

1. DATOS BÁSICOS

Asignatura	Medio natural y turismo activo
Titulación	Grado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte
Escuela/ Facultad	Facultad de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte y Fisioterapia
Curso	Tercero
ECTS	6 ECTS
Carácter	Obligatorio
Idioma/s	Castellano
Modalidad	Presencial
Semestre	S6
Curso académico	2026-2027
Docente coordinador	Alberto Ochoa de Ocáriz

2. PRESENTACIÓN

La conexión directa con la naturaleza se vuelve cada vez más importante para la sociedad. Le atribuimos a la naturaleza valores incalculables y un papel fundamental en el desarrollo completo de las personas, especialmente en la formación de la personalidad, así como beneficios para la salud física, psíquica y social.

La naturaleza nos inspira a ser nuestra mejor versión y se convierte en una herramienta educativa de primer nivel. En entornos naturales, ya sean montañas o costas, nos sentimos relajados, contentos y libres para dejar volar la imaginación y disfrutar de innumerables actividades. El turismo activo aprovecha estos espacios para ofrecer experiencias únicas que combinan el deporte, la aventura y el aprendizaje.

En los últimos años, la necesidad de buscar nuevas experiencias, escapar de la rutina y el estrés diario ha hecho que estas actividades sean muy populares en la sociedad, sin importar la edad o la condición física. Esto representa una clara oportunidad profesional para los graduados en Ciencias de la Actividad Física, especialmente en el ámbito del turismo activo, que requiere profesionales capacitados para diseñar, organizar y guiar actividades en la naturaleza.

El cuidado del medio ambiente y el respeto por la naturaleza y los animales deben enseñarse desde la infancia. Esto resultará en adultos más responsables y con una mayor conciencia ecológica en el futuro. EL

turismo activo practicado de manera responsable puede contribuir a esta educación ambiental, fomentando respeto por la naturaleza y promoviendo prácticas sostenibles.

Desde nuestra materia, transmitimos estos valores y, sobre todo, intentamos que el alumnado lo experimenten de forma directa, reconociendo el potencial del turismo activo como herramienta para conectar a la población con la naturaleza, promoviendo un estilo de vida saludable y sostenible.

3. RESULTADOS DE APRENDIZAJE

Conocimientos

CON3. Describe actividades de prevención, adaptación y mejora del rendimiento físico-deportivo y de la salud mediante la condición física y el ejercicio físico.

- Describe los conceptos fundamentales relacionados con la práctica de actividades físicas en el medio natural.

Habilidades

HAB2. Diseña tareas, progresiones y estrategias de ejercicio físico orientado a la salud y al rendimiento deportivo en función de las variables individuales y las condiciones del entorno.

- Aplica el conocimiento a la hora de progresar sobre el terreno y utilizar el material en la realización de prácticas en la naturaleza.
- Realiza desplazamientos con seguridad en el medio natural.
- Aplica los principios básicos del entrenamiento para deportes de montaña en un contexto simulado.
- Realiza ensayos y prácticas para el estudio de las técnicas de las diversas modalidades deportivas a desarrollar en la naturaleza de manera eficiente.
- Realiza trabajos de profundización y síntesis a partir de búsqueda en las fuentes bibliográficas fundamentales y otros recursos tecnológicos, relacionados con las actividades deportivas en la naturaleza.

Competencias

COMP1. Describir, elaborar y aplicar los procedimientos, estrategias, actividades, recursos, técnicas y métodos que intervienen en el proceso de enseñanza-aprendizaje con eficiencia, desarrollando todo el curso de la acción en todos los sectores de intervención profesional de actividad física y deporte (enseñanza formal e informal físico-deportiva; entrenamiento físico y deportivo; ejercicio físico para la salud; dirección de actividad física y deporte).

COMP6. Identificar, comunicar y aplicar criterios científicos anatómico-fisiológicos y biomecánicos a un nivel avanzado de destrezas en el diseño, desarrollo y evaluación técnico-científica de procedimientos, estrategias, acciones, actividades y orientaciones adecuadas; para prevenir, minimizar y/o evitar un riesgo para la salud en la práctica de actividad física y deporte en todo tipo de población.

COMP11. Analizar, identificar, diagnosticar, promover, orientar y evaluar estrategias, actuaciones y actividades que fomenten la adhesión a un estilo de vida activo y la participación y práctica regular y saludable de actividad física y deporte y ejercicio físico de forma adecuada, eficiente y segura por parte de los ciudadanos con la finalidad de mejorar su salud integral, bienestar y calidad de vida, y con énfasis en las poblaciones de carácter especial como son: personas mayores (tercera edad), escolares, personas con discapacidad y personas con patologías, problemas de salud o asimilados (diagnosticadas y/o prescritas por un médico) atendiendo al género y a la diversidad.

COMP37. Comunicación estratégica: Transmitir mensajes (ideas, conceptos, sentimientos, argumentos), tanto de forma oral como escrita, alineando de manera estratégica los intereses de los distintos agentes implicados en la comunicación en el entorno académico y profesional.

