4019 - Activitats en el medi natural

Curs acadèmic: 2026-27
Facultat: Institut Nacional d'Educació Física de Catalunya - Barcelona
Titulació: Grau en Ciències de l'Activitat Física i l'Esport
Matèria: Manifestacions de la motricitat humana **Tipus matèria:** Obligatòria
Tipus assignatura: Obligatòria
Departament: Educació Física
Idiomes: Català
Curs: 2n **Semestre:** 4t
Crèdits ECTS matèria: 24
Crèdits ECTS assignatura: 6

Configuració de l'assignatura

Crèdits ECTS teoria: 0 **Grups teoria:** 2
Crèdits ECTS pràctica: 6 **Grups pràctica:** 4
Hores de docència setmanal: 4,5

Hores de dedicació de l'alumnat

Presencials: 60
Treballs dirigits: 45
Treball autònom: 45

Professorat

Nom	Coordinador	Crèdits	Correu electrònic
Joana Sans Osanz	Sí	6	jsans@gencat.cat
Albert Mallol Soler	No	0	amallols@gencat.cat

Competències bàsiques

1. Que els estudiants hagin demostrat posseir i comprendre coneixements en un àrea d'estudi que parteix de la base de l'educació secundària general, i se sol trobar a un nivell que, si bé es recolza en llibres de text avançats, inclou també alguns aspectes que impliquen coneixements procedents de l'avantguarda del seu camp d'estudi.
2. Que els estudiants sàpiguen aplicar els seus coneixements al seu treball o vocació d'una forma professional i posseeixin les competències que solen demostrar-se per mitjà de l'elaboració i defensa d'arguments i la resolució de problemes dins de la seva àrea d'estudi.
3. Que els estudiants tinguin la capacitat de reunir i interpretar dades rellevants (normalment dins de la seva àrea d'estudi) per emetre judicis que incloguin una reflexió sobre temes rellevants d'índole social, científica o ètica.
4. Que els estudiants puguin transmetre informació, idees, problemes i solucions a un públic tant especialitzat com no especialitzat.
5. Que els estudiants hagin desenvolupat aquelles habilitats d'aprenentatge necessàries per emprendre estudis posteriors amb un alt grau d'autonomia.

Competències generals

1. Saber emprar les noves tecnologies de la informació i la comunicació (TIC).
2. Desenvolupar habilitats d'adaptació a noves situacions, resolució de problemes i treball autònom.
3. Desenvolupar habilitats de relació interpersonal i de comunicació.
4. Actuar amb ètica i valors professionals.
5. Actuar d'acord amb el context jurídic i organitzatiu de la professió.

Competències específiques

1. Adquirir habilitats motrius i demostrar l'execució de la pràctica de l'activitat física i de l'esport.
2. Reconèixer i comprendre els diferents factors que condicionen l'activitat física i de l'esport.
3. Interpretar els elements, efectes i riscos que condicionen la pràctica de l'activitat física i de l'esport en diferents àmbits professionals.
4. Aplicar els coneixements adquirits en l'activitat física i de l'esport a la pràctica professional.
5. Planificar i avaluar els processos i programes d'activitat física i de l'esport en l'ensenyament, entrenament, salut, gestió i recreació.

Recomanacions sobre els coneixements previs per a l'assoliment dels objectius de l'assignatura

Convé que l'estudiant tingui coneixements dels programari del paquet Office o similars i de la plataforma virtual d'aprenentatge Moodle.

No obligatori, si aconsellable: disposar d'un equip tècnic bàsic i propi, per a les activitats pràctiques a les que es participaran. En cas de no tenir-ne es facilitarà el lloguer del material a càrrec de l'alumne, o bé a càrrec de l'INEFC o bé a càrrec d'empreses col·laboradores, depenent de l'activitat.

Objectius

- 1. Identificar els factors essencials de l'activitat esportiva en el medi natural (d'ara en endavant AEMN).
- 2. Aplicar a l'AEMN continguts teòrics apresos en altres matèries
- 3. Descriure la normativa que regula l'AEMN
- 4. Interpretar la representació gràfica del medi natural, posicionar-s'hi, i aplicar-ho en el joc i l'esport
- 5. Experimentar el procés d'aprenentatge de l'AEMN
- 6. Valorar l'impacte de l'AEMN sobre el medi ambient i l'entorn social
- 7. Valorar els beneficis de la pràctica d'AEMN sobre la persona i el grup
- 8. Fomentar dinàmiques de treball en grup
- 9. Participar en l'organització de l'AEMN
- 10. Reflexionar sobre l'experiència viscuda

