

Màster en Educació Inclusiva

TREBALL FINAL DE MÀSTER

ANNEXOS

Introducció del quadern de l'equip en l'assignatura de Treball Interdisciplinar del Grau de Ciències de l'Activitat Física i l'Esport

Introducción del cuaderno de equipo en la asignatura de Trabajo Interdisciplinar en el Grado de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte.

Introduction of notebook team in the course of interdisciplinary Bachelor of Science in Physical activity and Sport.

Presentat per:
Eduard Comerma Torras

Tutoritzat per:
Mila Naranjo Llanos

Universitat de Vic
Setembre de 2014

Índex

Índex	2
Annex 1: Guions del treball individual	3
Annex 2: Avaluació del treball individual	7
Annex 3: Guions del treball i d'avaluació del treball organitzatiu de l'equip	11
Annex 4: Programa de la sortida	20
Annex 5: Pla de treball de l'assignatura	23
Annex 6: Rúbrica per valorar el Pla de l'Equip.	26
Annex 7: Rúbrica per avaluar les memòries escrites.	29

Annex 1: Guions del treball individual

GUIÓ DE TREBALL de Nutrició

L'objectiu de la primera tutoria és començar a elaborar la fitxa de nutrició que ens haurà de servir per preparar la dieta per afrontar la sortida interdisciplinària de dos dies que es durà a terme al mes d'abril.

Prèviament a aquesta tutoria s'haurà d'haver llegit i marcat els aspectes a tenir en compte per l'elaboració de la fitxa d'alimentació, que trobareu a la "guia CSD alimentació" penjada al campus virtual a l'apartat de recursos i haver cercat altres recursos bibliogràfics sobre alimentació i hidratació en general i concretament a l'esport.

Per a la primera tutoria també haureu de portar:

- Les definicions d'alimentació, dieta i nutrició.
- La fórmula per calcular la despesa energètica: trobarem diferents fórmules; unes directes, a través de proves adipomètriques, càlcul de la massa òssia, ... i d'altres indirectes, a través de les dades d'edat, pes, sexe,... que seran les que farem servir nosaltres. Haureu d'explicar aquesta fórmula als vostres companys de grup i que cada un calculi la seva despesa energètica.

Per a la segona tutoria, buscar el concepte d'índex glucèmic (el podeu trobar a http://buonavita.wikispaces.com/file/view/Libro_Alimentacion_Deporte.pdf/277813746/Libro_Alimentacion_Deporte.pdf a l'apartat "alimentación y deporte. Parámetros actuales") i haureu d'anar acabant la fitxa de nutrició.

GUIÓ DE TREBALL de Valors i Relacions Humanes

Es delimiten a continuació les fases del pla de treball per a la realització de l'activitat de valors i Relacions Humanes:

ABANS DE L'EXCURSIÓ:

(Portar a la primera tutoria):

- Definir objectius de l'activitat.
- Buscar definicions d'autores i autors experts en la matèria dels valors i les relacions humanes. Elaborar un marc teòric en funció d'aquests experts (màxim de 5 pàgines).

(Portar a la segona tutoria):

- Presentar el marc teòric, ben referenciat a la tutora de la disciplina.
- Elaborar una plantilla d'observació dels valors més destacats que considereu que s'adequen a les activitats a la natura.

DURANT L'EXCURSIÓ:

- Enregistrar en la plantilla d'observació què passa amb aquests valors i com es concreten en les relacions humanes durant l'estada a la natura.
- Posar en comú aquestes plantilles segons la dinàmica del grup "d'autoreflexió".

DESPRÉS DE L'EXCURSIÓ:

- Elaborar un informe final sobre la temàtica (màxim 5 pàgines).

GUIÓ DE TREBALL Muntatge Audiovisual

Es delimiten a continuació les fases del pla de treball per a la realització de l'activitat del Muntatge Audiovisual:

ABANS DE L'EXCURSIÓ:

- Definir quins objectius es volen aconseguir i com s'aconseguiran.
- Enregistrar totes les fases de creació de l'activitat.

DURANT L'EXCURSIÓ:

- Enregistrar de manera creativa i fent ús de les TIC el desenvolupament de l'activitat a la natura.

DESPRÉS DE L'EXCURSIÓ:

- Editar l'enregistrament posant en relació totes les disciplines de l'assignatura.
- Presentació de l'enregistrament al grup aula.
- Elaborar una còpia en CD que s'adjuntarà a la memòria final.

GUIÓ DE TREBALL Preparació de l'itinerari

Activitats a treballar per la 1a Tutoria.

- Buscar i portar treballades quatre opcions diferents de rutes senyalitzades per arribar a Savassona a peu o Btt.
- Especificar la senyalització que disposa, les distàncies, desnivells i si és apte per fer a peu o BTT.
- Referenciar bibliogràficament les diferents opcions.
- Proposta de quina de les quatre rutes és millor per anar amb BTT i a peu de forma justificada.

Activitats a treballar per la 2a Tutoria.

- Portar dibuixats els 2 itineraris escollits de l'etapa 1 a peu i en Btt, sobre un mapa de paper d'escala entre 1:25000 i 1:50000.
- Portar calculades les distàncies, els desnivells, representar gràficament el perfil del recorregut.
- Previsió d'horaris per realitzar l'etapa 1. (Tingueu en compte, que l'horari d'arribada a Savassona hauria de ser entre 10 i 11 del matí).
- Preparar una fitxa tècnica per els que van a peu i una pels que van en BTT, amb tota la informació per no perdre's.

GUIÓ DE TREBALL de preparació del Material i logística de la sortida

Guió del treball de preparació del Material i logística de la sortida .

Activitats a treballar per la 1a Tutoria.

- Lectura proposada sobre material.
- Relacionar per escrit, els conceptes del text, amb el material a portar.
- Detallar el llistat de material individual.
- Detallar el llistat de material de l'equip (campament i desplaçament).

Activitats a treballar per la 2a Tutoria.

- Quadre detallat amb el material que cal portar, i el responsable d'aportar-lo a l'equip.
- Llistat definitiu de material per persona del'equip. (aquesta llista s'ha de portar el dia de la sortida per controlar que no falti cap material)

Lectura Proposada.

EEAM (2001). *Certificado de iniciación al montañismo*. Huesca: Barrabés editorial, p. 113-130.

EEAM (2001). *Certificado de iniciación al montañismo*. Huesca: Barrabés editorial, p. 205-210.

