

LA ACTIVIDAD FÍSICA EN EL MEDIO NATURAL: LA ORIENTACIÓN EN EL ÁMBITO ESCOLAR



Universidad de Valladolid

GRADO EN EDUCACIÓN PRIMARIA. MENCIÓN EN
EDUCACIÓN FÍSICA

ESCUELA UNIVERISTARIA DE MAGISTERIO SEGOVIA

TRABAJO FIN DE GRADO

CURSO 2013-2014

Alumno: David González Pascual

Tutor: Roberto Monjas Aguado

RESUMEN

La finalidad de este Trabajo de Fin de Grado es elaborar un proyecto de intervención educativa creando una Unidad Didáctica que utiliza como contenido fundamental la orientación, contenido que no es trabajado de forma muy específica en el aula. Pretendemos, de este modo, fomentar el uso de las Actividades Físicas en el Medio Natural y más concretamente la orientación en el ámbito escolar, al considerar estas actividades como transmisoras de valores positivos y que fomentan la integración de todo el alumnado. Además hemos buscado incluir a las familias en el mismo al considerarlas un pilar básico de la educación. La propuesta está diseñada para ser llevada a cabo en la ciudad de Segovia. Pero no solo se busca la transmisión de valores y la integración sino también un objetivo clave de la Educación Primaria como es la orientación espacial. Para ello primeramente se realiza un trabajo de búsqueda de información sobre el tema para después planificar nuestra intervención docente basada en la orientación, que esperamos sirva de orientación para futuros trabajos en el aula.

Palabras clave: Orientación, Orientación deportiva, Educación Física, Actividades físicas en el medio natural.

ABSTRACT

The main purpose of this Final Project of Degree Studies is to elaborate an educational intervention creating a teaching unit based on the orientation, because this element is not usually worked at schools. We are searching, this way, to promote the use of Physicals Activities in the Natural Environment and more precisely the orientation in the school, considering this kind of activities as transmitters of positives social and moral values that contribute to the integration of all the students. Beside we have tried to include the families on this project because we think that they are basic on the educational system. We have designed this project to be carried out on the city of Segovia. But we are not only looking for the transmission of social and moral values and the integration, we are searching for a key objective on the Primary School, the spatial orientation. For this, firstly, we have made a search of information about the topic and then we have planed our intervention based on the orientation. We hope this work is useful for future works in the schools.

Key words: Orientation, Orienteering, Physical Education, Physical activities in natural environment.

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN	1
2. OBJETIVOS	3
3. JUSTIFICACIÓN	3
4. MARCO TEÓRICO	9
4.1 LAS ACTIVIDADES FÍSICAS EN EL MEDIO NATURAL	9
4.1.1. Definición de Actividad Física en el Medio Natural.....	9
4.1.2. Antecedentes y clasificación	11
4.1.3. Características de las AFMN: posibilidades y dificultades	13
4.2 LA ORIENTACIÓN DEPORTIVA	15
4.2.1. Concepto de Orientación Deportiva	15
4.2.2. Antecedentes históricos de la Orientación Deportiva	15
4.2.3. Tipos de orientación	16
4.2.4. Posibilidades educativas de la orientación	17
4.2.5. Elementos utilizados como métodos de orientación	19
5. PROPUESTA DIDÁCTICA	23
5.1 CONTEXTO DE APLICACIÓN DE LA PROPUESTA	23
5.1.1. El centro: composición y dinámica	23
5.1.2. Alumnado.....	24
5.2 OBJETIVOS	24
5.2.1. Objetivos de la propuesta de intervención educativa	24
5.2.2. Relación con el currículo.....	25
5.3 COMPETENCIAS BÁSICAS	26
5.3.1. Relación de la propuesta didáctica con las competencias básicas.....	27
5.4 CONTENIDOS	28
5.4.1. Contenidos de la propuesta de intervención educativa.....	28
5.5 METODOLOGÍA.....	29
5.5.1. Principios de intervención educativa.....	29
5.5.2. Recursos metodológicos específicos: estrategias y técnicas	31
5.6 RECURSOS DIDÁCTICOS.....	32
5.6.1. Recursos personales	33
5.6.2. Recursos ambientales	33
5.6.3. Recursos materiales.....	35

5.7 ACTIVIDADES.....	36
5.7.1.Temporalización.....	36
5.7.2.Desarrollo de las sesiones	36
5.8 PROCEDIMIENTOS Y CRITERIOS DE EVALUACIÓN.....	41
5.8.1.Evaluación del proceso de aprendizaje: criterios de evaluación	41
5.8.2.Criterios de evaluación y vinculación con el currículo	41
5.8.3.Indicadores de logro	42
5.8.4.Evaluación del proceso de enseñanza	43
5.8.5.Instrumentos de evaluación.....	43
5.9 ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD	46
6. REFLEXIONES FINALES	47
7. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	49
8. ANEXOS EN CD-ROM	

ÍNDICE DE TABLAS

TABLA 1. Relación de este TFG con las competencias del título de Grado en Educación	5
TABLA 2. Clasificación de las AFMN según Baena y Baena (2003)	11
TABLA 3. Clasificación de las AFMN según Olivera y Olivera (1995)	12
TABLA 4. Relación entre los objetivos del D40/07 Castilla y León y los de la propuesta de intervención educativa	25
TABLA 5. Relación entre los principios de intervención educativa, las estrategias y las técnicas	32
TABLA 6. Recursos materiales necesarios para la puesta en práctica de las sesiones	35
TABLA 7. Relación entre los criterios de evaluación del D40/07 Castilla y León y los de la propuesta de intervención educativa	42

ÍNDICE DE ANEXOS (ADJUNTO EN CD-ROM)

- Anexo 1. Cuaderno de campo.
- Anexo 2. Mapa del colegio.
- Anexo 3. Mapa del Parque del Cementerio.
- Anexo 4. Mapa de Parque Robledo.
- Anexo 5. Ficha de observación.

1. INTRODUCCIÓN

El tema elegido para la realización de este Trabajo de Fin de Grado (TFG) es las Actividades Físicas en el Medio Natural (AFMN) el cual hemos concretado para centrarnos en la orientación. A través de las AFMN podemos transmitir una serie de valores, especialmente relacionados con el cuidado y respeto por el medio natural, de los que cada vez más adolece la sociedad actual. Entendemos la escuela como un motor de cambio social y esperamos que a través de la semilla que se planta en el alumnado se pueda llegar a transformar la sociedad.

Por esta razón vamos a elaborar una propuesta didáctica de orientación que tenga en cuenta la transmisión de estos valores de respeto, tanto hacia el medio, como hacia otras personas. Por problemas laborales, y a pesar del interés y motivación por llevar a cabo dicha propuesta, no ha sido posible su puesta en práctica. No obstante, la propuesta de intervención está totalmente diseñada para ser llevada a cabo en cualquier momento.

Este trabajo presenta la siguiente estructura: en primer lugar aparece el resumen con su correspondiente abstract y palabras clave, después, de forma ordenada, la introducción, los objetivos del trabajo, la justificación del mismo, el marco teórico por el que se sustenta el trabajo, la propuesta didáctica, las reflexiones didácticas y las referencias bibliográficas.

En el **resumen** se ha pretendido sintetizar la información más importante de lo propuesto en el TFG. La **introducción** pretende mostrar una pincelada de la importancia de los valores de respeto al medio ambiente y la estructura del trabajo. En los **objetivos** mostraremos cuales van a ser los fines de nuestro trabajo, para posteriormente en la **justificación** establecer las razones tanto personales como académicas por las que se ha escogido este tema, vinculando el mismo con las competencias del título de Grado en Educación Primaria.

Una vez terminada la justificación, encontraremos el **marco teórico** en el que hemos pretendido clarificar el concepto y las clasificaciones de la AFMN, para posteriormente profundizar en los conceptos más específicos de orientación y orientación deportiva y especialmente su vinculación con el ámbito educativo.

Con el conocimiento adquirido en la elaboración del marco teórico hemos sido capaces de elaborar nuestra **propuesta didáctica** que hemos centrado en un contexto determinado. Después nos hemos marcado los objetivos para la misma y hemos visto como contribuye a la consecución de las competencias básicas. Los contenidos han sido relacionados con los objetivos, y posteriormente se han marcado los principios metodológicos que se van a seguir en el desarrollo de la propuesta de intervención educativa. Una vez analizados los recursos que

vamos a emplear, pasamos a describir las actividades de las que está compuesta nuestra Unidad Didáctica. Para finalizar veremos la evaluación y como las AFMN facilitan la integración del alumnado con necesidades educativas especiales.

Para finalizar el trabajo mostraremos las **reflexiones finales** que hemos extraído a la conclusión del mismo, las **referencias bibliográficas** y los **anexos** en los que se recoge la información que complementa este trabajo.

2. OBJETIVOS

En nuestro trabajo hemos pretendido la consecución de una serie de objetivos que a continuación exponemos:

- Analizar el potencial educativo de la orientación.
- Profundizar en la aplicación de las AFMN en el ámbito educativo.
- Combatir los hábitos sedentarios, cada vez más extendidos entre la población escolar, al dotar al alumnado de una actividad atractiva para el tiempo libre.
- Concienciar, desde la práctica, de la importancia del medio natural y los desequilibrios que podemos causar si no tenemos una actitud responsable con el mismo.
- Relacionar las actividades físicas en el medio natural con el respeto y el cumplimiento de las normas.
- Fomentar las relaciones con el resto de compañeros desde el disfrute de la actividad por el mero hecho de realizarla sin importar el resultado.
- Aprovechar las múltiples posibilidades interdisciplinares que ofrecen las AFMN.

3. JUSTIFICACIÓN

En este apartado vamos a indicar el porqué de la elección de este TFG desde una doble perspectiva, en primer lugar expondremos la justificación a nivel personal y en segundo término nos centraremos en cuestiones curriculares.

En primer lugar atenderemos a la elección personal del tema “*La actividad física en el medio natural: La orientación en el ámbito escolar*”, para el TFG, que se debe a vinculaciones, tanto de forma general con el tema de la actividad física en el medio natural, como de forma específica con la orientación por motivos laborales. Así, a nivel general, la vinculación se debe tanto al desarrollo de asignaturas durante la carrera que aluden claramente al tema propuesto, como era el caso de la asignatura de Actividad Física en el Medio Natural, como a otras que no lo hacen tanto, pero en las que se ha trabajado el contenido planteado.

A nivel específico, el otro gran motivo atiende al ámbito personal y es que una vez terminada la Diplomatura de Maestro en la especialidad de Educación Física (EF), el autor de este TFG optó

por trabajar como soldado, actividad profesional en la que es de vital importancia la orientación. La mayoría de nociones sobre la orientación provienen de esa etapa de la vida y desde el conocimiento adquirido en la materia se pretende profundizar en ella y abordarla desde un contexto educativo.

Otro motivo para la elección de este TFG es una búsqueda de innovación en las clases de Educación Física (EF) que en muchas ocasiones se ven relegadas a realizar las mismas actividades año tras año. Al ser una actividad fuera de lo normal se trabajan aspectos del currículo que en ocasiones son olvidados por los docentes. En este sentido, al hablar de innovación observamos que Rivas (2000, p.20) define este término como: “incorporación de algo nuevo dentro de una realidad ya existente” o profundizando en el mismo sentido, Marín y Rivas (1987) apuntaron que para que exista la innovación educativa es necesario una acción planificada con el objeto de realizar un cambio que suponga una mejoría del sistema educativo buscando de esta forma el logro de una serie de objetivos específicos. Esa es nuestra intención con el trabajo.

Con este TFG pretendemos por tanto realizar una propuesta de intervención educativa que consistirá en la elaboración de una Unidad Didáctica de Orientación, confeccionada para el Tercer Ciclo de Educación Primaria. Esta es una de las modalidades establecidas como tema objeto del TFG.

Ya hemos detallado los motivos personales que llevaron a la elaboración de este documento pero además de estas razones teóricas y personales existe una estrecha vinculación, entre este TFG y el currículo oficial, en la que ahora profundizaremos. Comenzaremos con la ORDEN ECI/3857/2007, de 27 de diciembre, por la que se establecen los requisitos para la verificación de los títulos universitarios oficiales que habiliten para el ejercicio de la profesión de docente en Educación Primaria. En dicho documento se recoge el módulo específico de EF junto a las competencias a las que nuestro TFG contribuirá para su adquisición:

Comprender los principios que contribuyen a la formación cultural, personal y social desde la EF. Conocer el currículo escolar de la EF. Adquirir recursos para fomentar la participación a lo largo de la vida en actividades deportivas dentro y fuera de la escuela. Desarrollar y evaluar contenidos del currículo mediante recursos didácticos apropiados y promover las competencias correspondientes en los estudiantes (p. 53750).

Del mismo modo existe una conexión del TFG con las competencias del Título de Graduado en Educación Primaria, dispuestas en la memoria de Grado en Educación Primaria relacionadas con el Real Decreto 861/2010 de 2 de julio, que modifica el Real Decreto 1393/2007, de 29 de octubre, por el que se establece la ordenación de las enseñanzas universitarias oficiales en

España. En primer lugar el objetivo fundamental del Título de Graduado en Educación Primaria es “formar profesionales con capacidad para la atención educativa al alumnado de Educación Primaria (...)” refiriéndose al artículo 16 de la Ley Orgánica 2/2006 de 3 de Mayo de Educación. En segundo término se establecen dos tipos de conexiones: primeramente las relaciones directas y finalmente las indirectas.

Las correlaciones directas principales con las competencias generales y la reciprocidad indirecta que encontramos con las mismas se expone en la tabla 1 realizada con el objeto de clarificar dicha relación.

Tabla 1. Relación de este TFG con las competencias del título de Grado en Educación Primaria (fuente: elaboración propia).

