

PROGRAMA

I. Denominación de la asignatura

Actividades en el Medio Natural

II. Curso académico

2006 -2007

III. Profesores

Joaquín Gómez Varela

IV. Número de créditos

Teóricos	0,5
Prácticos	4
Total	4,5

V. Anual / Cuatrimestral (1º cuatrimestre/2º cuatrimestre)

Cuatrimestral (2º cuatrimestre)

VI. Carácter de la Asignatura

Troncal

VII. Departamento y Área de Conocimiento

Departamento Educación Física y Deportiva

Área de Conocimiento Educación Física y Deportiva

VIII. Continuidad Curricular

Ninguna

IX. Pre-requisitos o Co-requisitos

Ninguno

X. Introducción

La asignatura Actividades en el Medio Natural representa dentro del plan de estudios la oportunidad de aproximarse a un grupo de actividades de creciente expansión en la actualidad. Su presencia en los diferentes programas del sistema educativo, en la realidad de la práctica deportiva, la oferta en el sector servicios como actividades recreativo-turísticas, y la formación de nuevos profesionales especialistas en dichas actividades contribuyen a que este marco de intervención sea observado y analizado para una mejor comprensión y organización.

La finalidad de esta asignatura pasa por promover una detenida reflexión crítica acerca de las diferentes formas de desarrollo de las actividades en el medio natural, del conocimiento y dominio de sus fundamentos de cara a la intervención educativa, y la integración de una concepción profesional en este campo que incluya valores educativos y medioambientales.

XI. Objetivos

Se exponen a continuación los objetivos generales planteados para la asignatura Actividades en el Medio Natural:

- a. Alcanzar una visión global y estructurada de las actividades en el medio natural como fenómeno actual, y como recurso educativo y recreativo en los distintos ámbitos de aplicación.
- b. Elaborar una concepción de las actividades recreativas y deportivas en el medio natural a partir de su evolución

histórica y los aspectos más significativos que las caracterizan en el contexto sociocultural y deportivo actual.

- c. Adquirir los conocimientos y habilidades fundamentales y deportivas de las AMN, como elementos para la planificación y desarrollo de procesos de enseñanza-aprendizaje considerando las oportunas condiciones de seguridad.
- d. Conocer y experimentar significativamente actividades deportivas (terrestres, acuáticas y aéreas) en entornos naturales que contribuyan a un mejor conocimiento, comprensión y valoración.
- e. Valorar la importancia de una adaptación de la práctica y los procesos de enseñanza-aprendizaje de las AMN a los entornos sociales y ambientales, minimizando los impactos sobre los mismos dentro de una formación mediambiental.
- f. Desarrollar dinámicas y hábitos de trabajo individual y en equipo en tareas académicas generales, y de situaciones de enseñanza-aprendizaje en particular.
- g. Adquirir una autopercepción temprana como profesionales, desarrollando hábitos, destrezas y actitudes de rigor, relevancia, iniciativa, etc.

XII. Contenidos

Los contenidos de la asignatura se distribuyen en 6 bloques temáticos y 13 temas, en los que se tratan aspectos como la denominación conceptualización, contextualización y clasificación de las actividades deportivo-recreativas que se realizan en entornos poco modificados por el ser humano; las actividades fundamentales para el desarrollo de las prácticas deportivos-recreativas en entornos naturales; el conocimiento e interpretación de los diferentes tipos de entornos y las medidas de seguridad a tener en cuenta para llevar a cabo en estas actividades; aspectos requeridos y recomendados para la programación, organización y puesta en práctica de las actividades deportivas y de aire libre en la actualidad.

