



DEPORTE EN EL MEDIO NATURAL  
PCA-27-F-01 Ed.00

---

---

**GUÍAS DOCENTES**  
**DEPORTE EN EL MEDIO NATURAL**  
Universidad Católica de Valencia  
“San Vicente Mártir”

---

---

Curso 2018/19

**GUÍA DOCENTE DE LA MATERIA Y/O ASIGNATURA**



		ECTS
<b>ASIGNATURA:</b> Deporte en el Medio Natural		6
<b>Materia:</b> Fundamentos de los deportes		36
<b>Módulo:</b> Conocimiento disciplinar básico		72
<b>Tipo de Formación<sup>1</sup>:</b> Obligatoria	<b>CURSO:</b> 3º <b>Semestre:</b> 6º	
<b>Profesorado:</b> Dr. Esteve Ibáñez, Héctor Dr <sup>a</sup> . Pablos Monzó, Ana Dr. Sánchez Sanz, Víctor	<b>Departamento:</b> Entrenamiento Deportivo	
	<b>E-mail:</b> hector.esteve@ucv.es ana.pablos@ucv.es victor.sanchez@ucv.es	



## ORGANIZACIÓN DEL MÓDULO

Conocimiento disciplinar básico		72 ECTS		
<p><b>El módulo de conocimiento disciplinar básico</b> se estructura en cuatro materias obligatorias: <i>Ciencia y motricidad</i>, <i>Manifestaciones de la motricidad humana</i>, <i>Fundamentos de los deportes</i> y <i>Fundamentos biológicos y mecánicos de la motricidad humana</i>. Es un módulo que Incluye el desarrollo de las ciencias aplicadas al movimiento humano, a través de los fundamentos biológicos y mecánicos por un lado, y los fundamentos comportamentales y sociales por otro. Presenta una visión tanto del conocimiento específico de las ciencias aplicadas, como de las diferentes formas culturales que adopta el movimiento humano, destacando el tratamiento del deporte, por su entidad y repercusión social que permitirá al alumno comprender el objeto de estudio. Las materias se desarrollan entre el 1º y 3er curso.</p>				
Materias y Asignaturas				
Materia	ECTS	ASIGNATURA	ECTS	Curso/ semestre
Ciencia y motricidad humana	6	Aprendizaje y desarrollo motor	6	1º/2º
Manifestaciones de la motricidad humana	12	Habilidades perceptivo motrices	6	2º/3º
		Expresión Corporal	6	1º/2º
Fundamentos de los deportes	36	Deportes individuales	6	2º/4º
		Deportes colectivos	6	2º/4º
		Juegos y deportes autóctonos	6	2º/4º
		Deporte en el medio natural	6	3º/6º
		Deporte adaptado y actividad física con necesidades específicas	6	3º/5º
		Deportes de adversario	6	3º/6º
Fundamentos biológicos y mecánicos de la motricidad humana	18	Fisiología del ejercicio	6	2º/4º
		Biomecánica de la actividad física	6	3º/6º
		Kinesiología	6	2º/3º