Memoria de Grado en Educación Primaria	Competencias
Relaciones directas	
Competencias generales.	1.c: Objetivos, contenidos curriculares y criterios de evaluación, y de un modo particular los que conforman el currículo de Educación Primaria. 1.d: Principios y procedimientos empleados en la práctica educativa. 2.b: Ser capaz de analizar críticamente y argumentar las decisiones que justifican la toma de decisiones en contextos educativos. 2.d: Ser capaz de coordinarse y cooperar con otras personas de diferentes áreas de estudio (...). 3.a: Ser capaz de interpretar datos derivados de las observaciones en contextos educativos para juzgar su relevancia en una adecuada praxis educativa. 3.b: Ser capaz de reflexionar sobre el sentido y la finalidad de la praxis educativa. 5.b: La adquisición de estrategias y técnicas de aprendizaje autónomo, así como de la formación en la disposición para el aprendizaje continuo a lo largo de toda la vida.
Competencias específicas en el módulo formación básica.	1.b: Conocer las características del alumnado de primaria, así como las características de sus contextos motivacionales y sociales. 3.e: Diseñar, planificar y evaluar la actividad docente y el aprendizaje en el aula. 3.h: Planificar y desarrollar procesos de enseñanza aprendizaje de las competencias básicas. 6.f: Ser capaz de utilizar los nuevos procesos de formación que las Tecnologías de la información y la comunicación proponen. 9.b: Diseñar y regular espacios de aprendizaje en contextos de diversidad y que atiendan a la igualdad de género, a la equidad y al respeto a los derechos humanos que conformen los valores de la formación ciudadana.
Competencias específicas en el módulo didáctico disciplinar.	5.c: Plantear y resolver problemas matemáticos vinculados con la vida cotidiana. 7.c: Hablar, leer y escribir correcta y adecuadamente en lengua castellana. 11.b: Adquirir recursos para fomentar la participación a lo largo de la vida en actividades musicales y plásticas dentro y fuera de la escuela. 13: Comprender el rol que la EF juega en la formación básica vinculada a la Educación Primaria (...).
Competencias específicas en el módulo Prácticum y TFG.	1.a: Adquirir conocimiento práctico del aula y de la gestión de la misma. 1.e: Participar en la actividad docente y aprender a saber hacer, actuando y reflexionando desde la práctica (...). 1.g: Ser capaces de regular los procesos de interacción y comunicación en grupos de estudiantes de 6-12 años. 1.h: Ser capaces de colaborar con los distintos sectores de la comunidad educativa y del entorno social. 1.i: Adquirir hábitos y destrezas para el aprendizaje autónomo y cooperativo y promoverlo en los estudiantes.

Relaciones indirectas	
Competencias generales.	1.b: Características psicológicas, sociológicas y pedagógicas, de carácter fundamental, del alumnado en las distintas etapas y enseñanzas del sistema educativo. 1.e: Principales técnicas de enseñanza-aprendizaje. 2.a: Ser capaz de reconocer, planificar, llevar a cabo y valorar buenas prácticas de enseñanza-aprendizaje. 5. e: El fomento del espíritu de iniciativa y de una actitud de innovación y creatividad en el ejercicio de su profesión.
Competencias específicas en el módulo formación básica	2.a: Mostrar una actitud de valoración y respeto hacia la diversidad del alumnado, cualesquiera que fueran las condiciones o características de este (...). 2.h: Potenciar la adquisición de actitudes y hábitos de reflexión e indagación ante los problemas que plantea la heterogeneidad en las aulas y centros escolares. 9.c: Fomentar la convivencia en el aula y fuera de ella, resolver problemas de disciplina y contribuir a la resolución pacífica de conflictos. 9.e: Potenciar el fomento de valores democráticos, con especial incidencia en los de tolerancia, solidaridad, de justicia y de no violencia y en el conocimiento y valoración de los derechos humanos. 9.g: Promover la toma de conciencia del efectivo derecho de igualdad de trato y de oportunidades entre mujeres y hombres(...).
Competencias específicas en el módulo didáctico disciplinar.	4.b: Fomentar la educación democrática de la ciudadanía y la práctica del pensamiento social crítico.
Competencias específicas en el módulo Prácticum y TFG.	1.b: Ser capaces de aplicar los procesos de interacción y comunicación en el aula, así como dominar las destrezas y habilidades sociales necesarias para fomentar un clima que facilite el aprendizaje y la convivencia. 1.c: Controlar y hacer el seguimiento del proceso educativo y, en particular, de enseñanza y aprendizaje mediante el dominio de técnicas y estrategias necesarias. 1.d: Ser capaces de relacionar teoría y práctica con la realidad del aula y del centro.

Continuando con el mismo documento el RD 861/2010 de 2 de Julio, nuestro TFG está íntimamente relacionado con las siguientes competencias de EF:

D5 EDUCACIÓN FÍSICA: Conocer y comprender de manera fundamentada el potencial educativo de la EF y el papel que desempeña en la sociedad actual, de modo que se desarrolle la capacidad de intervenir de forma autónoma y consciente en el contexto escolar y extraescolar al servicio de una ciudadanía constructiva y comprometida. El desarrollo de esta competencia conlleva:

c. Conocer el significado de la imagen del cuerpo, de las actividades físicas y su evolución histórico-cultural.

h. Conocer y analizar el papel del deporte y de la actividad física en la sociedad contemporánea y su influencia en distintos ámbitos sociales y culturales.

j. Conocer los aspectos que relacionan la actividad física con el ocio y la recreación para establecer las bases de utilización del tiempo libre: teatro, danza, deportes, salidas, etc.

D6 EDUCACIÓN FÍSICA: Saber transformar el conocimiento y la comprensión de la EF en procesos de enseñanza y aprendizaje adecuados a las diversas e impredecibles realidades

escolares en las que los docentes han de desarrollar su función docente. El desarrollo de esta competencia conlleva:

- a. Dominar la teoría y la didáctica específica de la EF, los fundamentos y las técnicas de programación del área y diseño de las sesiones, así como las estrategias de intervención y de evaluación de los resultados.
- b. Saber diseñar procesos de enseñanza aprendizaje adaptadas al desarrollo psicomotor de los niños.
- d. Dominar las estrategias y recursos para promover hábitos saludables, estableciendo relaciones transversales con otras áreas del currículo.
- f. Relacionar la actividad física con las distintas áreas que configuran el currículo de primaria, incidiendo en el desarrollo de la creatividad y las distintas manifestaciones expresivo-comunicativas.
- g. Saber aplicar al contexto de la EF escolar los conocimientos básicos sobre las nuevas tecnologías de la información y comunicación.
- h. Saber aplicar los fundamentos y las técnicas de las AFMN.

Para finalizar con las vinculaciones de este TFG y la normativa vigente vamos a mostrar los objetivos y contenidos que se pueden trabajar, con las AFMN a partir del D40/2007, de 3 de mayo, por el que se establece el Currículo de la Educación Primaria en la Comunidad de Castilla y León y que concreta al Real Decreto 1190/2012, de 3 de agosto, por el que se modifican el Real Decreto 1513/2006, de 7 de diciembre, por el que se establecen las enseñanzas mínimas de la Educación Primaria.

Dicho Real Decreto se divide en áreas de conocimiento y este TFG desarrolla especialmente el área de EF que según dice en la misma ley: En aquélla el cuerpo y el comportamiento motriz se constituyen en los ejes básicos de la acción educativa que contribuye al desarrollo integral de la persona y a la mejora de su calidad de vida. Por último las áreas de conocimiento están a su vez subdivididas en bloques de contenidos. En nuestro TFG se van a trabajar los cinco bloques de contenidos de dicho área pero de una manera especial el bloque de contenidos número 2 llamado: Habilidades Motrices, y el bloque de contenidos número 5 denominado: Juegos y Actividades Deportivas.

Por tanto, y a modo de síntesis del apartado de justificación, hemos remarcado en primer lugar la importancia que puede tener esta propuesta a nivel formativo para terminar demostrando que se ciñe a la normativa establecida.

4. MARCO TEÓRICO

En primer lugar y a modo de enlace entre la justificación, especialmente la normativa, y el marco teórico nos gustaría señalar que las AFMN son un contenido propio de la EF. Así en el Decreto 40/2007, de 3 de mayo, por el que se establece el currículo de la Educación Primaria en la comunidad de Castilla y León, y más concretamente en el bloque V, juegos y actividad deportivas, para el tercer ciclo de Primaria, podemos leer como uno de los contenidos el siguiente: “Valoración, disfrute y respeto consciente del medio ambiente a través de la realización de actividades en el medio natural”.

Según Camps y Del Moral (1992) las AFMN ocupan un puesto especialmente notable como respuesta a la necesidad de vivenciar y transferir el aprendizaje de habilidades motrices básicas a un medio fuera de lo común, el medio natural. Este entorno, no conocido, junto al movimiento realizado generará unas situaciones diferentes a las habituales que a la larga supondrán una mejora tanto de calidad como de cantidad de su eficiencia motriz.

Por tanto, las AFMN son un contenido específico de la EF, y que por el mero hecho de estar contemplado en la normativa debería estar incluido en las clases de Educación Primaria. Pero es que además el desarrollo de AFMN bien llevadas a cabo supone aportar un gran valor formativo a la educación que sería difícil conseguir con otro tipo de actividades.

Una vez vista que las AFMN tienen un valor importante para el currículo escolar y más en concreto para la EF desarrollaremos tanto el concepto, como la clasificación, pasando por su evolución histórica, para acabar centrando nuestra atención en un contenido concreto de AFMN, la orientación.

4.1. LAS ACTIVIDADES FÍSICAS EN EL MEDIO NATURAL

4.1.1. Definición de actividad física en el medio natural

Las AFMN son un tema ampliamente abordado, por lo que podemos encontrar diversas definiciones de múltiples autores. Hay que señalar, así mismo, que a la hora de referirnos a las AFMN surgen diferentes términos para referirse a una misma realidad. Así y por destacar algunas de las formas en que se las conoce, Progen (1970) las denomina actividades de desafío en la naturaleza, actividades de aventura al aire libre serían para Darst y Armstrong (1980) mientras que Dupuis (1990) prefiere llamarlas actividades físicas de plena naturaleza.

Una vez observada la variedad de términos existente pasamos a continuación a recoger algunas de las definiciones más representativas con el fin de clarificar el concepto.

1. Progen (1979) las describe como aquellas actividades que te obligan a la lucha personal ya sea contra uno mismo o contra la naturaleza.
2. Para Darst y Armstrong (1980) las AFMN son aquellas que procuran una experiencia humana relacionada con los elementos del medio ambiente: agua, aire, montañas.
3. Dupuis (1991) afirma que son actividades que exigen un compromiso por parte del participante, que se llevan a cabo en un marco natural y que por tanto está plagado de incertidumbre. Es por esta incertidumbre que todo movimiento requiere un tratamiento de la información de este medio siempre cambiante que requiere una interpretación continua de los cambios que supondrá finalmente el éxito y la diversión.
4. Según Pedrero (2007, p. 100) serían: “el conjunto de actividades de índole física que determinan en el individuo una serie de destrezas útiles, actuando siempre en el saludable ámbito de la naturaleza”.
5. Para Tejada y Sáez (2009), las AFMN son aquellas que se desarrollan de forma interdisciplinar teniendo en común su desarrollo en la naturaleza, así como su finalidad educativa, recreativa y deportiva, y que trae ligado un grado variable de incertidumbre en el medio. Destacan este carácter interdisciplinar como base para su desarrollo en un centro escolar.
6. En cambio Pigeaussou y Miranda (1992) las definen como las actividades que utilizan el medio sin degradarlo y dándole un valor especial mediante el uso del espacio natural y sus elementos.

Especialmente significativa es esta última definición que incluye de una manera un tanto soslayada la educación en valores como un elemento más a la hora de su tratamiento. Es por tanto esta definición que dota a las AFMN de un carácter respetuoso con el medio natural la que más adecuada encontramos en relación con este trabajo.

Pero además de estas definiciones de AFMN nos encontramos con un nuevo término, Educación Física en el Medio Natural (EFMN), que se emplea para identificar las AFMN que tienen lugar en el contexto educativo en el área de EF. En este sentido observamos que Boyero, Serna y Valle (2002) indican que las AFMN en un contexto educativo serían:

Conjunto de propuestas prácticas o de otra índole que, dentro de la estructura del currículum de área, se asocian en torno a un modelo más o menos estandarizado derivado de las prácticas originales en el medio natural, capaz de producir aprendizajes, vivencias y sensaciones dentro del recinto escolar o en su entorno más o menos cercano (p. 7).

4.1.2. Antecedentes y clasificación

Es algo complicado establecer el origen de las AFMN, debido a que los autores que han estudiado el tema tienen diversos puntos de vista. Los hay que como García y Quintana (2005) aseguran que este tipo de actividades aparecen con el origen de la especie humana puesto que eran imprescindibles para la supervivencia de nuestra especie, pues eran acciones que nos proporcionaban el sustento o encaminadas a escapar de depredadores. Otros como Funollet (1989) aseguran que no surgieron hasta después de la época oscurantista de la Edad Media, en la que la educación corporal era reprimida, apareciendo en el Renacimiento, considerando que hasta ese momento el hombre vivía en la naturaleza. Por último están los que como Miranda, Lacasa y Muro (1995) afirman que su origen es más cercano a nuestros días en los que se procura una autorrealización personal y una mejora de la calidad de vida.

Acabamos de observar que su origen se ha situado a lo largo de casi la totalidad de las eras en las que se divide la historia humana con una gran discrepancia de criterios. Algo similar ocurre a la hora de clasificar las AFMN, donde atendiendo a diversos autores encontramos diferentes catalogaciones. Debido a esta divergencia de criterios pueden existir actividades que se encuentren enmarcadas en varios apartados diferentes. En primer lugar veremos la clasificación que realizan Baena y Baena (2003) ayudándonos de la tabla 2 que hemos creado a tal efecto.

