

FACULTAD DE EDUCACIÓN Y TRABAJO SOCIAL
GRADO EN EDUCACIÓN PRIMARIA-MENCIÓN
EDUCACIÓN FÍSICA



**EL SENDERISMO: UNA PROPUESTA
DESDE LA EDUCACIÓN FÍSICA ESCOLAR
EN LA ETAPA DE PRIMARIA**

TRABAJO DE FIN DE GRADO 2017/2018

AUTORA: MARINA SORDO VACAS
TUTOR: HIGINIO FRANCISCO ARRIBAS CUBERO

“Se cuida aquello que se ama” David Sobel

*“Produce una inmensa tristeza pensar que la naturaleza habla mientras el género humano
no la escucha”* Víctor Hugo

AGRADECIMIENTOS

A Quico Arribas, por enseñarme con su asignatura y modo de vida que es posible educar en la naturaleza. Gracias por la dedicación y apoyo constante durante este tiempo y, especialmente, por creer en mí desde el principio y hacerme crecer como persona.

A Toño Vinagrero, por sus enseñanzas durante estos meses. Gran parte de este trabajo ha sido posible gracias a ti, eres un gran ejemplo a seguir.

A Raúl Castaños, por su apoyo diario cuando no tenía claro por dónde encaminaría el trabajo. ¡Serás un excelente profesor de Educación Física!

A mis padres y mi hermano César por las horas de juego en el parque, las excursiones a “pasar el día en el campo” y por inculcarme desde pequeña que el contacto con el medio natural es necesario.

A los profesores del CEIP El Peral por acogerme desde el primer momento y especialmente a Cristina y Jesús por dejar que este trabajo se llevara a cabo.

A Diego, agente medioambiental, por formar parte de este proyecto enriqueciéndonos a todos con sus enseñanzas.

A Cristina, Alba y Nazaret, por las horas de clase, de hacer trabajos y por los buenos momentos de después. Gracias por estos cuatro años y especialmente por los de la mención.

A Pablo, por el camino recorrido y el que nos queda por recorrer

RESUMEN

En el presente Trabajo de Fin de Grado se presenta una propuesta de Educación Física en el Medio Natural a través del desarrollo de una unidad didáctica de senderismo que finaliza con una salida durante toda la jornada escolar. La intervención, realizada con los alumnos de tercero del CEIP El Peral situado en el sur de Valladolid, consta de siete sesiones en las que se tratan contenidos de senderismo y sobre el entorno natural del Pinar de Antequera ya que la salida tiene lugar en este espacio.

A lo largo del trabajo, se presenta el diseño, la puesta en práctica y evaluación de todo el proceso así como los aprendizajes adquiridos tanto por los alumnos como por el docente.

PALABRAS CLAVE

Senderismo, Unidad Didáctica, Educación Física, Medio Natural, Senderos Escolares

ABSTRACT

In the present Project, a proposal of Physical Education in the Natural Environment is presented, through the development of a teaching unit of hiking, that ends with a trip during a school day. The intervention, realized with third grade pupils of El Peral School located at the South of Valladolid, consists of seven sessions in which are dealt hiking and Pinar de Antequera's environmental contents, since the trip is carried out in that natural environment.

Throughout this Project, the design, implementation and evaluation of the process is presented, as well as the learnings acquired by the pupils and the teacher.

KEYWORDS

Hiking, Teaching Unit, Physical Education, Natural Environment, School trails

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN	1
2. JUSTIFICACIÓN	3
3. OBJETIVOS	5
4. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA	6
4.1 ANTECEDENTES.....	6
4.2 EDUCAR EN LA NATURALEZA	7
4.3 LAS ACTIVIDADES FÍSICAS EN EL MEDIO NATURAL.....	8
4.4 SENDERISMO.....	11
4.5 SENDEROS ESCOLARES.....	12
4.5.1 Aspectos a tener en cuenta para organizar un sendero escolar.....	13
4.5.2 Información de interés	17
5. METODOLOGÍA	21
5.1 CONTEXTO.....	21
5.1.1 Sobre el centro.....	21
5.1.2 Sobre el alumnado.....	22
5.1.3 Sobre el sendero y el Pinar de Antequera.....	23
5.2 PROPUESTA DE INTERVENCIÓN	26
5.2.1 La unidad didáctica	26
5.2.2 Planificación y elaboración de la unidad didáctica	28
5.2.3 El sendero, colofón de la unidad didáctica	31
5.3 EVALUACIÓN DE LA INTERVENCIÓN.....	35
5.3.1 Instrumentos de recogida de datos a lo largo de la unidad.....	35
5.3.2 Análisis de los datos.....	37
6. VALORACIÓN DE LA PROPUESTA DE INTERVENCIÓN	38

6.1 NARRACIÓN REFLEXIVA DE LA UNIDAD.....	38
6.2 NARRACIÓN REFLEXIVA DE LA SALIDA	43
6.3 VALORACIÓN DE LOS TEMAS CLAVE	47
6.3.1 Aprendizajes y experiencias de los alumnos	47
Conocimientos adquiridos	47
Vivencias.....	49
Emociones, sensaciones, sentimientos	50
6.3.2 Aspectos didácticos y organizativos de la unidad.....	53
Adaptación de la ruta.....	54
Adecuación de contenidos.....	54
Temporalización.....	55
Actividades durante la ruta	55
6.3.3 Rol del docente en el proceso	56
Estrategias utilizadas.....	56
Claridad del mensaje.....	57
Conducción del grupo	58
7. CONSIDERACIONES FINALES Y PROPUESTA DE CONTINUIDAD	59
7.1 CONSIDERACIONES FINALES	59
7.2 CONSECUCIÓN DE OBJETIVOS	61
7.3 PROPUESTA DE CONTINUIDAD	62
8. BIBLIOGRAFÍA Y REFERENCIAS	68
9. ANEXOS.....	72
ANEXO 1: INSTALACIONES DEPORTIBAS Y CUARTO DE MATERIAL.....	72
ANEXO 2: UNIDAD DIDÁCTICA “CAMINANDO”	72
ANEXO 3: HOJA DE EVALUACIÓN DE LA RUTA	161

