

# PROYECTO DOCENTE

## ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTIVA EN EL MEDIO NATURAL

Curso: 2023/24

### DATOS BÁSICOS DE LA ASIGNATURA

---

<b>Titulación:</b>	DOBLE GRADO EN FISIOTERAPIA + CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEL DEPORTE
<b>Año Plan de Estudios:</b>	2730
<b>Curso de Implantación:</b>	2020/21
<b>Centro Responsable:</b>	Facultad de Enfermería, Fisioterapia y Podología y Facultad de Ciencias de la Educación
<b>Nombre Asignatura:</b>	Actividad Física y Deportiva en el Medio Natural
<b>Código:</b>	5530032
<b>Tipología:</b>	OBLIGATORIA
<b>Curso:</b>	TERCERO
<b>Periodo de Impartición:</b>	SEGUNDO CUATRIMESTRE
<b>Créditos ECTS:</b>	6
<b>Horas Totales:</b>	150
<b>Área/s:</b>	DIDÁCTICA DE LA EXPRESIÓN CORPORAL
<b>Departamento/s:</b>	EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTE

### PROFESORADO

---

**Alcaraz Rodríguez, Virginia**

virginiaar@euosuna.org

Tutoría: Martes - 9 a 13

## OBJETIVOS Y COMPETENCIAS

---

El profesorado guiará al estudiante para:

1. Conocer las posibilidades de las actividades en la naturaleza como medio educativo.
2. Contribuir a través de la Educación Física sobre la importancia de la conservación de la naturaleza y su uso racional en los ámbitos educativo, recreativo y deportivo.
3. Crear hábitos para el establecimiento de nexos interdisciplinarios con otras áreas educativas, sociales y de conocimiento para alcanzar una acción pedagógica integradora que permita el entendimiento respetuoso del entorno.
4. Determinar las líneas de estudio en el marco de la actividad física, el deporte, el turismo activo y el medio ambiente.
5. Vivenciar diferentes actividades físicas en el medio natural.
6. Proporcionar al estudiante experiencias fundamentales de las actividades físicas en la naturaleza más habituales en el medio natural.
7. Estimular al alumno hacia una actitud reflexiva y de análisis sobre las prácticas realizadas.

### COMPETENCIAS:

Competencias específicas:

- E1. Abordar la actividad física y el deporte desde una perspectiva científica y educativa, aplicando medios y métodos innovadores en los diferentes contextos en los que el/la profesional pueda ejercer su labor.
- E2. Diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de enseñanza-aprendizaje relativos a la educación física y el deporte con atención a las características individuales y contextuales de las personas.

E4. Identificar los beneficios bio-psico-sociales de la práctica de actividad física, deportiva y recreativa.

E5. Conocer los fundamentos teórico-prácticos de las actividades físicas, deportivas y recreativas para aplicarlos al contexto educativo o a cualquier otro ámbito profesional.

E10. Hacer un uso apropiado del espacio, material y equipamiento deportivo y adaptarlo convenientemente a cada actividad o circunstancia.

E12. Emplear la educación física y el deporte como medios en la formación en valores, tanto en el contexto educativo como en cualquier otro en el que el/la profesional pueda ejercer su labor.

Competencias genéricas:

A1. Organizar y planificar adecuadamente el trabajo personal, analizando y sintetizando de forma operativa todos los conocimientos necesarios para el ejercicio de la profesión.

A3. Conocer y utilizar los recursos informáticos y las nuevas tecnologías de la información y comunicación (TIC) de aplicación al cuerpo de conocimiento específico.

B1. Adquirir y desarrollar habilidades sociales que faciliten el trabajo en equipos de carácter interdisciplinar.

C1. Potenciar un aprendizaje autónomo que favorezca la adaptación a nuevas situaciones profesionales, personales y sociales.

C6. Fomentar y garantizar el respeto a los Derechos Humanos y a los principios de accesibilidad universal, igualdad y no discriminación y los valores democráticos y de la cultura de la paz.

## CONTENIDOS O BLOQUES TEMÁTICOS

---

Bloque I: Fundamentos de las actividades físicas en el medio natural

Bloque II: Modalidades deportivas de actividades físicas en el medio natural

Bloque III: Elementos transversales y contextos de intervención de las actividades físicas

en el medio natural

## RELACIÓN DETALLADA Y ORDENACIÓN TEMPORAL DE LOS CONTENIDOS

---

BLOQUE I. FUNDAMENTOS DE LAS ACTIVIDADES FÍSICAS EN EL MEDIO NATURAL.