Tabla 2. Clasificación de las AFMN según Baena y Baena (2003) (fuente: elaboración propia).

En función del objeto de estudio	En función del medio donde se realizan	En función del nivel de organización	En función de la interdisciplinariedad curricular
<p>1.-Competitivas: engloban todos los deportes reglados.</p> <p>2.-Recreativas-educativas: actividades para el tiempo de ocio o con una intención educativa.</p>	<p>1.-Medio terrestre: como la orientación, senderismo, ciclismo de montaña, etc.</p> <p>2.-Medio acuático: submarinismo, esquí acuático, surf, etc.</p> <p>3.-Medio aéreo: ala delta, paracaidismo, etc.</p>	<p>1.-Programadas y organizadas con continuidad: marcha, acampada, etc.</p> <p>2.-Esporádicas, de promoción: visitas, excursiones, etc.</p> <p>3.-Autoorganizadas o libres: salidas improvisadas.</p>	<p>1.-Específicas, propias o fundamentales: aquellas consustanciales con las actividades al aire libre y que son la base en torno a las que se articula toda planificación. Son dependientes del medio.</p> <p>2.-Complementarias: Suponen el soporte vivo de las actividades en la naturaleza. Subdivididas en:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Complementarias de utilidad. -Pedagógicas y recreativas. -Científicas. -Físico-deportivas. -De supervivencia.

Otra clasificación que nos ofrece una óptica diferente a la hora de abordar el asunto es la que proponen Olivera y Olivera (1995) que realizan una clasificación taxonómica, para lo cual utilizan unos criterios agrupados en cinco apartados que a su vez se descomponen en otros subapartados como reflejamos en la tabla 3.

Tabla 3. Clasificación de las AFMN según Olivera y Olivera (1995) (fuente: elaboración propia).

Entorno físico	Entorno personal	Valoración ético-ambiental	Entorno Social	Actividades
<p>1.-Lugar: Tierra, mar o aire.</p> <p>2.-Plano espacial: Horizontal o vertical.</p> <p>3.-Incertidumbre del medio: Estable o inestable</p>	<p>1.-Dimensión emocional: Hedonismo o ascetismo.</p> <p>2.-Recursos biotecnológicos: uso del cuerpo con o sin otros implementos.</p> <p>3.-Emoción: relajación frente a deportes de riesgo.</p>	<p>1.- Impacto ambiental: Alto, medio o bajo. (Esta variable depende de otras como número de participantes y formación de los mismos).</p>	<p>1.-Implicación: Dividida en: individual, en grupo con colaboración o en grupo sin colaboración.</p>	<p>Selección de 32 actividades agrupadas atendiendo al resto de categorías.</p>

Para finalizar con las clasificaciones vamos a mostrar una clasificación centrada especialmente en el ámbito educativo. Igual que antes, podemos encontrar un amplio abanico de posibilidades, pero nosotros hemos decidido utilizar la de Casterad, Guillén y Lapetra (2000) al considerarla como una de las más completas, ya que es una herramienta que permite al profesor programar en función del contexto específico al que se enfrenta y además, se concretan una serie de criterios que le permitirán valorar la dificultad de las actividades y hacer una progresión con respecto a la misma. A continuación observamos la clasificación propuesta por estos autores:

1.- **Características espaciales:** Aquellas propias de cada actividad en función de la distancia al centro escolar:

- Espacios accesibles o próximos.
- Espacios no accesibles y/o lejanos.

2.- **Características del entorno:** Peculiaridades del lugar en el que se llevará a cabo la práctica:

- Artificial: creado específicamente para la realización de AFMN.
- Acondicionado: natural, pero con elementos artificiales.
- Semi-salvaje: natural balizado.
- Salvaje: natural abierto o sin restricciones.

3.- **Características temporales:** Atienden a la temporalización de cada actividad.

- Actividades que pueden realizarse de forma puntual a modo de sesión (duración de entre 1 y 3 horas).
- Actividades que requieren una estancia prolongada (mínimo un día).

4.- **Según la frecuencia de práctica:** Importante para conocer el grado de formación con el que cuenta el educando:

- Actividades habituales: llevadas a cabo varias veces por el participante.
- Actividades ocasionales: practicadas por primera vez o en escasas oportunidades.

5.- **Características materiales:** Necesidad del uso de implementos para la realización de la actividad:

- Actividades que necesitan poco material.
- Actividades que necesitan mucho material o con un coste elevado.

6.- **Características cognitivo-motrices:**

- Actividades de fácil aprendizaje.
- Actividades de difícil aprendizaje.

7.- **Características a nivel de recursos humanos:** Número de docentes necesarios por cada alumno.

- Actividades que requieren de una sola persona responsable.
- Actividades que necesitan de varias personas.

Para nuestro trabajo, nosotros nos basaremos en esta última clasificación puesto que es la más enfocada al ámbito educativo y dentro de este grupo es la que, como ya hemos dicho, consideramos más completa.

4.1.3. Características de las AFMN: posibilidades y dificultades

Para profundizar en el conocimiento de las AFMN es interesante conocer sus problemas y las ventajas que nos ofrecen, de modo que podamos plantearnos su aplicación dando las respuestas más adecuadas y así favorecer los intereses formativos que buscamos. Por este motivo, en este apartado en primer lugar atenderemos a las dificultades a las que hacen frente este tipo de actividades, para posteriormente analizar todas las posibilidades y ventajas que podemos encontrar en la práctica de las mismas.

Si estudiamos a Fernández, Martínez, Parra, Quintana y Rovira (2005) podemos observar algunos de los problemas a los que se tiene que hacer frente para incluir este tipo de actividades dentro de las programaciones. Estos autores agrupan las dificultades en cinco grandes bloques que mostramos a continuación:

- Dificultades administrativas (responsabilidad, desconocimiento por falta de cursos, etc.).
- Dificultades del profesorado (apalancamiento en el puesto, escasez de miras, falta de cooperación entre docentes, etc.).
- Dificultades organizativas (requerimiento de mucho tiempo, transporte, personal de apoyo o disponibilidad de otros docentes, etc.).
- Otras dificultades (sobre todo con las familias).
- Dificultades inherentes a las AFMN (elevado coste de la actividad, material alejado del de uso diario, etc.).

Estas son algunas de las dificultades a las que se enfrentan los docentes a la hora de planificar estas actividades, y en los ejemplos hemos seleccionado las que consideramos más relevantes. Hemos pretendido mostrar estas dificultades, pues a través del conocimiento de las mismas podremos buscar alternativas que nos permitan superarlas o al menos minimizar su impacto.

Pero una vez vistas cuales son estos escollos a los que se debe enfrentar el docente de EF para su puesta en práctica, queremos ahora resaltar los múltiples beneficios educativos de los que gozará nuestro alumnado con la realización de las AFMN.

Comenzamos con una frase de Freire (2011) que hace referencia a muchos de los factores a los que favorecen las AFMN: “El medio natural favorece el desarrollo emocional, afecta directamente al vigor físico, mejora el sistema inmunitario y factores psicológicos, como autoestima, autoconfianza, autonomía, la capacidad de hacer juicios o de asumir riesgos”. (p. 62) Observamos de esta manera que afecta positivamente a tres grandes dimensiones del ser humano, la física, la mental y la social-afectiva.

Monjas y Pérez (2003) también hablan de las ventajas o beneficios que aportan este tipo de actividades al ámbito escolar. Tienen un carácter multidisciplinar por lo que se pueden trabajar a través de ella contenidos muy diversos. Estos autores vuelven a hacer referencia a lo mismo que ya hemos observado que dijo Freire (2011) coincidiendo en que favorecen al desarrollo de la autonomía, el autocontrol y permite un mayor conocimiento personal.

Siguiendo con lo aportado por Monjas y Pérez (2003) estas actividades al estar fuera del contexto educativo tienden a ser más motivadoras lo que favorece dos aspectos, el primero que haya una mayor implicación motriz y el segundo que se produzca un aprendizaje significativo. Este aspecto de motivación se consigue también al ser actividades que tienen un carácter lúdico-recreativo. Por último señalan dos aspectos que se trabajan a través de las AFMN que son la educación en valores, con actividades que son cooperativas y globalizadoras, y el desarrollo de temas transversales, sobre todo la educación ambiental.

4.2. LA ORIENTACIÓN DEPORTIVA

4.2.1. Concepto de orientación deportiva

Una vez analizado el concepto más amplio de AFMN, pasamos a desgranar una de las actividades integrantes de las mismas, la orientación deportiva. Para ello comenzamos haciendo una descripción del término orientación. Su definición la encontramos en el Diccionario de la Real Academia Española (2001) (en adelante DRAE) que define el sentido de la orientación como la “aptitud para situarse correctamente respecto de un determinado punto de referencia”.

Ahora nos centramos en el término de orientación deportiva. Atendiendo a Gómez, Luna y Zorrilla (1996) la orientación es el deporte en el que sus participantes deben localizar y alcanzar una serie de puntos marcados en el intervalo de tiempo más pequeño posible, sirviéndose simplemente de un mapa y una brújula.

Otra definición del término orientación deportiva, es la que proponen Morales y Guzmán (2000) como la “realización de un recorrido por diferentes lugares, de una zona delimitada, conocidos o no, dibujado en un mapa, pasando por unos controles fijados en el terreno en un orden establecido” (p. 444).

4.2.2. Antecedentes históricos de la orientación deportiva

Acabamos de ver algunas definiciones que nos ayudan a comprender mejor el término de orientación deportiva. Pasamos ahora a analizar su surgimiento y posterior evolución con el tiempo.

El hombre desde que es hombre ha necesitado orientarse para sobrevivir. Pero no es hasta el siglo XIX que no se origina la modalidad deportiva de la orientación con la creación de los primeros planos topográficos modernos, en los países nórdicos, con los que se realizaban

competiciones militares de orientación. Posteriormente se extendió su práctica por el resto del continente europeo (Gómez, Luna y Zorrilla, 1996).

Según se fue avanzando en el tiempo se fueron cumpliendo una serie de hitos para este deporte. En 1930 se le da el reconocimiento de deporte de competición. Durante los años posteriores se realizaron grandes avances técnicos en el ámbito de esta modalidad deportiva. Tenemos que desplazarnos hasta 1961 para que se establezca la Federación Internacional de Orientación. Desde su creación hasta nuestros días la orientación deportiva ha sufrido varias modificaciones ya sea a nivel de reglamentación como de creación de nuevas modalidades que permite muchas posibilidades tanto para la misma práctica como para el marco en el que se realiza (Valero, Granero, Gómez, Padilla, y Gutiérrez, 2010).

4.2.3. Tipos de orientación

Tras analizar el concepto, la aparición y la evolución de la orientación deportiva, a continuación establecemos los diferentes tipos de dicha modalidad existentes.

Hay diversas opiniones a la hora de clasificar la orientación deportiva. Si atendemos a lo expuesto por Querol (2003) existen dos tipos de orientación: la básica y la precisa. Dichos tipos de orientación son complementarios entre sí.

La **orientación básica** es la que utiliza como recursos los elementos tradicionales, es decir, elementos como mapas o los elementos que nos proporciona la propia naturaleza, ya sea la posición del sol o el musgo en los árboles. Como ventaja de esta orientación podemos mencionar que se pueden no llegar a necesitar materiales al usar elementos a los que podemos acceder en el propio entorno que nos rodea. En cuanto al ámbito educativo, este tipo de orientación debería ser la primera en ser llevada a cabo en el aula debido a su mayor sencillez y a que servirá de base para la construcción de futuros conocimientos de este tema.

En lo referente a la **orientación precisa** podemos definirla como aquella que emplea elementos más precisos como pueden ser el GPS o la brújula, pero que también pueden valerse de los elementos que hemos mencionado que utiliza la orientación básica. Este sistema cuenta con un gran inconveniente y es el elevado precio que pueden alcanzar algunos de los elementos como el GPS o móviles que cuentan con este sistema de geolocalización. A la hora de llevarse a cabo dentro del aula lo haríamos una vez dominada a técnica de orientación básica. No sería muy útil que el alumnado solo supiera emplear medios avanzados para conocer donde se encuentra situado respecto a otro objeto, cuando puede utilizar la posición del sol para responder a ese interrogante.

Acabamos de observar una clasificación de la orientación deportiva. A continuación mostramos otra más encaminada al aula de EF que es la que nos proporcionan García, Martínez, Parra, Quintana y Rovira (2005) que aseguran que las actividades de orientación pueden dividirse en cinco bloques: juegos sensoriales, juegos de pistas, juegos de orientación, marchas de orientación y carreras de orientación.

- **Juegos sensoriales:** Principalmente empleados en Primaria al ser considerados de iniciación. En este tipo de actividades el participante debe tratar de orientarse a través de la información recibida por sus sentidos, intentando aislar la de un solo sentido.
- **Juegos de pistas:** presentados en forma de itinerarios con un código de señales y que se realiza en pequeños grupos. Presenta grandes posibilidades para trabajar la orientación.
- **Juegos de orientación:** para este tipo de juegos se emplea normalmente alguna representación gráfica del espacio en el que se va a desarrollar la actividad que junto con la brújula nos servirán para proponer diversas actividades muy atractivas para el alumnado. Dentro de esta categoría encontraríamos la actividad de la búsqueda del tesoro.
- **Marchas de orientación:** Estas actividades a diferencia de las anteriores se realiza en un entorno natural y consiste en seguir andando un recorrido previamente establecido en el mapa. Suele realizarse en grupos y tiene un carácter no competitivo, como ventaja señalar que se pueden trabajar otras áreas simultáneamente.
- **Carreras de orientación:** Es similar a la anterior pero en este caso el objetivo es realizar el recorrido en el menor tiempo posible. A la hora de llevarlo a cabo en el aula primero se comenzará en el centro escolar, que es un entorno conocido, para aumentar progresivamente de dificultad.

