



## Información de la asignatura

**Titulación:** Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte

**Facultad:** Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte

**Código:** 282056 **Nombre:** Deportes en el Medio Natural: Técnicas Específicas

**Créditos:** 4,50 ECTS **Curso:** 4 **Semestre:** 2

**Módulo:** 4) Módulo Optativo.

**Materia:** Deportes en el Medio Natural. **Carácter:** Optativa

**Rama de conocimiento:** Ciencias de la Salud

**Departamento:** Disciplinas y Actividades Físico-Deportivas

**Tipo de enseñanza:** Presencial

**Lengua/-s en las que se imparte:** Castellano

### Profesorado:

OAC7	<u>Victor Sánchez Sanz</u> ( <b>Profesor responsable</b> )	victor.sanchez@ucv.es
	<u>Ana Pablos Monzo</u>	ana.pablos@ucv.es
OAC74	<u>Victor Sánchez Sanz</u> ( <b>Profesor responsable</b> )	victor.sanchez@ucv.es
	<u>Ana Pablos Monzo</u>	ana.pablos@ucv.es



## Organización del módulo

### 4) Módulo Optativo.

Materia	ECTS	Asignatura	ECTS	Curso/semestre
Actividades y Prácticas Inclusivas	4	Las Actividades y Prácticas Inclusivas en el Ámbito Educativo y de Ocio	4	4/2
Antropología.	12	Antropología	6	3/1
		Ciencia, Razón y Fe	6	3/2
Deportes Colectivos.	22	Baloncesto	4	4/2
		Balonmano	4	4/2
		Fútbol	4	4/2
		Hockey	4	4/2
		Voleibol	4	4/2
Deportes de Adversario.	18	Esgrima	4	4/2
		Judo	4	4/2
		Padel	4	4/2
		Tenis	4	4/2
Deportes en el Medio Natural.	4	Deportes en el Medio Natural: Técnicas Específicas	4	4/2
Deportes Individuales.	22	Atletismo	4	4/2



Deportes Individuales.		Ciclismo	4	4/2
		Gimnasia	4	4/2
		Natación	4	4/2
		Triatlón	4	4/2
Dirección y Gestión de Gimnasios y Centros Deportivos.	4	Dirección y Gestión de Gimnasios y Centros Deportivos	4	4/2
Idioma	9	Advanced English for Sport Sciences	4	4/2
		Intermediate English for Sport Sciences	4	4/2
Instalaciones Deportivas	4	Instalaciones Deportivas	4	4/2
Métodos y técnicas de investigación.	4	Métodos y Técnicas de Investigación Aplicados en CC.A.F.D.	4	4/2
Nutrición.	4	Nutrición	4	4/2
Optativas de Itinerario Profesional.	27	Dirección Deportiva de Recursos Humanos y Económicos	6	4/1
		Fitness y Entrenamiento de la Condición Física	6	4/1
		Habilidades, Emprendimiento y Empleo	3	4/2
		Pedagogía en Valores Educativos en Actividad Física y Deportiva	6	4/1



Optativas de Itinerario Profesional.		Teoría y Práctica del Entrenamiento Orientado al Alto Rendimiento Deportivo	6	4/1
Tendencias en prácticas deportivas.	4	Tendencias en Prácticas Deportivas	4	4/2
Habilidades Sociales y Dinámica de Grupos	4	Habilidades Sociales y Dinámica de Grupos	4	4/2



## Resultados de aprendizaje

Al finalizar la asignatura, el estudiante deberá demostrar haber adquirido los siguientes resultados de aprendizaje:

**R1 - Corregir y optimizar la ejecución técnica de tareas/ejercicios/gestos técnicos de los deportes en la naturaleza, proporcionando el feedback adecuado.**

RA del título que concreta

### **Tipo RA:** Habilidades o Destrezas

- Adaptar la intervención educativa a las características y necesidades individuales para toda la población y con énfasis en las poblaciones de carácter especial como son: escolares, personas mayores (tercera edad), personas con movilidad reducida y personas con patologías, problemas de salud o asimilados (diagnosticadas y/o prescritas por un médico), atendiendo al género y a la diversidad.

- 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.

### **Tipo RA:** Competencias

- Elaborar con fluidez procedimientos y protocolos para resolver problemas poco estructurados, imprevisibles y de creciente complejidad, articulando y desplegando un dominio de los elementos, métodos, procesos, actividades, recursos y técnicas que componen las habilidades motrices básicas, actividades físicas, habilidades deportivas, juego, actividades expresivas corporales y de danza, y actividades en la naturaleza de forma adecuada, eficiente, sistemática, variada e integrada metodológicamente para toda la población 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 y en cualquier sector 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).



