



Información de la asignatura

Titulación: Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte

Facultad: Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte

Código: 280214 **Nombre:** Actividad Física en el Medio Natural

Créditos: 6,00 **ECTS** **Curso:** 2 **Semestre:** 2

Módulo: 2) Módulo de Formación Obligatoria.

Materia: Manifestaciones de la motricidad humana. **Carácter:** Obligatoria

Rama de conocimiento: Ciencias de la Salud

Departamento: Disciplinas y Actividades Físico-Deportivas

Tipo de enseñanza: Presencial

Lengua/-s en las que se imparte: Castellano

Profesorado:

282A	<u>Victor Sánchez Sanz</u> (Profesor responsable)	victor.sanchez@ucv.es
282B	<u>Ana Pablos Monzo</u> (Profesor responsable)	ana.pablos@ucv.es
282C	<u>Hector Esteve Ibañez</u> (Profesor responsable)	hector.esteve@ucv.es
282D	<u>Victor Sánchez Sanz</u> (Profesor responsable)	victor.sanchez@ucv.es
282X	<u>Roberto Miranda Ullan</u> (Profesor responsable)	roberto.miranda@ucv.es



Organización del módulo

2) Módulo de Formación Obligatoria.

Materia	ECTS	Asignatura	ECTS	Curso/semestre
Manifestaciones de la motricidad humana.	18,00	Actividad Física en el Medio Natural	6,00	2/2
		Expresión Corporal	6,00	1/1
		Habilidades Perceptivo Motrices	6,00	1/2
Fundamentos de los Deportes.	42,00	Aprendizaje y Desarrollo Motor	6,00	1/1
		Deporte Adaptado y Actividad Física Inclusiva	6,00	2/2
		Deportes Colectivos	6,00	2/2
		Deportes de Adversario	6,00	2/1
		Deportes Individuales	6,00	2/1
		Juegos y Deportes Autóctonos	6,00	1/2
		Teoría y Práctica del Entrenamiento en la A.F	6,00	2/2



Resultados de aprendizaje

Al finalizar la asignatura, el estudiante deberá demostrar haber adquirido los siguientes resultados de aprendizaje:

- R1 Experimentar, contrastar y manejar recursos vinculados a las diferentes actividades físico deportivas en el medio natural.
- R2 Analizar y promover actividades físico-deportivas en el medio natural en diferentes entornos que fomenten una sociedad con valores de justicia, sostenibilidad y corresponsabilidad.
- R3 Identificar y promover entornos de aprendizaje favorables para las actividades en la naturaleza.
- R4 Diseñar y poner en práctica tareas, sesiones y programas de desarrollo de las distintas capacidades y habilidades propias de los juegos y deportes en el medio natural, en diferentes edades y contextos, atendiendo a la diversidad.
- R5 Evaluar instalaciones y espacios deportivos en el medio natural, su accesibilidad, seguridad y diseño funcional, con la finalidad de poder practicar de forma segura y saludable actividades físico deportivas.



Competencias

En función de los resultados de aprendizaje de la asignatura las competencias a las que contribuye son: (valora de 1 a 4 siendo 4 la puntuación más alta)

GENERALES		Ponderación			
		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, tanto en contextos internacionales como nacionales y en equipos interdisciplinares como no interdisciplinares.			X	
CG7	Ser capaz de realizar razonamientos críticos utilizando los conocimientos adquiridos.				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

ESPECÍFICAS

Ponderación

1 2 3 4

CE 1.1 Comprender, elaborar y saber aplicar los procedimientos, estrategias, actividades, recursos, técnicas y métodos que intervienen en el proceso de enseñanza-aprendizaje con eficiencia, desarrollando todo el curso de la acción en todos los sectores de intervención profesional de actividad física y deporte (enseñanza formal e informal físico-deportiva; entrenamiento físico y deportivo; ejercicio físico para la salud; dirección de actividad física y deporte).

X

CE 1.3 Comunicar e interactuar de forma adecuada y eficiente, en actividad física y deportiva, en contextos de intervención diversos, demostrando habilidades docentes de forma consciente, natural y continuada.

X

CE 1.4 Adaptar la intervención educativa a las características y necesidades individuales para toda la población y con énfasis en las poblaciones de carácter especial como son: escolares, personas mayores (tercera edad), personas con movilidad reducida y personas con patologías, problemas de salud o asimilados (diagnosticadas y/o prescritas por un médico), atendiendo al género y a la diversidad.

X

CE 3.1 Analizar, identificar, diagnosticar, promover, orientar y evaluar estrategias, actuaciones y actividades que fomenten la adhesión a un estilo de vida activo y la participación y práctica regular y saludable de actividad física y deporte y ejercicio físico de forma adecuada, eficiente y segura por parte de los ciudadanos con la finalidad de mejorar su salud integral, bienestar y calidad de vida, y con énfasis en las poblaciones de carácter especial como son: personas mayores (tercera edad), escolares, personas con discapacidad y personas con patologías, problemas de salud o asimilados (diagnosticadas y/o prescritas por un médico) atendiendo al género y a la diversidad.