Bloque Temático 0: Presentación del Programa
Bloque Temático 1: Introducción a las Actividades en el Medio Natural (AMN).
Tema 1.- Aproximación a las Actividades en el Medio Natural.
Bloque Temático 2: Actividades de Aire Libre y Fundamentales en el Medio Natural
Tema 2.- Permanencia en los entornos naturales: Equipamiento, necesidades fisiológicas básicas y pernocta.
Tema 3.- Cartografía y orientación
Tema 4.- Moverse en la naturaleza, técnicas de progresión y conducción de grupos por senderos e itinerarios de baja y media montaña
Tema 5.- Tropa y escalada: Habilidades y técnicas básicas, materiales, nudos, anclajes y maniobras con cuerdas
Bloque Temático 3: Actividades deportivas en el Medio natural: Tierra, Agua y Aire
Tema 6.- Actividades deportivas y deportes en el medio natural. Aproximación a las actividades deportivas "terrestres", "acuáticas" y "aéreas" en el medio natural
Bloque Temático 4: Seguridad en las AMN: Pautas generales de prevención y actuación
Tema 7.- Seguridad y riesgo en las actividades deportivo-recreativas realizadas en espacios naturales
Bloque Temático 5: Entornos Naturales: Conocimiento, uso e impacto en relación a las actividades y prácticas deportivas en el medio natural
Tema 8.- Interpretación del paisaje/interpretación del medio ambiente
Tema 9.- Meteorología
Tema 10.- Educación Ambiental
Bloque Temático 6: Programación y desarrollo de actividades en el medio Natural
Tema 11.- Programación y desarrollo de actividades campamentales y de aire libre
Tema 12.- Programación y desarrollo de actividades relacionadas con las prácticas deportivas en el medio natural y el turismo activo.

XIII. Metodología

En relación a los tipos de enseñanza previstos se considerarán dos tipos diferenciados, las enseñanzas o contenidos teóricos y las enseñanzas o contenidos de carácter eminentemente prácticos.

En cuanto a los contenidos teóricos se utilizarán las siguientes estrategias metodológicas:

1. Clases magistrales cortas con evaluación, con grupos de 80 alumnos. Fundamentadas en la explicación, se trata de clases teóricas cortas y a continuación se les proporciona a los alumnos una serie de preguntas para que las contesten en el aula. Seguidamente se les proporciona las respuestas correctas y se discuten los errores
2. Clases situacionales (40 alumnos). Como explicaciones teóricas generadas a partir del planteamiento de una situación o de un problema, que antecederán a las sesiones prácticas y que presentarán y fundamentarán el desarrollo de las mismas.
3. Clases vivenciales (40 alumnos). Discurso más o menos informal, a partir de la labor y/o experiencia que el profesor y/o los alumnos tienen sobre la materia. Supondrán sesiones dedicadas a aportar conocimientos integrando conocimiento y experiencias de los participantes, o bien sobre sesiones llevadas a cabo de manera práctica.
4. Lectura y estudio de documentos escritos obligatorios y complementarios a los contenidos impartidos en las clases.
5. De modo especial se recurrirá a las tutorías concertadas como modo de establecer un mayor contacto con el alumno y su progreso, y realizar un seguimiento de los trabajos propuestos desde la asignatura.

Para las clases o enseñanzas prácticas o teórico-prácticas nos fundamentaremos en los siguientes estilos de enseñanza, como recursos para lograr el mayor rendimiento posible en el proceso de enseñanza-aprendizaje y al mismo tiempo minimizar los riesgos posibles:

1. Mando directo. Aplicable en aquellas actividades en las que está presente un grado de riesgo significativo, el adecuado uso del material o accesorios, o el control de reacciones emocionales, que facilitarán el posterior disfrute autónomo de la habilidad. En estos casos el profesor propondrá y controlará los ejercicios a lo largo de su ejecución.
2. Enseñanza basada en la tarea. Cuando el alumno ha alcanzado un grado de autonomía suficiente, o las condiciones materiales y del entorno favorezcan la toma de decisión del alumno sin perjuicio posible a su integridad.
3. Enseñanza recíproca y de auto-evaluación o cooperación entre pares. Dada la orientación de la asignatura hacia la futura labor educativa del alumno, y el estilo de auto-formación en cuanto al desarrollo de prácticas deportivas que exigen la percepción de la propia postura, posición y actuación en las diferentes ejecuciones.
4. Descubrimiento guiado. Aconsejable en las primeras prácticas y tomas de contacto con las habilidades fundamentales, cuyo objeto es aportar el conocimiento significativo de los aspectos clave en los que se basan las AMN consideradas dentro del programa.
5. Investigación grupal. Con el fin de iniciar y consolidar dinámicas de indagación cooperativa entre los alumnos.

XIV. Distribución de los contenidos en relación a las actividades de enseñanza-aprendizaje.

Los contenidos y actividades de la asignatura se llevarán a cabo a través de sesiones teóricas, sesiones teórico-prácticas, y la organización y desarrollo de una salida al medio natural con cada uno de los grupos de clase (40 alumnos).

El reparto en horas de los bloques temáticos y temas se presenta en la Tabla 1.