ÍNDICE DE TABLAS

TABLA 1. Vestimenta recomendada para una ruta de senderismo	18
TABLA 2. Materiales necesarios que hay que llevar en la mochila	18
TABLA 3. Estructura de la intervención.....	27
TABLA 4. Planificación del día de la ruta	31
TABLA 5. Instrumentos de recogida de datos.....	35
TABLA 6. Guía para el diseño de un sendero escolar	62

ÍNDICE DE GRÁFICOS E ILUSTRACIONES

ILUSTRACIÓN 1. Vista aérea del centro	22
ILUSTRACIÓN 2. Ruta realizada	24
ILUSTRACIÓN 3. PRAE	24
ILUSTRACIÓN 4. Acequia de valladolid	25
ILUSTRACIÓN 5. Zona de repoblación	25
GRÁFICO 1. Emociones de 3 ^o a antes de la ruta	51
GRÁFICO 2. Emociones de 3 ^o b antes de la ruta.....	52
GRÁFICO 3. Emociones después de la ruta 3 ^o A.....	52
GRÁFICO 4. Emociones de después de la ruta 3 ^o B.....	53

1. INTRODUCCIÓN

En el presente Trabajo de Fin de Grado (TFG) titulado “El senderismo: Una propuesta desde la Educación Física escolar en la etapa de primaria” se aborda el diseño, puesta en práctica y evaluación de una unidad didáctica de senderismo como forma de introducir en la programación de aula la Educación Física en el Medio Natural (EFMN). A través de dicha unidad se hace un análisis de los aprendizajes adquiridos conceptuales, vivenciales y actitudinales tanto del alumnado como de la maestra organizador de la unidad.

A continuación, se presenta la estructura del documento:

El primer apartado es la “Justificación” donde se presentan los motivos para realizar este trabajo atendiendo al interés educativo de éste en base a diversos autores de relevancia, el currículum de Educación Primaria y mi motivación para su puesta en práctica. Seguidamente, en los “Objetivos” se deja constancia de los propósitos marcados para su desarrollo.

En la “Fundamentación teórica”, se hace referencia a la visión de diferentes autores de referencia sobre educar en la naturaleza y las Actividades Físicas en el Medio Natural (AFMN) en general y los senderos escolares en particular, sus beneficios para su puesta en práctica y los aspectos a tener en cuenta para la organización de un sendero escolar contextualizado.

Posteriormente, se trata la “Metodología” que se ha llevado a cabo describiendo primeramente el contexto tanto del centro y el alumnado como del lugar en el que se desarrolla el sendero, el Pinar de Antequera. Seguidamente se presenta la propuesta de intervención haciendo referencia a la unidad, su planificación y organización y al sendero en especial por su importancia en la unidad como colofón de ésta, en donde se dan los aprendizajes obtenidos en las sesiones previas. Finalmente, se tratan los instrumentos de recogida de datos y la forma de analizar los datos extraídos.

A continuación, en el epígrafe “Valoración de la propuesta de intervención” tiene lugar el análisis de los datos obtenidos a través de la narración reflexiva de la unidad y del sendero y de la valoración de los temas clave seleccionados.

Por último, en las “Consideraciones finales y propuesta de continuidad” se hace una valoración global de la experiencia y de los puntos más importantes a destacar así como la

consecución de los objetivos iniciales y una propuesta de continuidad a través de una guía para el diseño de una salida de senderos escolares basada en la experiencia de este trabajo.

2. JUSTIFICACIÓN

El desarrollo de este TFG consiste en el diseño, puesta en práctica y análisis de un sendero escolar ya que considero que las Actividades Físicas en el Medio Natural tienen múltiples beneficios para el desarrollo integral de la persona. Por otro lado, tengo cierta preocupación por los niños de hoy en día ya que pasan demasiado tiempo en lugares cerrados jugando solos. Por ello, considero que unir el trabajo por grupos, para el cual deben relacionarse con sus compañeros, y la naturaleza ayudan a combatir este gran problema.

La motivación por este tema surgió gracias a la asignatura de “Educación Física en el Medio Natural” cursada este año en la Facultad ya que me permitió darme cuenta de que educar en y para la naturaleza es posible. Por ello, al darse la oportunidad de realizar en el centro escolar en el que he hecho las prácticas una unidad didáctica de senderismo, no tuve ninguna duda en poner en práctica lo aprendido en dicha asignatura así como de investigar al respecto y leer las experiencias vividas por otros para enriquecer el diseño y la puesta en práctica de la intervención. De esta forma, la salida no es vista como un premio al final de la unidad ya que todas las actividades que se realizan a lo largo de ésta conllevan unos aprendizajes necesarios para el día de la ruta, tanto de senderismo como del entorno en el que se desarrolla, entendiendo así el senderismo como un contenido posible y con múltiples posibilidades en la Educación Física escolar y para el ocio de los escolares.

A través de este TFG quiero comprobar que la educación fuera del aula es posible, teniendo incontables beneficios entre los que Charles, Louv, Bodner y Guns (2008) destacan principalmente la reducción de estrés, la mejora de atención, creatividad, imaginación, cooperación, de su salud y bienestar así como el desarrollo psicológico y cognitivo. Siguiendo esta línea, Freire (2011) añade que gracias a la naturaleza, con la que el ser humano convive desde el inicio de los tiempos, los niños se desarrollan mejor a nivel social, sensorial e intelectual debido a que los aprendizajes adquiridos en ésta van más allá de lo meramente académico.

En la campaña publicitaria liderada por Ken Robinson y Stuart Brown en 2016 “Liberad a los niños. Ensuciarse es bueno”¹ se saca a la luz que los presos de ciertas prisiones pasan más tiempo al aire libre que los niños de entre 5 y 12 años. Para ello se realizó una

¹ Se puede ver el vídeo de la campaña en el siguiente enlace:
<https://www.youtube.com/watch?v=tkC1HZRHsRI>

investigación en 10 países y a más de 12000 padres y madres con hijos en las edades mencionadas anteriormente cuyo resultado es que los niños pasan de media sólo una hora al día al aire libre.

