



DATOS IDENTIFICATIVOS

Actividades físicas y de aventura en el medio natural

| | | | | |
|---------------------|--|------------------|------------|--------------------|
| Asignatura | Actividades físicas y de aventura en el medio natural | | | |
| Código | P02G050V01801 | | | |
| Titulación | Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte | | | |
| Descriptores | Creditos ECTS 6 | Seleccione OB | Curso 4 | Cuatrimestre 2c |
| Lengua | Castellano | | | |
| Impartición | Gallego | | | |
| Departamento | Didácticas especiales | | | |
| Coordinador/a | Alonso Fernández, Diego | | | |
| Profesorado | Alonso Fernández, Diego | | | |
| Correo-e | diego_alonso@uvigo.es | | | |
| Web | | | | |
| Descripción general | | | | |

Competencias

| | |
|--------|---|
| Código | |
| B3 | Coñecemento e comprensión dos factores fisiolóxicos e biomecánicos que condicionan a práctica da actividade física e o deporte. |
| B9 | Conocimiento y comprensión de los fundamentos del ejercicio físico, juego motor, danza, expresión corporal y actividades en la naturaleza. |
| B13 | Hábitos de excelencia y calidad en el ejercicio profesional. |
| B25 | Habilidad de liderazgo, capacidad de relación interpersonal y trabajo en equipo. |
| B26 | Adaptación a nuevas situaciones, la resolución de problemas y el aprendizaje autónomo. |
| C1 | Capacidad para diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de enseñanza[] aprendizaje relativos a la actividad física y el deporte con atención a las características individuales y contextuales de las personas |
| C22 | Capacidad para conocer y aplicar el marco jurídico del ámbito profesional |
| C23 | Capacidad para identificar y valorar los riesgos que puedan derivarse del uso de los equipamientos e instalaciones deportivas |
| C25 | Capacidad para planificar, desarrollar y controlar la realización de actividades físico-deportivas recreativas |
| C26 | Capacidad para seleccionar el material y equipamiento deportivo adecuado para cada tipo de actividad físico-deportiva recreativa |
| C29 | Capacidad para identificar los riesgos que se derivan para la salud, de la práctica de actividades físicas inadecuadas en los practicantes de actividad físico-deportiva recreativa |

Resultados de aprendizaje

| | | |
|--|---------------------------------------|-------------------|
| Resultados previstos en la materia | Resultados de Formación y Aprendizaje | |
| El *estudiantado será capaz de conocer y aplicar el marco jurídico del ámbito profesional de las actividades en medio natural | B13 | C22 |
| El estudiantado será capaz identificar y valorar los riesgos que puedan derivarse del uso de las equipaciones e instalaciones deportivas de las actividades en medio natural | | C23 C25 C26 |
| El *estudiantado será capaz de de conocer y comprender los fundamentos de las actividades en la naturaleza | B26 | C1 |
| El *estudiantado será capaz de identificar los riesgos que se derivan para la salud de la práctica de actividades físicas inadecuadas en el *entorno natural | | C23 C26 C29 |

| | | |
|--|-----|------------|
| El *estudiantado será capaz de diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de enseñanza-aprendizaje relativos a la actividad física y del deporte, con atención a las características individuales y *contextuales de las personas | B3 | C1 C25 |
| El *estudiantado será capaz de seleccionar y saber utilizar el material y equipación deportiva adecuada para cada tipo de actividad en medio natural | B9 | C26 C29 |
| El *estudiantado será capaz de mostrar habilidad de liderazgo, capacidad de relación interpersonal y trabajo en equipo | B25 | |
| El *estudiantado será capaz de adaptarse a las nuevas situaciones, la resolución de problemas y el aprendizaje autónomo | B26 | |

