

**FICHA IDENTIFICATIVA****Datos de la Asignatura**

Código	33238
Nombre	Actividades en el Medio Natural
Ciclo	Grado
Créditos ECTS	4.5
Curso académico	2019 - 2020

Titulación(es)

Titulación	Centro	Curso	Periodo
1312 - Grado de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte	Facultad de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte	4	Primer cuatrimestre

Materias

Titulación	Materia	Caracter
1312 - Grado de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte	36 - Actividades en el medio natural	Optativa

Coordinación

Nombre	Departamento
GONZALEZ CABARCOS, ALFONSO XOSE	122 - Educación Física y Deportiva
MUNDINA GOMEZ, JOSE JAVIER	95 - Didáctica de la Educación Física, Artística y Música

RESUMEN

Esta asignatura pretende contribuir a desarrollar criterios y adquirir recursos que permitan conocer los deportes que se practican en la naturaleza, principalmente los que se pueden practicar en el mar (dada nuestra localización geográfica). También, para entender el alcance de nuestra práctica profesional en el medio natural. Para ello se definirán los fundamentos teóricos de estos deportes y se realizarán prácticas que aportarán mayor conocimiento y experiencia.

Dichas prácticas se desarrollarán en dos bloques: la semana náutica y las actividades propuestas por alumnado y profesorado.

La semana náutica. Dedicada a deportes como la vela, el remo o el piragüismo.



Las actividades lúdicas y competitivas. En las que tendrán cabida otros deportes que se realizan en la naturaleza (ciclismo de montaña, surf, escalada, etc...). Serán desarrolladas por los propios alumnos, para demostrar sus capacidades organizativas y técnicas. En ellas contarán con el apoyo del profesorado, los servicios deportivos de la propia universidad y de otros entes.

CONOCIMIENTOS PREVIOS

Relación con otras asignaturas de la misma titulación

No se han especificado restricciones de matrícula con otras asignaturas del plan de estudios.

Otros tipos de requisitos

Las semanas náuticas se llevan a cabo durante las dos primeras semanas de febrero. Y las sesiones ocupan toda la jornada completa desde las 9h am hasta las 20h pm

COMPETENCIAS

1312 - Grado de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte

- Conocer, el origen de los diferentes deportes que se desarrollan en el programa (vela, piragüismo, ciclismo y orientación).
- Conocer normas básicas y específicas de respeto hacia el medio ambiente.
- Aplicar los derechos fundamentales y de igualdad de oportunidades entre hombres y mujeres, los principios de igualdad de oportunidades y accesibilidad universal de las personas con discapacidad, de solidaridad, de protección medioambiental y los valores propios de una cultura de la paz y de valores democráticos
- Planificar, desarrollar y evaluar el proceso de entrenamiento de habilidades motrices en sus distintos niveles y entornos de práctica
- Seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo, adecuado para cada tipo de actividad y población
- Que los alumnos/as matriculados/as en esta materia comprendan, analicen y reflexionen acerca de las bases teóricas y metodológicas de los deportes que se practican en la naturaleza.
- Que obtengan la suficiente información como para poder desarrollar individualmente aquellos aspectos que les resulten mas atractivos para su desarrollo personal y profesional además de que asuman el papel e importancia que sus intervenciones e investigaciones pueden tener para el desarrollo del bienestar y la calidad de vida de los seres humanos.
- Describir y poner en práctica las principales normas y elementos básicos de estos deportes.
- Saber analizar planificar y secuenciar los contenidos básicos de estos deportes y aplicarlos al aprendizaje de estos deportes.



- Dotar a los alumnos/as de las capacidades suficientes para que puedan emitir juicios y criterios, así como tener hábitos de excelencia y calidad para el ejercicio profesional.
- Que se sensibilicen sobre la vital importancia del estudio y comprensión de estos deportes y como se pueden interrelacionar con otras materias afines y transversales del curriculum del alumno/a.
- Conocer normas básicas y específicas de respeto hacia el medio ambiente.

RESULTADOS DE APRENDIZAJE

1. Conocer la importancia de las bases teóricas y metodológicas en la realización de las actividades físicas y deportivas en el medio natural.
2. Gestionar con solvencia la organización y puesta en marcha de actividades deportivas en la naturaleza
3. Adquirir conocimientos y habilidades prácticas en los diferentes deportes que podrán desarrollarse en el programa, tanto en el agua, como por tierra o por aire: vela, wind surf, kite surf, surf, piragüismo (kayak de mar, kayak de aguas tranquilas y bravas, kayak polo, etc...), remo, ciclismo, escalada y montañismo, orientación, etc...
4. Saber analizar, planificar y secuenciar los contenidos básicos de las actividades deportivas en el medio natural y saber aplicarlos al aprendizaje de algunos de estos deportes en el medio natural.
5. Poder emitir juicios y criterios, así como para tener hábitos de excelencia y calidad en el ejercicio profesional en el ámbito de las actividades físicas en el medio natural.
6. Respetar las normas básicas y específicas sobre la seguridad en estas prácticas deportivas en el medio natural.
7. Resolver casos y situaciones reales de práctica en los diversos campos de actuación posibles, ya sean propios o afines al área de Educación Física y deportiva.
8. Respetar las normas básicas y específicas de respeto y protección hacia el medio ambiente.