## R2 - Identificar y transferir a través de prácticas responsables los valores inherentes de los deportes en la naturaleza.

RA del título que concreta

---

### **Tipo RA:** Habilidades o Destrezas

- Adaptar la intervención educativa a las características y necesidades individuales para toda la población y con énfasis en las poblaciones de carácter especial como son: escolares, personas mayores (tercera edad), personas con movilidad reducida y personas con patologías, problemas de salud o asimilados (diagnosticadas y/o prescritas por un médico), atendiendo al género y a la diversidad.
  - Aplicar los principios derivados del concepto de ecología integral en sus propuestas o acciones, sea cual sea el alcance y el área de conocimiento y los contextos en las que se planteen.
  - Elaborar respuestas teórico-prácticas basadas en la búsqueda sincera de la verdad plena y la integración de todas las dimensiones del ser humano ante las grandes cuestiones de la vida.
  - Respetar y poner en práctica los principios éticos y las propuestas de acción derivados de los objetivos para el desarrollo sostenible transfiriéndolos a toda actividad académica y profesional
- 

### **Tipo RA:** Competencias

- Conocer y saber aplicar los principios éticos y deontológicos y de justicia social en el desempeño e implicación profesional, así como tener hábitos de rigor científico y profesional y una actitud constante de servicio a los ciudadanos en el ejercicio de su práctica profesional con el que se pretenda la mejora, excelencia, calidad y eficiencia.
  - Elaborar con fluidez procedimientos y protocolos para resolver problemas poco estructurados, imprevisibles y de creciente complejidad, articulando y desplegando un dominio de los elementos, métodos, procesos, actividades, recursos y técnicas que componen las habilidades motrices básicas, actividades físicas, habilidades deportivas, juego, actividades expresivas corporales y de danza, y actividades en la naturaleza de forma adecuada, eficiente, sistemática, variada e integrada metodológicamente para toda la población 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 y en cualquier sector 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).
-



R3 - Analizar, discriminar y dialogar de forma crítica diversas fuentes de información documental (en español e inglés) con un enfoque multidisciplinar en los deportes en el medio natural.

RA del título que concreta

---

**Tipo RA:** Habilidades o Destrezas

- 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.
  - Elaborar respuestas teórico-prácticas basadas en la búsqueda sincera de la verdad plena y la integración de todas las dimensiones del ser humano ante las grandes cuestiones de la vida.
- 

**Tipo RA:** Competencias

- Conocer y saber aplicar los principios éticos y deontológicos y de justicia social en el desempeño e implicación profesional, así como tener hábitos de rigor científico y profesional y una actitud constante de servicio a los ciudadanos en el ejercicio de su práctica profesional con el que se pretenda la mejora, excelencia, calidad y eficiencia.
- 

R4 - Tomar decisiones en los deportes en el medio natural, actuando con autonomía, seguridad y solidaridad hacia los compañeros.

RA del título que concreta

---

**Tipo RA:** Habilidades o Destrezas

- Adaptar la intervención educativa a las características y necesidades individuales para toda la población y con énfasis en las poblaciones de carácter especial como son: escolares, personas mayores (tercera edad), personas con movilidad reducida y personas con patologías, problemas de salud o asimilados (diagnosticadas y/o prescritas por un médico), atendiendo al género y a la diversidad.
-



- 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.
- Aplicar los principios derivados del concepto de ecología integral en sus propuestas o acciones, sea cual sea el alcance y el área de conocimiento y los contextos en las que se planteen.
- Elaborar respuestas teórico-prácticas basadas en la búsqueda sincera de la verdad plena y la integración de todas las dimensiones del ser humano ante las grandes cuestiones de la vida.
- Respetar y poner en práctica los principios éticos y las propuestas de acción derivados de los objetivos para el desarrollo sostenible transfiriéndolos a toda actividad académica y profesional

---

#### Tipo RA: Competencias

- Conocer y saber aplicar los principios éticos y deontológicos y de justicia social en el desempeño e implicación profesional, así como tener hábitos de rigor científico y profesional y una actitud constante de servicio a los ciudadanos en el ejercicio de su práctica profesional con el que se pretenda la mejora, excelencia, calidad y eficiencia.
- Elaborar con fluidez procedimientos y protocolos para resolver problemas poco estructurados, imprevisibles y de creciente complejidad, articulando y desplegando un dominio de los elementos, métodos, procesos, actividades, recursos y técnicas que componen las habilidades motrices básicas, actividades físicas, habilidades deportivas, juego, actividades expresivas corporales y de danza, y actividades en la naturaleza de forma adecuada, eficiente, sistemática, variada e integrada metodológicamente para toda la población 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 y en cualquier sector 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).