4.2.4. Posibilidades educativas de la orientación

En un punto anterior ya mostramos las características generales de las AFMN y como hemos podido comprobar tiene muchos beneficios. Ahora vamos a concretar un poco más y mostrar las posibilidades educativas que tiene la orientación deportiva aplicada a la escuela.

Según Pinos (1997) la orientación deportiva tiene su origen en los países nórdicos y desde allí se ha extendido al resto del mundo debido a ser un deporte con un gran atractivo para los amantes de las actividades en la naturaleza y que a su vez tiene un gran potencial educativo. Siguiendo a este mismo autor vamos a ver algunas de las posibilidades que nos muestra:

1.- **Respeto a la naturaleza:** Al permitir una puesta en contacto del alumnado con la naturaleza se consigue un conocimiento de la misma y por consiguiente un respeto hacia ella.

2.- **Actividad física global:** Al incluir la carrera involucramos al cuerpo de forma global pero además es una habilidad que nos obliga a utilizar las capacidades perceptivas, la inteligencia, la capacidad para tomar decisiones y la interpretación de la información proporcionada.

3.- **Utilidad:** Saber leer un plano es una herramienta muy importante para movernos por entornos que desconocemos y por tanto es extrapolable a la vida extraescolar, además de ser una actividad interesante para el tiempo de ocio con la que por lo tanto se mejorarán los hábitos saludables.

4.- **Para todos:** Es un deporte que puede practicar cualquier persona sin importar la condición física y la edad, por lo que se puede involucrar a las familias en el mismo. La excepción serían los más pequeños que todavía no están preparados para saber orientarse con garantías.

5.- **Motivación:** Es una actividad de aventura que siempre atrae a las personas, además esta actividad permite al alumnado perder el miedo a desorientarse fomentando de esta manera la propia seguridad, la autoconfianza y la autonomía personal.

6.- **Actividad competencial:** Esta actividad encaja perfectamente en el marco actual de las competencias ya que la forma de la misma y su presentación permiten la existencia de un aprendizaje significativo potenciando la adquisición de contenidos procedimentales, conceptuales y actitudinales y que son de fácil puesta en práctica en la vida cotidiana.

7.- **Adaptable:** Es una actividad que puede realizarse en diversos entornos, pudiendo empezar por los más cercanos y conocidos para ir progresivamente aumentando de dificultad.

Además de todo esto, como punto más importante y relacionado con su utilidad, observamos como dicen Julián y Pinos (2011) que la orientación tiene una aplicación directa en la vida diaria, es decir, existe una transferencia. En nuestro quehacer cotidiano tenemos que recurrir a la orientación para la realización de múltiples tareas, como puede ser el tener que elegir la mejor ruta para ir de nuestra casa al colegio. Para ello nos valemos de nuestro conocimiento de la zona y los conocimientos de orientación que tenemos para trazar el recorrido más adecuado. Ocurre

lo mismo cuando nos encontramos en un entorno que nos es desconocido y del que disponemos un plano, es necesario saber interpretar este instrumento para localizar nuestra posición y la de nuestro destino para trazar el itinerario entre ambos.

4.2.5. Elementos utilizados como métodos de orientación

Acabamos de mostrar los aspectos más significativos por lo que la orientación debe de estar recogida en la escuela. Mostraremos ahora los elementos que necesitamos para llevar a cabo dicha actividad. Comenzaremos mostrando los elementos característicos de la orientación básica, es decir, elementos naturales, para posteriormente adentrarnos en los elementos creados por el hombre, más propios de la orientación precisa. Del mismo modo señalaremos cual es el método que se emplea dependiendo del elemento que se utilice.

- **La posición de los astros celestes:** Encontramos diferentes formas celestes con las que orientarnos aunque las más utilizadas son la situación del Sol de la Luna y de la Estrella Polar.

Según Corbellini (2013) podemos servirnos de otras constelaciones para orientarnos, pudiendo en verano deducir mediante la Osa Mayor y Casiopea las direcciones Noroeste y Noreste respectivamente. En invierno en cambio deberemos utilizar a Casiopea y la Osa Menor que nos indicarán el Noroeste y el Noreste. En cuanto al uso de la Estrella Polar es el método más fiable ya que no varía su posición al coincidir con el eje de rotación de la Tierra. Este sistema de orientación tiene dos principales pegas, la primera que necesitamos poder ver la Estrella Polar, es decir, que o las nubes o el día nos impedirían utilizar este sistema. La segunda es que este sistema solo es válido en el hemisferio Norte y si vamos al hemisferio Sur deberíamos utilizar la Cruz del Sur que es el equivalente a la Estrella Polar en el hemisferio Sur.

En cuanto al Sol y la Luna y siguiendo a Melendo, Arbonés, Cancar, Maza y Lampre (2002) podemos valernos de un reloj de manecillas para con él y la posición del Sol o de la Luna en plenilunio, poder situar los puntos cardinales. De no disponer de reloj de manecillas podríamos usar el mismo método representando la hora en formato analógico. Para usar esta técnica es necesario conocer la hora solar y adecuar la del reloj a dicho horario. Una vez realizado orientamos el reloj de tal manera que coincida la aguja que señala las horas con la dirección del Sol y calculamos la bisectriz entre la hora obtenida y las 12 y ese dato nos indicará la dirección Sur, por tanto a las 12 si miramos en la dirección del Sol nos encontramos mirando hacia el Sur. Existen otros métodos de orientación que utilizan los astros celestes pero estos dos son los más sencillos.

- **Elementos de nuestro entorno:** En este apartado nos referimos a determinados recursos que podemos utilizar para situar los puntos cardinales, desde elementos de la naturaleza hasta la construcción de determinados edificios.

Uno de los edificios de los que podemos servirnos es de las iglesias románicas pues según Pérez (1998) todas ellas tienen su altar orientado hacia el Este.

En cuanto a los elementos naturales Navas (2009) nos dice que podemos valernos de muy diversos medios, desde el musgo que nos indicará el Norte, las ramas de los árboles más frondosas, los nidos de las aves o la entrada de los hormigueros que nos indicarán el Sur al ser este punto el que más Sol recibe en el hemisferio Norte. Estos elementos no son fiables en todos los casos pero pueden suplir la carencia de elementos más precisos.

- **Elementos específicos para la orientación:** Además de los elementos ya citados, encontramos aquellos que están diseñados específicamente para la orientación como son los planos, la brújula y el GPS.

Comenzamos con el mapa o plano, que se puede observar en la figura 1. Atendiendo a lo indicado por Navas (2009) “es una representación gráfica del terreno sobre un papel” (p. 3). El problema principal que tenemos es que queremos representar una superficie tridimensional muy grande en una bidimensional y de espacio reducido. Esto se consigue solucionar mediante el empleo de las curvas de nivel, que nos permite dar profundidad a la imagen debido a que unen puntos de igual altitud y la escala la cual facilita la representación de grandes superficies en un pequeño espacio al relacionar las líneas del mapa con las del terreno.

En cuanto a la brújula, que se puede observar en la figura 1, Navas (2009) nos indica que es un elemento utilizado para la localización del norte magnético y que consta de una aguja imantada. Este elemento junto con el plano nos servirá de base para la orientación precisa. Nos permitirá trazar un rumbo y seguirle de forma efectiva así como orientar el plano que ayudará a visualizar mejor el terreno.

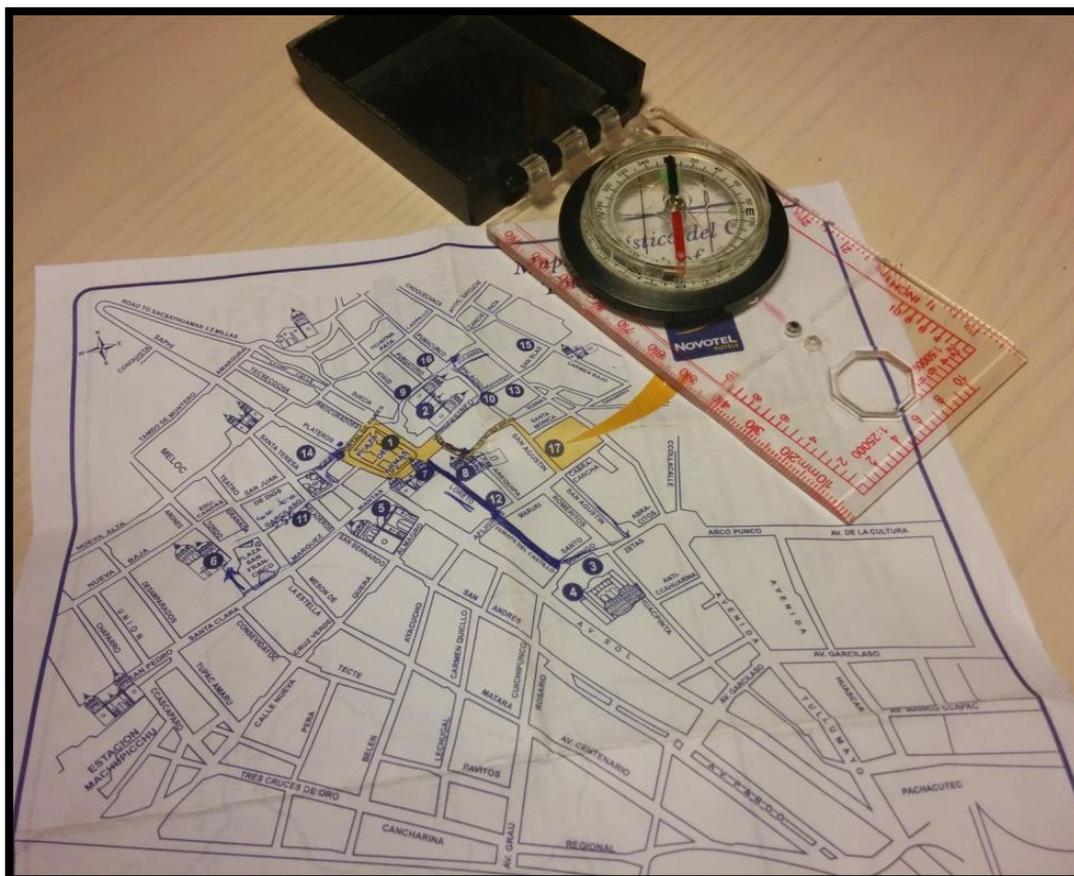


Figura 1: plano y brújula (fuente: elaboración propia).

Terminamos con el GPS que es la tecnología más moderna de las que encontramos. Según Urrutia (2006) el GPS o Global Position System es un sistema que fue diseñado en un primer momento como uso militar por el gobierno de EEUU y cuyo uso nos permite el conocimiento del lugar exacto en el que se encuentra un objeto mediante el uso de un aparato receptor. Por tanto el GPS permite una navegación sencilla por cualquier punto del orbe terrestre lo que ha hecho que se popularice en ámbitos que abarcan desde el excursionismo hasta la navegación marítima.

5. PROPUESTA DIDÁCTICA

Tras finalizar nuestro planteamiento teórico, a continuación pasamos a la elaboración de la propuesta didáctica. A lo largo de este apartado vamos a mostrar el contexto para el que se diseña nuestra propuesta de intervención educativa, que incluye objetivos, relación con las competencias básicas, contenidos, metodología, recursos materiales y espaciales, actividades, evaluación y atención a la diversidad.

5.1. CONTEXTO DE APLICACIÓN DE LA PROPUESTA

El centro para el que ha sido diseñada específicamente la propuesta didáctica se encuentra situado en un entorno urbano de una localidad llamada Segovia, de unos 55.000 habitantes¹. La comunicación con la capital del país es buena y la población trabaja principalmente en el sector terciario teniendo un nivel económico y sociocultural medio. Al principio esta escuela y el entorno presentaban carencias en las infraestructuras pero gracias a un plan acometido por las autoridades locales han mejorado las instalaciones, aunque todavía se podrían seguir perfeccionando. Existe un volumen de población inmigrante de en torno al 15%. Este grupo procede principalmente de Europa del Este (Rumanía), América del Sur (Colombia y Ecuador) y África (Marruecos).

En las inmediaciones del centro, debido a que está en el extrarradio de la ciudad, hay varias zonas verdes como parques y jardines, así como instalaciones deportivas de uso público (campos de fútbol, centro deportivo, carril bici, etc.) junto con biblioteca y centros culturales. Además el centro cuenta con unos recursos medios y las familias por lo general están interesadas en la vida del centro, mostrando interés por el buen funcionamiento del mismo y por el logro académico de sus hijos. Es preciso tener en cuenta que a estas edades el afán de cooperación de las familias con el centro empieza a disminuir por lo que puede cambiar a lo largo del curso.

5.1.1. El centro: composición y dinámica

La programación se llevará a cabo en un centro que imparte Ed. Infantil y Ed. Primaria y cuenta con 6 unidades de esta última. Nuestro trabajo se ubicará en el **sexto curso del tercer ciclo de Primaria**, grupo A.

¹ La propuesta sería adaptable a cualquier otro centro educativo del entorno urbano de Segovia y fácilmente transferible a otros contextos modificando los lugares de desarrollo de las actividades planteadas.

En el colegio hay un total de 286 alumnos matriculados en Ed. Primaria y 132 en Ed. Infantil. Las instalaciones son escasas y no se adecúan en todos los puntos a lo expuesto en el **RD 132/2010, de 12 de Febrero**, por el que se establecen los requisitos mínimos de los centros que imparten las enseñanzas de la Educación Primaria.

5.1.2. Alumnado

Esta programación va dirigida a un grupo de 6º curso de Educación Primaria formado por 24 alumnos de los cuales existen 14 niñas y 10 niños, de entre 11 y 12 años de edad al no existir alumnado repetidor. Dentro de dicho aula encontramos un alumno marroquí y dos colombianos que llevan escolarizados desde el 2º ciclo de Educación Infantil. Es un grupo que muestra un interés adecuado hacia los nuevos aprendizajes, pero tienen el problema de presentar en la mayoría de casos unos hábitos sedentarios.

