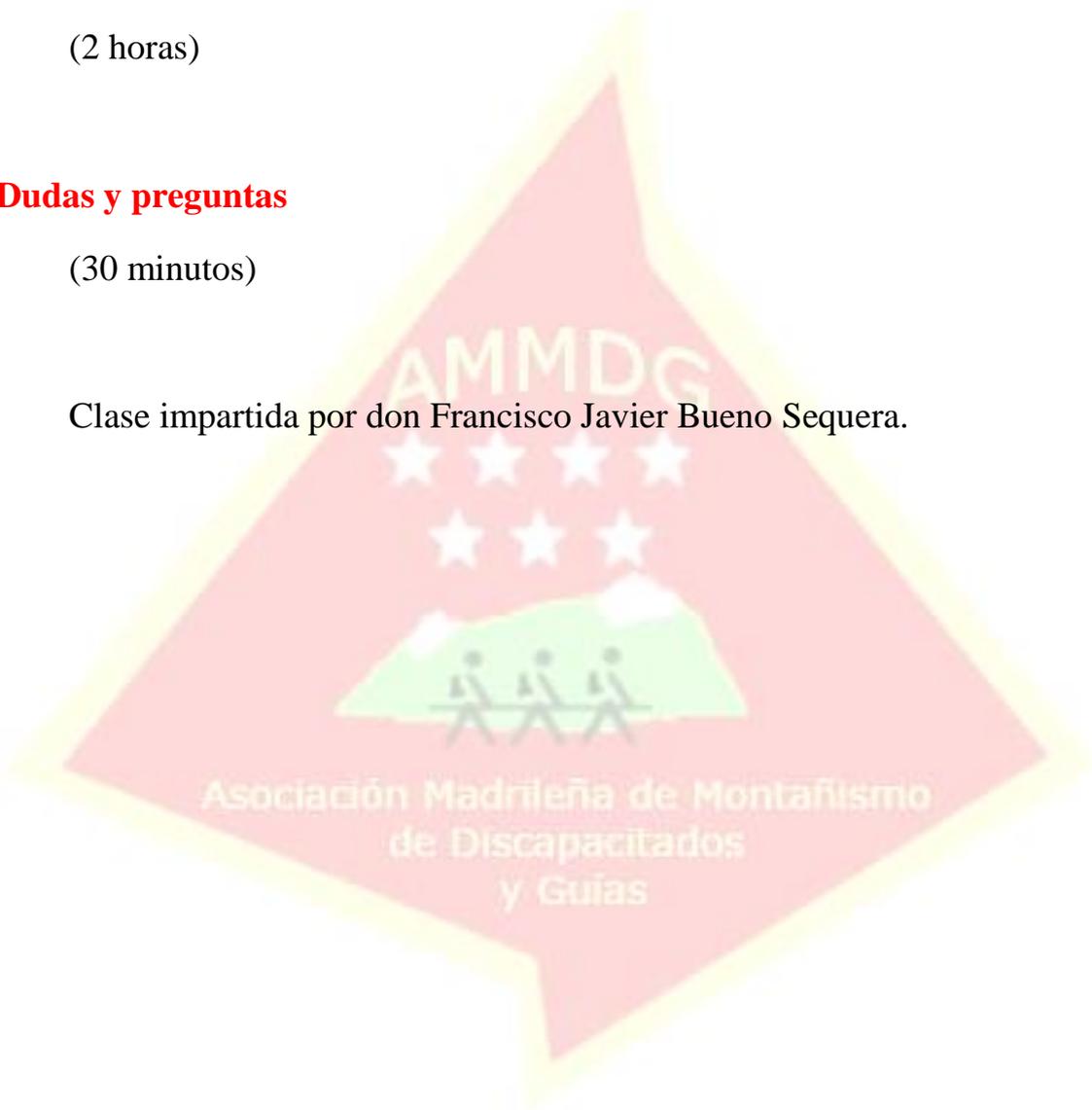
5ª Clase: Fundamentos básicos para la preparación de actividades prolongadas en baja y media montaña, y de expediciones ligeras y medias: selección de objetivo, materiales, entrenamiento, logística y viaje; variantes para una expedición adaptada. Dudas y preguntas.

(2 horas)

Dudas y preguntas

(30 minutos)

Clase impartida por don Francisco Javier Bueno Sequera.





CLASE PRÁCTICA

6ª Clase: Práctica impartida en un medio natural de baja o media montaña.

Iniciación práctica al guiado de ciegos en montaña. Clase dirigida por don Francisco Javier Bueno Sequera y dos profesores colaboradores, videntes y ciegos, respectivamente.

1ª Parte: Esta fase de la clase práctica se hará según el sistema tradicional de enseñanza de iniciación al guiado de ciegos en montaña, con antifaces de ceguera total y gafas de simulación de diversas anomalías visuales.

2ª Parte: En esta fase los alumnos practicarán en las dos posiciones de guiado (delantera y trasera) con veteranos montañeros ciegos B1.

(3.30 horas)

Iniciación práctica a tácticas básicas de supervivencia general y adaptada en baja y media montaña, y manejo de material básico en Actividades en el Medio Ambiente. Clase impartida por don Francisco Javier Bueno Sequera y don Jorge Bueno Sequera.

(1.30 horas)

Iniciación práctica al manejo de la silla adaptada Joëlette.

(1.30 horas)

Clase práctica de Joëlette impartida por:

Don Yosu Vázquez Peciña y don Francisco Javier Calvo Sánchez.



