

26323 - Actividades físico-deportivas en la naturaleza

Información del Plan Docente

Año académico: 2020/21

Asignatura: 26323 - Actividades físico-deportivas en la naturaleza

Centro académico: 229 - Facultad de Ciencias de la Salud y del Deporte

Titulación: 295 - Graduado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte

Créditos: 12.0

Curso: 4

Periodo de impartición: Anual

Clase de asignatura: Obligatoria

Materia: ---

1. Información Básica

1.1. Objetivos de la asignatura

La asignatura y sus resultados previstos responden a los siguientes planteamientos y objetivos:

Al impartir esta asignatura, se pretende completar la formación del alumnado en las actividades físico-deportivas en un medio natural de incertidumbre elevada, como es el caso de entornos verticales y nevados.

Se considera fundamental en la formación del Graduado en CC.A.F.D. el conocimiento y dominio de estas actividades físico-deportivas en la naturaleza, la comprensión de sus características básicas, el conocimiento de los diferentes entornos en los que puede desarrollarse la práctica física, el manejo y manipulación de los equipamientos necesarios para su puesta en práctica y la puesta en valor de las medidas de seguridad que se deben seguir en la práctica.

Serán éstos los principales puntos de interés en esta asignatura.

Finalmente, subrayar la importancia para el alumnado, en aras al desarrollo de un ejercicio profesional responsable, de la consideración de una correcta planificación y organización de los recursos necesarios para la práctica segura de estas actividades físico-deportivas en la naturaleza, en la que se deben tener en cuenta todos los puntos antes mencionados.

1.2. Contexto y sentido de la asignatura en la titulación

El sentido de esta asignatura en la titulación hay que enfocarlo hacia una visión global en la formación del Graduado en CC. A.F.D. puesto que en el plan de estudios de esta titulación, son varias las asignaturas que hacen un tratamiento de las actividades y deportes en la naturaleza.

Así, en esta asignatura se abordan contenidos propios de las prácticas físico-deportivas en el medio natural vertical, que impliquen el manejo de cuerdas, y de las actividades físico-deportivas que se desarrollan en la nieve como son: el esquí de fondo, el esquí alpino, el surf de nieve y las raquetas de nieve.

Con la presente asignatura (de carácter anual), que se desarrolla en el 4º curso del Grado, el alumnado completa estos contenidos específicos de las actividades físico-deportivas que se realizan en el medio natural.

1.3. Recomendaciones para cursar la asignatura

Esta materia supone una alta implicación y participación del alumnado desde una perspectiva práctica, crítica y reflexiva.

Para su mayor aprovechamiento se recomienda la presencia en las sesiones de clase y la participación activa por parte del alumnado.

Por las características especiales de esta asignatura, y ante la imposibilidad de realizar un examen práctico de los contenidos de nieve en las fechas de la convocatoria oficial, se recomienda al alumnado atender a lo relativo a la evaluación de la parte práctica del bloque de nieve.

Se recuerda que en esta asignatura podría no superarse una prueba por cometer errores graves o reiterados en la expresión escrita u oral, o por tener comportamientos indecorosos en las pruebas orales o escritas.

Ante la posibilidad de dar la docencia online según la situación social y sanitaria derivada del COVID-19, se recomienda tener un soporte informático tipo portátil con webcam que posibilite el seguimiento de la materia de forma ONLINE, con clases virtuales con la herramienta GOOGLE MEET

El estudiante deberá consultar la bibliografía recomendada por el profesorado a través del link http://biblos.unizar.es/br/br_citas.php?codigo=26323&year=20207 teniendo en cuenta que la ?bibliografía básica? se considera de obligada consulta, y que la ?bibliografía complementaria? lo es a título de orientación.

2. Competencias y resultados de aprendizaje

2.1. Competencias

Al superar la asignatura, el estudiante será más competente para...

COMPETENCIAS GENERALES:

En esta asignatura, al igual que en el resto de asignaturas del Graduado, se atenderán todas las competencias generales (instrumentales, personales y de relación interpersonal y sistémicas) que se explicitan en la Memoria de Grado?.

