



FICHA TÉCNICA DE LA ASIGNATURA

Datos de la asignatura	
Nombre completo	Ocio y Recreación Deportiva
Código	E000008068
Título	Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte por la Universidad Pontificia Comillas
Impartido en	Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte y Grado en Educación Primaria [Tercer Curso]
Nivel	Reglada Grado Europeo
Cuatrimestre	Semestral
Créditos	6,0 ECTS
Carácter	Obligatoria (Grado)
Departamento / Área	Departamento de Educación, Métodos de Investigación y Evaluación
Responsable	Bárbara Baeza
Horario de tutorías	Concertar previamente a través del correo electrónico

Datos del profesorado	
Profesor	
Nombre	Bárbara Baeza Nadal
Departamento / Área	Departamento de Educación, Métodos de Investigación y Evaluación
Correo electrónico	bbaeza@comillas.edu

DATOS ESPECÍFICOS DE LA ASIGNATURA

Contextualización de la asignatura

Aportación al perfil profesional de la titulación

En la materia de Ámbito Profesional se integra la asignatura de Ocio y recreación deportiva.

Dicha asignatura con 6 ECTS, pretende dotar al alumno con unos bagajes de conocimientos teóricos y prácticos, todos ellos necesarios para entender las claves e incógnitas que rigen el ocio contemporáneo, así como técnicas específicas susceptibles de ser utilizadas en su labor como profesional.

Por otro lado, el alumno será capaz de conocer las actividades recreativas y de ocio atendiendo a sus características, metodología, dinámicas y materiales, diferenciando así las actividades recreativas espontáneas de las dirigidas.

Entendemos que el ámbito de la actividad física en el mundo recreativo y del ocio, es propicio para que el alumno, en su periodo de formación, realice y experimente a través de actividades lúdicas un trabajo que les resulte atrayente y les facilite hábitos de colaboración,



responsabilidad y mejora de las relaciones sociales.

Prerrequisitos

No hay

Competencias - Objetivos

Competencias

GENERALES

CG03	Capacidad de organización y planificación en su trabajo como profesional de la Actividad Física y Deportiva	
	RA1	Planifica su trabajo personal de una manera viable y sistemática
	RA2	Participa en el desarrollo organizado de un trabajo en grupo
	RA3	Planifica un proyecto complejo
CG05	Capacidad para comunicarse de forma oral y escrita correctamente en el desempeño de su trabajo como profesional de la Actividad Física y Deportiva	
	RA1	Expresa sus ideas de forma estructurada, inteligible y convincente
	RA2	Interviene ante un grupo con seguridad y soltura
	RA3	Escribe con corrección
	RA4	Presenta documentos estructurados y ordenados
CG07	Capacidad para el razonamiento crítico y la autocrítica en el ejercicio de su labor como profesional de la Actividad Física y Deportiva	
	RA1	Manifiesta interés por nuevas informaciones no contempladas
	RA2	Cambia y adapta sus planteamientos iniciales a la luz de nuevas informaciones
	RA3	Muestra curiosidad por las temáticas tratadas más allá de la calificación
	RA4	Establece relaciones y elabora síntesis propias sobre los contenidos trabajados
CG10	Compromiso ético en el desempeño profesional en el ámbito de la Actividad Física y Deportiva	
	RA1	Reflexiona sobre su pensamiento y su actuación desde los valores propios del humanismo y la justicia.
	RA2	Presenta interés por las consecuencias que su actividad y su conducta puede tener para los demás



	RA3	Conoce los fundamentos del hecho religioso en general y del hecho cristiano en particular así como su relación con la ética social y profesional
	RA4	Conoce y asume de forma reflexionada los principios éticos y deontológicos profesionales
CG11	Capacidad para desarrollar su profesión con rigor y calidad en el ámbito de la Actividad Física y Deportiva	
	RA1	Planifica su actividad teniendo en cuenta la repercusión de su actividad en otros
	RA2	Busca información objetiva y fundamentada antes de tomar opinión sobre los sucesos
	RA3	Mantiene la objetividad en sus juicios y tomas de decisión
	RA4	Valora la actividad de otros profesionales en la resolución de un problema en el ámbito de la Actividad Física y Deportiva
CG14	Capacidad para desarrollar su profesión con iniciativa y liderazgo en el ámbito de la Actividad Física y Deportiva	
	RA1	Aprovecha las diferentes posibilidades de sus compañeros como coordinador de determinadas tareas en grupo
	RA2	Corrige y orienta al resto de personas hacia el objetivo marcado en las prácticas realizadas
	RA3	Detecta problemas y propone soluciones a diferentes supuestos prácticos de forma autónoma
ESPECÍFICAS		
CE15	Seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo, en los diferentes ámbitos de la actividad física y deportiva	
	RA1	Analiza y relaciona de manera eficaz el material y equipamiento deportivo para cada tipo de actividad
	RA2	Gestiona de manera eficaz el material y equipamiento deportivo para cada tipo de actividad
CE16	Planificar, desarrollar y evaluar la realización de programas deportivos en sus diferentes niveles	
	RA1	Diseña y transmite procesos de enseñanza-aprendizaje deportivo
	RA2	Diseña y lleva a cabo procesos de enseñanza-aprendizaje teniendo en cuenta la relación y evolución de la práctica de los distintos deportes
	RA3	Comprende y distingue las reglas, la actuación técnico-táctica, física y mental en el deporte
	RA4	Adapta la práctica deportiva en función de las reglas, los materiales, la actuación técnico-táctica, física y mental en el deporte en sus diferentes niveles
	RA5	Adapta la práctica deportiva en función de las características de las personas implicadas en la práctica del deporte en sus diferentes niveles