Tabla 1. Distribución temporal de los bloques temáticos y temas

	Horas de Sesiones Teóricas	Horas de Sesiones Teórico-Prácticas	Horas de Práctica en Salida a Entorno Natural	Total horas lectivas x tema
Bloque Temático 0: Presentación del Programa	1			1
Bloque Temático 1: Introducción a las Actividades en el Medio Natural (AMN).				
Tema 1.- Aproximación a las Actividades en el Medio Natural.	1			1
Bloque Temático 2: Actividades de Aire Libre y Fundamentales en el Medio Natural				
Tema 2.- Permanencia en los entornos naturales: Equipamiento, necesidades fisiológicas básicas y pernocta.	1		6	7
Tema 3.- Cartografía y orientación	2	4	4	10
Tema 4.- Moverse en la naturaleza, técnicas de progresión y conducción de grupos por senderos e itinerarios de baja y media montaña	1	2	6	9
Tema 5.- Tropa y escalada: Habilidades y técnicas básicas, materiales, nudos, anclajes y maniobras con cuerdas		6		6
Bloque Temático 3: Actividades deportivas en el Medio natural: Tierra, Agua y Aire				
Tema 6.- Actividades deportivas y deportes en el medio natural. Aproximación a las actividades deportivas "terrestres", "acuáticas" y "aéreas" en el medio natural	1		2	3
Bloque Temático 4: Seguridad en las AMN: Pautas generales de prevención y actuación				
Tema 7.- Seguridad y riesgo en las actividades deportivo-recreativas en espacios naturales			1	1
Bloque Temático 5: Entornos Naturales: Conocimiento, uso e impacto en relación a las actividades y prácticas deportivas en el medio natural				
Tema 8.- Interpretación del paisaje/interpretación del medio ambiente			2	2
Tema 9.- Meteorología			1	1
Tema 10.- Educación Ambiental			1	1
Bloque Temático 6: Programación y desarrollo de actividades en el medio Natural				
Tema 11.- Programación y desarrollo de actividades campamentales y de aire libre			2	2
Tema 12.- Programación y desarrollo de actividades relacionadas con las prácticas deportivas en el medio natural y el turismo activo.			1	1
Total horas	7	12	26	45

XII. Evaluación

La evaluación de l@s alumn@s se fundamentará en tres elementos diferentes que reportarán la calificación final del alumno al término del cuatrimestre: Una prueba escrita llevada a cabo en las fechas oficiales de exámenes, la participación y realización de un trabajo sobre la organización y desarrollo de una salida al medio natural, y la elaboración de trabajos periódicos relacionados con contenidos incluidos en el programa de la asignatura.

Prueba escrita

La evaluación de la asignatura se desarrollará conforme a la realización de una prueba teórico-práctica escrita sobre los contenidos impartidos en las sesiones teóricas y prácticas, así como a los comprendidos en las lecturas obligadas en relación a cada bloque temático o tema.

Esta prueba escrita distribuirá las preguntas o tareas de evaluación en número proporcional a los contenidos trabajados en la asignatura, debiéndose superar cada uno de los bloques de preguntas por separado para aprobar dicha prueba.

Representará el 60% de la calificación final de los alumnos y ha de ser superada para aprobar la asignatura.

Participación en salidas organizadas al medio natural

Desde la asignatura se organizará y desarrollará una salida, con cada grupo de clase, a un entorno natural con el objetivo de tratar conocimientos, habilidades y valores de manera significativa para los alumnos.

Se llevarán a cabo sesiones teórico-prácticas de campo con los alumnos, cuyos contenidos y actividades formarán serán evaluados en la prueba escrita y a través de un trabajo individual del alumno que versará sobre el desarrollo de la salida.

La asistencia a dicha salida formará parte de la evaluación del alumno en un 20% a través de la participación activa en la misma, así como de los mencionados trabajos escritos o presentaciones audiovisuales sobre ésta.

En los casos en los que alguna de las salidas previstas no pueda realizarse debido a condiciones meteorológicas adversas, los contenidos correspondientes se realizarán en el horario establecido para la asignatura, y la evaluación de este apartado se llevará a cabo en la prueba escrita.

Elaboración de trabajos escritos sobre bloques temáticos

Los alumnos llevarán a cabo un trabajo de desarrollo acerca de los contenidos de cada uno de los bloques temáticos del programa, ya sea sobre aspectos teóricos o prácticos.

La evaluación de este apartado supondrá un 10% de la calificación final de los alumnos.

En todos los casos el/la alum@ ha de superar cada uno de los apartados de la evaluación para superar el total de la asignatura.