Continguts

- **Bloc 1: Organització: assignatura i activitats**
- **Bloc 2: Breu recull històric de l'AEMN**
- **Bloc 3: Elements bàsics de l'AEMN**
- **Bloc 4: Tecnologia en el medi natural: equips, materials i equipaments**
- **Bloc 5: Conducció de grups i planificació. Participació en l'organització d'activitats**
- **Bloc 6: Representació gràfica del medi i navegació**
- **Bloc 7: Escalada: motricitat bàsica**
- **Bloc 8: Desplaçaments i estada en el medi natural**
- **Bloc 9: Desenvolupament sostenible**
- **Bloc 10: Aprenentatge assistit de l'AEMN**
- **Bloc 11: Normativa reguladora de l'AEMN i responsabilitats**
- **Bloc 12: Meteorologia i geomorfologia de l'AEMN**
- **Bloc 13: Selecció i realització d'una activitat bàsica: Travessa. Multidisciplinar. Activitats a la neu. Activitats nàutiques. Piragüisme. Surf.**
    - TRAVESSA
    - ACTIVITATS A LA NEU
    - ACTIVITATS NÀUTIQUES
    - PIRAGÜISME
    - SURF

- **Bloc 14: Pràctiques optatives de tecnificació complementàries**

Activitats formatives

Activitats dirigides

- Aprenentatge servei
- Fórums/Debats
- Entorns col·laboratius
- Exposició de treballs
- Estudi de casos
- Aprenentatge basat en problemes (ABP)

Classes presencials

- Pràctica d'aula
- Pràctica d'Activitat Física i Esportiva
- Lliçó Magistral
- Altres

Treball autònom de l'estudiant

- El·laboració d'apunts
- Preparació de temes
- Lectures
- Estudi individual
- Altres

  Redacció de treballs

Activitats d'avaluació

Activitat d'avaluació 1: Obligatòria - Sortida externa bàsica obligatòria

Ponderació: 30%
Tipus: Individual
Nota mínima per a fer mitjana: 4
Permet reavaluació: No
Nota mínima reavaluació: -

Assistència obligatòria al 100% de l'activitat triada mitjançant el TriaNatura.

Nota: assistència, nivell de participació i actitud, juntament a l'avaluació de la progressió tècnica i el nivell tècnic, a una de les 5 activitats bàsiques que s'ofereixen.
La manca de puntualitat, mal comportament o actituds distorsionadores, seran motiu de sanció sobre aquesta nota. Casos severs de mal comportament, pot suposar un suspens del global de l'assignatura i/o apertura d'expedient. La sortida externa bàsica obligatòria té un cost econòmic extra.

Objectius associats a l'activitat

- 5. Experimentar el procés d'aprenentatge de l'AEMN
- 9. Participar en l'organització de l'AEMN

Activitat d'avaluació 2: Obligatòria - Memòria (treball) de la pràctica bàsica realitzada

Ponderació: 20%

Tipus: Grupal
Nota mínima per a fer mitjana: 4
Permet reavaluació: No
Nota mínima reavaluació: -

Treball a entregar en grup. S'entrega entre 7 i 15 dies després de la realització de l'activitat, segons cronograma de l'assignatura.

Objectius associats a l'activitat

- 6. Valorar l'impacte de l'AEMN sobre el medi ambient i l'entorn social
- 7. Valorar els beneficis de la pràctica d'AEMN sobre la persona i el grup
- 10. Reflexionar sobre l'experiència viscuda

Activutat d'avaluació 3: Obligatòria - Setmana intensiva teòric-pràctica (assitència i participació)

Ponderació: 10%
Tipus: Individual
Nota mínima per a fer mitjana: 4
Permet reavaluació: No
Nota mínima reavaluació: -

Assistència obligatòria al 100% de l'activitat. Assistència necessària per aprovar l'assignatura. Sessions teòriques i pràctiques d'activitats diverses (orientació, escalada, piragüisme, BTT, raid d'orientació, entre d'altres).

Autoavaluació+Coavaluació membres de l'equip.

La manca de puntualitat, mal comportament o actituds distorsionadores, seran motiu de sanció sobre aquesta nota. En casos severs de mal comportament, pot suposar un suspens del global de l'assignatura sens perjudici d'una apertura d'expedient. La sortida externa bàsica obligatòria té un cost econòmic extra.