BLOQUES TEMÁTICOS Y CONTENIDOS

Contenidos – Bloques Temáticos

1. **HOMO LUDENS:** Historia, sociología y antropología. Aproximación a la evolución de los antecedentes del ocio, el tiempo libre, las actividades físicas-deportivas y recreativas.
2. **MOTIV-ACTION:** ¿Qué nos motiva? ¿Qué nos mueve? Conocernos a nosotros y nuestras interacciones con los demás. El grupo y el sociograma.
3. **FOLLOW THE LEADER:** El animador. La comunicación en la animación deportiva.
4. **APRENDIZAJE 360°:**
 - Técnicas y estrategias de dinamización. Dinámicas de grupo
 - Animación
 - Jornadas deportivas-recreativas
 - Team building y outdoor training
 - Ocio y discapacidad
 - Eventos

METODOLOGÍA DOCENTE

Aspectos metodológicos generales de la asignatura

La asistencia a la asignatura tiene un carácter obligatorio debiendo asistir al menos a $\frac{2}{3}$ de las sesiones.

En las sesiones presenciales se combinarán distintos tipos de actividades:

Lecciones magistrales por parte del docente.

Metodologías activas. Flipped classroom y metodología por proyectos.

Actividades grupales de procesamiento y exposición de información.

Propuestas de trabajos prácticos por parte del docente.

Exposición actividades teórico- prácticas por parte de los estudiantes y de profesionales del sector.

METODOLOGÍA NO PRESENCIAL: ACTIVIDADES.

En cuanto al trabajo no presencial realizado por los alumnos, se propondrán las siguientes:

Trabajo por parejas, grupos reducidos y gran grupo.

Propuesta didáctica individual.

Búsqueda de información apoyo TIC

Metodología Presencial: Actividades



En las sesiones presenciales se combinarán distintos tipos de actividades:

- Lecciones magistrales por parte del docente
- Metodología activa. Flipped classroom y metodología por proyectos.
- Actividades grupales de procesamiento y exposición de información.
- Propuestas de trabajos prácticos por parte del docente.
- Exposición actividades teórico-prácticas por parte de los estudiantes.

Metodología No presencial: Actividades

En cuanto al trabajo no presencial realizado por los alumnos, se propondrán las siguientes actividades:

- Trabajos por parejas, grupos reducidos y gran grupo.
- Propuestas didácticas individuales.
- Búsqueda de información apoyo TIC.

RESUMEN HORAS DE TRABAJO DEL ALUMNO

HORAS PRESENCIALES			
Lecciones magistrales	Actividades físicas y deportivas en instalaciones deportivas o espacios naturales	Actividades prácticas: Ejercicios y/o casos prácticos/resolución de problemas	Trabajos grupales
20.00	35.00	2.00	3.00
HORAS NO PRESENCIALES			
Actividades prácticas: Ejercicios y/o casos prácticos/resolución de problemas	Trabajos grupales	Trabajos individuales	Estudio personal y documentación
6.00	9.00	35.00	70.00
CRÉDITOS ECTS: 6,0 (180,00 horas)			

EVALUACIÓN Y CRITERIOS DE CALIFICACIÓN

El uso de IA para crear trabajos completos o partes relevantes, sin citar la fuente o la herramienta o sin estar permitido expresamente en la descripción del trabajo, será considerado plagio y regulado conforme al Reglamento General de la Universidad.

Actividades de evaluación	Criterios de evaluación	Peso
	Realización de un examen teórico, defendiendo	



Examen	los contenidos expuestos en clases. Incluyen preguntas de desarrollo, teóricas y tipo test.	50
Propuestas prácticas grupales	Se trata de propuestas prácticas elaboradas por pequeños grupos referidas a los contenidos vistos en clases.	25 %
Trabajo individual	El alumno deberá superar una serie de trabajos individuales relacionados con la materia.	25 %

Calificaciones

Para aprobar la asignatura hay que aprobar cada uno de los apartados:

- Examen
- Propuestas de trabajo grupal
- Propuesta de trabajo individual

Si se diese la circunstancia en la que un alumno no obtenga un apto en alguno de los apartados, se le guardará la nota de lo aprobado hasta la siguiente convocatoria. En caso de necesitar más de dos convocatorias el alumno entrará en la dinámica que se establezca en el grupo siguiente, teniendo que realizar los trabajos, exámenes y actividades que en él se determinen.