<b>GUÍA DOCENTE MATERIA/ASIGNATURA:</b>				
<b>DEPORTE EN EL MEDIO NATURAL</b>				
<b>Requisitos previos: Ninguno</b>				
<b>OBJETIVOS GENERALES</b>				
a)- Adquirir conocimientos teórico-prácticos del área de las actividades en el Medio Natural. b)- Diseñar propuestas de intervención adecuadas realizando de forma eficaz las tareas asignadas. c)- Aprender a utilizar la información extraída de la bibliografía y referencias consultadas respetando la propiedad intelectual. d)- Elaborar, exponer y defender un tema, referente a la materia, frente al resto de compañeros y/o frente a otras poblaciones, tanto de forma individual como grupal.				
<b>COMPETENCIAS GENERALES</b>	<b>Ponderación de la competencia</b>			
	1	2	3	4
CG1. Comprender la literatura científica en lengua inglesa y en otras lenguas de presencia significativa en el ámbito científico mediante una correcta gestión de la información		x		
CG2. Saber aplicar las tecnologías de la información y comunicación (TIC).		x		
CG3. Desarrollar competencias para la resolución de problemas mediante la toma de decisiones				x
CG4. Transmitir cualquier información relacionada adecuadamente tanto por escrito como oralmente				x
CG5. Planificar y organizar cualquier actividad eficientemente				x
CG6. Desarrollar habilidades de relación interpersonal y trabajo en equipo			x	
CG7. Ser capaz de realizar razonamientos críticos utilizando los conocimientos adquiridos				x
CG8. Reconocer la multiculturalidad y la diversidad	x			
CG9. Conocer y actuar dentro de los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional			x	
CG10. Desarrollar competencias para la adaptación a nuevas situaciones y para el aprendizaje autónomo		x		
CG11. Desarrollar competencias para la creatividad, la iniciativa y el espíritu emprendedor	x			
CG13. Ser capaz de aplicar los conocimientos teóricos en la práctica				x
CG14. Utilizar Internet adecuadamente como medio de comunicación y como fuente de información			x	
CG15. Transmitir los conocimientos adquiridos tanto a personas especializadas en la materia como a personas no especializadas en el tema en cuestión			x	
CG18. Ser capaz de autoevaluarse			x	



<b>COMPETENCIAS ESPECÍFICAS <sup>2</sup></b>				
	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
CE1 Conocer y comprender la importancia de los deportes en el medio natural en relación con las CC de la Actividad Física y el Deporte				<b>X</b>
CE2 Adquirir la formación científica básica aplicada a la actividad física y al deporte en sus diferentes manifestaciones y comprender la literatura científica del ámbito de la actividad física y el deporte en lengua inglesa y en otras lenguas de presencia significativa en el ámbito científico mediante una correcta gestión de la información en los deportes en el medio natural		<b>X</b>		
CE8 Conocer y comprender las diferentes manifestaciones en actividades en el Medio Natural			<b>X</b>	
CE9. Conocer y comprender los fundamentos de los deportes en el medio natural				<b>X</b>
CE10 Diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de enseñanza-aprendizaje relativos a los deportes en el medio natural, con atención a las características individuales y contextuales de las personas				<b>X</b>
CE11 Promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica en los deportes en el medio natural			<b>X</b>	
CE15 Identificar los riesgos que se derivan para la salud, de la práctica de actividades físicas inadecuadas en el medio natural			<b>X</b>	
CE16 Planificar, desarrollar y evaluar la realización de programas en los deportes en el medio natural			<b>X</b>	
CE18 Seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo, adecuado en los deportes en el medio natural			<b>X</b>	
CE19 Saber aplicar las tecnologías de la información y comunicación (TIC) al ámbito de los deportes en el medio natural			<b>X</b>	

<b>RESULTADOS DE APRENDIZAJE <sup>3</sup></b>	<b>COMPETENCIAS</b>
---	---------------------

---



R-1. Adquirir conocimiento y comprensión teórico-práctica básica del área de las actividades en el medio natural.	<b>CG1, CG2, CG8, CG13, CG14, CE1, CE2, CE8, CE9, CE18</b>
R-2. Demostrar capacidades prácticas en el desarrollo de las actividades en el medio natural.	<b>CG2,CG3, CG4, CG7, CG9, CG13, CG15, CG18, CE8, CE11, CE18, CE19</b>
R-3 Realizar eficientemente las tareas asignadas tanto, como miembro de un equipo como de forma individual	<b>CG2, CG3, CG6, CG8, CG14, CE16, CE18</b>
R-4. Diseñar propuestas de intervención adecuadas, sabiendo analizar el contexto y las particularidades de los alumnos	<b>CG2, CG5, CG14, CG15, CE9, CE10, CE11, CE15, CE16, CE18</b>
R.5. Potenciar la creatividad, poniendo en práctica los conocimientos teórico- prácticos adquiridos en el proceso de enseñanza-aprendizaje y elaborar y exponer un tema, referente a la materia, frente al resto de compañeros.	<b>CG3, CG4, CG5, CG6, CG7, CG9, CG10, CG11, CG13, CG14, CG15, CE10, CE15, CE16, CE18, CE19</b>