XV. Horario de Clases y Tutorías del Profesor

Tabla 2. Horario de clases y tutorías do profesor en el segundo cuatrimestre

	LUNS				MARTES				MÉRCORES				XOVES				VENRES			
	Grupos de Clase Alumnos de AMN																			
	A	B	C	D	A	B	C	D	A	B	C	D	A	B	C	D	A	B	C	D
9,00			501 AMN (Aul 1)																	
10,00		501 AMN							501 (Aul 1) AMN											
11,00									501 AMN											
12,00				501 AMN																
13,00											501 AMN									
14,00																				
16,00	Habilidades De Deslizamiento Sobre Tablas				Habilidades De Deslizamiento Sobre Tablas				Habilidades De Deslizamiento Sobre Tablas				Habilidades De Deslizamiento Sobre Tablas				Habilidades De Deslizamiento Sobre Tablas			
17,00	Habilidades De Deslizamiento Sobre Tablas				Habilidades De Deslizamiento Sobre Tablas				Habilidades De Deslizamiento Sobre Tablas				Habilidades De Deslizamiento Sobre Tablas				Habilidades De Deslizamiento Sobre Tablas			
18,00																				
19,00																				

XVI. Bibliografía / Bibliografía

Alcoba, A. (1999). Montañas nevadas: Los campamentos del frente de juventudes. Madrid: Editorial Mediterráneo-Agedime, S.L.

Aspas, J. M. (2000). Los deportes de aventura. Consideraciones jurídicas sobre el turismo activo. Zaragoza: Prames.

Baden, R. (1982). Roverismo hacia el éxito. Costa Rica: Editorial Scout Interamericana.

Blanchard, K. & Cheska, A. (1986). Antropología del Deporte. Barcelona: Bellaterra.

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

Cieza, J. A. (2001). Educación Física y Escultismo. El pensamiento de Baden Powell. En García, S. (Ed.), VIII Simposium Historia de la Educación Física (115-130). Salamanca: Universidad de Salamanca.

Cornejo, C. (2001). J. J. Rousseau y la Educación Física. En García, S. (Ed.), VIII Simposium Historia de la Educación Física (69-85). Salamanca: Universidad de Salamanca.

Cruz, J. (2001). El Yunque Azul. Frente de Juventudes y Sistema Educativo. Razones de un Fracaso. Madrid: Alianza Editorial.

Diem, C. (1966). Historia de los Deportes. Barcelona: Luís de Caralt.

García Ferrando, M. (2001). Los españoles y el deporte: Prácticas y comportamientos en la última década del siglo XX. Encuesta sobre los hábitos deportivos de los españoles, 2000. Madrid: Ministerio de Educación y Deporte.

Gutiérrez Sanmartín, M. y González de Martos, M. (1995) Deportes de riesgo y aventura: una perspectiva psico/social del paracaidismo. Revista Española de Educación Física y Deportes. Vol. 2. nº; 3. Pp30-9

Laraña, E. (1986) Los nuevos deportes en las sociedades avanzadas. Revista Occidente, número 62-3. Agosto. Madrid. Pp. 5-21.

Ortega, N. (2001). Paisaje y Excursiones. Francisco Giner, la Institución Libre de Enseñanza y la Sierra de Guadarrama. Madrid: Editorial Raíces.

Pérez, C. (1993). Evolución histórica de la educación física. Apunts: Educación Física y Deportes, 33, 24-38.

Puig, N. (1989). Deporte y territorio o la paradoja de la salud a través del deporte. Apunts: Educación Física y Deportes, 18, 22-23

Sánchez Martín, R (1996): "Los usos sociales del riesgo: el deporte de aventura como configurador de una ética de la contingencia" en Sánchez Martín, R. (Ed): La actividad física y el deporte en un contexto democrático (1976-1996). (). Madrid: AEISAD.

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

Tecglen, M. (1999). La juventud del morral y la canción. Madrid: Editorial Mediterráneo-Agedime, S. L.

Turini, H. (2002). Deporte y naturaleza: la experiencia sensible, (3-14) en Rebollo et al. (Eds.). Nuevas Tendencias de Práctica Físico-Deportiva en el Medio Natural, (3-14). Granada: Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte de la Universidad de Granada.

Villalvilla, H. et al. (2001). Deporte y naturaleza. El impacto de las actividades deportivas y de ocio en el medio natural. Madrid: Talasa.