DESCRIPCIÓN DE CONTENIDOS

1. Actividades Físicas en el Medio Natural.

1. Prácticas y protocolos de seguridad, técnicas y materiales en las AMN
2. Protección del medio ambiente
3. Predicción meteorológica
4. Orientación con mapas, brújula y GPS
5. Aproximación histórica a los deportes en la naturaleza. Características de las AMN. Clasificaciones y sistematización de estos deportes
6. Deportes acuáticos: en embarcaciones o en tablas deslizadoras
7. Deportes terrestres: ciclismo, montañismo, escalada, orientación
8. Aspectos normativos y reglamento de los deportes en la naturaleza.
9. Materiales y evolución de éstos. Gestión de recursos en las actividades y deportes al aire libre.
10. Organización de cursos, eventos en la naturaleza
11. Enseñanza y entrenamiento: Principios y fundamentos en las AMN en generalidades . Iniciación deportiva en la naturaleza. Recreación. Propuestas de enseñanza.



VOLUMEN DE TRABAJO

ACTIVIDAD	Horas	% Presencial
Prácticas en aula	30,00	100
Clases de teoría	15,00	100
Estudio y trabajo autónomo	10,00	0
Lecturas de material complementario	5,00	0
Preparación de clases prácticas y de problemas	35,00	0
Resolución de casos prácticos	11,50	0
TOTAL	106,50	

METODOLOGÍA DOCENTE

La docencia de esta asignatura parte de un planteamiento general de contenidos y competencias a desarrollar en cada tema por parte del profesor. La introducción de los contenidos, acompañada de numerosos ejemplos prácticos, ha de posibilitar una dinámica participativa en la clase y una participación efectiva del alumnado en el desarrollo de ésta. Una buena parte de los contenidos a desarrollar estarán disponibles con la antelación suficiente en el aula virtual o en reprografía, para que los alumnos y alumnas puedan acceder y prepararlos con la antelación a la docencia, de manera que se consiga un mayor aprovechamiento de estas sesiones.

El planteamiento de las clases prácticas exigirá el conocimiento previo del alumnado de unas normas básicas de seguridad y de respeto y protección del medio ambiente. A partir de dicho conocimiento se desarrollarán los ejercicios y prácticas conducentes a la adquisición de las habilidades más elementales, que en la medida de lo posible (siempre y cuando se pueda garantizar la seguridad de personas, materiales y medio donde se desarrollan) responderán a metodologías de enseñanza activas. De manera que el alumnado pueda, no sólo conocer y practicar los diferentes deportes, si no que distinga las ventajas e inconvenientes de los diferentes métodos de enseñanza que pueden utilizarse.

Los trabajos se desarrollarán de forma individual y por grupos, aprovechando que la mayoría de las sesiones son prácticas para la introducción, explicación y resolución de las dudas que puedan plantearse por parte del alumnado

EVALUACIÓN

La calificación del alumno será el resultado de evaluar los contenidos prácticos (evaluación continua en las actividades) y teóricos: la asistencia a las clases, la adquisición de habilidades básicas (prácticas) en varios deportes (70%); la presentación de diversos trabajos (15%) y la exposición de éstos; la participación en actividades y eventos organizados por la propia Universidad u otras entidades, el alumnado o el profesorado; la presentación del cuaderno de prácticas (memoria de la asignatura) el



(15%); y el examen final para aquellos que no hayan superado algunos de los apartados anteriores.

La obtención de una nota negativa, ya sea en la totalidad o en cualquiera de los apartados indicados, dará lugar a la realización de un examen teórico y práctico para poder superar la asignatura. Dicho examen constará de una prueba tipo test, que habrá de superarse (con un 5) para poder realizar una segunda prueba de carácter teórico-práctico.

REFERENCIAS

Básicas

- CAyora, A. (2008) Gestión del riesgo en montaña y en actividades al aire libre Ediciones Desnivel. Madrid
- Colorado, J. (2007) Cómo predecir el tiempo en montaña. Ediciones Desnivel. Madrid.
- Corbellini, G. (1998). Manual de orientación. El mapa, la brújula, el cielo, el GPS. Madrid: Tutor
- Hoffmann, M. (1993). Manual de escalada. Madrid: Desnivel.
- Loots, J. (2000) Kayak de mar. Editorial Paidotribo, Barcelona.,
- López, P. (2000). La educación ambiental en las actividades físico-deportivas y recreativo-turísticas en el medio natural. Una propuesta. Revista de Educación Física, 79. 5-12
- Luebben, C. (1993). Nudos para escaladores. Madrid: Desnivel.
- Martínez, A. (1996). La práctica del deporte de orientación en centros educativos y deportivos. Madrid: Gymnos
- Meyer, H. & Rgner, T. (2009) Técnica de Mountain Bike para todos los niveles. Ed. Tutor. Madrid.
- Querol, S. & Marco, J. M. (1998). Créditos variables de actividades en la naturaleza. (La orientación y la escalada). Barcelona: Paidotribo
- Sayer, B. (2013) Rowing and Sculling: The Complete Guide. Robert Hale Eds. London
- Shubert, P. (1996). Seguridad y riesgo. Análisis y prevención de accidentes de escalada. Madrid
- Tibbs, Chris. (2011) Manual de meteorología marina Ediciones Tutor. Madrid.
- Viannay, P. (1997) El nuevo curso de navegación de Glénans. Ed Tutor. Madrid.

Complementarias

- Colorado, J. (2001). Montañismo y Trekking. Manual completo. Madrid: Desnivel
- Lewis, S. P. & Cauthon, D. (2002). Del rocódromo a la roca. Madrid: Desnivel.
- Mugarra, A. (2000). Sin dejar huella. Madrid: Desnivel
- Pinos, M. (1997). Guía práctica de la iniciación a los deportes en la naturaleza. Para niños y jóvenes. Madrid: Gymnos
- Algarra, J.L., Gorrotxategi, A. (2002). Ciclismo total. La formación del ciclista. Ed. Gymnos. Madrid
- Winter, S. (2000). Escalada deportiva con niños y adolescentes. Madrid: Desnivel.



ADENDA COVID-19

Esta adenda solo se activará si la situación sanitaria lo requiere y previo acuerdo del Consejo de Gobierno