Objectius associats a l'activitat

- 4. Interpretar la representació gràfica del medi natural, posicionar-s'hi, i aplicar-ho en el joc i l'esport
- 5. Experimentar el procés d'aprenentatge de l'AEMN

Activitat d'avaluació 4: Obligatòria - Realitzar el treball A1

Ponderació: 20%
Tipus: Grupal
Nota mínima per a fer mitjana: 4
Permet reavaluació: No
Nota mínima reavaluació: -

Treball a entregar: projecte de disseny i planificació d'un itinerari senderista al medi natural

Objectius associats a l'activitat

- 3. Descriure la normativa que regula l'AEMN

- 4. Interpretar la representació gràfica del medi natural, posicionar-s'hi, i aplicar-ho en el joc i l'esport
- 9. Participar en l'organització de l'AEMN

Activitat d'avaluació 5: Obligatòria - Realitzar examen AMN

Ponderació: 20%
Tipus: Individual
Nota mínima per a fer mitjana: 5
Permet reavaluació: Sí
Nota mínima reavaluació: 0

Examen: examen sobre tots els continguts teòrico-pràctics donats durant setmana intensiva i materials de lectura i treball propi que se'n desprenguin.

Objectius associats a l'activitat

- 1. Identificar els factors essencials de l'activitat esportiva en el medi natural (d'ara en endavant AEMN).
- 3. Descriure la normativa que regula l'AEMN
- 4. Interpretar la representació gràfica del medi natural, posicionar-s'hi, i aplicar-ho en el joc i l'esport
- 6. Valorar l'impacte de l'AEMN sobre el medi ambient i l'entorn social
- 7. Valorar els beneficis de la pràctica d'AEMN sobre la persona i el grup

Activitat d'avaluació 6: Optatives (puntuació extra per obtenir MH)

Ponderació: 0,86%
Tipus: Individual
Nota mínima per a fer mitjana: 0
Permet reavaluació: No
Nota mínima reavaluació: -

- Treballs optatius: fins a un màxim 2p.
- Coordinació d'activitats: fins a un màxim de 0,75p. per cada coordinació d'activitats AMN, fins a un màxim en l'apartat de 2p.
- Ampliació pràctica: fins a un màxim de 0,5p per cada activitat realitzada d'AMN d'INEFC (exclou la sortida externa obligatòria); màxim 1p.
- Ampliació de memòria: fins a un màxim de 0,5p per cada memòria d'activitat realitzada d'AMN d'INEFC (exclou la memòria obligatòria); màxim 1p.
- Curses d'orientació: fins a un màxim de 0,25p. per cada cursa, fins a un màxim de 0,75p.
- Competicions en el MN: fins a un màxim de 0,25p. per cada competició, fins a un màxim de 0,75p.
- Formació externa, relacionada amb AMN i feta durant el curs: puntuació segons les hores de formació i titulació obtinguda;fins a un màxim de 2p.
- Congressos, jornades, neteja d'espais naturals... relacionades amb AMN i feta durant el curs: fins a un màxim de 2p.
- Pertinença i participació al ClimbINEFC: fins a un màxim de 1p.
- Altres formacions i activitats relacionades proposades pel professorat; fins a un màxim de 1p.
- Activitats d'interès institucional de l'INEFC; fins a un màxim de 1p.

Objectius associats a l'activitat

- 1. Identificar els factors essencials de l'activitat esportiva en el medi natural (d'ara en endavant AEMN).
- 2. Aplicar a l'AEMN continguts teòrics apresos en altres matèries
- 3. Descriure la normativa que regula l'AEMN
- 4. Interpretar la representació gràfica del medi natural, posicionar-s'hi, i aplicar-ho en el joc i l'esport
- 5. Experimentar el procés d'aprenentatge de l'AEMN

- 6. Valorar l'impacte de l'AEMN sobre el medi ambient i l'entorn social
- 7. Valorar els beneficis de la pràctica d'AEMN sobre la persona i el grup
- 8. Fomentar dinàmiques de treball en grup
- 9. Participar en l'organització de l'AEMN
- 10. Reflexionar sobre l'experiència viscuda

Requisits avaluació continuada (específics)

- L'alumnat haurà de realitzar totes les activitats d'avaluació assenyalades com a obligatòries i, a més, tindrà l'opció de pujar nota amb les activitats assenyalades com a optatives (Implicació Extra).

- Atès que les activitats d'avaluació 1 i 3 es duen a terme fora del centre i estan organitzades com un conjunt, **l'obligatorietat d'assistència és del 100% del temps**.

- Per superar l'assignatura caldrà que la mitjana ponderada de les proves obligatòries doni, com a mínim, un 5.

Condicions específiques si l'alumnat no pot fer pràctiques o una activitat d'avaluació

NO ES PODRÀ SUPERAR L'ASSIGNATURA SENSE ASSISTIR AL 100% D'AQUESTES 2 ACTIVITATS D'AVALUACIÓ [1 i 3].