COMP40. Trabajo en equipo: Cooperar con otros en la consecución de un objetivo académico o profesional compartido, participando de manera activa, empática y ejerciendo la escucha activa y el respeto a todos los integrantes.

COMP41. Análisis crítico. Integrar el análisis con el pensamiento crítico en un proceso de evaluación de distintas ideas o posibilidades profesionales y su potencial de error, basándose en evidencias y datos objetivos que lleven a una toma de decisiones eficaz y válida.

4. CONTENIDOS

Tema 1. Ámbitos de aplicación y turismo activo

Tema 2. La figura del técnico deportivo y legislación en montaña

Tema 3. Técnicas básicas de orientación con mapa, brújula, gps y planificación de actividades

Tema 4. Beneficios de las actividades físicas en el medio natural

Tema 5. Entrenamiento para deportes de montaña

Tema 6. Técnica básica de escalada deportiva, progresión en terreno invernal, estival, barranquismo, pernocta y diferentes actividades del ámbito del medio natural

5. METODOLOGÍAS DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE

A continuación, se indican los tipos de metodologías de enseñanza-aprendizaje que se aplicarán:

- Clase magistral
- Aprendizaje basado en proyectos
- Entornos de simulación

6. ACTIVIDADES FORMATIVAS

A continuación, se identifican los tipos de actividades formativas que se realizarán y la dedicación en horas del estudiante a cada una de ellas:

Modalidad presencial:

Actividad formativa	Número de horas	% de presencialidad	Horas presenciales
Clases magistrales	12	100	12
Trabajo autónomo	56	0	0
Debates y coloquios	8	100	8
Tutorías	12	100	12
Pruebas de evaluación presencial	4	100	4
Clases de aplicación práctica	18	100	18
Exposiciones orales de trabajos	2	100	2
Diseño de estrategias y planes de intervención	16	100	16
Elaboración de informes y escritos	22	0	0
TOTAL	150		72

7. EVALUACIÓN

A continuación, se relacionan los sistemas de evaluación, así como su peso sobre la calificación total de la asignatura:

Modalidad presencial:

Sistema de evaluación	Peso
Pruebas de evaluación presencial	40% (40-50%)
Exposiciones orales	10% (5-10%)
Trabajos de diseño de estrategias y planes de intervención	40% (25-40%)
Informes y escritos	10% (10-20%)

En el Campus Virtual, cuando accedas a la asignatura, podrás consultar en detalle las actividades de evaluación que debes realizar, así como las fechas de entrega y los procedimientos de evaluación de cada una de ellas.

7.1. Convocatoria ordinaria

Para superar la asignatura en convocatoria ordinaria deberás obtener una calificación mayor o igual que 5,0 sobre 10,0 en la calificación final (media ponderada) de la asignatura.

En todo caso, será necesario que obtengas una calificación mayor o igual que 4,0 en la prueba final, para que la misma pueda hacer media con el resto de las actividades.

Obtener una calificación igual o mayor de 5,0 en la prueba teórica escrita.

Asistir al 85% de las clases para poder ser evaluado mediante evaluación continua.

Asistir al 100% de las clases prácticas donde se realicen actividades evaluables.

7.2. Convocatoria extraordinaria

Para superar la asignatura en convocatoria extraordinaria deberás obtener una calificación mayor o igual que 5,0 sobre 10,0 en la calificación final (media ponderada) de la asignatura.

En todo caso, será necesario que obtengas una calificación mayor o igual que 4,0 en la prueba final, para que la misma pueda hacer media con el resto de las actividades.

Se deben entregar las actividades no superadas en convocatoria ordinaria, tras haber recibido las correcciones correspondientes a las mismas por parte del docente, o bien aquellas que no fueron entregadas.

8. CRONOGRAMA

En este apartado se indica el cronograma con fechas de entrega de actividades evaluables de la asignatura:

Actividades evaluables	Fecha
Prácticas fuera del horario lectivo	Durante todo el curso
Examen teórico-práctico	Diciembre/Junio
Prácticas de carreras y recorridos de orientación	Septiembre a diciembre
Diseño de dinámicas de orientación	Septiembre a diciembre
Escalada	Febrero-Mayo
Diseño de itinerarios y senderismo	Durante todo el curso
Dossier de técnicas y ejercicios de escalada	Durante el S2
Programación de mesociclo de entrenamiento en montaña	Marzo-Mayo
Programa de salud en el medio natural	Abril-Mayo

Este cronograma podrá sufrir modificaciones por razones logísticas de las actividades. Cualquier modificación será notificada al estudiante en tiempo y forma.