---

R5 - Evaluar instalaciones y espacios deportivos, su accesibilidad, seguridad y diseño funcional, con la finalidad de poder practicar de forma segura y saludable los deportes en el medio natural.

RA del título que concreta





---

**Tipo RA:** Habilidades o Destrezas

- Adaptar la intervención educativa a las características y necesidades individuales para toda la población y con énfasis en las poblaciones de carácter especial como son: escolares, personas mayores (tercera edad), personas con movilidad reducida y personas con patologías, problemas de salud o asimilados (diagnosticadas y/o prescritas por un médico), atendiendo al género y a la diversidad.

- 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.

---

**Tipo RA:** Competencias

- Elaborar con fluidez procedimientos y protocolos para resolver problemas poco estructurados, imprevisibles y de creciente complejidad, articulando y desplegando un dominio de los elementos, métodos, procedimientos, actividades, recursos, técnicas y procesos de la condición física y del ejercicio físico de forma adecuada, eficiente, sistemática, variada e integrada metodológicamente para toda la población 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 y en cualquier sector de intervención profesional de actividad física y deporte.

---

R6 - Definir y adaptar actividades físico-deportivas en el medio natural con criterios de sostenibilidad y respeto medioambiental aplicadas a diferentes colectivos.

RA del título que concreta

---

**Tipo RA:** Habilidades o Destrezas

- Adaptar la intervención educativa a las características y necesidades individuales para toda la población y con énfasis en las poblaciones de carácter especial como son: escolares, personas mayores (tercera edad), personas con movilidad reducida y personas con patologías, problemas de salud o asimilados (diagnosticadas y/o prescritas por un médico), atendiendo al género y a la diversidad.



- Aplicar los principios derivados del concepto de ecología integral en sus propuestas o acciones, sea cual sea el alcance y el área de conocimiento y los contextos en las que se planteen.
- Respetar y poner en práctica los principios éticos y las propuestas de acción derivados de los objetivos para el desarrollo sostenible transfiriéndolos a toda actividad académica y profesional

---

**Tipo RA:** Competencias

- Conocer y saber aplicar los principios éticos y deontológicos y de justicia social en el desempeño e implicación profesional, así como tener hábitos de rigor científico y profesional y una actitud constante de servicio a los ciudadanos en el ejercicio de su práctica profesional con el que se pretenda la mejora, excelencia, calidad y eficiencia.



## Sistema de evaluación de la adquisición de las competencias y sistema de calificaciones

### Modalidad presencial

Resultados de aprendizaje evaluados	Porcentaje otorgado	Instrumento de evaluación
R1, R4, R5	40,00%	Pruebas escritas y/o practicas.
R1, R2, R4, R5, R6	40,00%	Ejercicios y Prácticas en el Aula.
R3, R6	20,00%	Pruebas orales o exposición.

### Observaciones

- El alumno podrá conservar los instrumentos de evaluación superados durante los 3 años siguientes a la primera matrícula.
- No es necesario obtener un mínimo en los instrumentos de evaluación, por lo que se sumarán las calificaciones en función de su porcentaje de ponderación.
- Según el artículo 4.2. de las Directrices para la Evaluación en la UCV, el límite de ausencias que pueden dar cabida a eventualidades (consulta médica, trámites burocráticos...) que no hay que justificar, es del 30%.
- En caso de no cumplir con alguno de estos criterios se calificará al alumno con un máximo de 4,5.

### **ESPECIFICACIONES DE LOS INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN**

#### **Pruebas escritas y/o prácticas**

El sistema de evaluación de la asignatura es acumulativo, por lo que las calificaciones obtenidas en los diferentes exámenes parciales son independientes y se suman. La organización será la siguiente:

- 1.(30%) Examen parcial de los contenidos prácticos de la asignatura (nudos, maniobras,



técnicas aplicadas a diferentes deportes). Podrá realizarse un primer examen parcial para eliminar materia de cara al examen práctico final. Fecha según cronograma. Al alumno se le dará una planilla con diferentes técnicas/maniobras que puede realizar, y un tiempo máximo de 20 minutos para realizar todas las maniobras que pueda. A cada maniobra le corresponde una puntuación dependiendo de su complejidad. La nota final será el sumatorio de cada maniobra realizada.