TEMA 1. Introducción a las AFMN.

1.1. Conceptualización de actividades en la naturaleza.

1.2. Evolución histórica de las actividades físicas en la naturaleza.

1.3. Introducción a los tipos de práctica, usuarios y ámbitos (educativo, competitivo, recreativo-turístico y terapéutico).

BLOQUE II. MODALIDADES DEPORTIVAS DE LAS ACTIVIDADES FÍSICAS EN EL MEDIO NATURAL

Tema 2. La escalada deportiva y técnicas verticales.

2.1. El alpinismo: filosofía e historia.

2.2. Modalidades deportivas de escalada (recreativa y competitiva).

2.3. Cabuyería básica de escalada, rapel y montajes de aventura.

2.4. Iniciación a la escalada deportiva: material básico, técnica del escalador y asegurador

y protocolos de seguridad.

2.5. Iniciación al descenso por cuerda: material básico, técnica de descenso del rapel y

protocolos de seguridad.

2.6. Iniciación a los montajes de aventura (tirolina, puente mono, puente tibetano, etc.).

2.7. Propuestas de escalada en el ámbito educativo y turístico.

Tema 3. La orientación deportiva.

3.1. La orientación deportiva: historia, modalidades deportivas de orientación y ámbitos de uso (recreativa y competitiva).

3.2. Recursos naturales y artificiales para orientarse.

3.3. El mapa topográfico y el mapa de orientación deportiva.

3.4. Partes de la brújula y técnicas básicas en orientación deportiva.

3.5. Técnicas básicas de orientación.

3.6. Organización de carreras de orientación.

3.7. Propuestas de orientación en el ámbito educativo y turístico.

Tema 4. Senderismo y permanencia en el medio natural.

4.1. El desplazamiento o la marcha en el medio natural.

4.2. Tipos de senderos señalizados: PR, SL, GR.

4.3. Antes, durante y después de una jornada de senderismo (vestimenta, alimentación, planificación, meteorología).

4.4. Aspectos técnicos de la conducción de grupos en un sendero.

4.5. El GPS (Global Position System) para el diseño y seguimiento de rutas.

4.6. Los cuadernos de campo como herramienta educativa (diseño de cuadernos de campo).

4.7. La permanencia en el medio natural. Tipos de permanencia (acampada, vivac, campamentos, refugios, albergues). Normas básicas de permanencia.

4.8. Propuestas de senderismo en el ámbito educativo y turístico.

Tema 5. La bicicleta de montaña.

5.1. Bicicleta y sociedad: usos de la bicicleta a lo largo del tiempo.

5.2. Modalidades deportivas de bicicleta (recreativa y competitiva).

5.3. Ergonomía en la bicicleta de montaña (BTT).

5.4. Técnicas de conducción, cuidado, mantenimiento y mecánica de la BTT.

5.5. Preparación de rutas e itinerarios en el medio natural.

5.6. Aspectos técnicos de la conducción de grupos en una ruta de BTT.

5.7. Propuestas de BTT en el ámbito educativo y turístico.

BLOQUE III. ELEMENTOS TRANSVERSALES Y CONTEXTOS DE INTERVENCIÓN DE LAS ACTIVIDADES FÍSICAS EN EL MEDIO NATURAL

Tema 6. Tratamiento educativo de las AFMN.

6.1. Potencial educativo de las actividades físicas en el medio natural.

6.2. Metodologías de intervención para educar ¿en¿ y ¿a través¿ de las actividades físicas

en el medio natural. Pedagogía de la aventura.

6.3. Presencia de las AFMN en el currículo de la educación física (educación secundaria y

FP).

6.4. Creación de recursos didácticos y experiencias educativas para aplicar las AFMN en

el ámbito escolar.

Tema 7. El turismo activo como sector profesional específico.

7.1. El turismo activo como actividad física de ocio y tiempo libre.

7.2. Análisis del sector del turismo activo en la actualidad.

7.3. Marco legislativo de regulación del turismo activo.

7.4. Tendencias nacionales e internacionales del turismo activo.

Tema 8. Elementos claves en la planificación de AFMN.

8.1. Papel del guía/profesor como organizador.

8.2. Fases y acciones básicas en la organización de una actividad.

8.3. Introducción a la gestión del riesgo en las AFMN.

8.4. Elementos claves en la organización de una acampada (normativa, planificación, actividades, etc.).

Tema 9. Relación de la naturaleza y las AFMN.

