



## DATOS IDENTIFICATIVOS

### Actividades físicas e de aventura no medio natural

Materia	Actividades físicas e de aventura no medio natural			
Código	P02G050V01801			
Titulación	Grao en Ciencias da Actividade Física e do Deporte			
Descritores	Creditos ECTS 6	Sinale OB	Curso 4	Cuadrimestre 2c
Lingua de impartición	Castelán			
Departamento	Didácticas especiais			
Coordinador/a	Alonso Fernández, Diego			
Profesorado	Alonso Fernández, Diego			
Correo-e	diego_alonso@uvigo.es			
Web				
Descrición xeral				

### Competencias de titulación

Código	
A22	Capacidade para coñecer e aplicar o marco xurídico do ámbito profesional
A23	Capacidade para identificar e valorar os riscos que poidan derivarse do uso dos equipamentos e instalacións deportivas
B9	Coñecemento e comprensión dos fundamentos do exercicio físico, xogo motor, danza, expresión corporal e actividades na natureza
B15	Capacidade para deseñar, desenvolver e avaliar os procesos de ensino-aprendizaxe relativos á actividade física e do deporte, con atención ás características individuais e contextuais das persoas
B20	Capacidade para identificar os riscos que se derivan para a saúde da práctica de actividades físicas inadecuadas
B23	Capacidade para seleccionar e saber utilizar o material e equipamento deportivo adecuado para cada tipo de actividade
B25	Habilidade de liderado, capacidade de relación interpersoal e traballo en equipo
B26	Adaptación a novas situacións, á resolución de problemas e á aprendizaxe autónoma

### Competencias de materia

Resultados previstos na materia	Resultados de Formación e Aprendizaxe
Capacidade para coñecer e aplicar o marco xurídico do ámbito profesional	A22
Capacidade para identificar e valorar os riscos que poidan derivarse do uso dos equipamentos e instalacións deportivas	A23
Coñecemento e comprensión dos fundamentos do exercicio físico, xogo motor, danza, expresión corporal e actividades na natureza	B9
Capacidade para identificar os riscos que se derivan para a saúde da práctica de actividades físicas inadecuadas	B20
Capacidade para deseñar, desenvolver e avaliar os procesos de ensino e aprendizaxe relativos á actividade física e do deporte, con atención ás características individuais e contextuais das persoas	B15
Capacidade para seleccionar e saber utilizar o material e equipamento deportivo adecuado para cada tipo de actividade	B23
Habilidade de liderado, capacidade de relación interpersoal e traballo en equipo	B25
Adaptación a novas situacións, a resolución de problemas e a aprendizaxe autónoma	B26

<b>Contidos</b>	
Tema	
1. Fundamentos teóricos	1. Concepto de Actividades Físicas no medio Natural 2. Xeneralidades 2.1. Que son as AFMN 2.2. Organización e regulación das AFMN
2- Sendeirismo e montañismo	1. Montañismo e trekking: Concepto e lugar na evolución dos deportes de montaña 2. Medio ambiente de montaña 3. Metereoloxía 4. Formación técnica 5. Preparación e desenvolvemento dunha actividade 6. Orientación e cartografía 7. Técnicas de acampada e vivac 8. Seguridade 9. Desenvolvemento profesional
3- Orientación	1. Introducción á orientación: xeneralidades 2. Representación gráfica e interpretación de debuxos ou esquemas 3. Cartografía. Introducción á interpretación de mapas elaborados (topográficos e/ou de orientación). 4. Utilización do compás 5. Orientación. 6. Aplicación no ámbito educativo 7. Organización de actividades de orientación
4- Técnicas de aire libre	1. Actividades Físicas no Medio Natural. Xeneralidades 2. Ámbitos de aplicación das Actividades ao aire libre 3. Aplicación ao ámbito escolar 4. AFMN. Contorna profesional 5. Organización de actividades
5- Escalada e técnicas con cordas	1. Introducción á escalada: Xeneralidades 2. Aspectos técnicos da escalada 3. Técnicas con cordas 4. Seguridade: normas básicas 5. Aplicación no ámbito escolar
6- Bicicleta de montaña	1. Xeneralidades 2. Aspectos técnicos 3. A seguridade en actividades con BTT 4. Organización de saídas en BTT
7- Seguridade	1. Xeneralidades 2. Seguridade en cada actividade
8- Organización de actividades	1. Planificación dunha Ruta 2. Preparación de carreira de orientación (raid) 3. Preparación dunha actividade de estrutura con cordas 4. Aplicación de técnicas aprendidas e a utilización das normas de seguridade en escalada.

<b>Planificación</b>			
	Horas na aula	Horas fóra da aula	Horas totais
Prácticas de laboratorio	27	0	27
Sesión maxistral	20	40	60
Probas de tipo test	1	0	1
Probas de resposta longa, de desenvolvemento	2	0	2

\*Os datos que aparecen na táboa de planificación son de carácter orientador, considerando a heteroxeneidade do alumnado.

<b>Metodoloxía docente</b>	
	Descrición
Prácticas de laboratorio	O carácter da materia fai necesario que o alumno/a asista, polo menos, ao 70% das prácticas de laboratorio para superar a mesma.

Sesión maxistral	<p>O carácter da materia fai necesario combinar varios tipos de metodoloxías, dependendo da natureza dos obxectivos a alcanzar e os contidos a tratar. Avogarase por unha metodoloxía activa, alternando exposicións maxistras e traballo en pequeno grupo nas sesións teóricas e vivencia das diferentes propostas de tarefas (do profesor e dos propios alumnos) nas sesións practicas.</p> <p>Ademais, o alumno disporá dun soporte virtual de apoio á docencia, a través da plataforma TEMA (<a href="http://www.uvigo.es/faitic">http://www.uvigo.es/faitic</a>), co que poderá realizar un seguimento parcialmente on-line da materia.</p> <p>- Organización da docencia: As sesións de carácter teórico e práctico desenvolveranse en horario e localización fixadas polo centro.</p>
------------------	--

### Atención personalizada

Metodoloxías	Descrición
Prácticas de laboratorio	Tutorías Plataforma Tema

### Avaliación

	Descrición	Cualificación
Probas de tipo test	Hay que ter un 70% de preguntas acertadas para aprobalo exame.	50
Probas de resposta longa, de desenvolvemento	O alumnado organizarase en pequenos grupos construíndo un proxecto vinculado á asignatura aplicable a un contexto real.	35

### Outros comentarios sobre a Avaliación

A asistencia ás prácticas de laboratorio é obrigatoria cun mínimo do 70% do seu número total.

A asistencia e participación do alumnado valorarase cun 15% da nota final.

É necesario aprobar as dúas probas para poder facer media.

Na convocatoria extraordinaria do mesmo curso académico manteranse as cualificacións da primeira convocatoria. En todo caso manteranse os criterios de avaliación.

### Bibliografía. Fontes 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

### Recomendacións