

TITULO: MAESTRO-ESPECIALIDAD DE EDUCACION FÍSICA.
ASIGNATURA: ACTIVIDADES EN LA NATURALEZA.
CÓDIGO: 446637
CURSO: 2º.
CARÁCTER: OPTATIVA
CRÉDITOS: 4 (1 teórico y 3 prácticos)
DURACION: CUATRIMESTRAL
DEPARTAMENTO: EXPRESION MUSICAL Y CORPORAL

BREVE DESCRIPCION DEL CONTENIDO:

Actividades de permanencia y progresión, juegos y deportes: técnicas básicas, organización, seguridad, materiales y construcciones.

OBJETIVOS:

- Concienciar a los alumnos del valor educativo que tienen todas las actividades que se desarrollan en el medio natural.
- Conocer algunas de las técnicas básicas utilizadas en estas actividades.
- Ser capaz de hacer un análisis del riesgo y seleccionar las oportunas medidas de seguridad.
- Dotar a los alumnos de los conocimientos suficientes para la preparación y puesta en práctica de algunas de estas actividades, adaptándose a las condiciones reales.

CONTENIDOS TEÓRICO-PRÁCTICOS:

1. Introducción a las actividades físicas en el medio natural.
 - 1.1.- Historia.
 - 1.2.- Conceptos y características.
 - 1.3.- Valores educativos.
 - 1.4.- Planteamientos didácticos.
 - 1.5.- Clasificación.
2. Técnicas específicas para su desarrollo.
 - 2.1.- Orientación cartográfica.
 - 2.2.- Cabuyería.
 - 2.3.- El fuego.
 - 2.4.- Construcciones.
3. Las actividades físicas en el medio natural.
 - 3.1.- Las actividades específicas.
 - 3.1.1.- La marcha.
 - 3.1.2.- La acampada.



3.2.- Las actividades deportivas y los juegos motores.

- 3.2.1.- Juegos en la naturaleza.
- 3.2.2.- La carrera de orientación.
- 3.2.3.- La bicicleta de montaña.
- 3.2.4.- La escalada.
- 3.2.5.- El esquí.

4. El riesgo en las actividades físicas desarrolladas en el medio natural.

BIBLIOGRAFÍA.

- A.A.V.V., (1995): "Las actividades físicas de aventura en la naturaleza: análisis sociocultural". En apuntes de Educación Física, julio de 1995.
- A.D.E.L.E.F., (1988): "Actividades físico-deportivas en la naturaleza". Madrid: C.A.M.
- FLURT,H., (1992): "1000 Ejercicios y juegos de tiempo libre". Barcelona: Hispano Europea.
- GARCÍA,J., y DELGADO,M.A., (1991) "Bicicleta de Montaña: manual práctico". Madrid: Pénthalon.
- GILPEREZ,L.,(1990): "Lectura de planos". Madrid: Pénthalon.
- HOFFMANN, M., (1994): "Manual de escalada". Madrid: Desnivel.
- KRONDLUND, M., (1991): "Carrera de orientación".
- LONG, J., (1995). Escalar en rocódromo. Madrid: Desnivel.
- LUEBBEN, C., y DIECKHOFF,S., (1995): "Nudos para escaladores". Madrid: Desnivel.
- PETERS, (1987): "Manual práctico de montañismo". Barcelona: Martínez Roca.
- PINOS, M., (1996): "Actividades físico deportivas en la naturaleza para niños y jóvenes". Madrid: Gymnos.
- PINOS, M., (1996): "Actividades y juegos de educación física en la naturaleza, guía práctica". Madrid: Gymnos.
- SCHMITZ, G., (1992): "Mountain Bike. La maquina verde". Madrid: Tutor.
- SILVESTRE, J.C., (1987) "La carrera de orientación". Barcelona: Hispano Europea.
- VICENTE, E., (1980) "PIRAGÜISMO". Madrid: F.E.P.

