

## DATOS GENERALES DE LA ASIGNATURA

**ASIGNATURA:** Actividad Física en la Naturaleza

**PLAN DE ESTUDIOS:** Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte (PGR-CAFD)

**GRUPO:** 2324-M1

**CENTRO:** Facultad de Ciencias de la Salud

**CARÁCTER DE LA ASIGNATURA:** Obligatorio

**ECTS:** 6,0

**CURSO:** 2º

**SEMESTRE:** 2º Semestre

**IDIOMA EN QUE SE IMPARTE:**

Castellano, excepto las asignaturas de idiomas que se impartirán en el idioma correspondiente

## DATOS DEL PROFESOR

**NOMBRE Y APELLIDOS:** JAVIER GONZÁLEZ LÁZARO

**EMAIL:** [jgonzalez@uemc.es](mailto:jgonzalez@uemc.es)

**TELÉFONO:** 983 00 10 00

**HORARIO DE TUTORÍAS:** Martes a las 13:00 horas

**CV DOCENTE:**

- Doctor y Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.
- Certificado de Aptitud Pedagógica (CAP).
- Máster en Gestión Deportiva y Salud por la Cámara de Comercio de Valladolid.
- Entrenador Superior de Natación. Entrenador Superior de Triatlón.
- Profesor de la Universidad Europea Miguel de Cervantes desde el curso académico 2013-2014 habiendo impartido las asignaturas de Fundamento de los Deportes I (natación), Actividad Física en la Naturaleza, Ejercicio Físico y Discapacidad y Gestión de Empresas de Turismo Activo y como responsable de las Prácticas Externas (rama de salud curso 17-18).

**CV PROFESIONAL:**

- Técnico de Deportes del Comité Paralímpico Español desde el 2009 al 2013 habiendo sido el Jefe de Expedición adjunto en los Juegos Paralímpicos de Londres 2012.
- Entrenador del Centro de Tecnificación de Natación de Castilla y León en las temporadas 2006/2007 y 2007/2008 formando parte del grupo de trabajo de una nadadora clasificada para los Juegos Olímpicos de Pekín 2008.
- Monitor de natación y entrenador de clubes de natación durante más de 10 años.
- Entrenador Superior de Natación. Entrenador Superior de Triatlón.
- Presidente de la Federación de Deportes de Montaña, Escalad y Senderismo de Castilla y León desde el año 2012 continuando en la actualidad.
- Vicepresidente de la Federación Española de Deportes de Montaña desde el año 2021.

**CV INVESTIGACIÓN:**

- Líneas de investigación:
  - Actividad física en el medio natural.
  - Inclusión de las personas con discapacidad.
  - Deporte adaptado.
- Publicación de diversos artículos en revistas JCR y otras.
- <https://orcid.org/0000-0001-8581-2478>

## DATOS ESPECÍFICOS DE LA ASIGNATURA

### DESCRIPTOR DE LA ASIGNATURA:

Esta asignatura se encuadra como una Manifestación de la Motricidad Humana dentro de los Contenidos Disciplinarios Básicos del título de Graduado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte. Se imparte en el segundo curso del plan de estudios y en ella se incluyen competencias genéricas y específicas para el futuro ejercicio profesional del Graduado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte, así como competencias instrumentales para la adquisición de otras competencias profesionales.

Las actividades en la naturaleza han ido cobrando importancia, y resulta evidente un deseo por parte de la población de poner en práctica estas actividades, lo que indica la existencia de un mercado de trabajo potencial. Además, el desarrollo de este tipo de contenidos ofrece numerosas posibilidades educativas tanto en la enseñanza de la Educación Física en el ámbito reglado, como en el no reglado o en el ocio.

La asignatura aproximará al alumno al concepto de las actividades físicas en el medio natural y los diferentes ámbitos de aplicación. Se llevarán a cabo diferentes actividades físicas en el medio natural en las que el alumno podrá vivenciar las posibilidades de este tipo de actividades y las medidas de seguridad que se han de tomar en las mismas.

Es necesario un nivel mínimo de condición física, saber nadar y saber montar en bicicleta.