9. BIBLIOGRAFÍA

La obra de referencia para el seguimiento de la asignatura es:

- VVAAA. “Manual de Técnicas de Montaña e Interpretación de la Naturaleza”. Ed. Paidotribo, 2006
- López Moreno, G. “Manual práctico de Excursionismo”. Sta. Cruz Tenerife. Prames, 1998.
- Montañismo. Manual práctico. Francisco Aguado. Editor: El Buho Viajero Penthalon Ediciones. 1985
- Seguridad y riesgo. Autor: Pit Schubert. 2001 Editorial: Desnivel
- Manual práctico del montañero. Autor: Cameron Mcneish
- Los nudos. Técnicas y aplicaciones de aire libre. Autor: Juan Carlos Lizama Editorial: Desnivel
- Budworth, G.; Dalton, J. (2016). Nudos. 200 nudos prácticos. Librero IBP S.L. Madrid.
- Raids. Lluís Capdevila y Mónica Aguilera. 2001 Editorial: Desnivel
- Manual básico de supervivencia. Autor: Juan Carlos Lizama Fecha: 1998 Editorial: Desnivel 9
- Manual práctico del GPS. Autor: Carlos Puch Fecha: 2001 Editorial: Desnivel
- Orientación. Desde el mapa y la brújula hasta el GPS y las carreras de orientación. Eusebio García Gómez. 2000. Desnivel

- La montaña. Métodos de orientación. Geograf Salvador Llobet.
- Orientación en la naturaleza. Manual básico de iniciación. Pablo José Costa Cánovas/Lázaro Giménez Martínez. 1998. Ed. ASSEF
- Burqueño, R., López, D., García, A. (2012). La transferencia de las actividades físicas del medio natural al medio urbano: una propuesta innovadora.
- Budworth, G.; Dalton, J. (2016). Nudos. 200 nudos prácticos. Librero IBP S.L. Madrid.
- Olivera, A., & Olivera, J. (1998). Análisis de la demanda potencial de las actividades físicas de aventura en la naturaleza en la ciudad de Barcelona. Apunts. Educación física y deportes, 52, 92-103.
- Olivera, A. & Olivera J. (1999). Las actividades físicas de aventura en la naturaleza. Estudio de la oferta y la demanda en el sector empresarial en Cataluña. Apunts. Educación Física y Deportes 57, 86-94
- Olivera, A., & Olivera, J. (1998). Análisis de la demanda potencial de las actividades físicas de aventura en la naturaleza en la ciudad de Barcelona. Apunts. Educación física y deportes, 52, 92-103.
- Olivera, A. & Olivera J. (1999). Las actividades físicas de aventura en la naturaleza. Estudio de la oferta y la demanda en el sector empresarial en Cataluña. Apunts. Educación Física y Deportes 57, 86-94
- Olivera, A., & Olivera, J. (1998). Análisis de la demanda potencial de las actividades físicas de aventura en la naturaleza en la ciudad de Barcelona. Apunts. Educación física y deportes, 52, 92-103.
- Olivera, A. & Olivera J. (1999). Las actividades físicas de aventura en la naturaleza. Estudio de la oferta y la demanda en el sector empresarial en Cataluña. Apunts. Educación Física y Deportes 57, 86-94

A continuación, se indica bibliografía recomendada:

- www.desnivel.com
- www.outdoorpeactivities.com

10. UNIDAD DE ORIENTACIÓN EDUCATIVA Y DIVERSIDAD

Desde la Unidad de Orientación Educativa y Diversidad (ODI) ofrecemos acompañamiento a nuestros estudiantes a lo largo de su vida universitaria para ayudarles a alcanzar sus logros académicos. Otros de los pilares de nuestra actuación son la inclusión del estudiante con necesidades específicas de apoyo educativo, la accesibilidad universal en los distintos campus de la universidad y la equiparación de oportunidades.

Desde esta Unidad se ofrece a los estudiantes:

1. Acompañamiento y seguimiento mediante la realización de asesorías y planes personalizados a estudiantes que necesitan mejorar su rendimiento académico.
2. En materia de atención a la diversidad, se realizan ajustes curriculares no significativos, es decir, a nivel de metodología y evaluación, en aquellos alumnos con necesidades específicas de apoyo educativo persiguiendo con ello una equidad de oportunidades para todos los estudiantes.

3. Ofrecemos a los estudiantes diferentes recursos formativos extracurriculares para desarrollar diversas competencias que les enriquecerán en su desarrollo personal y profesional.
4. Orientación vocacional mediante la dotación de herramientas y asesorías a estudiantes con dudas vocacionales o que creen que se han equivocado en la elección de la titulación

Los estudiantes que necesiten apoyo educativo pueden escribirnos a:

orientacioneducativa@universidadeuropea.es

11. ENCUESTAS DE SATISFACCIÓN

¡Tu opinión importa!

La Universidad Europea te anima a participar en las encuestas de satisfacción para detectar puntos fuertes y áreas de mejora sobre el profesorado, la titulación y el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Las encuestas estarán disponibles en el espacio de encuestas de tu campus virtual o a través de tu correo electrónico.

Tu valoración es necesaria para mejorar la calidad de la titulación.

Muchas gracias por tu participación.