De este modo, un sendero escolar es una actividad en el medio natural idónea para contribuir a desarrollar íntegramente al alumno ya que éste se enriquece de la naturaleza gracias a su gran valor educativo, creando aprendizajes para la vida, experienciales y de aplicabilidad inmediata teniendo en cuenta que se dan de forma interdisciplinar. En cuanto a la relación del senderismo con la motricidad, el senderismo en sí necesita de la habilidad motriz de caminar unido con el equilibrio y capacidades físicas como la resistencia. Además de esto, que parece más obvio, gracias a este tipo de actividades los alumnos adquieren mayor autonomía, aprenden una forma de ocio saludable, orientación espacial y manejo de mapas entre otros aspectos motrices así como elementos relacionados con el senderismo como el material necesario, la necesidad de conocer el entorno, los tipos de señalización y las normas necesarias para su ejecución.

En relación con el currículo de Educación Primaria, la finalidad de dicha etapa establecida en el artículo 16.2 de la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación, es entre otros aspectos, afianzar el desarrollo personal y bienestar del alumnado, desarrollar habilidades sociales, hábitos de trabajo creatividad y afectividad, estando presentes a lo largo del proyecto.

En cuanto a los bloques de contenidos del currículo establecidos en el DECRETO 26/2016, de 21 de julio, por el que se establece el currículo y se regula la implantación, evaluación y desarrollo de la Educación Primaria en la Comunidad de Castilla y León, los senderos escolares se pueden incluir tanto en el bloque tres de Habilidades motrices, ya que caminar es una habilidad motriz básica, como en el cuarto, Juegos y actividades deportivas, porque el senderismo es un deporte.

En cuanto al centro escolar CEIP El Peral, trata de inculcar entre otros valores, el respeto del medio ambiente y el interés por la conservación del entorno natural por lo que considero que mi propuesta encaja con el ideario del centro en el que se desarrolla la intervención. Asimismo, desde las clases de Educación Física se lleva apostando varios años por las Actividades Físicas en el Medio Natural a través de actividades como orientación, senderos, rutas en bicicleta y las aulas de la naturaleza que consiste en una salida con varias pernoctas a diferentes espacios naturales de nuestra comunidad.

3. OBJETIVOS

Los objetivos perseguidos con este TFG son los enumerados a continuación:

OBJETIVO GENERAL:

Diseñar, poner en práctica y evaluar una unidad didáctica de senderismo finalizando con una ruta en el medio natural durante toda la jornada escolar

OBJETIVOS ESPECÍFCOS:

- Integrar la Educación Física en el Medio Natural en la programación del curso a través de una unidad didáctica de senderismo
- Valorar los aprendizajes adquiridos a lo largo de la unidad para poner en valor el interés de este tipo de propuestas en el entorno escolar
- Mostrar caminos para sucesivas puestas en práctica de senderos escolares en este u otro contexto similar

4. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

A lo largo de este punto se va a desarrollar la teoría tratada por diferentes autores de relevancia sobre las Actividades Físicas en el Medio Natural (AFMN) en general y los senderos escolares en particular.

A modo de breve introducción y tomando de referencia a Freire (2011), los niños de hoy en día estudian la naturaleza de muchos lugares y sin embargo, no viven en contacto con ella, ni siquiera la de su entorno, haciendo que estos aprendizajes no estén relacionados con el contexto real del alumno. No solo debemos estudiar la naturaleza y el medio que nos rodea sino que debemos vivenciarlo y experimentar en él porque ésta es tanto objeto de conocimiento como medio para llegar a él. El contacto con la naturaleza promueve grandes aprendizajes de diferente índole por lo que debemos impulsar el contacto con el medio natural desde la escuela en todas las etapas educativas.

4.1 ANTECEDENTES

En cuanto a los antecedentes de senderos escolares, hay que tener especialmente presentes los proyectos de Caminalia² de la Junta de Extremadura y Montaña Segura³ de Aragón ya que son grandes referentes de la inclusión de los senderos en la escuela. En el primero de ellos, realizado por profesionales de la enseñanza, se detalla un proyecto de senderismo para escolares ofreciendo información sobre aspectos importantes a la hora de organizar un sendero como la señalización, el ritmo de la marcha en función de la edad, cómo dinamizar el grupo, qué materiales se necesitan,... De esta forma, ofrecen la información y los conocimientos necesarios a los docentes para tratar de aumentar la práctica de este tipo de actividades.

Por otro lado, Montaña Segura surgió como una campaña de prevención de accidentes en el medio natural del Gobierno de Aragón y la Federación Aragonesa de Montañismo. Por ello, su interés es concienciar a las personas de hacer buen uso de las montañas así como ofrecer información relevante sobre los conocimientos necesarios para su desarrollo. Uno de sus grandes avances ha sido la creación del MIDE (Método de Información De Excursiones) pues es un sistema de comunicación entre excursionistas para valorar las

² Se puede ver en el enlace

http://extremambiente.juntaex.es/files/pdfs_educacion_ambiental/Caminalia.pdf

³ Para saber más información, consultar su página web <https://montanasegura.com/>

exigencias de los recorridos que puede ser utilizado por cualquiera, tanto para informar a los demás como para ser informado. Por otro lado, desde Montaña Segura se ha creado un documento llamado “El senderismo como proyecto interdisciplinar en el ámbito escolar” en el que han trabajado conjuntamente maestros y maestras de Educación Física de Aragón y profesores universitarios de la Universidad de Zaragoza, uniendo el trabajo más técnico de montaña segura con los planteamientos didácticos de este grupo. En este proyecto se detallan recursos didácticos para el profesorado de Educación Primaria en general y de Educación Física en particular de forma que se impulse a los docentes a realizar actividades en el medio natural y especialmente senderismo, a través de un proyecto educativo.

Poco a poco las AFMN van adoptando más fuerza hasta el punto de que en la facultad una de las asignaturas de la mención de Educación Física tiene el mismo nombre y se estudia el diseño, puesta en práctica, evaluación, justificación, beneficios e inconvenientes de su desarrollo. Desde dicha materia se realizaron diferentes proyectos de actividades en el medio natural como la bicicleta, senderos escolares, escalada, senderismo y una acampada tanto para los universitarios como para escolares en el caso de los senderos siendo un claro antecedente a este trabajo ya que participé en la organización y puesta en práctica de un sendero escolar con el CRA Ribera del Duero en Quintanilla de Onésimo. Así mismo en el desarrollo de dicha asignatura se llevan desarrollando durante siete años, al menos dos senderos escolares al año, con diferentes centros, siendo este proyecto parte y continuación de estas experiencias y de otros senderos escolares realizados años antes para ser presentados como TFG.