<b>ACTIVIDADES FORMATIVAS DE TRABAJO PRESENCIAL</b>			
<b>ACTIVIDAD</b>	<b>Metodología de Enseñanza-Aprendizaje</b>	<b>Relación con Resultados de Aprendizaje de la asignatura</b>	<b>ECTS</b>
CLASE PRESENCIAL	Exposición de contenidos por parte del profesor, análisis de competencias, explicación y demostración de capacidades, habilidades y conocimientos en el aula.	R1,R2,R3	<b>1.28</b>
CLASES PRÁCTICAS SEMINARIO EXPOSICIÓN TRABAJOS GRUPO	Sesiones de trabajo grupal en grupos supervisadas por el profesor. Estudio de casos, análisis diagnósticos, problemas, estudio de campo, aula de informática, visitas, búsqueda de datos, bibliotecas, en red, Internet, etc. Construcción significativa del conocimiento a través de la interacción y actividad del alumno. Sesiones monográficas supervisadas con participación compartida Aplicación de conocimientos interdisciplinares	R1 R2 R3 R4 R5	<b>0.88</b>
TUTORÍA	Atención personalizada y en pequeño grupo. Periodo de instrucción y/o orientación realizado por un tutor con el objetivo de revisar y discutir los materiales y temas presentados en las clases, seminarios, lecturas, realización de trabajos, etc.	R1,R2,R3,R4,R5	<b>0.08</b>
EVALUACIÓN	Conjunto de pruebas orales y/o escritas empleadas en la evaluación inicial, formativa o aditiva del alumno.	R1, R2, R4	<b>0.16</b>
Total			<b>2,4</b>



<b>ACTIVIDADES FORMATIVAS DE TRABAJO AUTÓNOMO DEL ALUMNO</b>			
<b>ACTIVIDAD</b>	<b>Metodología de Enseñanza-Aprendizaje</b>	<b>Relación con Resultados de Aprendizaje de la asignatura</b>	<b>ECTS</b>
TRABAJO EN GRUPO	Preparación en grupo de lecturas, ensayos, resolución de problemas, seminarios, trabajos, memorias, etc. para exponer o entregar en las clases teóricas, clases prácticas y/o tutorías de pequeño grupo. Trabajo realizado en la plataforma de la universidad ( <a href="http://www.plataforma.ucv.es">www.plataforma.ucv.es</a> )	R1, R2, R3, R4	<b>2</b>
TRABAJO AUTÓNOMO	Estudio del alumno: Preparación individual de lecturas, ensayos, resolución de problemas, seminarios, trabajos, memorias, etc. para exponer o entregar en las clases teóricas, clases prácticas y/o tutorías de pequeño grupo. Trabajo realizado en la plataforma de la universidad ( <a href="http://www.plataforma.ucv.es">www.plataforma.ucv.es</a> )	R1, R2, R3, R5	<b>1.6</b>
Total			<b>3,6</b>





<b>SISTEMA DE EVALUACIÓN DE LA ADQUISICIÓN DE LAS COMPETENCIAS Y SISTEMA DE CALIFICACIONES</b>		
<b>Instrumento de evaluación</b>	<b>RESULTADOS DE APRENDIZAJE EVALUADOS</b>	<b>Porcentaje otorgado</b>
<b>Prueba oral y/o escrita</b>	<b>R1, R2 Y R4</b>	<b>30%-60%</b>
<b>Participación</b>	<b>R1, R2, R3, R4 Y R5</b>	<b>10%-20%</b>
<b>Trabajo grupal y exposiciones</b>	<b>R1, R2, R3, R4 Y R5</b>	<b>10%-30%</b>
<b>Trabajo autónomo individual</b>	<b>R1 Y R3</b>	<b>10%-20%</b>
<b>Seminario/s AFMN</b>	<b>R1 Y R2</b>	<b>10 %</b>

**Para superar la materia en la 1ª matrícula será indispensable:**

No es necesario superar independientemente cada uno de los apartados de la asignatura, pero la media debe ser de 5 o superior. Nada es excluyente.

En caso de no superar la asignatura, la nota de las actas será la media exacta.