9.1. Análisis de la relación entre la naturaleza y el ser humano.

9.2. Legislación sobre la regulación jurídica de los espacios naturales protegidos.

9.3. El impacto ambiental de las AFMN.

9.4. Medidas preventivas y correctoras para disminuir la huella ecológica.

9.5. La educación ambiental y el desarrollo sostenible.

Bloque IV Elementos transversales y contextos de intervención de las actividades físicas

en el medio natural

TEMA 10. NATURALEZA Y DIVERSIDAD

10.1 Naturaleza y Diversidad.

10.2 Carreras de montaña y discapacidad visual.

10.3 El Aprendizaje Servicio en el ámbito de la diversidad.

El desarrollo de los contenidos mediante sesiones prácticas se realizará en diferentes

espacios:

- Instalaciones de la facultad: en el gimnasio, edificios de la facultad (escalada, actividades

de iniciación a la orientación, dinámicas de grupo, bicicleta, senderismo).

- Espacios cercanos y próximos a la facultad, entorno urbano de la facultad, entornos naturales próximos a Osuna (actividades de orientación, senderismo, bicicleta y escalada en espacios no convencionales).

- Espacios naturales lejanos: posible acampada y otras salidas a la naturaleza se desarrollarán en un espacio natural que requerirá un desplazamiento desde la facultad (integra diferentes

actividades físicas en el medio natural, como senderismo, escalada, rapel, raid de aventura,

espeleología, montajes de aventura, orientación, tiro con arco, en función de las posibilidades del entorno natural).

## **ACTIVIDADES FORMATIVAS**

---

Actividad Horas

A Clases Teóricas 30

C Clases Prácticas en aula 30

## **SISTEMAS Y CRITERIOS DE EVALUACIÓN**

---

### **a) Normativa reguladora de la evaluación y calificación de las asignaturas**

[https://euosuna.org/images/archivos/estudios/NORMATIVA\\_REGULADORA\\_EVALUACION.pdf](https://euosuna.org/images/archivos/estudios/NORMATIVA_REGULADORA_EVALUACION.pdf)

### **b) Criterios de Evaluación Generales:**

El sistema de evaluación A lo pueden seleccionar los alumnos que asisten al 80% de las clases prácticas y las prácticas de campo, evaluándose mediante el enfoque de evaluación formativa y compartida.

En el sistema de evaluación continua existirán dos opciones

Primero para aquellas personas que asisten a las teóricas

15% Pruebas tipo test específicas a tema que se realizará con cualquier dispositivo móvil en directo al inicio de la clase teórica.

10% Examen de orientación y cartografía

10% Dominio de técnicas y maniobras verticales y de escalada

30% realización de trabajos teórico prácticos realizados y presentados en clase teórica y/o práctica

25% presentaciones de trabajos en clase práctica

10% Participación activa en clase

Segundo personas que no cumplen con asistencia participativa en las teóricas.

40% Pruebas tipo test específicas y parte abierta de desarrollo en relación a temario impartido

10% Examen de orientación y cartografía

10% Dominio de técnicas y maniobras verticales y de escalada

30% Realización y presentaciones de trabajos en clase práctica

10% Participación activa en clase

En la opción no presencial u opción B

Examen teórico tipo test de 50 preguntas con un valor de 30%

Examen teórico- práctico con 5 preguntas con un valor del 50%

Examen de cartografía con un valor de 20%

### ***c) Criterios de Evaluación para alumnos con necesidades académicas especiales***

Se ajustará la evaluación y las tareas a las necesidades académicas presentadas con el asesoramiento de la coordinación y el apoyo de la atención al alumnado en situación especial

## **METODOLOGÍA DE ENSEÑANZA – APRENDIZAJE**

---

Clases teóricas

El profesorado, mediante la adaptación y aplicación de técnicas, bien centradas en la

interacción y el debate, bien centradas en la tarea, facilitará la consecución de objetivos y competencias.

Prácticas

El profesorado mediante la aplicación de técnicas, bien centradas en la tarea, facilitará la consecución de objetivos y competencias

### **HORARIOS DEL GRUPO DEL PROYECTO DOCENTE**

---

<https://euosuna.org/index.php/es/planificacion-de-la-ensenanza-553>

### **CALENDARIO DE EXÁMENES**

---

<https://euosuna.org/index.php/es/planificacion-de-la-ensenanza-553>

### **TRIBUNALES ESPECÍFICOS DE EVALUACIÓN Y APELACIÓN**

---

Pendiente de Aprobación

### **BIBLIOGRAFÍA RECOMENDADA**

---

Humberstone, B.; Prince, H. y Hernderson, K. (2018). Routledge International Handbook of

Outdoor Studies. London: Routledge handbooks.