4.2 EDUCAR EN LA NATURALEZA

Ya en el siglo XVII Rousseau propuso las AFMN como parte de la materia de Educación Física convirtiéndose así en uno de los precursores de estas actividades, considerando que el hombre para aprender tiene que estar en contacto con la naturaleza ya que todos los aprendizajes son de origen sensorial (Navarro, Arufe y Sancosmed, 2015). Asimismo, en la pedagogía de Giner de los Ríos del siglo XIX la naturaleza ocupaba un papel central ya que, como afirma Velázquez (2016), se dio cuenta de que la naturaleza tiene el poder de educar de forma que las actividades en el medio natural fortalecen el carácter.

Siguiendo esta línea, la naturaleza ofrece grandes posibilidades y ambientes de aprendizaje siendo un entorno perfecto para el desarrollo integral del alumnado en el que

aprenden a vivir en equilibrio con el medio (Saéz, Tornero y Sierra, 2017). Teniendo de referencia a Freire (2011), el mundo se percibe a través de sensaciones y gracias a los diferentes sentidos. Sin embargo, en la actualidad se priva a los niños de tener la oportunidad de construir sus propias ideas sobre éste a partir de su experiencia personal ya que se estudia la naturaleza a través de libros e internet en lugar de dejar que los niños experimenten en y con la naturaleza. Ésta ofrece gran cantidad y diversidad de experiencias así como posibilidades de un juego más creativo porque no se establecen formas de trabajo de antemano sino que deja volar la imaginación produciendo sensación de libertad. Santos y Martínez (2008) afirman que la única manera de conseguir diferentes aprendizajes gracias a la naturaleza, es estando allí, interactuando con ella, valorarlo y teniendo experiencias en ésta.

El medio natural es un espacio tranquilo y relajante que contribuye a mejorar las capacidades de observación y percepción así como al aumento de la condición física y emocional, su sentido de la independencia y la confianza en sí mismos, es decir, el contacto con la naturaleza mejora el desarrollo físico, afectivo e intelectual gracias a la creación de una base sensorial y motora que el niño incorpora a través de sus sentidos, cuerpos y conocimientos del entorno, siendo esenciales para una memoria duradera y para la vitalidad (Freire, 2011). Siguiendo esta línea, Arribas (2015b), expone que la naturaleza es una extraordinaria aula de estimulación sensorial, física y cognitiva, donde además de moverse y disfrutar, los niños incorporan conceptos lógicos abstractos que están en la base de las matemáticas, la lectura o las ciencias, estimulando a su vez múltiples canales de expresión.

Como afirma Louv (2007) las nuevas generaciones ven la naturaleza como una abstracción más que una realidad creando serios problemas a la hora de forjar raíces y lazos de unión entre el ser humano y la tierra. Además, los lugares y materiales naturales estimulan la imaginación de los niños y sirven de medio hacia la inventiva y la creatividad.

4.3 LAS ACTIVIDADES FÍSICAS EN EL MEDIO NATURAL

Tierra (1996) define las actividades en el medio natural como: “El conjunto de actividades de carácter interdisciplinar que se desarrollan en contacto con la naturaleza, con finalidad educativa, recreativa y deportiva, y con cierto grado de incertidumbre en el medio” (p.133). Dichas actividades y teniendo de referencia a Santos y Martínez (2011) son de carácter experiencial y con una aplicabilidad inmediata proporcionando por lo tanto aprendizajes para la vida que deben tener una clara intención educativa (Miguel, 2001).

Miguel (2008) defiende que estas actividades pueden ser interpretadas de dos formas. Por un lado, hace referencia a cualquier tipo de actividad física que se lleve a cabo en un entorno natural y por otro, a aquellas actividades físicas que solo se pueden llevar a cabo en el medio natural. En cualquier caso, ambas interpretaciones hacen referencia a actividades motrices en torno al medio natural.

Son múltiples los beneficios de las AFMN, Peñarrubia, Guillén y Lapetra (2016) determinan los siguientes a diferentes niveles:

- Desarrollo físico: Permiten la mejora de la condición física y del equilibrio
- Desarrollo psicológico: Gracias a la incertidumbre del medio representan un reto para los alumnos contribuyendo al aumento de autoestima, confianza, bienestar y autonomía.
- Desarrollo sociológico: Al ser actividades grupales fomenta la cooperación grupal, la comunicación y el respeto a tres niveles: respeto a los demás y a sus ideas, respeto por las ideas propias y respeto hacia las normas de seguridad.
- Desarrollo educativo: Potencian un mayor conocimiento de las propias capacidades y limitaciones haciendo posible la percepción, decisión y ejecución de la acción motriz para llevar a cabo la opción adecuada en cada momento. Asimismo, son una herramienta para conocer el entorno y comprender las características de éste incidiendo de forma directa y positiva sobre el disfrute del niño de forma positiva.

El planteamiento de las AFMN debe ser interdisciplinar ya que gracias al espacio natural se pueden transmitir contenidos conceptuales, procedimentales y actitudinales tanto de la asignatura de Educación Física como de otras asignaturas. Este espacio debe ser visto como un aula que ofrece múltiples posibilidades de aprendizaje fomentando con un carácter globalizador el desarrollo de los temas transversales y siendo sencillo el trabajo por proyectos (Tejedor, 2005). Martínez y García (2008) añaden que para que una actividad en el medio natural sea verdaderamente educativa debe atenderse a la globalidad del individuo siendo interesante vincular los conocimientos de diferentes áreas para ofrecer un aprendizaje interdisciplinar así como la inclusión de valores educativos que se favorecen en contacto con la naturaleza como la educación ambiental, la igualdad,... Gracias a esta perspectiva globalizadora, además del desarrollo de diferentes habilidades, el alumnado mejora su relación con el medio y con los demás así como la autonomía de incluir estas actividades en su ocio.