### CONTENIDOS DE LA ASIGNATURA:

#### 1. Bloque I

1. 1. Aproximación conceptual a las actividades físicas en el medio natural.
2. 2. Ámbitos de aplicación de las actividades físicas en el medio natural.
3. 3. Gestión y organización de las actividades físicas en el medio natural.

#### 2. Bloque II : Prácticas en el medio natural en las que el alumnado podrá vivenciar por sí mismo las posibilidades de este tipo de actividades así como las medidas de seguridad que se han de tomar en las mismas.

1. 4. Deportes de nieve.
2. 5. Orientación.
3. 6. Escalada. Cabuñería.
4. 7. Senderismo.
5. 8. Bicicleta de montaña (MTB)
6. 9. Escalada, vía ferrata, espeleo.
7. 10. Actividades en el medio acuático.

### RECURSOS DE APRENDIZAJE:

Las sesiones teóricas se llevarán a cabo en las aulas de la UEMC. El material específico necesario para las diferentes actividades (esquíes, bastones, brújulas, ameses, cuerdas, mosquetones...) será aportado por la UEMC excepto la bicicleta de montaña y un casco homologado para la realización de la práctica correspondiente al tema de bicicleta de montaña, que deberá ser aportada por el alumno.

## COMPETENCIAS Y RESULTADOS DE APRENDIZAJE A ADQUIRIR POR EL ALUMNO

### COMPETENCIAS GENERALES:

- CG03. Desarrollar habilidades de liderazgo, relación interpersonal y trabajo en equipo
- CG04. Desarrollar competencias para la adaptación a nuevas situaciones y resolución de problemas, y para el aprendizaje autónomo
- CG05. Desarrollar hábitos de excelencia y calidad en el ejercicio profesional
- CG06. Conocer y actuar dentro de los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional

### COMPETENCIAS ESPECÍFICAS:

- CE06. Conocer y comprender los efectos de la práctica del ejercicio físico sobre los aspectos psicológicos y

sociales del ser humano

- CE11. Promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica de la actividad física y del deporte
- CE18. Seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo, adecuado para cada tipo de actividad
- CE19. Promover, diseñar, desarrollar y evaluar actividades físicas en el medio natural, así como la formación de hábitos de respeto hacia dicho medio
- CE27. Adquirir un compromiso ético profesional de respeto a la dignidad humana, los derechos y libertades fundamentales de todas las personas, y la igualdad de hombres y mujeres

#### RESULTADOS DE APRENDIZAJE:

El alumno será capaz de:

- Impartir una clase teórica en la que se demuestre que se dominan los contenidos de la asignatura
- Conocer y utilizar el material de la asignatura en las clases prácticas
- Impartir una clase práctica en la que se demuestre que se dominan los contenidos de la asignatura
- Planificar y gestionar una práctica con los contenidos de la asignatura

### BIBLIOGRAFÍA Y RECURSOS DE REFERENCIA GENERALES

#### BIBLIOGRAFÍA BÁSICA:

- Antonio Granero Gallegos, Antonio Baena Extremera (2010): Actividades físicas en el medio natural : teoría y práctica para la educación física actual. Wanceulem. ISBN: 9788498238549
- Jose María Nasarre (2013): Responsabilidad Civil en Deportes de Montaña y Actividades en la Naturaleza. Desnivel. ISBN: 9788498292718
- David Caballero (2018): Manual práctico de orientación con con mapa y GPS. Desnivel. ISBN: 9788498294354
- Mario Triguero Saguiño y Daniel Arrojo Marugán (coordinadores) (2022): Organización de Itinerarios. Arán Ediciones. ISBN: 9788418987922

#### BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA:

- Alberto Ayora (2012): Riesgo y liderazgo : cómo organizar y guiar actividades en el medio natural. Desnivel. ISBN: 9788498292633
- Pedro Jesús Ruiz Montero, Antonio Baena Extremera (2019): Metodologías activas en Ciencias del Deporte vol. II. Wanceulen. ISBN: 9788417964153
- Alberto Ayora (2019): Gestión del Riesgo en montaña y en actividades al aire libre. Desnivel. ISBN: 9788498292091