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS:

1. Diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de enseñanza y aprendizaje, relativos a la actividad física y del deporte con atención a las características individuales y contextuales de las personas.
6. Comprender la lógica interna de las situaciones motrices, analizándola y aplicándola de forma adecuada a aquellas a realizar en un entorno físico con incertidumbre.
14. Conocer la acción motriz como objeto de estudio fundamental en el ámbito de las ciencias de la actividad física y del deporte.
17. Identificar los riesgos que se derivan para la salud, de la práctica de actividades físicas inadecuadas
22. Planificar, desarrollar y evaluar la realización de programas de enseñanza-aprendizaje basados en la práctica de actividades físico-deportivas
24. Seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo, adecuado para cada tipo de actividad
25. Conocer las características y potencialidades de los espacios útiles para la práctica de actividad físico-deportiva y disponer su ordenación para optimizar su uso atendiendo a todo tipo de poblaciones
26. Valorar, transmitir y potenciar el componente de placer y disfrute inherente a la práctica de actividades físico-deportivas, y las oportunidades relacionales que dicha práctica implica

COMPETENCIAS PROPIAS DE LA ASIGNATURA:

1. Conocer las actividades físicas en la naturaleza como un tipo de conducta motriz con identidad propia, identificando los elementos, principalmente educativos, socioculturales y pluridisciplinarios, que intervienen en dichas prácticas y estableciendo relaciones entre ellos.
2. Asimilar las técnicas básicas de las actividades específicas en la naturaleza a tratar, descubriendo los tipos de actividades de enseñanza-aprendizaje y los materiales curriculares más adecuados en cada caso.
3. Diseñar, planificar, promover y evaluar la práctica habitual de actividad física y deportiva en el medio natural como forma educativa de utilización del tiempo de ocio, familiarizándose con los materiales y equipamientos específicos de estas actividades.
4. Utilizar adecuadamente las actividades de enseñanza-aprendizaje para desarrollar los procesos de iniciación y perfeccionamiento de las distintas modalidades deportivas a practicar en la naturaleza.
5. Vivenciar diversas situaciones prácticas vinculadas con distintas actividades físico-deportivas en el medio natural que tienen una especial relevancia en Aragón, conociendo una serie de recursos tanto teóricos como prácticos que faciliten el acceso estas prácticas, así como las entidades (empresas, federaciones, clubes) dedicadas a su organización y gestión.

Importancia de los resultados de aprendizaje que se obtienen en la asignatura...

La importancia de los resultados de aprendizaje tiene relación directa con las competencias para las que se capacita al alumno que cursa la asignatura. Por lo tanto, el interés de lo conseguido debe supeditarse al propio de las competencias asimiladas a su realización.

El medio natural como contenido en sí mismo o como contexto en el que pueden estar presentes, con mayor o menor relevancia, las diferentes orientaciones profesionales de los futuros graduados en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte debe ser abordado en profundidad. Las competencias generales de la titulación no pueden lograrse sin tener en cuenta estas asignaturas específicas.

La apuesta realizada por la Facultad de Ciencias de la Salud y del Deporte relativa a la potenciación de los contenidos vinculados con el medio natural, se concreta en parte en esta asignatura, que pretende completar la visión del medio natural de los alumnos, desde una propuesta activa, participativa, reflexiva y crítica.

Los contenidos abordados suponen el desarrollo de familias de actividades concretas, como son las actividades físico-deportivas que se realizan en la nieve y las que se realizan en el medio vertical.

2.2. Resultados de aprendizaje

El estudiante, para superar esta asignatura, deberá demostrar los siguientes resultados...

Aplicar y justificar las medidas de seguridad que se deben de tomar para la práctica de actividades en el medio natural.

Integrar los conocimientos teóricos y aplicarlos a las prácticas de las distintas actividades que se realizan con el material específico de cada una.

Vivenciar y demostrar autonomía en las prácticas.

Iniciar el estudio y la investigación práctica y aplicada a las peculiaridades y características de estas prácticas físico-deportivas, estimulando el sentido crítico y el compromiso cívico y medioambiental.

2.3. Importancia de los resultados de aprendizaje

3.Evaluación

3.1.Tipo de pruebas y su valor sobre la nota final y criterios de evaluación para cada prueba

El estudiante deberá demostrar que ha alcanzado los resultados de aprendizaje previstos mediante las siguientes actividades de evaluación

Se ofrece la posibilidad de realizar una evaluación continua o una global

Evaluación continua

Para poder optar a ella, el alumno deberá asistir y participacipar activamente, con aprovechamiento y aprendizaje, como mínimo en el 85 % de las sesiones relacionadas con los contenidos prácticos de las actividades de aprendizaje programadas en cada uno de los bloques de contenidos de los que consta la asignatura (escalada y nieve).

En esta se realizarán las siguientes pruebas:

Una parte práctica, que se califica como apto o no apto, por lo que no pondera en la nota final, pero es requisito imprescindible para poder superar la asignatura.

A criterio del profesor, en función de la dinámica de trabajo durante el curso podrían plantearse exámenes prácticos referidos a los distintos módulos trabajados en clase.