Las AFMN tienen gran potencial educativo ya que favorecen el desarrollo íntegro de la persona. No obstante, Miguel (2001), Gómez Encinas (2008), Santos y Martínez (2008) y Parra, Caballero y Domínguez (2009) señalan que no producen enseñanzas positivas per sé sino que debe haber una intervención programada para que el efecto de éstas sea formativo. Siguiendo este hilo, Parra et al. (2009) afirman que la naturaleza no promueve el bien o el mal sino que lo determinante son los objetivos, el contexto, la metodología,... Por ello, para que se produzca la enseñanza que se pretende, se deben analizar y diseñar adecuadamente las actividades en la naturaleza.

La importancia de incluir las AFMN en el colegio es que fomentan el desarrollo integral del alumno (García, Arriscado, Gallardo y Dalmau, 2016). Caballero (2012) expone las principales características que atribuyen a las AFMN un componente educativo de las que es necesario destacar:

- El medio en el que se desarrollan proporciona diferentes estímulos, en muchos casos impredecibles, permitiendo gran interacción con la naturaleza para así valorarla y respetarla.
- Tanto la motricidad como otros componentes de la actividad física como el equilibrio o la velocidad están presentes.
- Favorece el desarrollo social, físico, cognitivo y emocional gracias a su carácter experiencial.

Además de las citadas anteriormente, García et al. (2016) añaden la necesidad de formar individuos capaces de establecer relaciones equilibradas con el medio para respetarlo, cuidarlo y mejorarlo así como de establecer una relación con el entorno en la que los alumnos tengan experiencias vivenciales a través de la interacción con la naturaleza y de la incertidumbre que produce propiciando además, la interacción social.

Algunos de los motivos para introducir las AFMN en el área de Educación Física, teniendo de referencia a García et al. (2016) son las siguientes:

- La naturaleza es la mayor aula de Educación Física debido a sus posibilidades educativas y de aprendizaje introduciendo al alumnado en las actividades al aire libre
- En el medio natural se pueden plantear procesos de enseñanza motriz, cognitivos, afectivos y sociales del alumnado
- La educación ambiental se ve favorecida con la práctica de actividades en el medio natural

Este tipo de dinámicas producen gran entusiasmo para los niños, según Genestar y Arazo (2000), debido a la necesidad de desconectar de la rutina de las aulas, de libertad y a su posibilidad de adaptación. Asimismo, éstas son idóneas con niños porque es la forma de que valoren, cuiden y conserven el patrimonio natural (Martín, Rodríguez y Arribas, 2002).

De entre las diferentes actividades existentes en la naturaleza, en el presente trabajo se va a desarrollar el senderismo debido a su fácil accesibilidad.

4.4 SENDERISMO

Genestar y Arazo (2000) entienden el senderismo como: “Aquella actividad excursionista, de marcha a pie, que discurre por itinerarios peatonales de gran longitud, formado por la conexión de caminos, veredas, sendas, calzadas o cualquier tipo de vías de comunicación no aptas para los vehículos de motor” (p.3). Mientras que Guillén, Lapetra y Casterad (2000) se centran más en cómo es la marcha que en las vías por las que se hace, entendiendo por senderismo:

La manera más básica y sencilla de practicar actividades físicas en la naturaleza y la más accesible para todos/as, puesto que puede realizarse a cualquier edad, en cualquier momento del año y sobre cualquier terreno, siempre teniendo en cuenta a nuestros/as participantes. Además, dentro de las AFMN, el senderismo es considerado una modalidad con bajo nivel de riesgo. (p. 134)

Asimismo Martín, Rodríguez y Arribas (2002) lo entienden como un fin en sí mismo aunque también sirva para acceder a otros espacios y actividades.

El senderismo tiene grandes ventajas, entre las que Arribas, Blas, Cabanas, De las Heras, Flórez y Talegón (2008), Martínez, Murillo, Sicilia, Pascual, Ramírez, Amate y Santos (2001) y Martínez y García (2008) destacan que es la forma básica de acceso a la naturaleza a través del sistema de locomoción más sencillo y natural, aplicable a diferentes contextos y etapas del ciclo vital. En esta línea, Peñarrubia, Guillén y Lapetra (2016) afirman que su puesta en práctica favorece el desarrollo personal de forma integral debido a la necesidad de adaptación a la incertidumbre del medio que permite a su vez la participación de forma global y fomentando, según Parra y Rovira (2007) la autonomía y el trabajo en equipo.

Además de lo mencionado anteriormente, el senderismo es un excelente método para la transmisión de valores y la educación ambiental. En este sentido, Caballero, Domínguez,

Parra, y Rovira (2008), indican que la práctica del senderismo es idónea para fomentar actitudes de respeto y protección del medio natural.

4.5 SENDEROS ESCOLARES

Se entiende por senderos escolares aquellas actividades en la naturaleza cuya finalidad es el propio desplazamiento a través de ésta, permitiendo el desarrollo de actividades y propósitos educativos así como el acceso a otros espacios (Arribas, 2015b). Esta práctica basada en caminar es saludable, según Torredabella (2013), desde una triple dimensión:

1. Dimensión física porque moviliza globalmente nuestras estructuras corporales y funcionales
2. Dimensión psicológica porque nos ayuda a conectar con la naturaleza y sus estímulos
3. Dimensión social porque es un momento de encuentro e interrelación

Los senderos escolares, teniendo de referencia a Arribas (2015b) deben ser una actividad formativa ofreciendo la posibilidad de descubrir el entorno natural, facilitar aprendizajes sobre senderismo y conocimientos del medio ya que es una actividad de carácter interdisciplinar que desarrolla aprendizajes motrices, culturales y ambientales. De esta forma, caminar por la naturaleza se convierte en una actividad que vincula los intereses de los alumnos con los aprendizajes a la vez que satisface la necesidad de las personas de estar en contacto con el medio natural. Los senderos escolares son idóneos para la inclusión de otras actividades en lugares significativos tanto en las paradas como durante la ruta, incitando a la observación del entorno. De esta forma, Martín et al. (2002) afirman que una de sus características fundamentales es el paso por diferentes espacios naturales ofreciendo abundantes posibilidades de contacto con el entorno así como de diferentes aprendizajes ya que es necesario el dominio de conocimientos del terreno por el que se realiza la ruta.