GUIÓ DE TREBALL de coneixement de l'entorn i patrimoni històric

1^a Tutoria

- Buscar el llibre *Gestió del patrimoni històric*. Cal llegir **4. “El turisme cultural: possibilitats i limitacions”** pàgines 148-152. Referència a la biblioteca Miramarges (008 Ges).
- Buscar informació sobre 4 dels llocs per on passen per tal de fer la ruta. 2 tipus d'informació:
1/Informació geogràfica (rius, valls, planes,..) que hi ha en el recorregut.
2/Informació històrica i del patrimoni històric (elements patrimonials que tenen, si n'hi ha molts, etc) que hi ha en el recorregut.
- De l'itinerari que farem cal buscar informació de Vic i Savassona de forma obligatòria ja que és el punt de partida i el punt d'arribada.
- Dels altres dos punts que cal buscar informació d'un lloc que passin els companys amb bicicleta i d'un lloc que passin els companys caminant. Cal comunicar-ho al professor per tal que hi doni el vist-i-plau.
- La informació trobada dels diferents llocs s'ha de referenciar bibliogràficament dues vegades com a mínim.

2^a Tutoria

- Cal portar la informació escrita trobada de Vic i Savassona i dels dos llocs comentats al professor durant la primera tutoria.
- Un cop supervisada pel professor cal penjar-la a la carpeta de treball del grup.
- Abans de la sortida ha d'haver-hi penjat al campus una breu descripció dels 4 pobles, el seu entorn i el patrimoni històric.
- Durant la sortida caldrà fer les fotografies corresponents per tal d'afegir en aquesta part escrita.

Annex 2: Avaluació del treball individual

INSTRUMENT D'AVALUACIÓ de Nutrició

Instrument d'avaluació de: NUTRICIÓ		
Indicadors	Barem	Puntuació
Haver llegit l'article del CSD i marcat o extret els aspectes a tenir en compte per l'elaboració de la fitxa de nutrició.	0 – 1'25	
haver cercat altres recursos bibliogràfic sobre alimentació i hidratació en general i concretament a l'esport.	0 - 1	
Haver cercat les definicions d'alimentació, dieta i nutrició.	0 - 1	
Haver cercat la fórmula per calcular la despesa energètica.	0 - 1	
Haver cercat, entès i aplicat el concepte d'índex glucèmic.	0 - 1	
Haver detallat a la fitxa de nutrició els aliments de cada àpat amb el seu pes i els seus principis immediats.	0 – 1'25	
Haver calculat els % de cada principi immediat i el pes de tot el menjar.	0 – 1'25	
Haver treballat l'apartat d'hidratació.	0 – 1'25	
El dia de la sortida, portar foto del menjar comprat i que correspongui amb la fitxa de nutrició elaborada.	0 - 1	
TOTAL	0 - 10	

INSTRUMENT D'AVALUACIÓ Valors i Relacions Humanes

Instrument d'avaluació de:
Valors i relacions humanes

Indicadors	Barem	Puntuació
Quatre o més definicions dels conceptes bàsics: valors i relacions humanes	0-1	
Sis citacions d'autores i autors experts en la matèria	0-2	
Cerca l'exposició de com a mínim dues experiències de l'àmbit	0-2	
Disseny de plantilla d'observació sobre la temàtica	0-2	
Correcció en competències lingüístiques i d'expressió	0-3	
Total	0-10	

INSTRUMENT D'AVALUACIÓ Muntatge Audiovisual

Instrument d'avaluació de: Muntatge Audiovisual		
Indicadors	Barem	Puntuació
Definició clara dels objectius	0-1	
Creativitat i originalitat	0-4	
Coherència i relació amb altres àmbits	0-4	
Correcció en competències lingüístiques i d'expressió	0-1	
Total	0-10	

INSTRUMENT D'AVALUACIÓ de preparació de l'itinerari

Instrument d'avaluació de: Preparació de l'itinerari		
Nom del Grup:	Nº del Grup:	
Indicadors	Barem	Puntuació
Portar les quatre rutes proposades el primer dia de la tutoria	0 - 2	
La recerca d'informació buscada en fonts variades i ben referenciada	0 - 1	
Portar els mapes dels itineraris escollits per fer a peu i en Btt a la segona tutoria	0 - 1	
Preparació de la fitxa tècnica de l'itinerari a peu per la segona tutoria	0 - 1,5	
Preparació de la fitxa tècnica de l'itinerari en BTT per la segona tutoria	0 - 1,5	
Explicar els dos itineraris escollits als companys de l'equip i donar les indicacions pertinents als que van a peu i en btt	0-1	
El dia de la sortida utilitzar el material preparat i no desviar-se del recorreguts planificats	0 - 2	
TOTAL	0 - 10	

INSTRUMENT D'AVALUACIÓ de Material i Logística

Instrument d'avaluació de: Material i logística		
Nom dels responsables:	Nº de l'equip:	
Indicadors	Barem	Puntuació
A la primera tutoria porta les lectures fetes i ho relaciona per escrit amb el material que es proposa portar a la sortida.	0 - 2	
A la primera tutoria porta una llista detallada del material individual i d'equip que s'ha de portar.	0 - 2	
A la segona tutoria porta un quadre detallat amb el material que cal portar, i el responsable d'aportar-lo a	0 - 2	

l'equip.		
A la segona tutoria reparteix un quadre per a cada membre de l'equip amb el material que caldrà portar a la sortida.	0 – 2	
Es controla de forma acurada que tothom porti el material que li toca el dia de la sortida	0 – 2	
TOTAL	0 - 10	

INSTRUMENT D'AVAUACIÓ de l'Entorn i patrimoni

Instrument d'avaluació de: Coneixement de l'entorn i patrimoni		
Indicadors	Barem	Puntuació
Es llegeixen l'article penjat al campus per la primera tutoria per tal de comentar idees	0-1	
Busquen 2 pobles: un per la ruta a peu i l'altra per anar en bicicleta. Busquen referències dels llocs pensats per ells i dels dos llocs indicats pel professor a llibres, pàgines webs (com a mínim dues referències) per la primera tutoria	0-4	
Porten la informació redactada per comentar durant la segona tutoria	0-1	
Pengen la informació redactada abans de la sortida per tal que tots els companys del grup estiguin informats	0-1	
Posen fotografies de la part patrimonial i de la part de l'entorn que han fet durant la sortida a la memòria	0-2	
Correcció en competències lingüístiques i d'expressió	0-1	
TOTAL	0 - 10	
Observacions:		

Annex 3: Guions del treball i d'avaluació del treball organitzatiu de l'equip

GUIÓ DE TREBALL de preparació del ràpel

Activitat de ràpel. Sota la supervisió d'un especialista.