X



CE 4.1 Elaborar con fluidez procedimientos y protocolos para resolver problemas poco estructurados, imprevisibles y de creciente complejidad, articulando y desplegando un dominio de los elementos, métodos, procesos, actividades, recursos y técnicas que componen las habilidades motrices básicas, actividades físicas, habilidades deportivas, juego, actividades expresivas corporales y de danza, y actividades en la naturaleza de forma adecuada, eficiente, sistemática, variada e integrada metodológicamente para toda la población y con énfasis en las poblaciones de carácter especial como son: personas mayores (tercera edad), escolares, personas con discapacidad y personas con patologías, problemas de salud o asimilados (diagnosticadas y/o prescritas por un médico), atendiendo al género y a la diversidad y en cualquier sector de intervención profesional de actividad física y deporte (enseñanza formal e informal físico-deportiva; entrenamiento físico y deportivo; ejercicio físico para la salud; dirección de actividad física y deporte).				X
CE 5.1 Analizar, diagnosticar y evaluar los elementos, estructura, situación y características de todos los tipos de organizaciones de actividad física y deporte así como los elementos legislativos y jurídicos vinculados a la actividad física y deportiva.			X	
CE 5.4 Identificar, organizar, dirigir, planificar, coordinar, implementar y realizar evaluación técnico- científica de los recursos organizativos y recursos materiales e instalaciones deportivas, incluido su diseño básico y funcional así como adecuada selección y utilización, para cada tipo de actividad, con la finalidad de conseguir actividades físicas y deportivas seguras, eficientes y saludables, adaptadas al desarrollo, características y necesidades de los individuos y la tipología de la actividad, espacio y entidad en cualquier tipo de organización, población, contexto y en cualquier sector de intervención profesional de actividad física y deporte y con énfasis para las poblaciones de carácter especial y garantizando la seguridad, eficiencia y profesionalidad en la actividad desempeñada en el cumplimiento de la normativa vigente.			X	
CE 6.4 Articular y desplegar procedimientos, procesos, protocolos, análisis propios, con rigor y actitud científica sobre asuntos de índole social, jurídica, económica, científica o ética, cuando sea preciso y pertinente en cualquier sector profesional de actividad física y deporte (enseñanza formal e informal físico-deportiva; entrenamiento físico y deportivo; ejercicio físico para la salud; dirección de actividad física y deporte).			X	



CE 7.1 Conocer y saber aplicar los principios éticos y deontológicos y de justicia social en el desempeño e implicación profesional así como tener hábitos de rigor científico y profesional y una actitud constante de servicio a los ciudadanos en el ejercicio de su práctica profesional con el que se pretenda la mejora, excelencia, calidad y eficiencia.

X

CE 7.2 Conocer, elaborar y saber aplicar los condicionantes ético-deontológicos, estructurales- organizativos, desempeño profesional y las normativas del ejercicio profesional de los Graduados en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte, en cualquier sector profesional de actividad física y deporte (enseñanza formal e informal físico-deportiva; entrenamiento físico y deportivo; ejercicio físico para la salud; dirección de actividad física y deporte); así como ser capaz de desarrollar un trabajo multidisciplinar

X

CE 7.3 Comprender, saber explicar y difundir las funciones, responsabilidades e importancia de un buen profesional Graduado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte así como analizar, comprender, identificar y reflexionar de forma crítica y autónoma sobre su identidad, formación y desempeño profesional para conseguir los fines y beneficios propios de la actividad física y deporte de forma adecuada, segura, saludable y eficiente en todos los servicios físico-deportivos ofrecidos y prestados y en cualquier sector profesional de actividad física y deporte.

X



Sistema de evaluación de la adquisición de las competencias y sistema de calificaciones

Resultados de aprendizaje evaluados	Porcentaje otorgado	Instrumento de evaluación
R1, R2, R4	10,00%	Realización de un proyecto.
R1, R2, R4	40,00%	Pruebas escritas/orales y/o prácticas.
R1, R4	15,00%	Participación activa.
R1, R2	15,00%	Asistencia a entrevistas, seminarios y actividades prácticas.
R1, R2, R3, R4, R5	20,00%	Exposición oral de trabajos individuales y/o grupales.

Observaciones

- El alumno podrá conservar los instrumentos de evaluación superados durante los 3 años siguientes a la primera matrícula.
- No es necesario obtener un mínimo en los instrumentos de evaluación, por lo que se sumarán las calificaciones en función de su porcentaje de ponderación.
- La asistencia a las sesiones prácticas indicadas en el cronograma es obligatoria. En caso de no asistir al 50%, no se evaluará al alumno durante ese curso académico atendiendo al artículo 8 de la normativa de exámenes de la UCV (aparecerá como No Presentado).