5.2. OBJETIVOS

La planificación de contenidos y objetivos debe ser complementaria. Ausubel (1976) define objetivo didáctico como aquello que el estudiante debe poder hacer a la finalización de una lección o en un periodo determinado de tiempo, al término de su educación. El referente de base de este trabajo es la LOE que pone como fin de la Educación Primaria el proporcionar a todo el alumnado una educación que permita afianzar su desarrollo personal y su propio bienestar, adquirir las habilidades culturales básicas relativas a la expresión y comprensión oral, a la lectura, a la escritura y al cálculo, así como desarrollar las habilidades sociales, los hábitos de trabajo y estudio, el sentido artístico, la creatividad y la afectividad. La concreción de esta finalidad debe hacerse a partir de los objetivos que la propia Ley señala en su artículo 17.

Por tanto el trazado de los objetivos de nuestra unidad didáctica es una concreción o adecuación de los objetivos del currículo oficial y de su posterior contextualización y desarrollo en el centro.

5.2.1. Objetivos de la propuesta de intervención educativa

1. Ejecutar diferentes juegos y actividades deportivas de dificultad ascendente, mostrando un especial énfasis en las AFMN, reconociendo como elemento propios del juego la diversión y el hecho de ganar y perder.
2. Observar los efectos inmediatos que el ejercicio físico tiene sobre el organismo y saber regular el esfuerzo en función de la actividad motriz que se efectúa.

3. Intervenir asiduamente en juegos y actividades físicas colectivas, manifestando solidaridad y compañerismo, dando importancia a la participación y evitando las manifestaciones agresivas.
4. Iniciarse en el uso de las TIC como medio para recabar información, elaborar documentos y fomentar un espíritu crítico con relación al área.
5. Mostrar afán de superación en las actividades desarrolladas en clase y en el medio natural, adoptando una actitud de valoración, respeto y cuidado hacia dicho medio.
6. Saber orientarse en el espacio en función de la tarea encomendada y de la posición de los objetos y compañeros que le rodean, identificando la dirección y el sentido de sus acciones motrices.

5.2.2. Relación con el currículo

A continuación en la tabla 4 enlazamos nuestros objetivos con los oficiales del currículo de Castilla y León.

Tabla 4: Relación entre los objetivos del D40/07 Castilla y León y los de la propuesta de intervención educativa (fuente: elaboración propia).

RELACIÓN ENTRE LOS OBJETIVOS DEL D40/07 CASTILLA Y LEÓN Y LOS DE LA PROPUESTA DE INTERVENCIÓN EDUCATIVA.
1. Conocer y valorar su cuerpo y la actividad física como medio de exploración y disfrute de sus posibilidades motrices, de relación con los demás y como recurso para organizar el tiempo libre. (objetivos 2, 4, 6)
2. Apreciar la actividad física para el bienestar, manifestando una actitud responsable hacia uno mismo y las demás personas y reconociendo los efectos del ejercicio físico, de la higiene, de la alimentación y de los hábitos posturales sobre la salud. (objetivos 2, 4)
3. Utilizar sus capacidades físicas, habilidades motrices y su conocimiento de la estructura y funcionamiento del cuerpo para adaptar el movimiento a las circunstancias y condiciones de cada situación. (objetivo 6)
4. Asimilar, elegir y aplicar principios y reglas para resolver problemas motores y actuar de forma eficaz y autónoma en la práctica de actividades físicas, deportivas y artístico-expresivas. (objetivo 6)
5. Regular y dosificar el esfuerzo, llegando a un nivel de autoexigencia acorde con sus posibilidades y la naturaleza de la tarea. Desarrollar actitudes de tolerancia y respeto a las posibilidades y limitaciones de los demás. (objetivo 2)
6. Utilizar los recursos expresivos del cuerpo y el movimiento, de forma estética y creativa, comunicando sensaciones, emociones e ideas.

7. Participar en actividades físicas compartiendo proyectos, estableciendo relaciones de cooperación para alcanzar objetivos comunes, resolviendo mediante el diálogo los conflictos que pudieran surgir y evitando discriminaciones por características personales, de género, sociales y culturales. (objetivos 1, 3)
8. Conocer y valorar la diversidad de actividades físicas, lúdicas y deportivas como elementos culturales, mostrando una actitud crítica tanto desde la perspectiva de participante como de espectador. (objetivos 1, 3, 4, 5)
9. Realizar actividades en el medio natural, de forma creativa y responsable, que tengan bajo impacto en el ecosistema, conociendo el valor del medio natural y la importancia de contribuir a su conservación, protección y mejora. (objetivos 1, 5)
10. Conocer y valorar la diversidad de actividades físicas, danzas, juegos y deportes populares y/o tradicionales y los entornos en que se desarrollan, especialmente en las modalidades autóctonas de la Comunidad, participando en su recuperación, mantenimiento y conservación. (objetivos 1, 3, 6)
11. Desarrollar la iniciativa individual y el hábito de trabajo en equipo, aceptando las normas y reglas que previamente se establezcan. (objetivos 1, 3)
12. Buscar e intercambiar información, haciendo uso de las tecnologías de la información y la comunicación como recurso de apoyo al área. (objetivo 4)

5.3. COMPETENCIAS BÁSICAS

Zabala (2007, p. 43-45) define competencia básica como:

Capacidad o habilidad de efectuar tareas o hacer frente a situaciones diversas de forma eficaz en un contexto determinado. Y para ello es necesario movilizar actitudes, habilidades y conocimientos al mismo tiempo y de forma interrelacionada.

La competencia ha de identificar aquello que necesita cualquier persona para dar respuesta a los problemas a los que se enfrentará a lo largo de su vida. Por tanto, competencia consistirá en la intervención eficaz en los diferentes ámbitos de la vida mediante acciones en las que se movilizan, al mismo tiempo y de manera interrelacionada, componentes actitudinales y conceptuales.

Tras el análisis de la definición extraemos una serie de valoraciones sobre las competencias básicas para de este modo poder elaborar este apartado. Lo primero que hay que tener en cuenta es que no podemos buscar la adquisición de actitudes por un lado, y procedimientos por otro, debemos integrar la adquisición de actitudes, procedimientos y conceptos.

Otro aspecto que podemos sacar de la definición es que para dar respuesta a los problemas surgidos es necesario tener una actitud determinada frente a ellos y una vez adquirida esa actitud hay que dominar los procedimientos, habilidades y destrezas implicados en la acción a realizar.

Por último remarcar la palabra eficacia, debido a que las acciones deben mostrar una eficacia que junto con los recursos disponibles ayuden a resolver el problema.

La LOE establece el papel de las competencias básicas como un nuevo componente del currículo en el artículo 6 y determina su papel referente de la evaluación y la promoción en la etapa de primaria. Estas capacidades se agrupan en 8 núcleos de referencia: comunicación lingüística (CB1), matemática (CB2), conocimiento e interacción con el mundo físico (CB3), tratamiento de la información y competencia digital (CB4), social y ciudadana (CB5), cultural y artística (CB6), aprender a aprender (CB7) y autonomía e iniciativa personal (CB8).

5.3.1. Relación de la propuesta didáctica con las competencias básicas

En el D40/07 de Castilla y León se nos muestra como contribuye el área de EF a la consecución de las competencias básicas. De modo similar lo hará nuestra propuesta didáctica. A la competencia que más aporta es a la *competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico*, ya que para llegar a alcanzar dicha competencia es necesario lograr un dominio del cuerpo para interactuar con el entorno que les rodea. Así mismo contribuye enormemente a la adquisición de unos hábitos saludables y a mejorar la condición física, que es muy importante para el futuro de cualquier persona y más en ésta sociedad que tiende al sedentarismo.

Otra de las competencias más importantes en EF es la *competencia social y ciudadana*. Los juegos tienen un marcado carácter social facilitando así la mejora de habilidades sociales como el respeto, la colaboración o la solidaridad. De este modo se prepara al alumnado para una vida de interacción con otras personas valorando la diversidad a la vez que conoce sus limitaciones y posibilidades.

También es importante para la EF la *autonomía e iniciativa personal* al tener que tomar decisiones en la mayoría de las actividades del área, mejorando esa capacidad con el tiempo y mostrando así mismo que reúne los valores de autosuperación y perseverancia.

El área ayuda a la *competencia de aprender a aprender* logrando un mejor conocimiento de las capacidades propias para desde ahí ir mejorando hacia tareas más complejas. Se propondrán retos alcanzables para afianzar la confianza propia.

En la sociedad actual de tan fácil acceso a la información es muy importante tratar *la información y la competencia digital*. Es fundamental enseñar al alumnado a ser crítico con la realidad de los medios que estereotipan el cuerpo, deformando la realidad y causando graves problemas.

Por último nuestro área también contribuye a la adquisición de la *competencia en comunicación lingüística*, al crear un vocabulario propio del área y favorecer la comunicación entre el alumnado.

El currículo no marca explícitamente que el área trabaje la competencia matemática, pero en nuestro afán de contribuir al desarrollo integral del alumnado creemos necesario que lo haga y por eso se aportaran actividades en las que sea necesario el uso de números y cuentas para su resolución como puede ser el empleo de planos con escalas.

5.4. CONTENIDOS

Ya hemos señalado en el apartado anterior que la planificación de contenidos y objetivos se ha hecho de manera conjunta pues son conceptos que no pueden ir separados, es decir, para que se pueda cumplir un objetivo es necesario que los contenidos que nos marquemos estén relacionados con el objetivo que buscamos desarrollar.

Otro dato que hemos tenido en cuenta a la hora de la elaboración conjunta de objetivos y de contenidos, que posteriormente también irá relacionada con la de los criterios de evaluación, es que para desarrollar un objetivo es necesario un número mayor de contenidos. Si observamos cualquier ley educativa podemos ver que hay siempre un mayor número de contenidos que de objetivos.

5.4.1. Contenidos de la propuesta de intervención educativa

Pasamos a continuación a desarrollar los contenidos de nuestra propuesta y a relacionarlos con los objetivos que nos hemos marcado para la misma.

1. La orientación deportiva. (Objetivos 1 y 6)
2. El plano, la brújula y otros elementos de orientación. (Objetivos 1 y 6)
3. Las AFMN. (Objetivo 1)
4. Participación activa en actividades físicas deportivas. (Objetivo 3)
5. Orientación tanto en el medio escolar, como en el medio natural. (Objetivos 1 y 6)
6. Elaboración de rutas propias en función de la tarea mandada. (Objetivo 6)

7. Uso adecuado de las estrategias de orientación y medida aprendidas en clase. (Objetivo 6)
8. Empleo de las TIC como fuente de información. (Objetivo 4)
9. Posicionamiento en el espacio atendiendo a la posición de otros objetos. (Objetivo 6)
10. Regulación del esfuerzo según la actividad realizada. (Objetivo 2)
11. Respeto y solidaridad con el resto de compañeros. (Objetivo 3)
12. Diversión aceptando el resultado como parte del juego. (Objetivo 1)
13. Desarrollo de un espíritu de superación. (Objetivo 5)
14. Fomento del pensamiento crítico. (Objetivo 4)
15. Respeto del medio ambiente. (Objetivo 5)

5.5. METODOLOGÍA

Una vez analizado el contexto en el que se encuentra situado el colegio y la composición del aula en el que se llevará a cabo la propuesta pasamos a continuación a analizar la metodología que se empleará. Con la elección de estos recursos metodológicos hemos pretendido estimular el desarrollo fomentando la adquisición de las competencias, una reflexión sobre la práctica y el aprendizaje, y orientar el trabajo en el aula.

Todo esto es posible a través de: principios de intervención educativa (grandes líneas pedagógicas basadas en un análisis de la LOE); estrategias (basadas en el desarrollo psicoevolutivo del alumnado); y técnicas (especificadas de las anteriores marcando los criterios para definir las actividades a incluir). Además debido a la peculiaridad del área de EF habrá unos recursos metodológicos específicos que serán los estilos de enseñanza y las estrategias en la práctica.

5.5.1. Principios de intervención educativa

Si analizamos las orientaciones de las etapas y de las áreas podemos extraer una serie de principios que incluimos en nuestro documento al ser la base metodológica del mismo. Con la aparición de la LOE y de los posteriores currículos de Educación Primaria ahora se busca una educación integral que promueve el desarrollo de todas las potencialidades del alumnado. En conjunto podemos considerar los siguientes principios básicos:

- Desarrollo integral: Es el principio clave, el fin último de la educación y por tanto debe estar presente a la hora de planificar nuestras actividades y también a la hora de ver que metodología usaremos.
- Partir del nivel de desarrollo del alumnado: Es fundamental conocer el nivel de desarrollo del alumnado tanto a nivel de grupo como a nivel individual.
- Aprendizaje significativo: el alumnado debe ser capaz de relacionar los nuevos conocimientos y destrezas con anteriores que ya poseía, con ello el aprendizaje es una reconstrucción constante del aprendizaje adquirido.
- Aprendizaje cooperativo y participativo: se ha demostrado que los compañeros son un pilar fundamental para alcanzar determinadas metas educativas y para lograr un adecuado desarrollo cognitivo y alcanzar la capacidad de socialización.
- El juego como recurso para desarrollar las actividades de enseñanza-aprendizaje: la mejor forma de aprender es investigando y a estas edades el juego puede servir para que los niños y niñas investiguen. Es una actividad motivadora que atrae la atención del alumnado y les hace prestar una especial cuidado en lo que hacen mejorando el desarrollo de los diferentes ámbitos.
- Promover la capacidad de aprender a aprender: se incluyen actividades de corte procedimental que favorezcan la capacidad de aprender de forma autónoma, enriqueciendo el vocabulario o aprendiendo a analizar noticias desde un punto de vista crítico y personal.
- Transmisión de mecanismos para integrarse eficazmente en la sociedad: se han diseñado actividades de experiencia directa en el entorno cercano para poder aplicar fuera de la escuela lo aprendido en la escuela.
- Enfoque globalizador: para ello nosotros como docentes debemos proponer secuencias de aprendizaje que hagan posible un uso simultáneo o sucesivo de contenidos de distintos tipos (procedimentales, actitudinales y conceptuales) o propios de diferentes áreas de conocimiento.