Conèixer la tècnica de ràpel, conèixer tot el material necessari, mesures per assegurar al practicant, adequació del lloc per garantir la seguretat dels participants (inspecció del lloc de pràctica), organització i dinamització de l'activitat.

Per a la primera tutoria buscar informació sobre la tècnica de ràpel, com assegurar la maniobra de ràpel, el material necessari...

Durant la tutoria haureu de confeccionar el pla de treball de l'activitat, és a dir, definir les tasques dels diferents components dels dos grups, fer torns si ho creieu necessari, horari, control del material ... Tingueu en compte que quatre persones responsables de l'activitat de ràpel, hauran d'anar a la tarda a ajudar a l'activitat d'espeleologia (cova).

També haureu de confeccionar una llista de material necessari.

Per a la segona tutoria hauríeu d'haver anat a veure la zona de pràctica per decidir on instal·lar els ràpels i quins aspectes de seguretat necessitem tenir en compte per les característiques de l'espai de pràctica. També haureu d'haver pensat com organitzarem i dinamitzarem l'activitat per poder acabar-ho de concretar durant aquesta tutoria.

Crear un document de control per a les tasques assignades.

I acabar de concretar tot el material necessari.

Durant la sortida, dinamització, seguretat i control de l'activitat.

GUIÓ DE TREBALL de Sostenibilitat

Els grups responsables d'aquesta tasca s'hauran d'encarregar del següent:

Pensar en els aspectes a tenir en compte per a fer de la nostra sortida una sortida sostenible. Crear els mínims residus possibles i gestionar els que creem. Reduir l'impacte sobre el terreny... i elaborar un document per explicar aquests aspectes a la resta de grups.

Per la primera tutoria, llegir el capítol 1 i 2 (menys els apartats "hacer fuego en el campo..." i "así nos cuentan los expertos..."), fer un buidat de les idees principals i presentar-les per escrit.

I buscar bibliografia i articles al respecte per començar a treballar en la discussió dels aspectes que creiem més importants a tenir en compte.

Segona tutoria, elaboració del document final i d'una fitxa de mesura de l'impacte ambiental on hi haurà d'haver una primera part d'observació de l'estat de la zona d'acampada i una segona part d'observació de l'efecte de la nostra estada en aquesta zona.

Durant la sortida s'haurà de fer la inspecció necessària per omplir la fitxa de mesura de l'impacte ambiental.

GUIÓ DE TREBALL Autoreflexió

Es delimiten a continuació les fases del pla de treball per a la realització de l'activitat d'autoreflexió:

ABANS DE L'EXCURSIÓ:

(Portar a la primera tutoria):

-Delimitar aquells valors que guarden relació amb l'esport, i específicament amb els esports a la natura.

Buscar-ne les definicions i citar els autors/es que més els han treballat.

(Portar a la segona tutoria):

-Elaborar una plantilla d'observació per enregistrar quan i com es donen i mostren aquests valors durant l'activitat a la natura.

DURANT L'EXCURSIÓ:

-Enregistrar diferents situacions humanes que tinguin càrrega de valors.

-Posada en comú amb tots els altres grups sobre els registres que heu anat prenent.

-Debate i reflexionar sobre la convivència i els valors apareguts durant els dos dies d'activitat

DESPRÉS DE L'EXCURSIÓ:

-Redactar informe final sobre percepcions personals i dels grups (màxim 5 pàgines).

GUIÓ DE TREBALL Activitats Organitzatives Esportives

Es delimiten a continuació les fases del pla de treball per a la realització de l'activitat de l'organització de les activitats esportives:

ABANS DE L'EXCURSIÓ:

-Conèixer i delimitar els espais i els materials que es faran servir durant l'activitat a la natura.

-Concretar com es muntarà el campament i delimitar les zones d'acampada, pràctica esportiva...

DURANT L'EXCURSIÓ:

-Controlar i gestionar el desenvolupament de les activitats.

-Organitzar els espais d'acampada dels altres grups.

DESPRÉS DE L'EXCURSIÓ:

-Elaborar un informe resum de quins han estat els punts forts i els punts febles de l'organització de les activitats esportives: espais, materials... (màxim de 5 pàgines).

GUIÓ DE TREBALL de preparació de la Cursa d'Orientació

Guió del treball de preparació de la Cursa d'Orientació .

- Consulta de la web: <http://orientacio.org/orientacio/orientacio.html>
- Objectius de l'activitat.
- Preparar sobre mapa on col.locar les 18 fites.
- Preparar sobre terreny la col·locació de les fites i la simbologia. (Acompanyar la simbologia escollida amb una foto de la zona)
- Pensar com organitzar l'activitat. (Hores de sortida, temps, grups, etc...)
- Concretar sistema de puntuació, control, classificació i comunicació.
- Preparar documents necessaris.

Guió del treball de preparació de la BTT .

- Objectius de l'activitat.
- Preparar sobre mapa o imatge el recorregut.
- Preparar sobre terreny el recorregut.
- Pensar com organitzar l'activitat. (Hores de sortida, temps, grups, relleus?, etc...)
- Concretar sistema de puntuació, control, classificació i comunicació.
- Preparar documents necessaris i sistema de marcatge.

GUIÓ DE TREBALL de preparació del Tir amb Arc i de Geocaching

L'activitat de Tir amb Arc i de Geocaching, han d'estar preparades i gestionades per alumnes del grup M1 i M2

Guió del treball de preparació de l'activitat de Geocaching .

- Consulta de la web: <http://www.geocaching-hispano.com/index.htm>
- Consulta de la web: <http://www.todogeocaching.com/>
- Objectius de l'activitat.
- Pensar com organitzar l'activitat.
- Concretar sistema de puntuació, control i classificació.
- Preparar documents necessaris.

Guió de treball de preparació de l'activitat de Tir amb Arc

- Objectius de l'activitat.
- Llistat de material necessari.

- Preparació de l'explicació tècnica del tir amb Arc.
- Planificació de la seguretat.
- Dinamització, control i puntuació de l'activitat.