De los senderos escolares se puede destacar positivamente, en palabras de Martín et al. (2002), que tienen grandes posibilidades de adaptación y se requiere poco material así como menos conocimientos y habilidades específicas en comparación con otras actividades en el medio natural. Su ratio entre participantes y guía también es menor por lo que permite que los alumnos asuman diferentes responsabilidades. Arazo, Guillén y Lapetra (2003) exponen que es una actividad motivadora ya que es practicada en un entorno inhabitual, favoreciendo la vivencia de emociones.

Algunos de los propósitos principales de los senderos escolares, según Arribas (2015a) son los siguientes:

- Ofrecer la posibilidad de descubrir un entorno natural
- Facilitar aprendizajes sobre el senderismo escolar, el conocimiento del medio y otros contenidos escolares de carácter interdisciplinar de forma que se desarrollen aprendizajes motrices, culturales y ambientales antes, durante y después de la salida
- Conocer los recursos y materiales básicos para el senderismo escolar
- Subrayar la importancia de hacer juntos el camino, valorando los intereses y características del grupo

A mayores de los mencionados anteriormente, Genestar y Arazo (2000) añaden que gracias a este tipo de actividades los alumnos aprenden una forma de ocio activo accesible, saludable e integradora.

4.5.1 Aspectos a tener en cuenta para organizar un sendero escolar

De manera general, Genestar y Arazo (2000) determinan que para organizar un sendero escolar se deben determinar los objetivos, la zona y el itinerario y la fecha, prever el número de participantes y el presupuesto, solicitar los permisos necesarios y distribuir las responsabilidades. En esta línea, Martín et al. (2002) proponen tener en cuenta la formación y experiencias previas del grupo, las posibilidades físicas y psicológicas, la meteorología, las horas de luz, agua y alimentos necesarios, el equipo necesario, el peso a transportar, los peligros del espacio y sus características y el número de integrantes del grupo ya que un grupo numeroso tendrá más imprevistos y retrasos necesitando lugares más grandes para hacer las paradas.

Los conocimientos necesarios para la puesta en práctica de un sendero escolar, teniendo de referencia a Martín et al. (2002) son los relacionados con el cálculo de distancias, orientación, cartografía, conocimiento del terreno así como las posibilidades y ritmos adecuados para nuestro grupo, las necesidades de comida, agua, ropa u otro material y requerimientos para una práctica segura, divertida y enriquecedora. En cuanto a las habilidades y recursos más útiles para desarrollar este tipo de actividades son el ser capaz de utilizar instrumentos de orientación así como sobre el terreno para trazar la ruta sabiendo seguir el trazado marcado o modificarlo en función de lo que nos vamos encontrando.

Temas a tratar

A la hora de hacer una unidad de senderismo, se deben tratar contenidos vinculados a los lugares por los que pasamos y desarrollar propuestas didácticas intradisciplinarias, interdisciplinarias y transversales. Son muchos los temas que se pueden tratar en los días previos a la salida en función de cuáles sean las intenciones del sendero, entre los que cabe destacar la flora, fauna, impacto y aspectos culturales del entorno (Martín et al. 2002) añadiendo Rovira et al. (2009) la mano del ser humano a su paso por él.

Planificación didáctica

A pesar de que la improvisación nos protege de la rutina, como indican Rovira, Amarilla, Domínguez, García y Rodríguez (2009), a través de la planificación se consigue que se alcancen los objetivos más fácilmente, armoniza el proceso, prevé situaciones posibles, establece un sistema de control así como de reajuste y evita pérdidas de tiempo, esfuerzos y recursos, entre otros. El punto más importante de la planificación, es la programación, es decir, precisar todas las etapas de intervención y secuenciar las acciones que se llevarán a cabo en el proyecto.

En esta línea Romero (1999) afirma que para que un sendero sea didáctico debe haber una fase de aproximación en el centro educativo que culmina con la salida al medio natural en la que se ponen en práctica los conocimientos adquiridos los días previos. En esta línea, Delgado y Alario (1994) distinguen tres fases:

- Fase de preparación: Se deben realizar actividades previas en el aula en las que los alumnos conozcan el entorno que van a visitar, el material necesario, los objetivos perseguidos,... además de tratar la preparación del contenido, los objetivos, las actividades a realizar el día de la salida y sus aspectos organizativos.
- Fase de realización (día de la salida): Hay que combinar aprendizajes, actividades, diálogo, ocio y convivencia para que sea enriquecedora.
- Fase de reflexión y trabajo en el aula: No es una mera reflexión sino que se deben incluir actividades en las diferentes asignaturas relacionadas con la salida.

No obstante, según Rovira et al. (2009) la fase preparatoria comienza antes de las sesiones previas con el alumnado ya que en ésta tienen lugar los siguientes aspectos: presentación de la propuesta en el centro; distribución de responsabilidades entre los docentes encargados; incluir la actividad en la programación anual; presentación del

proyecto en el claustro, CCP, consejo escolar y AMPA⁴; contratación del transporte si fuese necesario y recopilación de autorizaciones y permisos. Asimismo, en la fase post-activa, estos autores integran el análisis del proyecto de las modificaciones entre el proyecto inicial y el final, evaluación del proceso enseñanza-aprendizaje, elaborar una memoria final para futuros proyectos y remitir cartas de agradecimiento a instituciones colaboradoras.

Actividades el día de la ruta

Rovira et al. (2009) proponen la dinamización de los senderos a través de actividades planificadas en las que se estrechen las relaciones del alumno con sus compañeros, profesores y el medio. Éstas deben realizarse aprovechando los recursos naturales, desde la experiencia directa, de forma divertida y con el objetivo de fomentar actitudes y valores de respeto y protección del medio natural. Dichas actividades, según Caballero, et al. (2008), deben estar planteadas con los siguientes objetivos: observar, analizar, relacionar, vivenciar, disfrutar, respetar y conservar.

Teniendo de referencia a Rovira et al. (2009), para que las actividades involucren al alumnado de forma integral deben focalizar su atención en los diferentes elementos que forman el medio y haciendo que utilicen los sentidos para sentir la naturaleza a través de la cooperación, reflexión y con recursos naturales.