El comportamiento debe ser adecuado en el aula. La puntualidad, la asistencia (para poder presentarse a la convocatoria ordinaria es requisito no haber faltado injustificadamente a más de un tercio de las clases. De no cumplir este requisito, el alumno podrá perder las convocatorias ordinaria y extraordinaria (art. 93.1 del Reglamento General)) la participación y aportaciones relevantes al desarrollo de las sesiones pueden ser reconocidas con un incremento de la calificación final.

El incurrir en una falta académica grave, como es el plagio de materiales previamente publicados o el copiar en su examen u otra actividad evaluada, o no respetar las normas de convivencia básicas puede llevar a la apertura de un expediente sancionador y la pérdida de dos convocatorias.

El uso de IA para crear trabajos completos o partes relevantes, sin citar la fuente o la herramienta o sin estar permitido expresamente en la descripción del trabajo, será considerado plagio y regulado conforme al Reglamento General de la Universidad.

Los trabajos deben entregarse en el formato y tiempo especificado o se contarán como no entregados/suspensos.

PLAN DE TRABAJO Y CRONOGRAMA

Actividades	Fecha de realización	Fecha de entrega
Proyectos. Elaboración, diseño y puesta en práctica de proyectos/eventos grupales relacionados con los contenidos expuestos en clases.		
Trabajo individual. Entrega del actividades individuales y participación en clase.		



BIBLIOGRAFÍA Y RECURSOS

Bibliografía Básica

Aguilera Latorre, P.; Areces Corcuera, F.; Bellette Tapias, JF.; Ruíz Vicente, D., (2019). Actividades de Ocio y Tiempo Libre. Arán Ediciones.

Baena-Extremera, A., Granero-Gallegos, A., & Ortiz-Camacho, M. M. (2012). Quasi-experimental study of the effect of an Adventure Education Programme on classroom satisfaction, physical self-concept and social goals in Physical Education. *Psychologica Belgica*, 52(4), 369-386.

Blanco, C. (2012). Geocaching: la búsqueda del tesoro. Las nuevas tecnologías en la clase de Geografía. Universidad de La Rioja.

Bourdeau, V. (2017). Teaching GPS Technology in Nature Education Programs. *Camping Magazine*, 80(6), 1-4.

Doistua, J.; Lazcano, I. y Madariaga, A. (2015). Estrategia de inclusión en ocio para la juventud con discapacidad, en A. Madariaga y J. Cuenca. (eds.). Los valores del ocio: cambio, choque e innovación (pp. 279-292). Documentos de Estudios de Ocio, 43, Bilbao: Universidad de Deusto.

Cuenca, M.; Aguilar, E.; Ortega, C. (2010). Ocio para innovar. Documentos de Estudios de Ocio, 42. Bilbao: Universidad de Deusto.

Frías García F.; Greciano Palma, C.; Ibáñez León, M.; Letamendia Guisado, B.; López de Ayala Panizo, JL.; Sebastián Antona, Y, (2022). Técnicas de Ocio y Tiempo Libre. Arán Ediciones.

Groundspeak Inc. (2012a). Geocaching - The Official Global GPS Cache Hunt Site. Retrieved November 5, 2012, from <http://www.geocaching.com/> Groundspeak Inc. (2012b). Geocaching - The Official Global GPS Cache Hunt Site. Glosary. Retrieved November 5, 2012, from <http://www.geocaching.com/about/glossary.aspx>

Luque, P., Baena, A., & Granero, A. (2011). Buenas prácticas para un desarrollo sostenible en los eventos deportivos en el medio natural. *Interciencia*, 36(7), 531-537.

Madariaga, A.; Lazcano, I. Doistua, J., y Lázaro, Y. (2014). La inclusión en ocio: ¿Un elemento de innovación en la sociedad actual? ¿Cómo se puede avanzar. *Revista Siglo Cero*, vol. 43(1), (formato Cd). núm. 241.



COMILLAS

UNIVERSIDAD PONTIFICIA

ICAI

ICADE

CIHS

GUÍA DOCENTE

2025 - 2026

Rebollo, J. A. (2011). Deporte y recreación. Habilidad motriz: Revista de ciencias de la actividad física y del deporte, (37), 5-11.

Rebollo, J. A. (2016). La Formación del Animador de Deporte para Todos: Diseño y Evaluación. EditorEAE,

Lazcano, I.; Doistua, J.; Lázaro, I. y Madariaga, A. (2012). La experiencia de ocio como factor de desarrollo humano en el colectivo de personas con discapacidad. Revista Siglo Cero, vol. 43(1), (formato Cd). núm. 241.

En cumplimiento de la normativa vigente en materia de **protección de datos de carácter personal**, le informamos y recordamos que puede consultar los aspectos relativos a privacidad y protección de datos que ha aceptado en su matrícula entrando en esta web y pulsando "descargar"

[https://servicios.upcomillas.es/sedelectronica/inicio.aspx?csv=02E4557CAA66F4A81663AD10CED66792](https://servicios.upcomillas.es/sedeelectronica/inicio.aspx?csv=02E4557CAA66F4A81663AD10CED66792)