GUIÓ DE TREBALL de la organització del Campament

Guió Organització del Campament:

1ª Tutoria

- Buscar el llibre *Sin dejar huella* de Sara Mugarra. Cal llegir el capítol nº 2: "**Higiene en el campo**" pàgines 51-72. Referència a la biblioteca Miramarges (796.5 Mug)
- Buscar la informació necessària per tal d'organitzar el funcionament d'un campament.
- Pensar en com organitzar l'espai on acamparem. Pensar en com distribuir espais d'utilitat per a tots (llocs de menjar). Pensar en organitzar un llocs de serveis.
- Un cop pensat organitzar l'espai. Preguntar als diferents grups quantes tendes portaran per tal d'organitzar l'espai.
- Fer un croquis de la ubicació de les tendes, espais comuns, serveis.
- Parlar-ho amb l'altre grup que s'encarrega de la universitat per trobar punts en comú (hi ha un grup del M1 i un del M2) el dia 4/3/2013 i el dia 22/3/2013.

2ª Tutoria

- Presentar al professor el croquis de l'espai organitzat.
- Si es necessita material fer un llistat de quin es necessita.
- Anar a visitar l'espai en concret.
- Penjar a la carpeta de treball del grup l'esquema de l'organització del campament.

GUIÓ DE TREBALL de jocs de nit

Guió Jocs de nit:

1ª Tutoria

- Llegir article sobre com organitzar un joc de nit penjat al campus.
- Buscar referències bibliogràfiques de jocs de nit.
- Pensar en com dur a terme (objectius) un joc per la nit.
- La temàtica ha de ser sobre els elements que hi ha a l'entorn on acamparem o sigui l'església, el castells, les pedres, etc. Buscar la

informació de Savassona. Un cop buscada la informació pensar en un joc per tal de jugar-hi tots una mitjana de 50 persones.

- Calcular entre 30 i 45 minuts de joc.
- Pensar si es necessita material, quin és, buscar-lo, per portar-lo el dia de la sortida.
- Parlar-ho amb l'altre grup que s'encarrega de la universitat per no repetir jocs (hi ha un grup del M2) el dia 4/3/2013 i el 22/4/2013.

2ª Tutoria

- Presentar la proposta i el disseny dels jocs abans de la segona tutoria per tal que el professor hi doni el vist-i-plau.
- Fer una explicació dels jocs que es faran, com es faran, quines normes hi hauran, com seran.
- Penjar a la carpet de treball del grup tot aquesta explicació abans de la sortida.

INSTRUMENT D'AVALUACIÓ de l'activitat de ràpel

Instrument d'avaluació de: activitat de ràpel		
Indicadors	Barem	Puntuació
Haver buscat informació sobre la tècnica de ràpel.	0 – 1'11	
Haver buscat informació de com assegurar la maniobra de ràpel.	0 – 1'11	
Fer llista del material necessari durant la primera tutoria.	0 – 1'11	
Fer el pla de treball.	0 – 1'11	
Haver fet una inspecció del lloc de pràctica.	0 – 1'11	
Haver fet un pla de seguretat per a la zona de pràctica.	0 – 1'11	
Haver redactat l'organització i dinamització de l'activitat.	0 – 1'11	
Creació d'un document de control de les tasques assignades.	0 – 1'11	

Funcionament de l'activitat.	0 – 1'11	
TOTAL	0 - 10	

INSTRUMENT D'AVALUACIÓ de la sostenibilitat

Instrument d'avaluació de: sostenibilitat		
Indicadors	Barem	Puntuació
Haver llegit la lectura obligatòria i fet el buidat de les idees principals.	0 – 1'66	
Haver buscat bibliografia sobre sostenibilitat, impacte ambiental,...	0 – 1'66	
Redacció durant la primera tutoria dels aspectes més importants a tenir en compte.	0 – 1'66	
Elaboració del document final per lliurar a la resta de grups.	0 – 1'66	
Elaboració de la fitxa de mesura de l'impacte ambiental.	0 – 1'66	
Inspecció abans i després, de la zona d'activitats i constància escrita a la fitxa de mesura d'impacte ambiental	0 – 1'66	
TOTAL	0 - 10	

INSTRUMENT D'AVALUACIÓ de l'activitat d'autoreflexió

Instrument d'avaluació de: Autoreflexió		
Indicadors	Barem	Puntuació
Delimitació dels objectius de l'activitat	0-2	

Delimitació dels valors i les relacions a observar	0-3	
Capacitat d'implicació dels grups (lideratge)	0-3	
Correcció en competències lingüístiques I d'expressió	0-2	
Total	0-10	

INSTRUMENT D'AVALUACIÓ Organització Activitats Esportives

Instrument d'avaluació de: Organització Activitats Esportives		
Indicadors	Barem	Puntuació
Delimitació i definició dels objectius de l'activitat	0-2	
Planificació i organització dels espais	0-3	
Planificació i organització dels materials per a les activitats	0-3	
Correcció en competències lingüístiques I d'expressió	0-2	
Total	0-10	

INSTRUMENT D'AVALUACIÓ Organització del Campament

Instrument d'avaluació de: Organització del campament		
Indicadors	Barem	Puntuació

Es llegeixen l'article penjat al campus i el de la biblioteca per la primera tutoria per tal de comentar idees	0-2	
Busquen informació sobre com organitzar un campament. Busquen referències de llocs a llibres, pàgines webs.	0-1,5	
Preparen materials concrets per aconseguir el correcte funcionament del campament	0-1	
Van a visitar el lloc en concret abans de la segona tutoria	0-1	
Pengen la informació corresponent abans de les dues tutories corresponents	0-1,5	
El dia de la sortida, porten el materials necessari per organitzar el campament. Informen als companys de la sortida del funcionament del campament	0-2	
Correcció en competències lingüístiques i d'expressió	0-1	
TOTAL	0 - 10	
Observacions:		

INSTRUMENT D'AVAUACIÓ dels Jocs de Nit

Instrument d'avaluació de: Jocs de nit		
Indicadors	Barem	Puntuació
Es llegeixen l'article penjat al campus per la primera tutoria per tal de comentar idees	0-1	
Busquen i porten informació sobre com organitzar jocs de nit en un campament per la primer tutoria	0-2	
Busquen referències de llocs a llibres, pàgines webs.	0-1	
Es plantegen objectius concrets per aconseguir amb els jocs de nit	0-1	
Pengen la informació abans de la segona tutoria corresponents	0-2	
El dia de la sortida, porten el materials necessari per organitzar els jocs. Van ben coordinats en la preparació i desenvolupament del joc	0-2	
Correcció en competències lingüístiques i d'expressió	0 - 1	
TOTAL	0-10	