En el bloque de escalada, para alcanzar el grado de aptitud, los alumnos deberán encadenar una vía del rocódromo y realizar unas maniobras determinadas trabajadas en clase (montar reuniones y asegurar desde ellas, rápeles, nudos, maniobras de tensar y plegar cuerdas, ...).

En el bloque de nieve, para los estudiantes de nivel 0 resulta imprescindible y obligatorio asistir el primer día de prácticas del módulo correspondiente, de lo contrario se considerará no superado con aptitud dicho módulo por razón de no asistencia. Para alcanzar el grado de aptitud, los alumnos deberán desplazarse con fluidez en las diferentes modalidades de esquí de cada uno de los módulos trabajados.

Una parte teórico-práctica, que una vez superada la parte práctica será la responsable de la calificación final, compuesta por dos actividades: trabajo y examen.

Elaboración de un *trabajo monográfico*, realizado en grupo de un máximo de 4 personas, bajo la coordinación y supervisión de los profesores sobre los temas propuestos relacionados con la materia y que representará el 30 % de la calificación final.

Realización de una prueba objetiva escrita (examen) que pondrá de manifiesto los conocimientos teórico-prácticos sobre los contenidos abordados en el desarrollo del temario y la capacidad para buscar soluciones a situaciones reales planteadas en el desarrollo teórico-práctico de la asignatura; que configurará el 70 % de la calificación final de la asignatura. Este se compone de dos pruebas independientes, correspondientes a cada uno de los bloques de la asignatura que se realizarán, la de escalada al final del primer cuatrimestre y la de nieve en el día de la convocatoria oficial señalada por el centro.

Para promediar y poder superar el examen se deberá alcanzar una calificación mínima de 4 en cada una de las partes y que la media entre ellas sea superior a 5 puntos.

En el bloque de escalada se propondrán 3 *tareas* opcionales para subir nota (máximo 0,5 puntos cada una) que se sumarán a la nota de la prueba objetiva escrita de escalada, siempre que se entreguen en dentro de la fecha prevista y que en esta, el alumno haya alcanzado una calificación mínima de un 4.

En el bloque de nieve también se propondrán diferentes trabajos opcionales para subir nota, hasta un máximo de 2 puntos.

Evaluación Global

En ella se deben de realizar las siguientes pruebas:

Una parte práctica que se califica como apto o no apto, por lo que no pondera en la nota final, pero es requisito imprescindible para poder superar la asignatura. en esta, el alumno deberá superar con aptitud una prueba práctica de conjunto, compuesta de dos partes: ejecución y observación.

En el bloque de escalada se celebrará el día de la convocatoria oficial señalada por el centro y los alumnos deberán encadenar una vía del rocódromo y realizar unas maniobras determinadas que previamente se les habrán comunicado por medio de Moodle (montar reuniones y asegurar desde ellas, rápeles, nudos, maniobras de tensar y plegar cuerdas, ...).

En el bloque de nieve, para alcanzar el grado de aptitud, los alumnos deberán desplazarse con fluidez un tramo de pista determinado por el profesorado.

Dadas las peculiares características de la parte práctica del bloque de nieve, de modo excepcional, esta prueba se celebrará en el mes de marzo, concretándose con antelación suficiente previa solicitud del interesado.

Aquellos estudiantes que tengan superada esta parte, por haber cursado la asignatura en años anteriores, conservan para el presente curso su calificación de apto.

Para la parte teórico-práctica: Elaboración de trabajo monográfico, realizado en grupo de un máximo de 4 personas, bajo la coordinación y supervisión de los profesores sobre los temas propuestos relacionados con la materia; representará el 30 % de la calificación final.

Realización de una prueba objetiva escrita (examen) que pondrá de manifiesto los conocimientos teórico-prácticos sobre los contenidos abordados en el desarrollo del temario y la capacidad para buscar soluciones a situaciones reales planteadas en el desarrollo teórico-práctico de la asignatura; que configurará el 70 % de la calificación final de la asignatura. Este se compone de dos pruebas independientes, correspondientes a cada uno de los bloques de la asignatura que se realizarán, la de escalada al final del primer cuatrimestre y la de nieve en el día de la convocatoria oficial señalada por el centro.

Para promediar y poder superar el examen se deberá alcanzar una calificación mínima de 4 en cada una de las partes y que la media entre ellas sea superior a 5 puntos.

Como pauta general, para superar la asignatura es imprescindible alcanzar la calificación de apto en la prueba práctica y aprobar por separado el trabajo y la prueba escrita.