**Criterios para la concesión de matrícula de honor:**

La mención de Matrícula de Honor (MH) podrá ser otorgada a los alumnos que obtengan una calificación igual o superior a "9". Se dará una matrícula de honor por cada 20 alumnos, con la excepción de grupos menores de 20 alumnos, en la que también se les dará una matrícula.

En caso de empate, la obtención de la matrícula de honor se dilucidará mediante la realización de una nueva prueba.

**Para superar la materia en la 2ª matrícula será indispensable**

Todos los alumnos dispondrán de 6 tutorías de repaso. En estos casos, la evaluación la tendrán con el profesor asignado para estas sesiones que podrá o no coincidir con el de la 1ª matrícula (esta evaluación podrá incluir cualquier instrumento de evaluación de esta guía docente).

Se guardarán las notas y competencias aprobadas de la primera matrícula.



**ORGANIZACIÓN TEMPORAL DEL APRENDIZAJE (Alumnos de 2ª matrícula):**

<b>Sesión nº</b>	<b>BLOQUE DE CONTENIDO/UNIDAD DIDÁCTICA</b>	<b>Nº DE SESIONES</b>
<b>1</b>	BLOQUE I: LAS ACTIVIDADES FÍSICO-DEPORTIVAS EN EL MEDIO NATURAL. Tema 1 BLOQUE II: LAS ACTIVIDADES FUNDAMENTALES EN EL MEDIO NATURAL. Tema 2	<b>1</b>
<b>2</b>	BLOQUE II: LAS ACTIVIDADES FUNDAMENTALES EN EL MEDIO NATURAL. Tema 2 y tema 3	<b>1</b>
<b>3</b>	BLOQUE II: LAS ACTIVIDADES FUNDAMENTALES EN EL MEDIO NATURAL. Tema 4 y 5	<b>1</b>
<b>4</b>	BLOQUE II: LAS ACTIVIDADES FUNDAMENTALES EN EL MEDIO NATURAL. Tema 6 BLOQUE III: LAS ACTIVIDADES ESPECÍFICAS. Tema 7	<b>1</b>
<b>5</b>	BLOQUE III: LAS ACTIVIDADES ESPECÍFICAS. Tema 8	<b>1</b>
<b>6</b>	BLOQUE III: LAS ACTIVIDADES ESPECÍFICAS. Tema 9 BLOQUE IV: ACTIVIDADES RECREATIVAS. Tema 10	<b>1</b>

**Para superar la materia en la 3ª matrícula y sucesivas será indispensable:**

Superar el examen con un 5 o superior. La prueba será consensuada por el departamento.

No se tendrán en cuenta las competencias ya evaluadas anteriormente, solo el examen.

Se recomienda que el alumno realice tutorías aclaratorias para poder superar la asignatura.



DESCRIPCIÓN DE CONTENIDOS	COMPETENCIAS
<p>BLOQUE I: LAS ACTIVIDADES FÍSICO-DEPORTIVAS EN EL MEDIO NATURAL</p> <p>1. Aproximación a las actividades en el medio natural</p> <p>BLOQUE II: LAS ACTIVIDADES FUNDAMENTALES EN EL MEDIO NATURAL</p> <p>2. Cartografía y orientación</p> <p>3. Moverse en la naturaleza, técnicas de progresión y conducción de grupos por senderos e itinerarios de baja y media montaña</p> <p>4. Permanencia en los entornos naturales: equipamiento, necesidades básicas y pernocta</p> <p>5. Educación ambiental: "Sin dejar huella"</p> <p>6. Cabuyería y manejo de cuerdas</p> <p>BLOQUE III: LAS ACTIVIDADES ESPECÍFICAS</p> <p>7. De nieve y hielo</p> <p>8. De tierra</p> <p>9. De agua</p> <p>BLOQUE IV: ACTIVIDADES RECREATIVAS</p> <p>10. Los juegos en el medio natural</p>	<p>CG1, CG2, CG3, CG4, CG8, CG7, CG9, CG13, CG14, CG15, CG18, CE1, CE2, CE8, CE9, CE11, CE18, CE19</p>