Observacions:		

Annex 4: Programa de la sortida

Treball Interdisciplinar. 2n Grau de CAFE

Programa de la sortida

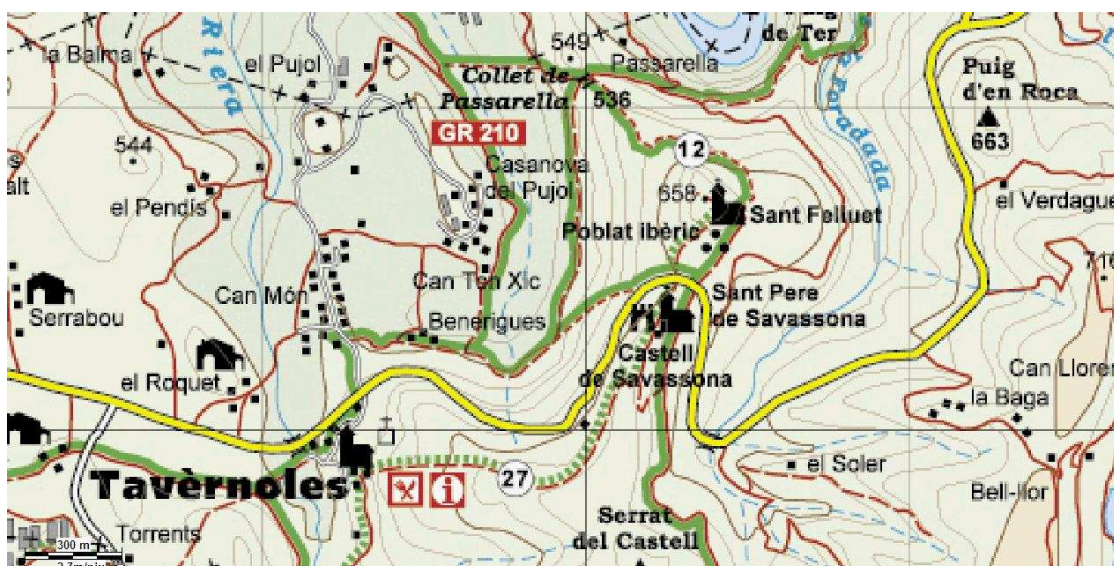
Dia 1:

ETAPA 1: Excursió a peu + btt

Sortida: Vic.

Arribada: Pla de Savassona.

Horari: Arribada al Pla de Savassona a sota l'Ermita de St. Feliuet, entre 10,00 i 11,00 del matí.



Controls:

A peu: Cap

En btt: Pas per Folgueroles.

Orientació: Utilització de rutes senyalitzades.

Material: El necessari per anar a peu o en btt. (Obligatori casc per anar en btt)

Comentaris:

- 2 membres del grup han d'anar en btt i la resta a peu.
- S'ha de demostrar audiovisualment que es realitzen el dos recorreguts.

ETAPA 2: Orientació esportiva + Rapel + BTT

Sortida: Pla de Savassona.

Arribada: Pla de Savassona.

Horari: Entre 11,00 i 14,00.

Orientació Esportiva:

Controls: Dins del mapa.
Orientació: Mapa específic orientació.
Material: Interessant que cada grup portés un parell de brúixoles i la resta el gestionen els equips organitzadors..
Rapel:
Controls: Cap
Orientació: No n'hi ha.
Material: Tot el material de l'activitat el gestiona els equips organitzadors.

BTT:
Controls: A concretar.
Orientació: No n'hi ha.
Material: BTT i cas, la resta de material de l'activitat el gestiona els equips organitzadors.

ETAPA 3: Geocaching + Tir amb arc + btt + espeleologia

Geocaching i Tir amb arc.

Sortida: Pla de Savassona
Arribada: Pla de Savassona
Participants: 4 membre de l'equip.
Horaris: A partir de les 15,00.
Controls: En el GPS.
Orientació: GPS.
Material:

- GPS que posa la UVic i que gestionen els equips organitzadors.
- El material de Tir amb Arc el gestiona els equips organitzadors.

BTT i Espeleologia.

Sortida: Pla de Savassona
Arribada: Pla de Savassona
Participants: 2 membres de l'equip.
Horaris: A partir de les 15,00.
Controls: En el mapa i llibre de ruta.
Orientació: Mapa i llibre de ruta.
Material:

- Mapa que posa la UVic i que gestionen els equips organitzadors.
- Els dos de la btt, han de portar casc i frontal o llanterna per fer la cova.

ORGANITZACIÓ CAMPAMENT:

Quan el grup torni de fer l'etapa 3, es pot començar a muntar el campament.

JOCS DE NIT:

Sortida: Pla de Savassona
Arribada: Pla de Savassona
Horaris: Per decidir.

Dia 2:

DESMUNTAR CAMPAMENT:

Sortida: Pla de Savassona

Arribada: Pla de Savassona

Horaris: A partir de les 7:30

ETAPA 1: Excursió a peu + btt

Sortida: Pla de Savassona.

Arribada: Tavernoles.

Horari: Sortida de Savassona com a màxim a les 9,30.

Controls: Cap

Orientació: Utilització de rutes senyalitzades.

Material: El necessari per anar a peu o en btt. (Obligatori casc per anar en btt)