Actividades formativas

Las metodologías que emplearemos para que los alumnos alcancen los resultados de aprendizaje de la asignatura serán:

- M2 Dinámicas y actividades en grupo.
- M3 Clase práctica.



- M4 Exposición de contenidos por parte del profesor.
- M5 Prácticas laboratorios.
- M7 Discusión en pequeños grupos.
- M8 Resolución de problemas y casos.
- M9 Asistencia a prácticas



ACTIVIDADES FORMATIVAS DE TRABAJO PRESENCIAL

	RESULTADOS DE APRENDIZAJE	HORAS	ECTS
CLASE TEÓRICA: Exposición de contenidos por parte del profesor. Análisis de competencias. Demostración de capacidades, habilidades y conocimientos en el aula. M4	R1, R2, R3, R4, R5	8,00	0,32
CLASE PRÁCTICA / SEMINARIO: Dinámicas y actividades en grupo. Resolución de problemas y casos. Prácticas laboratorios. Búsqueda de datos, aula informática, biblioteca, etc. Construcción significativa del conocimiento a través de la interacción y actividad del estudiante. M3, M5, M9	R1, R2, R3, R4, R5	46,00	1,84
TUTORIA: Supervisión del aprendizaje, evolución. Discusión en pequeños grupos. Resolución de problemas y casos. Presentación de resultados ante el profesor. Presentación de esquemas e índices de los trabajos propuestos. M4	R1, R2, R4	2,00	0,08
EVALUACION: Conjunto de pruebas orales y/o escritas empleadas en la evaluación del alumno, incluyendo la presentación oral del trabajo fin de grado. M2, M8	R1, R2, R3	4,00	0,16
TOTAL		60,00	2,40



ACTIVIDADES FORMATIVAS DE TRABAJO AUTÓNOMO

	RESULTADOS DE APRENDIZAJE	HORAS	ECTS
TRABAJO EN GRUPO: Resolución de problemas. Preparación de ejercicios, trabajos memorias, para exponer o entregar en clases y /o en tutoría. M2, M7	R1, R2, R3, R4	30,00	1,20
TRABAJO AUTÓNOMO: Estudio, Preparación individual de ejercicios, trabajos, memorias, para exponer o entregar en clases y /o en tutoría. Actividades en plataforma u otros espacios virtuales. M2, M3	R1, R2, R3, R5	60,00	2,40
TOTAL		90,00	3,60



Descripción de los contenidos

Descripción de contenidos necesarios para la adquisición de los resultados de aprendizaje.

Contenidos teóricos:

Bloque de contenido	Contenidos
1 Fundamentos teórico-prácticos de las AFMN.	1 Fundamentos teórico-prácticos de las AFMN.
2 Actividades físico-deportivas terrestres: disciplinas básicas.	2 Actividades físico-deportivas terrestres: disciplinas básicas.
3 Actividades físico-deportivas terrestres de manejo de cuerdas: maniobras básicas.	3 Actividades físico-deportivas terrestres de manejo de cuerdas: maniobras básicas.
4 Actividades físico-deportivas invernales: fundamentos básicos.	4 Actividades físico-deportivas invernales: fundamentos básicos.
5 Actividades físico-deportivas acuáticas: técnicas básicas	5 Actividades físico-deportivas acuáticas: técnicas básicas
6 Juegos y actividades recreativas en el medio natural.	6 Juegos y actividades recreativas en el medio natural.
7 La sostenibilidad en la AFMN.	7 La sostenibilidad en la AFMN.



Organización temporal del aprendizaje:

Bloque de contenido	Nº Sesiones	Horas
1 Fundamentos teórico-prácticos de las AFMN.	5,00	10,00
2 Actividades físico-deportivas terrestres: disciplinas básicas.	10,00	20,00
3 Actividades físico-deportivas terrestres de manejo de cuerdas: maniobras básicas.	5,00	10,00
4 Actividades físico-deportivas invernales: fundamentos básicos.	2,00	4,00
5 Actividades físico-deportivas acuáticas: técnicas básicas	4,00	8,00
6 Juegos y actividades recreativas en el medio natural.	2,00	4,00
7 La sostenibilidad en la AFMN.	2,00	4,00



Referencias

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). *Senderisme*. 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

Agudo, 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*. Apunts: 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.
- Esteve-Ibáñez, H. y Casadó, R. (Ed). (2022). *El Deporte de Orientación como recurso educativo. Propuestas innovadoras de aplicación para diferentes contextos*. Inde.
- 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.

Vidal-González, P. (Ed.). (2020). *Hiking in European Mountains: Trends and Horizons* (Vol. 3). Walter de Gruyter GmbH & Co KG.

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 WEBS 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://orienteering.org/wp-content/uploads/2010/12/Silva_BOOK_Ages-6-12_English_web.pdf

http://orienteering.org/wp-content/uploads/2010/12/Silva_BOOK_Ages13-15_English_web.pdf

http://orienteering.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