Elección del itinerario

A la hora de elegir la ruta, es necesario, en palabras de Martín et al. (2002), tener en cuenta las experiencias previas del grupo, las posibilidades físicas y psicológicas, la meteorología, las horas de luz, las características del espacio y el número de participantes. Además, es importante que la ruta sea motivante para que el alumnado muestre mayor interés en ésta. Algunos de los elementos motivacionales, teniendo de referencia a Turmo y González-Lázaro (2016), son el acceso a un punto de paisaje, el tránsito por una zona con valores medioambientales y el acercamiento a la cultura así como evitar rutas monótonas con trazados rectilíneos. A mayores de estas recomendaciones, Martín et al. (2002) señala que el itinerario debe tener múltiples tipos de terreno así como acceso a diferentes experiencias motrices. En este sentido, la preparación previa y conocimiento del mismo por parte de los docentes es un aspecto esencial para la seguridad y los aprendizajes.

⁴ AMPA: Asociación de Madres y Padres de Alumnos

Características del alumnado

Uno de los aspectos más importantes a tener en cuenta sobre el grupo es la edad de los participantes. Turmo y González-Lázaro (2016) indican varios parámetros de referencia, aunque pueden variar en función del grupo y de las experiencias previas de éste, de los que cabe destacar, de manera orientativa, pues cada grupo y cada escolar son diferentes, los siguientes:

- Grupo de 3 a 6 años: El sendero debe tener como máximo 6 kilómetros con menos de 300 metros de desnivel y una anchura mínima de un metro teniendo en cuenta que la velocidad de marcha es de 1 a 2 kilómetros por hora.
- Grupo de 7 a 9 años: El sendero debe ser de 12 a 15 kilómetros y con menos de 600 metros de desnivel teniendo en cuenta que la velocidad de la marcha es de aproximadamente 3 kilómetros por hora.
- Grupo de 10 a 12 años: La longitud máxima del sendero debe ser 24 kilómetros con menos de un desnivel de 900 metros y una velocidad de marcha de unos 4 kilómetros por hora.

Conducción del grupo

Rovira et al. (2009) diferencian entre conducir y guiar en senderismo, definiendo conducir como: “Recorrer el itinerario conforme a decisiones de un plan preestablecido que incluye el estudio previo de la ruta, los aspectos preventivos, la adaptación de la actividad al grupo y los aspectos didácticas” (p.17).

Asimismo, estos autores definen guiar de la siguiente manera: “Mostrar las excelencias de la ruta y dinamizar pedagógicamente los elementos relevantes. Interpretación paisajística, faunística, antropológica, etc.” (p.17).

De esta forma, a la hora de conducir un grupo, hay que seguir una serie de indicaciones entre las que estos autores destacan mantener el grupo unido, estar situado en la cabeza pero visualizando el grupo constantemente, buena comunicación con la cola y adaptación de la morfología de los participantes a las características de la vía. Como norma general, en primer lugar debe ir el organizador de la ruta y en función del número de conductores, se colocará otro en la cola y el resto tendrán posiciones centrales con las tareas de animación y control del grupo.

En cuanto al ritmo de la marcha, Rovira et al. (2009) indican que hay que adaptar el ritmo al nivel de aquellos que tengan más dificultades colocándolos al frente del grupo. El ritmo no debe ser ni excesivamente lento ni excesivamente rápido ya que el grupo puede perder la motivación por la ruta y los detalles de ésta si el ritmo es veloz. Además de los consejos anteriores, Ibor y Julián (2012) recomiendan hacer una adaptación progresiva al esfuerzo de la marcha con una activación al inicio de la misma haciendo una parada a los quince minutos para ajustar la vestimenta y el material.

Referente a las paradas, Ibor y Julián (2012) indican que éstas deben estar programadas de antemano siendo como máximo cada 30 o 45 minutos de marcha y de breve duración para no romper el ritmo. Éstas pueden estar ligadas a alguna actividad con contenido educativo o recreativo. En esta línea Rovira et al. (2009) destacan hacer las paradas en lugares resguardados donde no haya peligros ni se moleste a otros transeúntes.

4.5.2 Información de interés

Vestimenta

Según Rovira et al. (2009) hay que saber planificar el tipo de ropa y calzado que hay que llevar por lo que se puede dedicar una clase o parte de ella para explicar qué hay que ponerse para realizar una ruta de senderismo. Especialmente hay que tener en cuenta la meteorología ya que la función principal de la ropa es la protección de la lluvia, sol y frío. Para ello, vestir por capas es la mejor solución ya que permite una buena adaptación a los diferentes cambios de temperaturas. Ibor y Julián (2012) lo denominan la “norma de las tres capas” con el objetivo de mantener el cuerpo seco y con una temperatura corporal idónea para la marcha. De esta forma, la primera capa debe ser de tejido sintético para evacuar la humedad hacia el exterior. La segunda capa se encarga de mantener el calor corporal a través de forros polares o fibras sintéticas y por último, la tercera capa tiene la función de aislar del viento, agua o nieve.

En cuanto a las prendas recomendadas en una ruta Rovira et al. (2009) diferencian en función de la estación del año quedando resumidas en la tabla 1:

PRIMAVERA-VERANO	OTOÑO-INVIERNO
<ul style="list-style-type: none"> - Camiseta de manga corta, evitar tirantes - Camiseta fina de manga larga para las paradas - Sudadera de grosor medio-forro polar fino - Chubasquero - Pantalón largo de chándal fino o mallas de grosor medio - Calcetines de grosor medio al ser posible de fibras sintéticas 	<ul style="list-style-type: none"> - Camiseta fina de manga larga al ser posible de fibra sintética - Sudadera de grosor medio - Forro polar grueso o plumas - Chubasquero - Pantalón de chándal grueso - Calcetines gruesos

Tabla 1. Vestimenta recomendada para una ruta de senderismo

En relación con los tejidos, Ibor y Julián (2012) recomiendan llevar prendas de tejidos sintéticos y si son de algodón, llevar varias prendas de repuesto ya que absorben la humedad del cuerpo.