ACTIVITAT 2: Activitats esportives

Horaris: 11:00 a 13:30h

TORNADA a Vic

Horaris: 13:30h

Annex 5: Pla de treball de l'assignatura

Pla de Treball 2012/2013

Treball Interdisciplinar 2n Grau de CAFE

Dies	Grup	Lloc	Professorat	Grups	Sessió
21/01/2013	M1	Sala Mercè Torrents	Tots		Presentació Assignatura. Visualització vídeo. Formació dels grups. Presentació del projecte i tasques. Treball individual i organitzatiu de grup.
	M2				
28/01/2013	M1	F207	Tots		Acabar formació de grups i explicar com avaluarem. Explicació Pla de Treball, com treballa l'equi i el pla de l'equip.
	M1	F207			
	M2	CS102	Tots		
	M2	CS102			
04/02/2013	M1	F207	Eduard Comerma	5,6,7,8	Tutoria
	M2	CS102	Cati Lecumberri	9,10,11,12	
	M2	F109	Joan Callarisa	13,14,15	
	M1	B102	Àngel Santamariña	1,2,3,4	
11/02/2013	M2	F207	Eduard Comerma	9,10,11,12	Tutoria
	M2	CS102	Cati Lecumberri	13,14,15	
	M1	F109	Joan Callarisa	1,2,3,4	
	M1	B102	Àngel Santamariña	5,6,7,8	
18/02/2013	M2	F207	Eduard Comerma	13,14,15	Tutoria
	M1	CS102	Cati Lecumberri	1,2,3,4	
	M1	F109	Joan Callarisa	5,6,7,8	
	M2	B102	Àngel Santamariña	9,10,11,12	
25/02/2013	M1	F207	Eduard Comerma	1,2,3,4	Tutoria
	M1	CS102	Cati Lecumberri	5,6,7,8	
	M2	F109	Joan Callarisa	9,10,11,12	
	M2	B102	Àngel Santamariña	13,14,15	
04/03/2013	M1	F207	Eduard Comerma	Tots	Trobada dels grups M1 i M2. Valoració del Pla de l'Equip i

	M2	CS102	Cati Lecumberri		Nou pla de l'Equip.
	M2	F109	Joan Callarisa		
	M1	B102	Àngel Santamariña		
11/03/2013	M2	F207	Eduard Comerma	5,6,7,8	Tutoria
	M2	CS102	Cati Lecumberri	9,10,11,12	
	M1	F109	Joan Callarisa	13,14,15	
	M1	B102	Àngel Santamariña	1,2,3,4	
18/03/2013	M2	F207	Eduard Comerma	9,10,11,12	Tutoria
	M1	CS102	Cati Lecumberri	13,14,15	
	M1	F109	Joan Callarisa	1,2,3,4	
	M2	B102	Àngel Santamariña	5,6,7,8	
08/04/2013	M2	F207	Eduard Comerma	13,14,15	Tutoria
	M1	CS102	Cati Lecumberri	1,2,3,4	
	M1	F109	Joan Callarisa	5,6,7,8	
	M2	B102	Àngel Santamariña	9,10,11,12	
15/04/2013	M2	F207	Eduard Comerma	1,2,3,4	Tutoria
	M1	CS102	Cati Lecumberri	5,6,7,8	
	M1	F109	Joan Callarisa	9,10,11,12	
	M2	B102	Àngel Santamariña	13,14,15	
22/04/2013	M2	F207	Eduard Comerma		Trobad dels grups M1 i M2. Valoració del Pla de l'Equip i Nou pla de l'Equip.
	M1	F209	Cati Lecumberri		
	M1	F104	Joan Callarisa		
	M2	F109	Àngel Santamariña	Tots	
29/04/2013		Medi Natural	Tots	Tots	Excursió + activitats + campament
30/04/2013		Medi Natural	Tots	Tots	Excursió + activitats + campament
06/05/2013	M2	F207	Eduard		Tutoria. Valoració del Pla de

			Comerma		
	M1	F209	Cati Lecumberri		
	M1	F104	Joan Callarisa		
	M2	F109	Àngel Santamariña		l'Equip i Nou pla de l'Equip.
	M2	F207	Eduard Comerma		
	M1	F209	Cati Lecumberri		
	M1	F104	Joan Callarisa		
13/05/2013	M2	F109	Àngel Santamariña		Setmana Tancament

Annex 6: Rúbrica per valorar el Pla de l'Equip.

RÚBRICA PER A L'AVALUACIÓ DEL PLA DE L'EQUIP

OBJECTIUS	4	3	2	1
1. Progressar en l'aprenentatge	Tots els membres de l'equip hem estat atents i concentrats en la feina. Hem realitzat totes les activitats plantejades.	Tots els membres de l'equip menys un han estat atents i concentrats en la feina. Hem realitzat gairebé totes les activitats.	Només un o dos membres de l'equip han estat atents i concentrats en la feina. Només hem fet una part petita de les activitats proposades.	Ningú o pràcticament ningú ha estat atent ni concentrat en la feina. No hem acabat cap de les activitats proposades, o n'hem acabat molt poques.
2. Ajudar-nos els uns als altres	Tots els membres de l'equip, si ha estat necessari, han demanat ajuda amb correcció. Tots els membres de l'equip han ajudat correctament (explicant com es fa) si els ho han demanat.	Tots els membres de l'equip menys un, si ha estat necessari, han demanat ajuda amb correcció. Tots els membres de l'equip menys un han ajudat correctament (explicant com es fa) si els ho han demanat.	Només un o dos membres de l'equip, si ha estat necessari, han demanat ajuda amb correcció. Només un o dos membres de l'equip han ajudat correctament (explicant com es fa) si els ho han demanat.	Ningú o pràcticament ningú ha demanat ajuda, si ha estat necessari, o l'ha demanada de forma incorrecta. Ningú o pràcticament ningú ha donat ajuda correctament, si li han demanat, o bé l'ha donada de forma incorrecta (sense explicar-ho).
3. preparar una sortida de dos dies al medi natural	L'hem assolit molt... Tots els membres de l'equip hem treballat amb les tasques dels càrrecs que havíem assumit.	Tots menys un l'han assolit... Tots menys un hem treballat amb les tasques dels càrrecs que havíem assumit	Només dos o tres l'han assolit... Tots menys dos o tres hem treballat amb les tasques dels càrrecs que havíem assumit	No l'hem assolit gens, o molt poc... La majoria dels membres de l'equip no hem treballat amb les tasques dels càrrecs que havíem assumit
4. Objectiu específic:	L'hem assolit molt... Tots els membres de l'equip l'hem tingut molt en compte...	Tots menys un l'han assolit... Tots menys un l'han tingut en compte...	Només un o dos l'han assolit... Només un o dos l'han tingut en compte...	No l'hem assolit gens, o molt poc... La majoria dels membres de l'equip no l'hem tingut en compte...
COMPRO-MISOS	4	3	2	1
Alumne/a	He/ha complert (o està complint) el seu compromís personal molt bé.	He/ha complert (o està complint) el seu compromís personal força bé.	He/ha complert (o està complint) el seu compromís personal poc bé.	He/ha complert (o està complint) el seu compromís personal molt poc o gens bé.