2.(10%) Examen teórico-práctico del resto de los contenidos de la asignatura en las fechas de la convocatoria oficial. Es un examen tipo test: Verdadero o Falso. El sistema de penalización estándar será de 1 mal resta el 100%.

### **Ejercicios y prácticas en el aula**

La participación en las diferentes tareas realizadas en clase se verá reflejadas en la ficha de sesión en la que se indicarán los contenidos trabajados y se realizará una reflexión sobre la participación.

### **Pruebas orales o exposición**

Exposición oral de alguno de los proyectos o contenidos de la asignatura. Se dispondrá de 5-10 minutos para hacer la exposición ante la clase. Para poder hacer la exposición será necesario haber realizado al menos 1 tutoría con los profesores.

*La explicación detallada (procedimiento de las tareas) así como los instrumentos de evaluación (fichas o rúbricas) de cada apartado se publicarán en la plataforma de cada grupo a disposición del alumno.*

## **Actividades formativas**

Las metodologías que emplearemos para que los alumnos alcancen los resultados de aprendizaje de la asignatura serán:

- M2 Resolución de problemas y casos.
- M5 Exposición de contenidos por parte del profesor.
- M6 Clase práctica.
- M7 Dinámicas y actividades en grupo.



## ACTIVIDADES FORMATIVAS DE TRABAJO PRESENCIAL

ACTIVIDAD	RELACIÓN CON RESULTADOS DE APRENDIZAJE DE LA ASIGNATURA	METODOLOGÍA	HORAS	ECTS
CLASE TEÓRICA: Exposición de contenidos por parte del profesor. Análisis de competencias. Demostración de capacidades, habilidades y conocimientos en el aula.	R1, R2, R5, R6	Exposición de contenidos por parte del profesor.	6,00	0,24
CLASE PRÁCTICA / SEMINARIO: Dinámicas y actividades en grupo. Resolución de problemas y casos. Prácticas laboratorios. Búsqueda de datos, aula informática, biblioteca, etc. Construcción significativa del conocimiento a través de la interacción y actividad del estudiante.	R1, R2, R3, R4, R5	Resolución de problemas y casos. Exposición de contenidos por parte del profesor. Clase práctica. Dinámicas y actividades en grupo.	33,00	1,32
EVALUACION: Conjunto de pruebas orales y/o escritas empleadas en la evaluación del alumno, incluyendo la presentación oral del trabajo fin de grado.	R1, R5, R6	Resolución de problemas y casos.	4,00	0,16
TUTORIA: Supervisión del aprendizaje, evolución. Discusión en pequeños grupos. Resolución de problemas y casos. Presentación de resultados ante el profesor. Presentación de esquemas e índices de los trabajos propuestos.	R3	Resolución de problemas y casos. Dinámicas y actividades en grupo.	2,00	0,08
<b>TOTAL</b>			<b>45,00</b>	<b>1,80</b>



## ACTIVIDADES FORMATIVAS DE TRABAJO AUTÓNOMO

ACTIVIDAD	RELACIÓN CON RESULTADOS DE APRENDIZAJE DE LA ASIGNATURA	METODOLOGÍA	HORAS	ECTS
TRABAJO EN GRUPO: Resolución de problemas. Preparación de ejercicios, trabajos memorias, para exponer o entregar en clases y /o en tutoría.	R1, R6	Resolución de problemas y casos. Dinámicas y actividades en grupo.	20,00	0,80
TRABAJO AUTÓNOMO: Estudio, Preparación individual de ejercicios, trabajos, memorias, para exponer o entregar en clases y /o en tutoría. Actividades en plataforma u otros espacios virtuales.	R6	Resolución de problemas y casos.	47,50	1,90
<b>TOTAL</b>			<b>67,50</b>	<b>2,70</b>



## Descripción de los contenidos

Descripción de contenidos necesarios para la adquisición de los resultados de aprendizaje.

### Contenidos teóricos:

Bloque de contenido	Contenidos
BLOQUE 1	Fundamentación teórico-práctica de los deportes en el medio natural (DMN)
BLOQUE 2	Cabuyería y manejo de cuerdas aplicado a distintos DMN
BLOQUE 3	Deportes de baja y media montaña: técnicas específicas
BLOQUE 4	Deportes náuticos: técnicas específicas
BLOQUE 5	Seguridad y Formación complementaria en los DMN
BLOQUE 6	Investigación y gestión de proyectos en DMN



## Organización temporal del aprendizaje:

Bloque de contenido	Nº Sesiones	Horas
BLOQUE 1	4	6,00
BLOQUE 2	4	6,00
BLOQUE 3	12	18,00
BLOQUE 4	2	3,00
BLOQUE 5	4	6,00
BLOQUE 6	4	6,00