Freire, H. (2014). Educar en verde. Ideas para acercar a niños y niñas a la naturaleza. Barcelona: Graó

Ayora, A. (2012). Riesgo y liderazgo. Cómo organizar y guiar actividades en el medio natural.

Madrid: Desnivel.

Bibliografía específica

- Ayora, A. (2008). Gestión del riesgo. En montaña y en actividades al aire libre. Madrid: Desnivel.
- Beames, S. Y Brown, M. (2016). Adventurous Learning. A Pedagogy for a Changing World. New York: Routledge.
- Caballero, P. (2014). El desarrollo positivo y las actividades físicas en el medio natural. *Tándem*, 45, 42-52.
- Caballero-Blanco, P., Hernández-Hernández, E. y Reina, M. (2018). Análisis de los factores universales de las actividades físicas en el medio natural / actividades físicas de aventura en la naturaleza: estudio preliminar. *Espiral. Cuadernos del Profesorado*, 11(22), 61-68.
- Escaravajal-Rodríguez, J.C. y Baena-Extremera, A. (2020). Elaboración de una base de datos sobre las actividades en el medio natural en España a partir de una revisión de la literatura. *EmásF*, 64, 59-69).
- Fernández-Gavira, J.; Caballero, P. (2016). La actividad física en el medio natural: de la tierra al mar. En Feria, A. (Coord) *Calidad de vida, salud y ejercicio físico: Una mirada hacia el mar* (pp. 11-20). Cádiz: Ayuntamiento de Barbate.
- Freixa, C. (1995). La aventura imaginaria. Una visión antropológica de las actividades físicas de aventura en la naturaleza. *Apunts. Educación Física y Deportes*, 41, 36-43.
- Funollet, F. (2004). La necesidad de las actividades deportivas en el medio natural. *Tándem. Didáctica de la Educación Física y el Deporte*, 16, 7-19.
- Galíndez, J. (2014). Regulación jurídica de la bicicleta de montaña: en los ámbitos deportivos, turístico y medioambiental. Madrid: desnivel.
- Gilbertson, K. Bates, T. McLaughlin, T. y Ewert, A. (2006). *Outdoor Education. Methods and Strategies*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Granero, A; Baena, A. (2010). The search for nature as a way of compensation of the new urban lifestyle. *Journal of Sport and Health Research*. 2(1), 17-25.
- Hueso, K. (2017). *Somos naturaleza: un viaje a nuestra esencia*. Barcelona: Plataforma Editorial.

Lagardera, F. (2002). Desarrollo sostenible en el deporte, el turismo y la educación física.

Apunts: Educación Física y Deportes, 67, 70-79.

Lapetra Costa, S. & Guillén Correas, R. (2005). La motricidad de las actividades físico-deportivas en la naturaleza. La función recreativa de su práctica en la sociedad contemporánea. Apunts. Educación Física y Deportes, 80, 53-62.

Meregalli, E. y Ghislanzoni, M. (2015). Paisajeando: senderismo en familia por Andalucía.

Huelva. Cádiz: La Serranía.

Moscoso, D. (2003). La montaña y el hombre en los albores del siglo XXI. Una reflexión

sociológica sobre su situación en España. Huesca: Barrabés.

Olivera y Oliviera, (2016). Las actividades físicas de aventura en la naturaleza (AFAN): revisión de la taxonomía (1995-2015) y tablas de clasificación

e identificación de las prácticas. Apunts, 71-88.

Parra, M., Caballero, P. y Domínguez, G. (2009). Estrategias metodológicas para las actividades

recreativas en el medio natural. En M. E. García (coord.). Dinámicas y estrategias de re-creación (pp. 199-260). Barcelona: Grao.

Pérez Turpín, J. A., Suárez Llorca, C., y Chinchilla Mira, J. J., (2006). Los deportes del mar:

taxonomía de las actividades físicas en el mar y su relación con la enseñanza obligatoria.

Journal of Human Sport and Exercise, 1(1), 24-29.

Prouty, D., Panicucci, J., Collinson, R. (2007). Adventure education. Theory and applications.

Champaign, IL: Human Kinetics.

Sánchez Igual, J. E. (2005). Actividades en el Medio Natural y Educación Física. Sevilla: Wanceulen.

Soler X, Ferrer M. (2011). Manual de orientación: la brújula, el GPS, interpretación de mapas,

senderismo, orientación, meteorología. Interpretación de mapas e Instrumentos. Granollers:

Alpina.

## INFORMACIÓN ADICIONAL