ROLS	4	3	2	1
Coordinador/a	Sabia molt bé el que havíem de fer i ha coordinat molt bé la feina fent seguir els passos de l'estructura proposada.	Sabia força bé el que havíem de fer, i/o ha fet seguir força bé els passos de l'estructura proposada.	No sabia del tot què s'havia de fer, i/o no ha fet seguir gaire bé els passos de l'estructura proposada.	No sabia què havíem de fer, i/o bé no ha fet seguir els passos de l'estructura proposada.
	Els altres sempre li hem fet cas.	Encara que hagi fet bé la seva funció, els altres algunes vegades no li hem fet prou cas .	Encara que hagi fet bé la seva funció, els altres li hem fet poc cas .	Encara que hagi fet bé la seva funció, els altres no li hem fet gens de cas o li hem fet molt poc cas.
Secretari/ària	Ha controlat molt bé el to de veu durant la sessió de treball i/o ha fet molt bé les altres funcions seves.	Ha controlat força bé el to de veu durant la sessió de treball i/o ha fet força bé les altres funcions seves.	Ha controlat no gaire bé el to de veu durant la sessió de treball i/o ha fet no gaire bé les altres funcions seves.	Ha controlat molt poc o gens el to de veu durant la sessió, o bé l'ha controlat de mala manera i/o ha fet molt poc o gens bé les altres funcions seves.
	Els altres sempre li hem fet cas.	Malgrat hagi fet bé la seva funció, els altres algunes vegades no li hem fet cas , o en general no li hem fet prou cas .	Malgrat hagi fet bé la seva funció, els altres en general li hem fet poc cas .	Malgrat hagi fet bé la seva funció, els altres li hem fet molt poc cas o no li hem fet gens de cas.
Ajudant	Ha substituït molt bé en el seu càrrec a un company o companya que ha faltat. I/o ha ajudat de forma molt correcta a qui ho ha necessitat.	Ha substituït força bé en el seu càrrec a un company o companya que ha faltat. I/o ha ajudat de forma força correcta a qui ho ha necessitat.	Ha substituït no gaire bé en el seu càrrec a un company o companya que ha faltat. I/o ha ajudat de forma no gaire correcta a qui ho ha necessitat.	Ha substituït molt poc bé o gens bé en el seu càrrec a un company o companya que ha faltat. I/o ha ajudat de forma molt poc correcta o gens correcta a qui ho ha necessitat.
	Els altres sempre li hem fet cas i el que ha estat ajudat li ha demanat i li ho ha agraït molt bé .	Encara que hagi fet bé la seva funció, els altres no li hem fet prou cas , i el que ha estat ajudat no ho ha demanat ni agraït prou bé .	Encara que hagi fet bé la seva funció, els altres li hem fet poc cas , i el que ha estat ajudat ho ha demanat i agraït poc bé .	Encara que hagi fet bé la seva funció, els altres li hem fet molt poc o gens de cas, i el que ha estat ajudat ho ha demanat i/o agraït molt poc bé o gens bé .
Intendent	S'ha responsabilitzat molt bé que tothom dugui tot el material i tingui cura del material comú i, si calia, que les taules estiguessin ben disposades per treballar en equip.	S'ha responsabilitzat força bé que tothom dugui tot el material i tingui cura del material comú i, si calia, que les taules estiguessin ben disposades per treballar en equip.	S'ha responsabilitzat poc que tothom dugui tot el material i tingui cura del material comú i, si calia, que les taules estiguessin ben disposades per treballar en equip.	S'ha responsabilitzat molt poc o gens que tothom dugui tot el material i tingui cura del material comú i, si calia, que les taules estiguessin ben disposades per treballar en equip.
	Els altres li hem fet cas.	Encara que hagi fet bé la seva funció, els altres algunes vegades no li hem fet prou cas .	Encara que hagi fet bé la seva funció, els altres li hem fet poc cas .	Encara que hagi fet bé la seva funció, els altres li hem fet molt poc o gens de cas.

Portaveu	Sabia molt bé el que havia de dir i ho ha dit molt bé .	Sabia força bé el que havia de dir i/o ho ha dit força bé .	Sabia poc bé el que havia de dir i/o ho ha dit poc bé .	Sabia molt poc bé o gens el que havia de dir i/o ho ha dit molt poc bé .
	Els altres hi hem contribuït i l'hem ajudat molt .	Encara que hagi fet bé la seva feina, els altres no hi hem contribuït ni l'hem ajudat prou .	Encara que hagi fet bé la seva feina, els altres hem contribuït i l'hem ajudat poc .	Encara que hagi fet bé la seva feina, els altres hem contribuït i l'hem ajudat poc o gens .
Animador	S'ha responsabilitzat molt bé de dinamitzar l'equip i d'animar-lo en tot moment.	S'ha responsabilitzat força bé de dinamitzar l'equip i d'animar-lo en tot moment.	S'ha responsabilitzat poc de dinamitzar l'equip i d'animar-lo en tot moment.	S'ha responsabilitzat molt poc de dinamitzar l'equip i d'animar-lo en tot moment.
	Els altres li hem fet cas.	Encara que hagi fet bé la seva feina, els altres no hi hem contribuït ni ens hem engrescat amb les seves aportacions.	Encara que hagi fet bé la seva feina, els altres hem contribuït i l'hem ajudat poc .	Encara que hagi fet bé la seva feina, els altres hem contribuït i l'hem ajudat poc o gens .

CÀRRECS	4	3	2	1
Tots	Ha preparat i ha portat treballat tot el material que demana el guió de treball individual.	Ha preparat i treballat el material que proposa el guió del treball individual, però no ho tenia ben acabat.	Ha treballat poc el que proposa el guió del treball individual i no ha portat el material preparat.	No sabia què havíem de fer, i si ho sabia, no hi ha treballat a consciència.

Annex 7: Rúbrica per avaluar les memòries escrites.

**CIÈNCIES DE L'ACTIVITAT FÍSICA I DE L'ESPORT
INFORME D'AVALUACIÓ PER A LA MEMÒRIA DEL TREBALL
INTERDISCIPLINAR
CURS 2012/2013**

Nom del grup: _____

Cada indicador es concreta en 3 nivells: El primer indica un nivell no adequat, el segon indica un nivell regular i el tercer indica un nivell excel·lent.