#### WEBS DE REFERENCIA:

Web / Descripción

[Montaña segura](https://montanasegura.com/)(https://montanasegura.com/)

La campaña Montaña Segura es una campaña de prevención de accidentes en el medio natural fruto de un convenio de colaboración entre Gobierno de Aragón, Aramón y la Federación Aragonesa de Montañismo

[Comité de Seguridad - FEDME](https://seguridadfedme.es/)(https://seguridadfedme.es/)

Página web del Comité de Seguridad de la Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada

[FDMESCYL](http://www.fclm.com)(http://www.fclm.com)

Página web de la Federación de Deportes de Montaña, Escalada y Senderismo de Castilla y León

#### OTRAS FUENTES DE REFERENCIA:

Se recomendarán al hilo de los temas desarrollados en clase, en función de los intereses particulares de los alumnos.

### PLANIFICACIÓN DEL PROCESO DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE DE LA ASIGNATURA

## METODOLOGÍAS:

### MÉTODO DIDÁCTICO:

Se desarrollarán sesiones puntuales en las que el profesor transmite la información al alumno.

### MÉTODO DIALÉCTICO:

A propuesta del profesor se plantearán diferentes temas referidos a la materia para su debate y discusión con los alumnos.

### MÉTODO HEURÍSTICO:

Será el método principal de la asignatura priorizando que el alumno asuma un papel activo en el proceso de aprendizaje adquiriendo los conocimientos mediante la experimentación y la resolución de problemas y cuestiones previamente seleccionados por el docente.

## CONSIDERACIONES DE LA PLANIFICACIÓN:

Semana 1 Tema 1. Aproximación conceptual a las A.F. en el medio natural. Tema 2. Ámbitos de aplicación de las A.F. en el medio natural. Clase presencial. Trabajo en grupo.

Semana 2 Tema 3. Gestión y organización de las A. F. en el medio natural. Clase presencial.

3.1. Actividades Outdoor. Seminario.

3.2. Gestión del Riesgo. Clase presencial. Trabajo en grupo. PBL análisis de accidente.

Semana 3 Tema 4. Deportes de nieve. Clase práctica.

Semana 4 Tema 5. Orientación. Clase presencial. Laboratorio informático software GPS.

Semana 5 Tema 7. Senderismo. Clase presencial. Evaluación

Semana 6 Tema 6. Escalada y cabuyería. Clase presencial. Evaluación

Semana 7 Tema 5 y 6. Escalada y orientación. Clase práctica. Trabajo en grupo. Evaluación

Semana 8 Tema 7. Senderismo. Clase práctica. Trabajo en grupo. Evaluación

Semana 9 Tema 3. BTT. Clase presencial. Trabajo en grupo. Evaluación

Semana 10 Tema 6. Cabuyería y parque de cuerdas. Clase práctica. Trabajo en grupo. Evaluación

Semana 11 y 12 BTT. Clase práctica. Evaluación

Semana 13 Tema 9. Escalada-Vía Ferrata-Espelología CPR Palencia. Clase práctica. Evaluación

Semana 13 Tema 8. Trabajo en grupo. Evaluación

Semana 14 Tema 10. Actividad medio acuático. Clase práctica. Evaluación

Semana 15 Presentación de trabajos. Evaluación.

Esta planificación puede verse modificada por causas ajenas a la organización académica primeramente presentada. El profesor informará convenientemente a los alumnos de las nuevas modificaciones puntuales."

Las tutorías individuales podrán ser presenciales o por Teams y podrían verse modificadas en función de los horarios establecidos. Las tutorías académicas grupales serán presenciales y están fijadas en la semana amarilla de preparación para la convocatoria ordinaria (2 horas) y extraordinaria (2 horas). Desde la Facultad de Ciencias de la Salud se notificarán tanto al profesorado como al alumnado los calendarios de estas tutorías como viene siendo habitual.