Además de estos principios que son comunes a todas las materias existen unos criterios específicos de la EF:

- Principio del esfuerzo: las actividades propuestas deben suponer un reto asequible que requiera un esfuerzo para su consecución.
- Principio de la acción motriz: para el desarrollo de las capacidades físico-motrices es imprescindible la práctica y la experiencia motrices. Por tanto, en nuestra área la mayor parte del tiempo debería estar dedicado a la actividad física.
- Principio de la progresión: ordenación gradual de las actividades para alcanzar los aprendizajes previstos al final del plazo de tiempo marcado.
- Principio de la evaluación: hacer una valoración continua del rendimiento y actitud del alumnado pues de este modo se pueden percibir carencias en el aprendizaje pudiendo reajustar el programa a tiempo para suplir dichas carencias.
- Principio de orientación: marcar claramente los objetivos para que tanto el alumnado como el profesorado seamos capaces de observar hacia donde debemos encaminar nuestros pasos para lograr la meta fijada.
- Principio de la eficacia: pretendemos lograr el máximo rendimiento del alumnado en el dominio de habilidades y destrezas motrices en el menor tiempo posible y con el esfuerzo indispensable para su consecución. Para ello es necesario adoptar las técnicas y estrategias adecuadas para cada caso.
- Principio de continuidad, dosificación y especificidad: la carga de trabajo debe ir aumentando gradualmente para estimular los mecanismos de adaptación pero sin excedernos para que no aparezca la fatiga. Debemos seleccionar las tareas de forma que sean lo más cercanas posibles en su forma a la que tendrán en condiciones de uso real.

5.5.2. Recursos metodológicos específicos: estrategias y técnicas

Los principios de intervención deben concretarse para un área y un grupo clase en concreto en una serie de estrategias y técnicas. Para ello es necesario combinar dos tipos de estrategias, las estrategias didácticas de exposición y las estrategias didácticas de indagación.

Las de exposición suponen la presentación de un conocimiento ya elaborado, mientras que en las segundas el alumnado debe seguir unas pautas más o menos precisas para construir por sí mismo el aprendizaje. El uso de ambas combinadas es necesario para la construcción de

aprendizajes significativos. A continuación se expone la tabla 5 en la que se relacionan los principios de intervención educativa, las estrategias y las técnicas que emplearemos.

Tabla 5: Relación entre los principios de intervención educativa, las estrategias y las técnicas
(fuente: elaboración propia).

Principio de intervención educativa	Estrategia	Técnica
Aprendizaje significativo	Expositivas	-Discusiones globales. -Exposiciones orales. -Itinerarios didácticos. -Demostraciones motrices y vinculación con deportes. -Comentario crítico de noticias deportivas. -Redescubrimiento.
Partir del desarrollo del alumnado	Expositivas e indagatorias	-Cuestionario inicial. -Observación directa. -Prueba de competencia. -Mapas cognitivos. -Visionado de esquemas del contenido a trabajar. -Lectura dialógica.
Aprendizaje cooperativo y participativo	Indagatorias	-Coloquio. -Juegos cooperativos. -Programa de responsables y delegados. -Variación de los agrupamientos. -Proyectos cooperativos de investigación.
El juego en las actividades de enseñanza-aprendizaje	Expositivas e indagatorias	-Actividades para favorecer un reto cognitivo.
Promover la capacidad de aprender a aprender	Expositivas e indagatorias	-Técnicas de análisis: subrayado. -Técnicas de síntesis: resumen, esquema, etc. -Organización temporal para favorecer un hábito de trabajo diario. -Técnicas de comunicación: expresión oral y escrita.
Transmisión de mecanismos para integrarse eficazmente en la sociedad	Expositivas e indagatorias	-Salidas fuera del centro escolar para realización de diferentes actividades. -Actividades de transferencia a otras áreas o contextos.

5.6. RECURSOS DIDÁCTICOS

Aparte de los recursos metodológicos hay una serie de recursos que influyen en la educación y que también hemos tenido en cuenta a la hora de elaborar nuestra propuesta. Estos recursos son los personales, los ambientales y los materiales que vamos a proceder a exponer.

5.6.1. Recursos personales

En el TÍTULO III de la LOE (art 91) se recogen las funciones del profesorado. Si analizamos dichas funciones vemos que la imagen que se tiene del docente es la de un profesor-mediador que debe manifestar un dominio de las competencias básicas. También se extrae la importancia de la colaboración y el trabajo en equipo por parte del profesorado. Por tanto deberá existir una coordinación del docente con el resto del profesorado así como con los órganos del centro destacando el claustro de profesores y el equipo de ciclo.

Ya hemos visto los recursos personales a nivel de órganos del centro y a nivel de docentes, el otro recurso personal importante es la familia. Debemos planificar las actividades buscando el apoyo de las familias. Del mismo modo los padres están autorizados por ley a formar asociaciones para poder participar de forma más activa en la vida del centro y en la gestión del mismo.

Por último, podemos incluir la relación entre el alumnado, pues el trabajo en grupo permite desarrollar potencialidades que de otra forma no sería posible, por lo que debemos tener en cuenta favorecer dicha socialización. En el área de EF se trabaja especialmente bien mediante juegos cooperativos o con actividades más complejas como la planificación de estrategias para alcanzar una meta, como es en el caso de la orientación si se realiza por grupos.

5.6.2. Recursos ambientales

Entendemos por recursos ambientales aquellos que pueden cooperar en el tratamiento de los contenidos influyendo desde el contexto del centro educativo. Comprenden desde la conformación flexible y funcional del espacio del aula a la utilización de espacios dentro y fuera del centro, destacando especialmente para nuestro trabajo estos últimos, pues a pesar de que empezaremos trabajando dentro del terreno escolar al final buscaremos realizar las actividades en el medio natural.

Es necesario realizar un análisis del Real Decreto 132/2010, de 12 de febrero, por el que se establecen los requisitos mínimos de los centros que impartan las enseñanzas del segundo ciclo de la Educación Infantil, la Educación Primaria y la Educación Secundaria:

- a) Situar en edificios independientes, destinados exclusivamente a uso escolar, si bien sus instalaciones podrán ser utilizadas fuera del horario escolar para la realización de otras actividades de carácter educativo, cultural o deportivo. En el caso de centros docentes que impartan el segundo ciclo de Educación Infantil, tendrán, además, acceso independiente del resto de instalaciones.

b) Reunir las condiciones de seguridad estructural, de seguridad en caso de incendio, de seguridad de utilización, de salubridad, de protección frente al ruido y de ahorro de energía que señala la legislación vigente. Asimismo, deberán cumplir los requisitos de protección laboral establecidos en la legislación vigente.

c) Tener, en los espacios en los que se desarrolle la práctica docente ventilación e iluminación natural y directa desde el exterior.

d) Disponer de las condiciones de accesibilidad y supresión de barreras exigidas por la legislación relativa a las condiciones básicas de accesibilidad universal y no discriminación de personas con discapacidad, sin perjuicio de los ajustes razonables que deban adoptarse.

e) Disponer como mínimo de los siguientes espacios e instalaciones:

-Despachos de dirección, de actividades de coordinación y de orientación.

-Espacios destinados a la administración.

-Sala de profesores adecuada al número de profesores.

-Espacios apropiados para las reuniones de las asociaciones de alumnos y de madres y padres de alumnos, en el caso de centros sostenidos con fondos públicos.

-Aseos y servicios higiénico-sanitarios adecuados al número de puestos escolares, a las necesidades del alumnado y del personal educativo del centro, así como aseos y servicios higiénico-sanitarios adaptados para personas con discapacidad en el número, proporción y condiciones de uso funcional que la legislación aplicable en materia de accesibilidad establece.

-Espacios necesarios para impartir los apoyos al alumnado con necesidades específicas de apoyo educativo.

Además de estos espacios que vienen marcados en el RD 132/2010 podemos destacar en el centro pero fuera del aula otra serie de espacios destinados a la docencia:

-El aula de informática, para la búsqueda de información.

-La sala de audiovisuales, muy útil para la explicación de vídeos.

-El gimnasio y pistas polideportivas tanto si son exteriores como si son interiores.

Aparte de esto debemos saber utilizar los **recursos propios de la comunidad** ya que en la mayoría de los casos las instalaciones para la realización de EF en los centros escolares suelen ser escasas. En ocasiones podemos utilizar los recursos de la comunidad como uso de pabellones polideportivos o instalaciones similares cercanas al centro escolar.

Las salidas del centro también son una buena forma de trabajar con recursos externos al centro. Hay que tener en cuenta una serie de medidas antes de realizar dichas salidas, lo primero de todo es que la salida sea aprobada por el consejo escolar.

Una vez aprobada por el consejo escolar se remite a la administración educativa que nos autorizará en última instancia. Antes de realizar la salida habrá que haber trabajado los contenidos que se van a trabajar en la misma. Por último señalar que debemos de contar con autorización paterna y tener previsto un plan de evacuación en caso de contratiempo.

5.6.3. Recursos materiales

Los recursos materiales pueden definirse como soportes físicos, facilitadores de la información en el proceso educativo y que sirven de soporte a dicha información. A la hora de elegir los materiales hemos prestado especial atención a aquellos que pueden impulsar la consecución de las competencias básicas y los contenidos comunes marcados por la LOE: la comprensión lectora, la expresión oral y escrita, la comunicación audiovisual, las TIC y la Ed. en valores. Recogemos en la tabla 6 los materiales que usaremos a lo largo de las sesiones de las que está compuesto nuestro diseño.

Tabla 6: Recursos materiales necesarios para la puesta en práctica de las sesiones
(fuente: elaboración propia).

MATERIALES NORMATIVOS	
-Currículo oficial. -Reglamento orgánico de centro. -Documentos orgánicos de centro.	
MATERIALES IMPRESOS	
Materiales para el profesor de consulta y fundamentación	- García, P., y Quintana, M. (2005). <i>Introducción a las Actividades en la Naturaleza</i> . Sevilla: Ed. Wanceulen. -Gómez, V., Luna, J., y Zorrilla, P. (1996). <i>Deportes de Orientación</i> . Madrid: MEC. -Melendo, J.A., Arbonés, N., Cancero, L., Maza, P., y Lampre, F. (2002) <i>Manual de técnicas de montaña e interpretación de la naturaleza</i> . Barcelona: Paidotribo. -Pinos, M. (1997). <i>Iniciación a los deportes en la naturaleza. Guía práctica</i> . Madrid: Gymnos.
Libros de texto y guías didácticas	Para la elección de estos libros es necesaria la reunión de los equipos de ciclo para decidir cuál es el más adecuado para el centro en el que nos encontramos.
Materiales para el alumnado	-Cuaderno del alumno. -Brújula. -Planos. -Bolígrafo y lapicero.
MATERIALES AUDIOVISUALES	
-Video sobre orientación deportiva.	

MATERIALES UTILITARIOS, TECNOLÓGICOS Y DE REPRESENTACIÓN
<ul style="list-style-type: none">- <u>Material móvil pesado</u>: Bancos suecos, bancos, cubos, cajas; sillas, potro, plinton, minitramp, colchonetas y vallas.- <u>Material móvil ligero</u>: bolos, zancos, picas, ladrillos, cuerdas y aros.- <u>Aparatos fijos</u>: espalderas.- <u>Material de deporte de equipo</u>: canastas y porterías.- <u>Material auxiliar para el profesor</u>: Cronómetros, cintas métricas, brújula y plano.- <u>Material complementario o equipamiento para el alumnado</u>: Ropa deportiva, útiles de aseo, rodilleras, coderas y bolsa de deporte.
MATERIALES INFORMÁTICOS
<ul style="list-style-type: none">- Ordenador y todos sus componentes.- Pizarra digital interactiva.- Buscadores: google, yahoo, bing.- Páginas web relacionadas con la orientación deportiva.

5.7. ACTIVIDADES

A lo largo de este apartado mostraremos las actividades que llevaremos a cabo para lograr la consecución de los objetivos que nos hemos marcado y que posteriormente con los criterios de evaluación podremos analizar el grado de cumplimiento de los mismos. Para ello desarrollaremos los contenidos que ya hemos detallado y con ello pretendemos contribuir al desarrollo de las competencias como ya hemos establecido en un apartado anterior de este trabajo.

5.7.1. Temporalización

Esta propuesta de intervención didáctica está diseñada en forma de Unidad Didáctica y se considera un momento idóneo para su puesta en práctica el mes de Mayo durante un periodo de 6 sesiones. Se ha elegido el mes de Mayo en busca de un tiempo climatológico más benigno que nos permita realizar las actividades, que así están establecidas, en el exterior.

5.7.2. Desarrollo de las sesiones

Comenzar este apartado señalando que las sesiones tendrán una estructura similar comenzando por una asamblea inicial en la que se explicarán las actividades que se van a realizar a lo largo de la sesión, después se realizará la acción motriz que corresponda y se finalizará con una asamblea final en la que comentaremos el desarrollo de la sesión reforzando aquellos conocimientos que creamos necesarios. Como trabajo para casa deberán elaborar el cuaderno del alumno (Anexo I) con las actividades que correspondan para cada sesión. Hemos elegido esta estructura porque creemos que favorece el desarrollo de un proceso de enseñanza-aprendizaje formativo.