Indicadors bàsics de presentació de la Memòria (Han d'estar aprovats per seguir la correcció de la memòria)			
En la memòria es veu clarament que es segueix la normativa de presentació de treballs de la Facultat d'Educació, Traducció i Ciències Humanes.	1- No segueix la normativa de presentació de treballs de la FETCH.	2- Segueixen la normativa de presentació de treballs de la FETCH, sense la bibliografia referenciada al treball.	3- Segueixen la normativa de presentació de treballs de la FETCH, amb tota la bibliografia referenciada al cos del treball i els annexos corresponents.
En la memòria es vetlla per una bona redacció sense faltes d'ortografia.	1- Hi ha pàgines amb més de quatre faltes d'ortografia i no s'ha passat el corrector ortogràfic.	2- S'ha passat el corrector ortogràfic i hi ha menys de quatre faltes per pàgina.	3- Practicament no hi ha faltes d'ortografia.
Indicadors específics respecte el treball individual dins del grup.			
En la memòria es veu una bona preparació i reflexió sobre la logística i el material de la sortida.	1- El llista és poc detallat, sense característiques o responsabilitats.	2- Es detalla clarament el llistat de material individual, de grup i desplaçament amb les seves característiques bàsiques, així com el responsables de portar-lo	3- Es detalla clarament el llistat de material individual, de grup i desplaçament amb les seves característiques bàsiques, així com el responsables de portar-lo. També es fa una valoració de la seva utilització i idoneïtat.
En la memòria es veu una bona preparació de la fitxa de nutrició i una reflexió i valoració de la posada en pràctica de la dieta	1- Es detallen els aliments que s'ingeriran i el % dels seus components.	2- Es detalla el teòric desgast energètic, els aliments que s'ingeriran amb la seva informació	3- Es detalla el teòric desgast energètic, els aliments que s'ingeriran amb la seva informació

preparada.		nutricional, el tipus d'hidratació escollida, el % dels components nutricionals. També es fa una reflexió i valoració sobre la idoneïtat o no, de la dieta dissenyada.	nutricional, el tipus d'hidratació escollida, el % dels components nutricionals i els criteris tinguts en compte a l'hora de fer la dieta. També es fa una reflexió i valoració sobre la idoneïtat o no, de la dieta dissenyada.
En la memòria es veu una bona preparació de la fitxa de control de l'activitat física i una reflexió i valoració de la seva posada en pràctica.	1- Es detallen fórmules per calcular els paràmetres de la fitxa.	2- Es detallen fórmules per calcular els paràmetres de la fitxa També es fa una reflexió i valoració sobre la idoneïtat o no, de les fórmules proposades i dels resultats obtinguts.	3- Es detallen les fórmules correctes per calcular els paràmetres de la fitxa i es proposen altres paràmetres útils. També es fa una reflexió i valoració sobre la idoneïtat o no, de les fórmules proposades i dels resultats obtinguts.
En la memòria es veu una bona preparació de la part patrimonial.	1-Es posen els elements patrimonials de les rutes triades però sense explicar-ne les característiques.	2- S'expliquen breument les característiques dels elements patrimonials de les rutes triades i es complementa amb alguna fotografia.	3- Es posen els elements patrimonials de les rutes triades s'expliquen les característiques i són complementats amb les seves fotografies. Valoren la importància del patrimoni tant a nivell humà com artístic.
En la memòria es veu una bona preparació de la part de l'entorn.	1-Es posen els elements de l'entorn de les rutes triades sense explicar-los.	2-S'explica breument la fauna, la flora i els diferents elements de l'entorn de les rutes triades.	3- S'explica la fauna, la flora i els diferents elements de l'entorn de les rutes triades. Es complementa amb les seves fotografies. Valoren l'estat de l'entorn trobat, si els grups l'han respectat.

En el marc teòric s'hi referencien i expliquen com a mínim dues experiències pràctiques sobre l'ús de l'esport com a eina educativa per a la transmissió dels valors.	1- En el marc teòric només se citen tres o menys autor/es. En la platilla d'observació no s'expliquen els valors ni els indicadors de com valorar-los.	2- El marc teòric té entre 4 i 10 autors/es citats. En la plantilla d'observació s'expliquen i es concreten poc els valors a observar.	3- El marc teòric està fortament referenciat amb autors/es i hi ha un quadre resum de l'autoavaluació dels valors i les relacions socials en funció del que hem anat percebent.
En la memòria hi ha un plantejament clar i precís de què, com, quan i perquè dels enregistraments.	1- L'enregistrament és purament fotogràfic i en format power point.	2- L'enregistrament s'interrelaciona amb els valors a través de paraules clau.	3- L'enregistrament és creatiu, s'ha fet durant totes les fases del procés, i es relaciona amb els valors i les relacions humanes desitjables.
En la memòria es veu una bona preparació dels itineraris a seguir a peu i en BTT per arribar a Savassona.	1- Presenten quatre itineraris senyalitzats diferents, amb la seva fitxa tècnica i mapa.	2- Dels quatre itineraris treballats, presenten els 2 escollits al cos del treball i els altres dos als annexos. En tots, queda clara la senyalització a seguir, la fitxa tècnica i el mapa és prou clar per identificar-hi la ruta.	2- Dels quatre itineraris treballats, presenten els 2 escollits al cos del treball i els altres dos als annexos. En tots, queda clara la senyalització a seguir, la fitxa tècnica i el mapa és prou clar per identificar-hi la ruta. A més a més, valoren les dificultats sorgides i les solucions escollides per arribar a Savassona.
Indicadors específics respecte el treball organitzatiu de grup			
En la memòria s'explica clarament la preparació, realització i valoració del treball organitzatiu de grup.	1- S'explica a grans trets l'organització de l'activitat.	2- Es detalla el material necessari, l'organització de grups, s'adjunta el material als annexos i es valora la pràctica.	3- Es detallen els objectius, el material necessari, l'organització dels grups, la dinàmica, els resultats, s'adjunta el material als annexos i es valora la pràctica
Indicadors específics respecte la valoració de la preparació i realització de la sortida.			
En la memòria apareix	1- La valoració és	2- Es valora amb	3- Es valora amb

<p>una valoració de tot el procés de preparació i realització de la sortida.</p>	<p>poc ordenada i molt general, sense entrar amb exemples i detalls.</p>	<p>coherència i exemples la planificació i la realització de la sortida.</p>	<p>coherència i exemples el pas de la planificació a la realització. Es reflexiona sobre el propi procés d'aprenentatge, tant de la preparació com de la sortida com de la preparació de la memòria.</p>
--	--	--	--

<p>Observacions.</p>