## PROGRAMACIÓN DE ACTIVIDADES Y EVALUACIONES:

### PROGRAMACIÓN DE ACTIVIDADES:

Actividad	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	¿Se evalúa?	CO	CE
Presentación de trabajos							X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Proyecto													X	X	X	X	X	X

#### CONSIDERACIONES DE LA EVALUACIÓN EN LA CONVOCATORIA ORDINARIA:

En la convocatoria ordinaria se tendrá en cuenta la calificación de la prueba objetiva, del proyecto y de los trabajos. En caso de no asistir a las prácticas se deberá realizar un proyecto sobre el contenido de la práctica que no se ha realizado. La calificación será de apto/no apto.

1. Prueba final de convocatoria ordinaria (20 %). Se realizará una prueba final tipo test (no hay parciales) que se corresponderá con el 20 % de la asignatura. Es necesario obtener una calificación de al menos 5 sobre 10 en la prueba final. En caso de no superar la asignatura en Convocatoria Ordinaria se deberá repetir la prueba final (nota menor de 5 sobre 10) en la Convocatoria Extraordinaria.
2. Proyecto de planificación y gestión de una práctica (40%). Es necesario obtener una calificación de al menos 5 sobre 10 para superar el trabajo de la asignatura. En caso contrario, la asignatura se considerará no superada en Convocatoria Ordinaria y el proyecto de planificación trabajo deberá presentarse nuevamente en la fecha de evaluación final de la Convocatoria Extraordinaria. Se evaluará la redacción del proyecto, la ejecución y la presentación del mismo en clase.
3. Trabajos a lo largo del curso (40 %). Se realizarán varios trabajos a lo largo del curso con la misma ponderación. No es necesario la obtención de una nota mínima en cada uno de los trabajos. Es necesario obtener una calificación de al menos 5 sobre 10 en el promedio de todos los trabajos. Se deberá tener calificados los trabajos prácticos realizados como consecuencia de no asistir a las prácticas como aptos para poder considerar esta nota.

#### CONSIDERACIONES DE LA EVALUACIÓN EN LA CONVOCATORIA EXTRAORDINARIA:

1. Prueba final tipo test de convocatoria ordinaria (20 %). Se deberá repetir la prueba final si esta se ha suspendido (nota menor de 5 sobre 10) en la Convocatoria Ordinaria. En caso contrario se guardará la nota.
2. Proyecto de planificación y gestión de una práctica (40 %). El trabajo deberá presentarse nuevamente en la fecha de evaluación final de Convocatoria Extraordinaria si no se superó en la Convocatoria Ordinaria, según las indicaciones del profesor. Se evaluará la redacción del proyecto y la presentación del mismo al profesor. Es necesario obtener una calificación de al menos 5 sobre 10 para superar el trabajo de la asignatura. En caso contrario, la asignatura se considerará no superada.
3. Trabajos a lo largo del curso (40 %). Se deberán repetir los trabajos suspensos (nota menor de 5 sobre 10) o presentar los no presentados y tener calificados los trabajos prácticos realizados como consecuencia de no asistir a las prácticas como aptos para poder considerar esta nota.

#### NOTAS COMUNES PARA LA EVALUACIÓN ORDINARIA Y EXTRAORDINARIA

Los sistemas de evaluación descritos en esta GD son sensibles tanto a la evaluación de las competencias como de los contenidos de la asignatura.

La realización fraudulenta de cualquiera de las pruebas de evaluación, así como la extracción de información de las pruebas de evaluación, será sancionada según lo descrito en el Reglamento 7/2015, de 20 de noviembre, de Régimen Disciplinario de los estudiantes, Arts. 4, 5 y 7 y derivarán en la pérdida de la convocatoria correspondiente, así como en el reflejo de la falta y de su motivo en el expediente académico del alumno.

En caso de que la nota media de la asignatura sea mayor que 5, pero se haya obtenido una calificación menor a 5 en la prueba final o en el proyecto de planificación la nota en las actas será la que sea menor que 5 o la media de ambas.

#### SISTEMAS DE EVALUACIÓN:

SISTEMA DE EVALUACIÓN	PORCENTAJE (%)
Trabajos y proyectos	40%
Pruebas objetivas	20%
Informes de prácticas	40%