Contenidos

| Tema | |
|------------------------------------|--|
| 1. Fundamentos teóricos | <ol style="list-style-type: none"> 1. Concepto de Actividades Físicas en el medio Natural 2. Generalidades <ol style="list-style-type: none"> 2.1. Que son las AFMN 2.2. Organización y regulación de las AFMN |
| 2- Senderismo y montañismo | <ol style="list-style-type: none"> 1. Montañismo y trekking: Concepto y lugar en la evolución de los deportes de montaña 2. Medio ambiente de montaña 3. Meteorología 4. Formación técnica 5. Preparación y desarrollo de una actividad 6. Orientación y cartografía 7. Técnicas de acampada y vivac 8. Seguridad 9. Desarrollo profesional |
| 3- Orientación | <ol style="list-style-type: none"> 1. Introducción a la orientación: generalidades 2. Representación gráfica e interpretación de dibujos o esquemas 3. Cartografía. Introducción a la interpretación de mapas elaborados (topográficos y/o de orientación). 4. Utilización de la brújula 5. Orientación. 6. Aplicación en el ámbito educativo 7. Organización de actividades de orientación |
| 4- Técnicas de aire libre | <ol style="list-style-type: none"> 1. Actividades Físicas en el Medio Natural. Generalidades 2. Ámbitos de aplicación de las Actividades al aire Libre 3. Aplicación al ámbito escolar 4. AFMN. Entorno profesional 5. Organización de actividades |
| 5- Escalada y técnicas con cuerdas | <ol style="list-style-type: none"> 1. Introducción a la escalada: Generalidades (tipos) 2. Aspectos técnicos de la escalada 3. Cabuyería. 4. Seguridad: normas básicas 5. Aplicación en el ámbito escolar |
| 6- Bicicleta de montaña | <ol style="list-style-type: none"> 1. Generalidades 2. Aspectos técnicos 3. La seguridad en actividades con BTT 4. Organización de salidas en BTT |
| 7- Seguridad | <ol style="list-style-type: none"> 1. Generalidades 2. Seguridad en cada actividad |
| 8- Organización de actividades | <ol style="list-style-type: none"> 1. Planificación de una Ruta 2. Preparación de carrera de orientación (raid) 3. Preparación de una actividad de estructura con cuerdas 4. Aplicación de técnicas aprendidas y la utilización de las normas de seguridad en escalada. |

Planificación

| | Horas en clase | Horas fuera de clase | Horas totales |
|---|----------------|----------------------|---------------|
| Prácticas de laboratorio | 27 | 0 | 27 |
| Sesión magistral | 20 | 40 | 60 |
| Pruebas de tipo test | 1 | 0 | 1 |
| Pruebas de respuesta larga, de desarrollo | 2 | 0 | 2 |

*Los datos que aparecen en la tabla de planificación son de carácter orientativo, considerando la heterogeneidad de alumnado

Metodologías

| | Descripción |
|--------------------------|--|
| Prácticas de laboratorio | El carácter de la materia hace necesario que el alumno/la asista, por lo menos, al 80% de las prácticas de laboratorio para poder puntuar las mismas. |
| Sesión magistral | El carácter de la materia hace necesario combinar varios tipos de metodologías, dependiendo de la naturaleza de los objetivos a alcanzar y los contenidos a tratar. Se abogará por una metodología activa, alternando exposiciones magistrales y trabajo en pequeño grupo en las sesiones teóricas y vivencia de las diferentes propuestas de tareas (del profesor y de los propios alumnos) en las sesiones prácticas. Además, el alumno dispondrá de un soporte virtual de apoyo a la docencia, a través de la plataforma TEMA (http://www.uvigo.es/faitic), con el que podrá realizar un seguimiento parcialmente *on-*line de la materia. - Organización de la docencia: Las sesiones de carácter teórico y práctico se desarrollarán en horario y localización fijadas por el centro. |

Atención personalizada

| Metodologías | Descripción |
|--------------------------|--------------------------|
| Prácticas de laboratorio | Tutorías Plataforma Tema |

Evaluación

| | Descripción | Calificación | Resultados de Formación y Aprendizaje | |
|---|---|--------------|---------------------------------------|---------------------------------------|
| Pruebas de tipo test | Hay que haber superado el examen teórico para superar la materia. | 50 | B3 B9 B13 B25 B26 | C1 C22 C23 C25 C26 C29 |
| Pruebas de respuesta larga, de desarrollo | El alumnado se organizará en pequeños grupos construyendo un proyecto vinculado a la asignatura aplicable a un contexto real. | 35 | B3 B9 B13 B25 B26 | C1 C22 C23 C25 C26 C29 |

Otros comentarios sobre la Evaluación

La asistencia a las prácticas de laboratorio tiene que ser de un 80% para ser puntuadas.

La asistencia y participación del alumnado se valorará con un 15% de la nota final.

ES necesario aprobar el examen teórico para poder hacer promedio.

En la convocatoria extraordinaria del incluso curso académico se mantendrán las calificaciones de la primera convocatoria. En todo caso se mantendrán los criterios de evaluación.

Fuentes de información

□ AGUILA, C.- Las actividades Físicas de aventura en la naturaleza: ¿un fenómeno moderno o posmoderno?.- Apunts 3.er trimestre 2007 (81-87)

□ EEAM. Escuela Española de alta montaña.- Certificado de iniciación al montañismo.- Barrabés editorial.- Huesca, 2001

□ COLORADO, J.- Montañismo y Trekking. Manual Completo- Desnivel editorial.-Madrid, 2001

□ MURCIA, M.- Prevención, seguridad y autorescate.- Desnivel editorial.- Madrid 2001 □ VARIOS.- Manual de Senderismo. FEDME.- Zaragoza 2007

□ VARIOS.- Señalización de Senderos. FEDME.-2009

□ VARIOS.- EMASF Revista Digital de Educación Física.- Actividades Físicas en el Medio Natural.- Año 4 no19. Noviembre 2012

Recomendaciones