Don **Yosú Vázquez Peciña**, promotor del proyecto de montañismo de integración *Montes Solidarios*, practica este deporte desde los 14 años. Ya de adulto, su actividad montañera le ha hecho recorrer numerosas cimas del Pirineo español y francés, Picos de Europa, Alpes y Estados Unidos.

Es esquiador alpino y de montaña desde hace 28 años, y escalador con más de 25 años de

experiencia, realizando cursos de escalada deportiva, escalada artificial y *Big Wall*, y técnicas de auto rescate en pared, así como de progresión con crampones, encordamiento en glaciares y técnicas de alta montaña, todos ellos impartidos por la Escuela Alavesa de Alta Montaña (España).

Corredor de maratones, ha sido *finisher* en la Maratón de San Sebastián, en la Maratón de Nueva York y en otras, y en dos ocasiones en la Maratón Martín Fiz. También es corredor de montaña, con carreras terminadas como la Maratón Internacional Zegama Aizkorri, la Maratón del Soplado, etc., y ultramaratones como la Transvulcania (83 km), la Transgrancanaria (125 km), Trail del Aneto (100 km), G2 Haundiak (82 km), Hiru Haundiak (100 km), y la prestigiosa Ultra Trail del Mont Blanc (168 km), entre otras.

Actualmente, dedica parte de su tiempo al guiado en montaña de personas con discapacidades físicas, para lo cual se formó en la **3ª Edición** del presente **“Curso Intensivo Multidisciplinar de Senderismo y Montañismo Adaptado y Conducción Urbana de Personas Ciegas”**, y, según sus palabras, “habiéndose empollado en tiempo récord el ‘Manual de Guiado de Ciegos en Montaña’”, obtenido en dicho curso. También ha



asistido a uno de los cursillos de guiado de ciegos con esquís, impartido en Madrid por técnicos de la ONCE y de la Federación Española de Deportes para Ciegos (FEDC).

Se formó en el manejo y pilotaje de la silla adaptada Joëlette en un curso organizado por la fundación *Global Nature* en el Parque Natural de Picos de Europa, impartido por técnicos de la fundación *Montañas para Todos*.

Desde entonces, ha realizado diferentes prácticas en montaña con las sillas Joëlette, destacando la realizada en el segundo reto de *Montes Solidarios*, acercando a dos personas con movilidad reducida a la cima del monte Gorbea, de 1481 m de altura. Así mismo, ha participado como piloto de Joëlette en carreras populares, como la San Silvestre Vitoriana 2015.

Profesional de la aeronáutica, ha trabajado 7 años en control de calidad y 8 años como Montador Aeronáutico.

Se estrenó como colaborador en la 5ª edición del presente curso de la Fundación UNED, en la sección de manejo de la silla adaptada Joëlette.



Don **Francisco Javier Calvo Sánchez**, con más 40 años de experiencia en actividades al aire libre, es actualmente Presidente de la Federación Alavesa de Montaña AMF-FAM (desde el año 2008), Miembro de la *Sociedad Excursionista Manuel Iradier*, Especialista en Seguridad en Montaña, miembro de la Escuela Española de Alta Montaña (EEAM) y Técnico de Senderos

FEDME (Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada). Fue Vocal de Senderos de la Federación Alavesa de Montaña

Información Matrícula:



(FAM-AMF, 2004-2008), Jefe Técnico del Grupo de Rescate de Montaña de Cruz Roja de Álava (1996-2004), y responsable de seguridad de la Marcha de Montaña Hiru Haundiak-Los Tres Grandes.

Entre sus títulos de formación en montañismo, destacan los siguientes de de la Escuela de Alta Montaña Española: Montañismo, Multiactividades Estivales, Primeros auxilios en el Medio Natural, Curso Avanzado de Seguridad en Actividades al Aire Libre, y Primeros Auxilios en Lugares Remotos. Los títulos obtenidos en la Escuela Vasca de Alta Montaña son: Medicina y Socorrismo en Montaña, y Alpinismo. Está certificado como asistente a las Jornadas de Derecho y Montaña del Colegio de Abogados de Huesca, e igualmente en el Seminario de Seguridad y Responsabilidad en Deportes de Montaña de la Universidad de Zaragoza. Fue alumno en la **3ª Edición** del presente “**Curso Intensivo Multidisciplinar de Senderismo y Montañismo Adaptado y Conducción Urbana de Personas Ciegas**”.

Es **Piloto de nivel 1 de silla adaptada Joëlette**.

Ha sido ponente en diferentes seminarios, cursos de senderismo, medio ambiente y seguridad en montaña. Colaborador de www.mendikat.net, ha publicado además diferentes artículos en revistas de montaña, como *Pyrenaica*, *Vertex* y *Sociedad Excursionista Manuel Iradier*.

Desde su asistencia a la 3ª edición del presente curso, participa en diversas actividades de montaña como guía de montañeros ciegos. Además, es cooperador habitual en las actividades del proyecto de montañismo de integración *Montes Solidarios*.

Se estrenó como colaborador en la 5ª edición del presente curso de la Fundación UNED, en la sección de manejo de la silla adaptada Joëlette.



INFORMACIÓN MATRÍCULA FUNDACIÓN UNED

Tel.: 91 386 72 76

erodriguez@fundacion.uned.es

<http://www.fundacion.uned.es/actividad/11486>

Docente Coordinador del Curso: francisbueno@ono.com