- La **1ª sesión** se llevará a cabo en el aula de informática.

Asamblea inicial: En ella comenzaremos explicando que vamos a empezar una nueva Unidad Didáctica y en qué va a consistir. Para ello se expondrá un esquema donde señalemos los objetivos que vamos a trabajar y las actividades y recursos que vamos a emplear para ello. Una vez explicado esto visionaremos el vídeo La Orientación en la educación, publicado por la Federación Española de Orientación (<https://www.youtube.com/watch?v=ifLev2-xHqs>).

Parte principal: Tras el visionado del vídeo procederemos a realizar las actividades con el ordenador. Para ello los alumnos deberán buscar información sobre el deporte de orientación que deberán plasmar en su cuaderno del alumno (Anexo I). Entre dicha información como mínimo se debe realizar un comentario crítico de una noticia en la que se hable de la orientación deportiva.

Asamblea final: Los últimos 10 minutos de la clase les emplearemos para realizar un coloquio en el que compartamos los conocimientos obtenidos para tomar notas y posteriormente poder complementar el cuaderno del alumno en casa.

En esta primera sesión queremos sentar las bases teóricas sobre las que se sustentará nuestro trabajo, mediante el empleo del ordenador como elemento de búsqueda de información.

- La **2ª sesión** se llevará a cabo en el gimnasio.

Asamblea inicial: Para comenzar un alumno saldrá y recordará al grupo en qué consiste la orientación. Posteriormente explicaremos que es un plano, una leyenda, la orientación de los planos y el término de escala, mostrando diferentes planos del mismo sitio con diferentes escalas para que el concepto quede más claro.

Parte principal: A continuación entre todos elaboraremos una leyenda en la que se representen todos los objetos que nos vamos a encontrar. Una vez explicado esto y lo que realizaremos a lo largo de la sesión, delimitaremos el espacio del gimnasio en 6 zonas diferentes. En cada una de estas zonas trabajará un grupo de 4 personas. Cada grupo se encontrará el material dispuesto por su espacio asignado y deberá dibujar un plano en el que se represente toda la información. Como previamente ya hemos explicado que los planos tienen una orientación Norte se les pedirá que a sus planos les pongan una orientación, aunque en esta sesión será inventada, en sesiones posteriores incluiremos el uso de la brújula. Para la elaboración del mapa será necesaria la utilización de la leyenda

previamente fijada. Señalar que el profesor antes ya ha elaborado los diferentes mapas de cada zona para que el alumnado al finalizar el trabajo comprueben lo acertado o erróneo en su elaboración.

Señalar que en Unidades Didácticas anteriores se les enseñó la técnica de talonaje y que son capaces de estimar distancias con el empleo de esta técnica por lo que deberán reflejar aproximadamente las distancias del espacio que les ha sido asignado.

Asamblea final: Finalizaremos la sesión hablando de las dificultades que han tenido y que soluciones podríamos emplear para la resolución de dichos problemas.

- La **3ª sesión** se llevará a cabo en el patio del colegio.

Asamblea inicial: Primeramente recordaremos que los planos están orientados al Norte y la importancia de este hecho. Tras esto veremos los diferentes modos de orientarnos que ya hemos explicado en el marco teórico. Posteriormente explicaremos el empleo de la brújula, como funciona, elementos que pueden interferir en su buen funcionamiento como líneas de alta tensión o la cercanía de objetos metálicos o imantados. Repartiremos un plano del colegio (Anexo II) y una brújula a cada alumno y les explicaremos como se orienta el plano y para qué sirve orientarle.

Parte principal: Después de las explicaciones teóricas trataremos que el alumnado se oriente primeramente sin utilizar la brújula con medios naturales como la posición del sol y un reloj con manecillas o simplemente con el conocimiento de la salida del sol.

Al finalizar este primer ejercicio el alumnado se distribuirá por el patio y deberá orientar su plano ayudándose de la brújula. Cuando quede claro cómo hacerlo explicaremos como trazar un rumbo de un punto a otro. Al finalizar la explicación el alumnado se colocará en grupos de 4 y volverá a colocarse aleatoriamente por el espacio y desde su posición trazarán el rumbo hasta sus 3 compañeros. Posteriormente les pediremos que comparen sus rumbos para ver si son capaces de averiguar que dos rumbos opuestos están separados por una distancia de 180° . De no ser capaces de averiguarles les explicaremos este caso y el por qué del mismo.

Después volveremos a distribuir al alumnado por el espacio y les pediremos que tracen el rumbo hacia un objeto característico del terreno y les pediremos que comparen dichos rumbos con los compañeros de su grupo que estarán en posiciones diferentes. Buscaremos que desde el mismo punto tracen rumbos a elementos cercanos como puede ser un árbol o la puerta del colegio, y otros más lejanos como las montañas para ver la relación entre el rumbo y la distancia hasta el objeto.

Asamblea final: Finalizaremos realizando la puesta en común en la que remarcaremos la importancia de saber trazar un rumbo y posicionar el norte para la realización de las 3 sesiones siguientes.

- En la **4ª sesión** iremos un paso más allá e incluiremos el movimiento en la orientación, hasta ahora solo habíamos trabajado parados. Se llevará a cabo en el patio del colegio.

Asamblea inicial: Primeramente pediremos a un alumno que recuerde que hicimos en la sesión anterior centrándonos sobre todo en como trazar rumbos. Explicaremos el empleo de coordenadas, las escalas y como localizar un punto en el plano conociendo solo sus coordenadas. Además les enseñaremos que es una baliza y como se utiliza. Los primeros conocimientos habrán sido trabajados también en conjunto con el área de matemáticas por lo que aquí realizaremos un breve repaso de lo que ya han aprendido en clase y lo llevaremos a la práctica para que vean las dificultades de hacerlo de forma teórica a forma práctica.

Parte principal: Se les dará al alumnado un plano del colegio por cada grupo (Anexo II) y una brújula para cada persona. En este plano le vendrán indicadas 5 coordenadas en la parte inferior que deberán localizar primeramente en el plano. Dichas coordenadas vendrán dadas tanto en el formato de coordenada x y coordenada y como dándoles el punto de partida el rumbo y la distancia para que ellos localicen el punto de llegada. Una vez que han identificado los puntos deberán encontrar las balizas situadas en dichos puntos y utilizarlas para demostrar que han estado en el punto que se les pedía. Los puntos serán diferentes para cada grupo para evitar que algún grupo se valga del trabajo de otro para localizar dicho punto. No importa el tiempo que tarde cada grupo si no que todos los grupos consigan encontrar los diferentes puntos.

Asamblea final: Recapitularemos los conocimientos adquiridos durante la sesión observando las dificultades que se han encontrado para solucionarlas antes de la siguiente sesión que se realizará en un parque vecino al colegio pero que es un entorno desconocido y en el que, por tanto, las dificultades se multiplicarán.

- La **5ª sesión** se realizará en el Parque del Cementerio muy cercano al colegio. Para la elaboración de esta sesión precisaremos algo más de tiempo puesto que necesitamos desplazarnos hasta dicho parque, para ello pediremos al compañero que imparta la hora siguiente que nos ceda esa hora y que nos acompañe para tener un mayor control del alumnado.

Asamblea inicial: Estableceremos las normas básicas para la realización de esta sesión referenciando los límites de dicha actividad, no pudiendo salir del parque. A continuación un alumno explicará de nuevo como se obtiene un punto a partir de las coordenadas o como se traza un rumbo para poder realizar la sesión. Se realizarán los grupos heterogéneos y se repartirá el plano de la zona (Anexo III) y las brújulas.

Parte principal: La actividad será igual que la de la sesión anterior, queriendo comprobar la evolución del alumnado a la hora de orientarse. El espacio va a ser mucho más amplio, las zonas en las que poner las balizas estarán más ocultas lo que les obligará a afinar más a la hora de establecer los rumbos y las coordenadas y además es un espacio que les es menos conocido por lo que la dificultad será mucho mayor. Para aprovechar el tiempo empleado en llegar e irnos el número de puntos será mayor siendo el tiempo estimado para la realización de todo el recorrido de orientación de 1 hora y 20 minutos. En esta ocasión además marcaremos el tiempo empleado para la obtención de todos los puntos valorando que estén todos correctos.

Asamblea final: Se establecerá una hora límite en la que todo el alumnado tendrá que encontrarse en el punto de encuentro sin importar si ha encontrado todos los puntos o no. Dialogaremos sobre la dificultad de encontrar objetos en medio de nuestro rumbo que nos pueden hacer desviarnos de él y de la ayuda que el mapa nos brinda en estas situaciones. Vuelta al colegio.

- La **6ª y última sesión** se llevará a cabo fuera del horario escolar, un fin de semana, puesto que queremos involucrar a las familias. A tal efecto fijaremos un domingo e invitaremos a las familias a que participen en esta actividad, que se llevará a cabo en Parque Robledo. Previamente realizaremos una reunión con las familias que deseen asistir para explicar los conocimientos de los que ya disponen sus hijos.

Asamblea inicial: Se explicará que no se puede salir de la zona delimitada y se establecerán los grupos procurando que al menos un adulto participe con cada grupo. Se repartirán los planos de la zona (Anexo IV), donde cada equipo tendrá sus propias coordenadas, y una brújula por participante.

Parte principal: Desarrollo de la carrera de orientación atendiendo a los mismos criterios que se fijaron para las dos sesiones anteriores.

Asamblea final: Según se vaya realizando la actividad se irán acercando los participantes al punto de reunión, donde una vez que todos hayan acabado procederemos a realizar una comida para posteriormente volver a la ciudad.

5.8. PROCEDIMIENTOS Y CRITERIOS DE EVALUACIÓN

Analizando a diferentes autores podemos ver como es la evaluación en nuestro sistema educativo. Es una actividad sistémica y continua, cuya misión principal es recoger información variada del proceso en conjunto y debe servir para mejorar el propio proceso elevando la calidad del aprendizaje y mejorar el rendimiento.

Hemos hablado de continuidad y con ello queremos decir que hay que entender la evaluación como un proceso con inicio, desarrollo y fin. Además dijimos que debía ser sistémica pues es necesario seguir un plan previamente trazado que deberá ser llevado a cabo con rigor y que valore todos los aspectos significativos. Remarcar, por último, su flexibilidad, que supone que podemos usar diversidad de técnicas e instrumentos de registro.

5.8.1. Evaluación del proceso de aprendizaje: criterios de evaluación

La LOE, el RD 1513/06, el D 40/07 y la ORDEN EDU/1951/2007, de 29 de noviembre, por la que se regula la evaluación en la Educación Primaria en Castilla y León, determinan los principios y carácter de la evaluación. Los referentes oficiales son las competencias básicas, los objetivos y los contenidos.

En relación a los ámbitos deberemos evaluar el proceso de enseñanza. Al evaluar la adquisición de diferentes habilidades y destrezas usaremos técnicas como la observación directa en las clases y el análisis sistemático de los trabajos. A su vez emplearemos pruebas periódicas para ver la continuidad.

5.8.2. Criterios de evaluación y vinculación con el currículo

A continuación se mostrarán los criterios de evaluación globales que hemos elegido y posteriormente se exponen los criterios de evaluación que marca el D 40/07 realizando una relación numérica con nuestros criterios de evaluación en la tabla 7.

- 1.- Participar activamente y colaborar con sus compañeros en los juegos y actividades propuestas.
- 2.- Emplear los sentidos para reconocer diferentes estímulos y desplazarse eficientemente por el espacio.
- 3.- Desplazarse en carrera de forma adecuada al patrón de movimiento.
- 4.- Adecuar el esfuerzo a la tarea realizada.
- 5.- Orientarse en el espacio en función de los elementos que estén ocupando el mismo.

- 6.- Cooperar en la búsqueda de estrategias en los juegos de cooperación y también en los de oposición.
- 7.- Acatar las normas de los juegos y el papel que cada uno desempeña en los mismos, aceptando el resultado final.
- 8.- Emplear las TIC analizar de forma crítica la información que aparece en ellos sobre la orientación deportiva.
- 9.- Practicar con asiduidad actividades físicas, mostrando autonomía, confianza y afán de superación.

Tabla 7: Relación entre los criterios de evaluación del D40/07 Castilla y León y los de la propuesta de intervención educativa (fuente: elaboración propia).

RELACIÓN ENTRE LOS CRITERIOS DE EVALUACIÓN DEL DECRETO (D40/07 CASTILLA Y LEÓN) Y LOS DE LA PROGRAMACIÓN
1.- Utilizar la percepción discriminada de las sensaciones corporales como referencia para el control voluntario de la postura, el equilibrio y el movimiento, y como base de la capacidad de representación mental del cuerpo. (CE 2, 5)
2.- Ser capaz de adaptar la ejecución de las habilidades adquiridas al espacio disponible, ajustando su organización temporal a los requerimientos del entorno. (CE 2, 3, 5)
3.- Consolidar y enriquecer las estructuras dinámicas de coordinación ya adquiridas y asimilar otras nuevas progresivamente más complejas. (CE 2, 3)
4.- Resolver significativamente problemas de movimiento y situaciones motrices que impliquen las habilidades y procedimientos desarrollados en el ciclo. (CE 3, 4)
5.- Participar y disfrutar en juegos ajustando su actuación, tanto en lo que se refiere a aspectos motores como a aspectos de relación con los compañeros. Conocer y practicar diferentes juegos infantiles populares y tradicionales de su Comunidad. Respetar las normas de los juegos, aceptando ganar o perder y reconociendo su necesidad para una correcta organización y desarrollo de los juego. (CE 1, 6, 7, 8, 9)
6.- Reproducir corporalmente una estructura rítmica. Conocer y practicar diferentes bailes infantiles populares y tradicionales de su Comunidad.
7.- Simbolizar personajes y situaciones mediante el cuerpo y el movimiento con desinhibición y soltura en la actividad.
8.- Mostrar interés por cumplir las normas. Salud e higiene en la actividad física: conocer las finalidades de la higiene corporal y postural. (CE 7)

5.8.3. Indicadores de logro

Debido a la inclusión en la ley de las competencias es necesario realizar una evaluación competencial y para ello es esencial definir una serie de indicadores que muestren el dominio o conocimiento de los componentes procedimentales, conceptuales y actitudinales de las competencias.