En el caso de que un alumno no supere el apartado práctico de uno de los dos bloques (escalada o nieve) para calcular su calificación final no se tendrá en cuenta ninguna calificación parcial de dicho bloque.

En el caso de que se produjera un cambio a evaluación *no presencial*, tanto en la modalidad de evaluación global como en la continua, la prueba escrita se realizaría de manera *online*, los trabajos se tutorizarían y entregarían por medios digitales, y las pruebas prácticas se sustituirían, en lo posible, por tareas de análisis de ejecuciones prácticas. Los porcentajes de cada apartado sobre la calificación final se mantendrían invariables.

A los alumnos con discapacidad se les realizarán las adaptaciones específicas oportunas de manera conjunta con la Oficina de la discapacidad de la Universidad de Zaragoza en el caso de ser posibles (pero nunca serán significativas).

Sistema de calificaciones

La calificación numérica se expresará de conformidad con lo establecido en el art. 5.2 del Real Decreto 1125/2003 de 5 de septiembre (BOE 18 de septiembre), por el que se establece el sistema europeo de créditos y el sistema de calificaciones en las titulaciones universitarias de carácter oficial y validez en todo el territorio nacional. Así, las calificaciones se establecerán en el siguiente rango: De 0 a 4,9: Suspenso (S); de 5,0 a 6,9: Aprobado (A); de 7,0 a 8,9: Notable (N); de 9,0 a 10: Sobresaliente (SB). La mención Matrícula de honor podrá ser otorgada a alumnos que hayan obtenido una calificación igual o superior a 9,0.

4. Metodología, actividades de aprendizaje, programa y recursos

4.1. Presentación metodológica general

El proceso de aprendizaje que se ha diseñado para esta asignatura se basa en lo siguiente:

Se trata de una asignatura con un marcado carácter práctico y vivencial. Los contenidos teóricos constituyen una base de información necesaria para resolver con éxito las realizaciones prácticas que constituyen el núcleo principal de la materia.

La realización de las prácticas se desarrolla en tres bloques. Comenzamos la asignatura con sesiones teórico-prácticas que se desarrollan en el rocódromo del pabellón Pío XII, en el que se trabajarán las diferentes maniobras propias de la escalada deportiva, el descenso de barrancos y la espeleología. Posteriormente, en función de las condiciones nivo-climatológicas, se realizará el bloque de las actividades de nieve. Este se desarrollará en estaciones y enclaves invernales de la provincia, para terminar con otro bloque de escalada, en el que además de consolidar los conocimientos adquiridos se realizará una salida para practicar la escalada deportiva en una escuela de escalada en roca natural.

A lo largo del curso tendrán lugar una serie de sesiones teóricas y teórico-prácticas que sustentarán, contextualizarán o complementarán los contenidos abordados en los bloques prácticos principales.

4.2. Actividades de aprendizaje

El programa que se ofrece al estudiante para ayudarle a lograr los resultados previstos comprende las siguientes actividades...

Las sesiones teóricas y los seminarios se desarrollarán *online* en el horario previsto por el centro, además estas clases se grabarán y se colgarán para que los alumnos que no se hayan podido conectar las tengan a su disposición.

Sesiones teórico-prácticas que se desarrollarán de manera presencial en el Rocódromo del Pabellón del colegio Pío XII.

Sesiones teórico-prácticas que se desarrollarán de manera presencial en el medio natural. Éstas englobarán las prácticas de nieve, que se realizarán en estaciones y enclaves invernales de la provincia, así como una salida a una escuela de escalada de la Sierra de Guara; se realizarán mediante el formato de seminarios, para poder garantizar la seguridad de los alumnos en dichas prácticas físicas.

4.3. Programa

Parte 1 : Actividades en el medio vertical

Tema 1 : Introducción a la escalada deportiva

Tema 2 : Material específico de la escalada deportiva

Tema 3 : Técnicas y maniobras específicas de la escalada deportiva.

Tema 4 : Maniobras de cuerda.

Tema 5 : Nudos

Tema 6 : Vías ferratas

Tema 7 : Descenso de barrancos

Tema 8 : Espeleología

Parte 2: Actividades físico-deportivas en la nieve.

Bloque temático 1: Generalidades de las actividades físico-deportivas en el medio nevado.

Tema 1.- Introducción y generalidades de las actividades físico-deportivas en el medio nevado

Tema 2.- Aproximación histórica a las actividades físicas en la nieve.

Tema 3.- Las modalidades deportivas de las actividades físicas en la nieve.

Tema 4.- Elementos que intervienen en la práctica:

Tema 4.1.- El medio de práctica.

Tema 4.2.- Las infraestructuras: el equipamiento y los materiales.