- L'objectiu fonamental de l'assignatura és tenir una vivència pràctica fora del centre compartida amb el grup, o part del grup-classe. Per aquest motiu, és imprescindible fer, com a mínim, una de les sortides externes bàsiques pràctiques que s'ofereixen a l'assignatura, a més de participar a la setmana intensiva teòric-pràctica.

Requisits avaluació única

- Nota de les setmanes intensives (20%) a La Seu d'Urgell.

- Pràctica bàsica (20%): curs extern a l'INEFC, d'entre 4 i 5 dies d'una de les activitats externes oferides a AMN de 2n curs, acompanyat d'un certificat de l'empresa o escola de la realització del curs, integrat a l'annex d'una memòria sobre el curs (seguint el format proposat a les memòries de l'avaluació continuada).

- Realització de 4 curses en el MN (20%): mínim 1 d'orientació + una altra activitat al MN (20%) caldrà presentar certificats de participació i resultats.

- [Treball A1 + (Treball A2 o bé Treball V1 o bé Treball V2)] (20%). Cal realitzar les 2 de les 4 opcions de treballs. Treball A1 és obligatori, seguint el format suggerit a les memòries de l'avaluació continuada però de forma individual.

- Examen teòric assignatura (20%).

En totes les activitats la nota mínima per fer mitjana és de 4, excepte en l'examen que és de 5.

L'examen és la única activitat reavaluable. No hi ha nota mínima per reavaluar-la.

Bibliografia i altres recursos

Ayora, A. (2012). Riesgo y liderazgo: cómo organizar y guiar actividades en el medio natural. *Desnivel*.

Babí Lladós, J., Inglés Yuba, E., Cumellas Ruiz, L., Farías Torbidoni, E. I., Seguí Urbaneja, J., & Labrador Roca, V.

(2018). El perfil de los corredores y su propensión al accidente deportivo. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte.*

Barbara Humberstone, Heather Prince, Karla A. Henderson (2016). *Routledge International Handbook of Outdoor Studies.* Routledge.

Farías-Torbidoni, Estela & Dorado, Víctor & Hamza Mayora, Sara & Ulloa Hernández, Maira & Moscoso-Sánchez, David. (2023). Deportes de naturaleza, desarrollo rural y espacios naturales protegidos. 10.14679/2602.

Farkic, J., & Mackie, C. (2017). Routledge international handbook of outdoor studies. *Journal of Adventure Education and Outdoor Learning*, *18*(1), 96–98. https://doi.org/10.1080/14729679.2017.1383923

Funollet, F., Inglés, E. & Labrador, V. (2016). Hacia un nuevo paradigma de la actividad deportiva en el medio natural. *Apunts: Educación física y deportes*, (124), 114-121.

Fuster, J. (1995). Risc i activitats físiques en el medi natural: efectes de la pràctica sobre la resposta emocional.

Grimalt, M. Martin-Vide, J. Y Mauri, F. (1995). *Els núvols. Guia de camp de l'atmosfera i previsió del temps.* Tarragona: Mèdol.

Inglés, E. (2012). Responsabilidad civil en los deportes de río. Acciones e investigaciones sociales, (31), 63-90.

Labrador, Víctor, Rocher, Míriam, & Ingés, Eduard. (2018). Determinación de responsabilidad y percepción del riesgo en actividades deportivas de río en España, (39), 181-199. DOI: https://doi.org/10.26754/ojs_ais/ais.2018393237

López, A. (2016). Dueños de la roca. *Revista Española de Educación Física y Deportes*, (414), 103-104.

Nasarre, J. M. (2000). La regulación jurídica de las empresas de turismo activo. *Acciones e investigaciones sociales*, (10), 67-82.

Pastor, Teresa & Farías-Torbidoni, Estela. (2023). Actividades Recreativo - deportivas en el medio natural ¿Qué opinan los gestores de los Espacios Naturales Protegidos en Europa?

Sans-Osanz, Joana, & Inglés Yuba, Eduard. (2023). Curriculum for mountaineering, climbing and winter sports instructors in Spain. A critical approach according to key stakeholders. *Sport, Education and Society*, 1–18. https://doi.org/10.1080/13573322.2023.2209102

Seguí Urbaneja, J., Inglés Yuba, E., Labrador Roca, V., & Faría Torbidoni, E. I. (2016). Carreras (de o por) montaña o trail running. El reconocimiento de la modalidad deportiva: una visión jurídica. RETOS. *Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, (30).

Soto, I. J. (2018). *La configuración jurídica del deporte en el medio natural: Relaciones con el turismo, el desarrollo sostenible y la ordenación del territorio*. Editorial Reus.