## Referencias

### Bibliografía básica

- FEDME (2001). Manual de senderismo. Ed. Prames. Zaragoza
- García, E. (2000). Orientación. Ed. Desnivel. Madrid
- López, R. (1999). Senderisme. Arola Ed. Tarragona
- Martínez, A. (1996). La práctica de orientación en centros educativos y deportivos. Gymnos. Madrid
- MEC (1996). Deporte de orientación. Madrid
- Perry, G. (2003). Nudos. Ed. Paidotribo. Barcelona.
- Pinos, M. (1997). Actividades y juegos de educación física en la naturaleza. Ed. Gymnos. Madrid.
- Saez, F.J. (1999). Descubrir, conocer y disfrutar la naturaleza a través del juego. Ed. Natursport. Murcia.
- Winter, S. (2000). Escalada deportiva con niños y adolescentes. Ed. Desnivel. Madrid.

### Bibliografía complementaria

- Costa, P.J.; Jiménez, L. (1997). Orientación en la naturaleza. Manual básico de iniciación. ASEEF. Murcia.
- A.A.V.V. (1999). Juegos de escalada. Ed. Inde. Barcelona.
- Aspas, J. M. (2000). Los deportes de aventura. Consideraciones jurídicas sobre el turismo activo. Zaragoza: Prames.
- Biosca, C. (2000). Deporte y aventura: Orientación. Edimat Libros. Madrid.
- Boekholt, A. (1978). Manos libres. Ed. Centurió. Barcelona.
- Boné, A. (1989). Educación Física y Entorno Natural. Apunts: Educación Física y Deportes, 18, 18-21.
- Camps, A., Carretero, J. L. & Perich, M. J. (1995). Aspectos normativos que inciden en las actividades físico-deportivas en la naturaleza. Apunts: Educación Física y Deportes, 41, 44-52
- Capdevila, L. Y Aguilera, M. (2001). Raids: la aventura del deporte. Ed. Desnivel. Madrid.
- Colorado, J. (2001) Montañismo y trekking. Ed. Desnivel. Madrid.
- Comité de senderismo FEDME (2002). Guía de senderos del estado español 2002-2003. Ed. Prames. Zaragoza.
- Domingo, J. (1996). Guía maestra de mountain bike. Ed. Tutor. Madrid
- EEAM (2001). Texto oficial del certificado de iniciación al montañismo. Barrabes Ed. Zaragoza.
- Elziere, C. (1999). Caminar por la montaña. Ed. Desnivel. Madrid.
- Fasulo, D.J. (1998). Autorescate. Ed. Desnivel. Madrid.
- Jacobson, C. (2002). Acampada. Ed. Tutor. Madrid.
- Jacobson, C. (2002). Mapa y brújula. Ed. Tutor. Madrid.
- Jacobson, C. (2002). Nudos fundamentales. Ed. Tutor. Madrid.
- López, R. (1999). Senderisme. Arola Ed. Tarragona.



- Luján, I. Y Núñez, T. (1997). Cómo escalar vías de varios largos. Ed. Desnivel. Madrid.
- Miguel Aguado, A. (2001). Actividades físicas en el medio natural en la educación física escolar. Patronato Municipal de Deportes del Ayto. de Palencia. Palencia.
- Pinos, M. (1997). Guía práctica de iniciación a los deportes en la naturaleza. Ed. Gymnos. Madrid.
- Ponce de León. (2000). Escalada, piragüismo y esquí. Ed. CSS. Madrid.
- Querol, S. Y Marco, J.M. (1998). Créditos variables de actividades en la naturaleza. Ed. Paidotribo. Barcelona.
- Santos, M. L. & Martínez, L. F. (2002). La Educación Física y las actividades en el medio natural. Consideraciones para un tratamiento educativo. Lecturas: Educación Física y Deportes, 49, 41-54
- Sicilia, A. (1999). Las actividades físicas en la naturaleza en las sociedades occidentales de finales de siglo. Lecturas: Educación Física y Deportes, 14
- Soler, J.; Ferrer, M. y cols. (1998). La montaña, métodos de orientación. Ed. Alpina. Barcelona.
- Villalvilla, H. et al. (2001). Deporte y naturaleza. El impacto de las actividades deportivas y de ocio en el medio natural. Madrid: Talasa.
- Zorrilla, J.J. (2000). Enciclopedia de la montaña. Ed. Desnivel. Madrid.