ORGANIZACIÓN TEMPORAL DEL APRENDIZAJE (Alumnos de primera matrícula):		
	BLOQUE DE CONTENIDO/UNIDAD DIDÁCTICA	Nº DE SESIONES
1	BLOQUE I: LAS ACTIVIDADES FÍSICO-DEPORTIVAS EN EL MEDIO NATURAL	1
2	BLOQUE II: LAS ACTIVIDADES FUNDAMENTALES EN EL MEDIO NATURAL	9
3	BLOQUE III: LAS ACTIVIDADES ESPECÍFICAS	12
4	BLOQUE IV: ACTIVIDADES RECREATIVAS	2

\*Algunas de las sesiones prácticas por motivos logísticos, podrían exceder del horario académico por lo que el número total de horas en algunos cursos podría superar el otorgado al total de las sesiones.



## BIBLIOGRAFÍA

### Bibliografía básica

- Baena, A. (2010). *Actividades físicas en el medio natural: Teoría y práctica para la educación física actual*. Sevilla: Wanceulen.
- FEDME (2001). *Manual de senderismo*. Zaragoza: Ed. Prames
- García, E. (2000). *Orientación*. Madrid: Ed. Desnivel.
- Iglesias, J.A. (2005). *Fichero de actividades en la naturaleza*. Barcelona: Inde.
- López, R. (1999). *Senderismo*. Tarragona: Arola.
- Martínez, A. (1996). *La práctica de orientación en centros educativos y deportivos*. Madrid: Gymnos.
- MEC (1996). *Deporte de orientación*. Madrid: MEC.
- Mugarra, A. (2000). *Sin dejar huella*. Ed. Grandes Espacios: Madrid
- Perry, G. (2003). *Nudos*. Barcelona: Ed. Paidotribo..
- Pinos, M. (1997). *Actividades y juegos de educación física en la naturaleza*. Madrid: Ed. Gymnos.
- Ruiz, P.J. (2010). *El medio natural como recurso didáctico en el ámbito educativo*. Granada: Ada Book.
- Saez, F.J. (1999). *Descubrir, conocer y disfrutar la naturaleza a través del juego*. Murcia: Ed. Natursport.
- Sanchez, J.E. (2005). *Actividades en el medio natural y educación física*. Sevilla: Wanceulen.
- Winter, S. (2000). *Escalada deportiva con niños y adolescentes*. Madrid: Ed. Desnivel

### Bibliografía complementaria

- Aguado, A.M. (2001). *Actividades físicas en el medio natural en la educación física escolar*. Palencia: Patronato Municipal de Deportes del Ayto. de Palencia.
- A.A.V.V. (1999). *Juegos de escalada*. Barcelona: Ed. Inde.
- Aspas, J. M. (2000). *Los deportes de aventura. Consideraciones jurídicas sobre el turismo activo*. Prames: Zaragoza.
- Blázquez, F y Hernando, C. (2012). *La Carrera de Orientación en el colegio*. Colección Educació, UJI (Castellón).
- Biosca, C. (2000). *Deporte y aventura: Orientación*. Madrid: Edimat Libros.
- Boekholt, A. (1978). *Manos libres*. Barcelona: Ed. Centurió.
- Boné, A. (1989). *Educación Física y Entorno Natural*. Apunts: Educación Física y Deportes, 18,



18-21.