- Expresarse de forma oral claramente y haciéndose entender por sus compañeros.
- Emplear el lenguaje de los números para realizar cálculos sencillos en las actividades lúdicas.

- Usar para situarse a sí mismo en el espacio elementos propios de la orientación.
- Adaptar los desplazamientos a juegos y otras situaciones motrices.
- Realizar movimientos coordinados en sus desplazamientos por el espacio.
- Reconocer páginas web con información sobre la orientación.
- Respetar al resto de personas, ya sean profesores, padres o compañeros.
- Identificarse con sus compañeros de equipo y colaborar con ellos para la resolución de un problema dado.
- Mostrar atención y retener la información más importante.
- Tomar decisiones sencillas dentro de los juegos.

5.8.4. Evaluación del proceso de enseñanza

Nuestra evaluación se refiere no solo al proceso de enseñanza sino que también incluye la práctica docente. Dentro de esta última es fundamental evaluar la adecuación de los objetivos, contenidos y criterios de evaluación a las características del alumnado, del centro y del entorno, las decisiones metodológicas, la coordinación y coherencia entre el profesorado, la previsión de medidas para la diversidad.

Eso en cuanto a la hora de planificar el documento. En cuanto a la práctica docente el profesor debe evaluar su actuación analizando aspectos como organización del aula, adecuación de las actividades, aprovechamiento de recursos, la relación entre el profesorado y el alumnado y un largo etcétera. En conclusión buscamos una evaluación que sea útil para garantizar la calidad y eficacia educativa, por lo que incluirá una evaluación de la propia evaluación.

5.8.5. Instrumentos de evaluación

Para conseguir realizar esta evaluación es necesario la utilización de unos adecuados instrumentos de evaluación. En nuestro caso vamos a utilizar el cuaderno de campo del alumno (Anexo I) y una hoja de recogida de datos con los indicadores que vamos a evaluar (Anexo V). A modo de ejemplo mostramos a continuación la portada y primera página del cuaderno de campo del alumno.

ORIENTACIÓN



NOMBRE:

APELLIDOS:

CURSO:

SESIÓN 1: INICIACIÓN A LA ORIENTACIÓN

1.- ¿Qué es la orientación?



2.- Busca una noticia sobre orientación deportiva y haz un breve comentario sobre ella. ¿Te ha resultado difícil encontrar esa noticia?

5.9. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD

Para finalizar con las medidas pedagógicas de nuestra propuesta didáctica tratamos ahora el apartado de atención al alumnado con necesidades educativas especiales. El docente debe ser consciente de la diversidad del alumnado existente y de la importancia de este hecho para planificar las actividades. En esta propuesta de intervención educativa pretendemos dar una respuesta abierta y flexible dejando la puerta abierta a medidas que favorezcan la adquisición de los objetivos y las competencias.

Es necesario atender a la diversidad para buscar la igualdad de oportunidades para que la escuela garantice el derecho a la educación de todos los individuos de una sociedad. Además se debe lograr que todo el alumnado se integre en el clima escolar, la EF y en especial las AFMN, y entendemos que a través de nuestra intervención educativa, favorecemos esta integración al ser un área en el que se fomenta la socialización del alumnado. Además, a través del trabajo cooperativo y en pequeños grupos que hemos diseñado seremos capaces de atender mejor a este gran principio de la educación: “integrar siempre que sea posible y segregar exclusivamente como última opción”.

6. REFLEXIONES FINALES

A continuación relacionamos los objetivos marcados al principio del trabajo para comprobar si el trabajo ha cumplido con los mismos.

- **Analizar el potencial educativo de la orientación:** A lo largo del marco teórico hemos pretendido analizar no solo la historia y antecedentes de las AFMN y la orientación, sino también, y sobre todo, el potencial educativo que tiene la orientación mostrando las múltiples posibilidades educativas que tienen las AFMN y más concretamente la orientación.
- **Profundizar en la aplicación de las AFMN en el ámbito educativo:** Con la elaboración de nuestro proyecto de intervención educativa hemos pretendido potenciar el uso de las AFMN dentro del contexto escolar, tratando de evitar que queden relegadas a un segundo plano.
- **Combatir los hábitos sedentarios, cada vez más extendidos entre la población escolar, al dotar al alumnado de una actividad atractiva para el tiempo libre:** Como ya hemos observado en la contextualización de nuestra propuesta, el grupo al que va dirigida este proyecto de intervención educativa es un grupo con un marcado carácter sedentario. Hemos tratado de realizar actividades atrayentes que puedan ser transferidas a su tiempo de ocio y además, hemos buscado la participación de las familias, para que de este modo las propias familias se sientan atraídas por la orientación y animen a sus hijos a practicarla.
- **Concienciar, desde la práctica, de la importancia del medio natural y los desequilibrios que podemos causar si no tenemos una actitud responsable con el mismo:** Uno de los valores que hemos tenido presente para la elaboración de este TFG es el de respeto al medio ambiente. Creemos que en la actualidad es un valor muy necesario y la mejor manera de llevarlo a la escuela es de manera vivenciada. La manera de vivenciarlo no es otra que realizar actividades en el medio natural, como hemos propuesto a lo largo del trabajo.
- **Relacionar las actividades físicas en el medio natural con el respeto y el cumplimiento de las normas:** Otro factor al que hemos querido prestar especial atención es al respeto y solidaridad con los compañeros. Vivimos en una sociedad y por lo tanto es necesario interactuar con otras personas. Por ello nuestra propuesta se

desarrolla fundamentalmente a través de actividades mayoritariamente grupales. Además, en el planteamiento de las asambleas iniciales siempre se incide en la necesidad de recordar las normas para poder cumplirlas.

- **Fomentar las relaciones con el resto de compañeros desde el disfrute de la actividad por el mero hecho de realizarla sin importar el resultado:** Las actividades no tienen un enfoque competitivo y solo en las últimas sesiones, en las que se incluye para adecuarlo más al contexto del deporte de la orientación, se utilizan actividades donde está presente la competición, pero aún en esos casos lo importante es la diversión, dando prioridad al proceso sobre el resultado.
- **Aprovechar las múltiples posibilidades interdisciplinares que ofrecen las AFMN:** Ya hemos mostrado como a partir de las AFMN podemos contribuir a la consecución de las competencias básicas. Hemos explicado que trabajaremos apoyándonos en el resto de docentes ya que algunos conocimientos se explicarán en otras áreas, como por ejemplo, las matemáticas, donde se hará de una forma más teórica para posteriormente buscar su realización en la práctica. Además, se trabaja de forma transversal con temas como el empleo de las nuevas tecnologías, la expresión oral y escrita o la educación en valores.

7. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Ausubel, D. P. (1976). *Psicología educativa. Un punto de vista cognoscitivo*. México: Trillas.
- Baena, A., y Baena, S. (2003). Tratamiento didáctico de las Actividades Físicas Organizadas en el Medio Natural, dentro del área de Educación Física. *Revista Digital efdeportes*, 61.
- Boyero, M., Serna, C., y Valle, P. (2002). Aproximación taxonómica de las actividades físicas en la naturaleza en centros educativos. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 1, 6-14.
- Camps, M. C., y Del Moral, J. (1992). *Propuesta de Secuencia de EF. Educación Primaria*. Madrid: MEC.
- Casterad, J., Guillen, R., y Lapetra, S. (2000). *Actividades en la naturaleza*. Barcelona: Inde.
- Corbellini, G. (2013). *Guía de Orientación (5ª Edición)*. Madrid: Tutor.
- Darst, P., y Armstrong, G. (1980). *Outdoor Adventure Activities for School and Recreation Programs*. Minneapolis: Burgess.
- Decreto 40/2007, de 3 de mayo, por el que se establece el Currículo de la Educación Primaria en la Comunidad de Castilla y León.
- Dupuis, J. (1990). *La famille A.P.P.N.* Toulouse: Centre regional de documentaton pédagogique.
- Dupuis, J. (1991). Une A.P.P.N. c'est quoi au juste? *Actes de Deuxiemes Assises des activites physiques de pleine nature*. Toulouse.
- Federación Española de Orientación La Orientación en la educación (2012). *La Orientación en educación*. <https://www.youtube.com/watch?v=ifLev2-xHqs> (Consulta: 19 de mayo de 2014).
- Freire, H. (2011). *Educar en verde. Ideas para acercar a niños y niñas a la naturaleza*. Barcelona: Grao.

- Funollet, F. (1989). Las actividades en la naturaleza como marco de una Educación Física eficaz. *Apunts. Educación Física y Deportes*, 16, 81-85.
- García, P., Martínez, A., Parra, M., Quintana, M., y Rovira, C. M. (2005). *Actividad física en el medio natural para Primaria y Secundaria*. Sevilla: Ed. Wanceulen.
- García, P., y Quintana, M. (2005). *Introducción a las Actividades en la Naturaleza*. Sevilla: Ed. Wanceulen.
- Gómez, V., Luna, J., y Zorrilla, P. (1996). *Deportes de Orientación*. Madrid: MEC.
- Julián, J. A., y Pinos, M. (2011). *Ejemplificación de Educación Física para segundo ciclo de Primaria. Actividad: Orientación*. Zaragoza: Departamento de Educación, Universidad, Cultura y Deporte del Gobierno de Aragón.
- Ley Orgánica 2/2006, de 3 de Mayo, de Educación.
- Marín, R., y Rivas, M. (1987). *Sistematización e innovación educativas*. Madrid: UNED.
- Melendo, J.A., Arbonés, N., Cancer, L., Maza, P., y Lampre, F. (2002) *Manual de técnicas de montaña e interpretación de la naturaleza*. Barcelona: Paidotribo.
- Miranda, J., Lacasa, E., y Muro, I. (1995). Actividades físicas en la naturaleza. Un objeto a investigar. Dimensiones científicas. *Apunts. Educación Física y deportes*, 41, 53-69.
- Monjas, R. Y Pérez, D. (2003). Actividades Físicas en el Medio Natural: reflexiones desde la práctica. Actas del I Congreso Internacional “Las AFMN en la EF escolar”, Palencia.
- Morales, A., y Guzmán, M. (2000). *Diccionario temático de los deportes. Manual de términos en la actividad física y el deporte*. Málaga: Arguval.
- Navas, F. T. (2009). La carrera de orientación en el medio natural. *Revista Digital efdeportes*, 139.

Olivera, A., y Olivera, J. (1995). Propuesta de clasificación taxonómica de las actividades físicas de aventura en la naturaleza. *Apunts. Educación Física y Deportes*, 41, 108-123.

ORDEN EDU/1951/2007, de 29 de noviembre, por la que se regula la evaluación en la Educación Primaria en Castilla y León.

Orden ECI/3857/2007, de 27 de diciembre, por la que se establecen los requisitos para la verificación de los títulos universitarios oficiales que habiliten para el ejercicio de la profesión de Maestro en Educación Primaria.

Pedrero, M^a. C. (2007). *Análisis de la Educación Física en la región de Murcia desde la perspectiva psicosocial del alumno*. Tesis doctoral inédita. Universidad de Murcia.

Pérez, J. (1998). *La orientación de las iglesias románicas del Camino de Santiago*. II Congreso nacional de historia de la construcción, A Coruña.

Pigeaussou, C., y Miranda, J. (1992). Las actividades físicas en la naturaleza y el desarrollo local. Cómo las ilusiones se transforman en realidad. El caso francés. *Revista Ocio/Sport*, 18, 39-43.

Pinos, M. (1997). *Iniciación a los deportes en la naturaleza. Guía práctica*. Madrid: Gymnos.

Progen, J. (1979). Man, nature and sport. En E. Gerber Y M. Nillian, *Sport and the body. A Philosophical Symposium* (pp. 237-242). Philadelphia: Lea and Febiger.

Querol, S. (2003) *La orientación en Educación Física*.

<http://www.educaciofísica.com/orientacion.htm> (Consulta: 19 de abril de 2014).

Real Decreto 132/2010, de 12 de febrero, por el que se establecen los requisitos mínimos de los centros que impartan las enseñanzas del segundo ciclo de la Educación Infantil, la Educación Primaria y la Educación Secundaria.

Real Decreto 861/2010 de 2 de julio, por el que se modifica el Real Decreto 1393/2007, de 29 de octubre, por el que se establece la ordenación de las enseñanzas universitarias oficiales en España.

Real Decreto 1190/2012, de 3 de agosto, por el que se modifica el Real Decreto 1513/2006, de 7 de diciembre, por el que se establecen las enseñanzas mínimas de la Educación Primaria.

Rivas, M. (2000). *Innovación Educativa: Teoría, procesos y estrategias*. España: Editorial Síntesis, S.A.

Tejada, J. y Sáez, J. (2009). Educación Física y Educación Ambiental. Posibilidades educativas de las actividades en el medio natural. Perspectivas de futuro: la educación al aire libre y el aula en la naturaleza. *Revista Digital Wanceulen 5*, 124-137.

Urrutia, J. (2006). *Cartografía, orientación y GPS*. Guipuzcoa: Etor-Ostoa.

Valero, A., Granero, A., Gómez, M., Padilla, F. A., y Gutiérrez, H. (2010). Diferentes propuestas para la enseñanza de la orientación a nivel escolar: orientación en el aula de Educación Física, orientación urbana y orientación subacuática. *Apunts. Educación física y deportes*, 99, 34-46.

Zabala, A. y Arnau, L. (2007). *11 ideas clave. Cómo aprender y enseñar competencias*. Barcelona: Graó.