UNESCO (1966): Manifiesto sobre el deporte. Revista Citius, Altius, Fortius. Tomo VIII, 3-4, pp. 447-476

Antonioli, F. (1998). Escalada libre. Moverse con seguridad en paredes con cien ejercicios progresivos. Barcelona: Grijalbo.

Aparicio, M. (1997). Aire libre: un medio educativo. Pedagogía, Técnicas y Experiencias. Madrid: Editorial CCS.

Aralarko Adiskideak (1995) Ibiltari. Cómo disfrutar de las marchas de larga duración. Guipúzcoa: Aralarko Adiskideak.

Aranaz, F. (1995). Tu amigo el mapa. Madrid: Centro Nacional de Información Geográfica.

Arocena, P. (1997). Escalada deportiva y entrenamiento. Madrid: Desnivel.

Berger, K. (1998). Trucos para excursionistas. Madrid: Desnivel.

Bharat, J. (1982). Vivir la naturaleza con los niños. Barcelona: Ediciones 29.

Bigón, M. & Regazzoni, G. (1994). Guía práctica de los nudos. Náutica, pesca, camping y alpinismo. Madrid: Anaya & Mario Munchnik.

Blandford, P. W. (1989). Manual de Orientación. Uso de mapas y brújulas para aventureros, excursionistas, montañeros y navegantes. Barcelona: Martínez Roca.

Blazquez, D. (1983). Elección de un método en Educación Física: las situaciones problemas. Stadium. Revista de Educación Física y Deportiva, 97, Año 17. pp. 34 -43.

Bravo, R. & Romero, O. (1998). Actividades educativo complementarias en la naturaleza: Juegos utilitarios y de aplicación a la educación física. Málaga: Ediciones Aljibe.

Caramelo, C. (1995). Espacios Naturais de Galicia. Provincia de A Coruña. A Coruña: Bahía Edicions.

Chinchilla J. L. & Zagalaz, M. L. (2002). Didáctica de la Educación Física. Madrid: Editorial CCS.

Colorado, J. (2001). Montañismo y Trekking. Manual completo. Madrid: Desnivel.

Corbellini, G. (1998). Manual de orientación. El mapa, la brújula, el cielo, el GPS. Madrid: Tutor.

Cutrera, J. C. (1993). Técnicas de Recreación. Buenos Aires: Estadium.

Damilano, F. & Gardien, C. (1999). Guía Completa de Montañismo. Barcelona: Blume.

Díaz, M. C. (2001). Rutas del Cielo. Madrid: Desnivel.

Fasulo, D. J. (1998). Autorrescate. Madrid: Desnivel.

Fernández, F. (1995). Cómo ir al campo y pasarlo bien. Madrid: Alambra Longman.

Fleming, J. (1995). Orientación. Todo sobre el mapa y la brújula. Madrid: Desnivel.

García, E. (2000). Orientación. Desde el mapa y la brújula hasta el GPS y las carreras de orientación. Madrid: Desnivel.

García, E. (2001). Carreras de orientación. El deporte del siglo XXI. Madrid: Desnivel.

Gilcraft, B. (1982). Juegos de Lobatos. Costa Rica: Scout Interamericana.

Gilperez, L. (1989). Labores con cabos. Manual práctico. Madrid: Penthalon.

Gilperez, L. (1991) La técnica del rapel. Madrid: Penthalon.

Graydon, D. & Hanson, K. (1998). Montañismo. La libertad en las cimas. Madrid: Desnivel.

Hoffmann, M. (1993). Manual de escalada. Madrid: Desnivel.

Lateral, J. A. (1996). Acampada. Materiales y Técnicas. Madrid: Desnivel.

- Lateral, J. A. (1996). Orientación para excursionistas. Madrid: Desnivel.
- Lewis, S. P. & Cauthon, D. (2002). Del rocódromo a la roca. Madrid: Desnivel.
- Long, J. & Raleigh, D. (1995). Chapa y sigue. Madrid: Desnivel.
- Long, J. (1994). Escalar en rocódromos. Madrid: Desnivel.
- Long, J. (1996). Anclajes en escalada. Madrid: Desnivel.
- López, J. A. (1995). Mapas topográficos. Manual de trabajo en el aula. Madrid: Alambra Longman.
- López, P. (2000). La educación ambiental en las actividades físico-deportivas y recreativo-turísticas en el medio natural. Una propuesta. Revista de Educación Física, 79. 5-12.
- Luebben, C. (1993). Nudos para escaladores. Madrid: Desnivel.
- Martínez, A. (1996). La práctica del deporte de orientación en centros educativos y deportivos. Madrid: Gymnos.
- Martínez, J. M. (1993). Acampada y supervivencia. Ciudad Real: Perea Ediciones.
- Melendo, J. A. et al. (2002). Manual de técnicas de montaña e interpretación de la naturaleza. Barcelona: Paidotribo.
- Mesejo, C. (1991). Mapas, busolas e itinerarios. Santiago de Compostela: Consello da Xuventude de Galicia.
- Meyer, K. (1999). Cómo cagar en el monte. Madrid: Desnivel.
- Mosston, M. & Ashworth, S. (1993). La enseñanza de la Educación Física. La reforma de los estilos de enseñanza. Barcelona: Hispano Europea.
- Mugarra, A. (2000). Sin dejar huella. Madrid: Desnivel.