- Camps, A., Carretero, J. L. & Perich, M. J. (1995). *Aspectos normativos que inciden en las actividades físico-deportivas en la naturaleza*. Apuntes: Educación Física y Deportes, 41, 44-52.
- Capdevila, L. y Aguilera, M. (2001). *Raids: la aventura del deporte*. Madrid: Ed. Desnivel.
- Colorado, J. (2001). *Montañismo y trekking*. Madrid: Ed. Desnivel.
- Comité de senderismo FEDME (2002). *Guía de senderos del estado español 2002-2003*. Zaragoza: Ed. Prames.
- Costa, P.J.; Jiménez, L. (1997). *Orientación en la naturaleza. Manual básico de iniciación*. Murcia: ASEEF.
- CSD. (2003). *Estudios sobre el deporte y el medio ambiente*. Madrid:CSD.
- Domingo, J. (1996). *Guía maestra de mountain bike*. Madrid: Ed. Tutor
- EEAM (2001). *Texto oficial del certificado de iniciación al montañismo*. Zaragoza: Barrabes Ed.
- Elziere, C. (1999). *Caminar por la montaña*. Madrid: Ed. Desnivel.
- Fasulo, D.J. (1998). *Autorescate*. Madrid: Ed. Desnivel.
- Jacobson, C. (2002). *Acampada*. Madrid: Ed. Tutor.
- Jacobson, C. (2002). *Mapa y brújula*. Madrid: Ed. Tutor.
- Jacobson, C. (2002). *Nudos fundamentales*. Madrid: Ed. Tutor
- López, R. (1999). *Senderisme*. Tarragona: Arola Ed.
- Luján, I. y Núñez, T. (1997). *Cómo escalar vías de varios largos*. Madrid: Ed. Desnivel.
- McNeill, C.; Cory-Wright, J.; Renfrew, T. (2006). *Carreras de orientación. Guía de aprendizaje*. Badalona: Paidotribo
- Minguez, A. (2008). *El entrenamiento del corredor de orientación*. Madrid: Ed. CSD
- Pinos, M. (1997). *Guía práctica de iniciación a los deportes en la naturaleza*. Madrid: Ed.Gymnos.
- Ponce de León, A. (2000). *Escalada, piragüismo y esquí*. Madrid: Ed. CSS.
- Querol, S. y Marco, J.M. (1998). *Créditos variables de actividades en la naturaleza*. Barcelona: Ed. Paidotribo.
- S.A. (2000). *El laboratorio de la naturaleza* (CD-Rom). Madrid: Tibidabo.
- Santos, M. L. y Martínez, L. F. (2002). *La Educación Física y las actividades en el medio natural*. Consideraciones para un tratamiento educativo. Lecturas: Educación Física y Deportes, 49, 41-54
- Sicilia, A. (1999). *Las actividades físicas en la naturaleza en las sociedades occidentales de finales de siglo*. Lecturas: Educación Física y Deportes, 14
- Soler, J.; Ferrer, M. y cols. (1998). *La montaña, métodos de orientación*. Barcelona: Ed. Alpina.
- Villalvilla, H. et al. (2001). *Deporte y naturaleza*. El impacto de las actividades deportivas y de ocio en el medio natural. Madrid: Talasa.



Zorrilla, J.J. (2000). *Enciclopedia de la montaña*. Madrid: Ed. Desnivel.

#### Enlaces web de interés

- <http://www.femecv.com>
- <http://www.fedme.es>
- <http://www.fedocv.org>
- <http://www.fedo.org>
- <http://www.revistatrail.com>
- <http://www.sporttraining.es>
- <http://www.altorendimiento.com>
- <http://www.cienciaydeporte.net>
- <http://revistaeducacionfisica.com/>
- <http://www.barrabes.com/actualidad/actualidad.asp>
- Programa de Televisión Temps d'Aventura de Canal 33: <http://www.ccma.cat/tv3/temps-aventura/>
- Programa de Televisión Evasión de RTVE: <http://www.rtve.es/alacarta/videos/evasion/>
- Revista Alternativa de montaña: <http://www.betijuelo.net/>
- [http://orienteing.org/wp-content/uploads/2010/12/Silva\\_BOOK\\_Ages-6-12\\_English\\_web.pdf](http://orienteing.org/wp-content/uploads/2010/12/Silva_BOOK_Ages-6-12_English_web.pdf)
- [http://orienteing.org/wp-content/uploads/2010/12/Silva\\_BOOK\\_Ages13-15\\_English\\_web.pdf](http://orienteing.org/wp-content/uploads/2010/12/Silva_BOOK_Ages13-15_English_web.pdf)
- [http://orienteing.org/wp-content/uploads/2010/12/Orienteering\\_in\\_simple\\_English\\_emit\\_web.pdf](http://orienteing.org/wp-content/uploads/2010/12/Orienteering_in_simple_English_emit_web.pdf)

#### Revistas relacionadas

- Ágora
- Aire Libre
- Apunts de Educació Física.
- Barrabés Cuadernos Técnicos
- Motricidad.
- Desnivel
- Grandes Espacios. Turismo Activo
- Tandem