Tema 5.- Turismo activo sostenible en entornos nevados.

Tema 6.- Turismo de nieve: La nieve en Aragón.

Tema 7.- La educación ambiental mediante las prácticas físicas en el medio natural.

Tema 8.- La formación y las funciones de los profesionales de las actividades físicas en la nieve.

Bloque temático 2: La enseñanza de las actividades en la nieve: la iniciación y el perfeccionamiento.

Tema 9.- Aproximación teórica: el desarrollo global de la motricidad en la nieve.

Tema 10.- El modelo integral de la enseñanza de las actividades en la nieve.

Tema 11.- Propuesta de fases y etapas, según modalidades.

Bloque temático 3: Organización y seguridad en las prácticas físicas en el medio nevado.

Tema 12.- Criterios específicos de organización y actuación en las actividades en la nieve.

Tema 13.- Elementos y consideraciones de seguridad; materiales e instalaciones.

Tema 14.- Nociones sobre aludes, excursionismo invernal y consejos de seguridad.

Bloque temático 4: Práctica y vivenciación de actividades y recursos en el medio nevado.

Tema 15.- El desarrollo de actividades de enseñanza-aprendizaje específicas, (por módulos o modalidades deportivas):

Tema 15.1.- Módulo de esquí nórdico.

Tema 15.2.- Módulo de esquí alpino.

Tema 15.3.- Módulo de surf de nieve.

Tema 15.4.- Módulo de otros deportes en la nieve.

4.4. Planificación de las actividades de aprendizaje y calendario de fechas clave

Calendario de sesiones presenciales y presentación de trabajos

PRIMER CUATRIMESTRE

UBICACIÓN	DÍA	DÍA
	Miércoles	Jueves
Semana 1	Mostrar material y instalación	Explicar nudo dinámico 8 y colocar arnes Escalar en polea
Semana 2	Recordar aseguramiento con dinámico	Rapelar con dinámico y bloquearlo Escalar en polea
Semana 3	Técnica de progresión básica	Asegurar con Grigri Escalar en polea con el dinámico
Semana 4	Explicar como mosquetonear	Explicar como mosquetonear escalar de primero
Semana 5	Rapelar con el 8	Nudos
	Escalar de primero	Escalar de primero

Semana 6	Nudos	rapelar con el 8 autoasegurado
	Escalar de primero	Escalar de primero
Semana 7	Tecnicas avanzadas de progresión	Tecnicas avanzadas de progresión
	Boulder	Boulder
Semana 8	Montar descuelgues con argolla	Montar reuniones
	Escalar de primero	Escalar de primero
Semana 9	Como asegurar desde una reunión	como montar rapeles en barrancos
	Escalar de primero	Escalar de primero
Semana 10	Rapelar con el piraña	Tensar una cuerda
	Escalar de primero	Escalar de primero
Semana 11	Rapelar con el stop	Rapelar con reverso, grigri, ...
	Escalar de primero	Escalar de primero
Semana 12	Como montar fraccionamientos y pasamanos	Como desmontar una vía desplomada
	Escalar de primero	Escalar de primero
Semana 13	Usar disipadores y cabos de anclaje	Manejo de bloqueadores en escalada
	Escalar de primero	Escalar de primero
Semana 14	Subir por cuerda fija	Subir y cambiar a descender por cuerda fija
	Escalar de primero	Escalar de primero
Semana 15	Repaso	Repaso

SEGUNDO CUATRIMESTRE

UBICACIÓN	DÍA	DÍA	DÍA	DÍA
	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Semana 1				
Semana 2				
Semana 3			salida raquetas de nieve	
Semana 4		salida esqui de fondo	salida esqui de fondo	
Semana 5				

Semana 6	salida esqui alpino	salida esqui alpino	salida esqui alpino
----------	---------------------------	---------------------------	---------------------------

Semana 7	salida surf de nieve	salida surf de nieve	salida surf de nieve
----------	----------------------------	-------------------------	----------------------------

Semana 8

Semana 9

Semana 10

Semana 11

Semana 12

Semana 13	Salida Escalada	Salida Escalada
	Grupo 1	Grupo 2

Semana 14	Salida Escalada	Salida Escalada
	Grupo 3	Grupo 4

Semana 15

4.5. Bibliografía y recursos recomendados

El estudiante deberá consultar la bibliografía recomendada por el profesorado a través del link http://biblos.unizar.es/br/br_citas.php?codigo=26323&year=20207 teniendo en cuenta que la ?bibliografía básica? se considera de obligada consulta, y que la ?bibliografía complementaria? lo es a título de orientación.