Murcia, M. (1996). Prevención, seguridad y autorrescate. Madrid: Desnivel.

Murgades, F. (1986). Juegos de Ecología. Madrid: Alambra.

NcNeish, C. (1984). Manual práctico del Montañero. León: Everest.

Peraro, W. & Zanetello, T. (1998). Orientación. Cómo orientarse con un mapa y una brújula en la naturaleza. Barcelona: Grijalbo.

Pérez, P. & Asenjo, I. (1999). Manual del Mochilero. Madrid: Desnivel.

Peters, E. (1987). Manual práctico de montañismo. El libro de las fuerzas armadas de los Estados Unidos. Barcelona: Martínez Roca.

Pierón, M. (1988). Didáctica de las actividades físicas y deportivas. Madrid: Gymnos.

Pinos, M. (1997). Actividades físico deportivas en la naturaleza. Madrid: Gymnos.

Pinos, M. (1997). Actividades y Juegos de Educación Física en la naturaleza. Guía práctica. Madrid: Gymnos.

Pinos, M. (1997). Guía práctica de la iniciación a los deportes en la naturaleza. Para niños y jóvenes. Madrid: Gymnos.

Plaza & Janés (1996). Senderismo, barranquismo, puenting. Barcelona: Plaza & Janés.

Pliego, D. (1995). Excursionismo básico. Madrid: Desnivel.

Puch, C. (2000). Manual práctico de GPS. Introducción al sistema global de posición. Madrid: Desnivel.

Puch, C. (2002). GPS. Aplicaciones prácticas. Madrid: Desnivel.

Querol, S. & Marco, J. M. (1998). Créditos variables de actividades en la naturaleza. (La orientación y la escalada). Barcelona: Paidotribo.

Román, M. & Díez, E. (1994). Currículum y Enseñanza. Una didáctica centrada en procesos. Madrid: Editorial EOS.

Ruiz, A. (1993). Acampar. Manual práctico. Madrid: Penthalon.

Ruíz, L. M. (1995). Competencia Motriz. Elementos para comprender el aprendizaje motor en la E. F. escolar. Madrid: Editorial.

Seoane, M. & Carreras, J. (1997). Galicia Vertical. Guía de escalada. Vigo: Miguel Seoane y Javier Carreras (eds.).

Setnicka, T. J. (1989). Manual de rescate. Barcelona: Martínez Roca.

Shubert, P. (1996). Seguridad y riesgo. Análisis y prevención de accidentes de escalada. Madrid: Desnivel.

Sicilia, A. & Delgado, M. A. (2002). Educación Física y estilos de enseñanza. Barcelona: Inde.

Silvestre, J. C. (1987). La carrera de orientación. La salud en el correr. Barcelona: Hispano Europea.

Solana, R. (1998). La alta montaña ibérica. Manual para montañeros curiosos. Barcelona: Ediciones del Serval.

Soler, X. et al. (1996). La Montaña. Métodos de orientación. Granollers: Editorial Alpina.

Soles, C. (2001). Material para roca y hielo. Madrid: Desnivel.

Stückl, P. & Sojer, G. (1995). Manual completo de montaña. Madrid: Desnivel.

Vaquette, P. (1996). Juegos para descubrir la naturaleza. Guía para observarla, explorarla y comprenderla. Barcelona: Martínez Roca.

Weiss, C. (1997). Guía del Robinsón. Manual para vivir en la naturaleza. Madrid: Espasa.

Winter, S. (2000). Escalada deportiva con niños y adolescentes. Madrid: Desnivel.

Zorrilla, J. J. (2000). Enciclopedia de la montaña. Madrid: Desnivel