Materiales necesarios

En cuanto al material necesario para una salida de senderismo Rovira et al. (2009) resaltan la importancia de llevar el material justo por lo que dan importancia a dedicarle unos minutos con el alumnado días antes de realizar la ruta para que todos sepan preparar su mochila. Ibor y Clemente (2012) destacan que la función del docente es orientar a los alumnos a utilizar el material más apropiado para la ruta indicando aquellos que son opcionales, obligatorios y los que se pueden llevar en parejas. Debido a que, en su mayoría, los materiales de los alumnos son menos técnicos, hay que ser pacientes ya que las situaciones de reajuste de material van a ser más numerosas. De entre los materiales imprescindibles, tanto para el alumno como el profesor, Rovira et al. (2009) destacan los mencionados en la tabla 2:

MOCHILA DEL ALUMNO	MOCHILA DEL PROFESOR
<ul style="list-style-type: none"> - Mochila mediana - Comida ligera - Agua - Ropa de abrigo - Chubasquero 	<ul style="list-style-type: none"> - Botiquín completo con materiales como pomadas, antiséptico, tijeras, apósitos y casaca - Teléfono móvil - Números de teléfonos importantes (del conductor del autobús, emergencia,...)

<ul style="list-style-type: none"> - Pequeño botiquín personal - Cuaderno pequeño - Bolígrafo - Bolsas de plástico 	<ul style="list-style-type: none"> - Información sobre las alergias de los alumnos - Mapa de la zona - Guía sobre la ruta - Más cantidad de agua - Cerillas o mechero - Navaja
--	--

Tabla 2. Materiales necesarios que hay que llevar en la mochila

En el botiquín personal del alumnado, tienen que llevar aquellos medicamentos que suelen tomar y los antihistamínicos si tiene alguna alergia ya que el profesorado no puede administrar medicamentos. Por otro lado, Genestar y Arazo (2000) destacan que el docente debe llevar equipamiento de repuesto de algunos materiales como gorra, abrigo, crema solar, gafas de sol y guantes.

Ibor y Julián (2012) inciden en la importancia de la organización de los materiales dentro de la mochila para evitar dolores y sobrecargas en la espalda, hombros y brazos así como de una correcta colocación de las asas de la misma. En cuanto a la ordenación de la mochila, en la parte inferior debe ir el material más ligero y el que menos se vaya a utilizar durante la ruta; en el centro pegado a la espalda se coloca el material más pesado; en la parte superior los objetos poco ligeros y muy utilizados y por último, en los bolsillos deben ir los objetos más pequeños.

Ideas para reducir el impacto causado

Por último, Rovira et al. (2009) proponen ideas para reducir el impacto causado en las salidas de senderismo destacando los siguientes aspectos:

- Investigar sobre la vulnerabilidad ecológica de la zona
- Recordar las normas básicas sobre el cuidado del medio ambiente
- Ir por el camino existente
- En caso de ir por lugares sin camino avanzar por gravas, zonas de arenas, rozas, zonas secas, claros,... ya que son más resistentes
- No arrojar basura al entorno
- Respetar la flora y fauna
- Respetar las señalizaciones

La fundamentación teórica mencionada a lo largo de este epígrafe es la base de la intervención llevada a cabo ya que se ha tenido en cuenta la literatura propuesta por los autores de referencia nombrados.

5. METODOLOGÍA

A lo largo de este apartado se van a desarrollar los pasos que se han seguido para la consecución de los objetivos del TFG. En primer lugar se va a hacer referencia al contexto concreto en el que se desarrolla el proyecto teniendo en cuenta el centro educativo, el alumnado y el lugar en el que se desarrolla el sendero. A continuación, se determina la propuesta de intervención llevada a cabo y, finalmente, los instrumentos utilizados para la recogida de información de todo el proceso.

5.1 CONTEXTO

5.1.1 Sobre el centro

El centro en el que se lleva a cabo el proyecto es el CEIP El Peral, centro público bilingüe de Educación Infantil y Primaria con jornada continua de 9.00 a 14.00. En este centro, el cual abrió sus puertas en el curso 2009/2010, hay un total de 404 alumnos siendo 135 de Educación Infantil y 269 de Educación Primaria ofreciendo línea dos hasta quinto de Educación Primaria con intención de completar ambas líneas en el curso 2018/2019.

El centro se encuentra en la zona sur de Valladolid, concretamente en el barrio El Peral dando nombre a dicho centro. La mayor parte del alumnado proviene de este barrio, de los de su alrededor y del Pinar de Jalón ya que el centro dispone de transporte escolar a este barrio. Dichos barrios están formados en su mayoría por bloques de tres pisos a lo sumo y urbanizaciones de adosados en las que viven especialmente matrimonios jóvenes con uno o dos hijos de media y con un nivel económico y cultural medio-alto.

Es importante reseñar que el centro fue nombrado mejor centro deportivo del curso 2016/2017 gracias a su promoción al deporte escolar tanto en el horario lectivo como en las actividades extraescolares y su alta participación (51%) en los Juegos Escolares de la ciudad durante dicho curso.

El centro tiene un gran vínculo con la naturaleza ya que a lo largo del curso son muchas las excursiones que se realizan al medio natural. Un claro ejemplo de ello son las Aulas de la Naturaleza en Espinosa de los Monteros, salida con dos pernoctas para los cursos de cuarto y quinto de Primaria o la Semana Blanca para los alumnos de sexto. A mayores de estas excursiones, se realizan actividades como escalada en rocódromo, rutas de bici,

senderismo y orientación ya que en los alrededores abundan los parques y jardines. Otro aspecto favorable para el desarrollo de actividades en el medio natural es que se encuentra a menos de 3 kilómetros del Pinar de Antequera, el gran Pulmón de Valladolid. Además, debido a que dispone de un carril bici por la Cañada Real son muchos los alumnos que con el buen tiempo deciden ir en bicicleta al centro.

En cuanto a los recursos que ofrece el colegio, como puede verse en la imagen, en la parte exterior tiene dos patios. Uno de ellos alberga un campo de fútbol, dos canchas de baloncesto, un huerto, un arenero y zonas sin ningún campo marcado y el segundo patio, más pequeño, cuenta con un parque. La construcción está formada por dos edificios conectados entre sí por un pasillo y en cuyo interior se haya la sala de psicomotricidad, el gimnasio y el cuarto de material (ver anexo 1 con fotos de las instalaciones deportivas).



Ilustración 1. Vista aérea del centro. Fuente: Google Maps

5.1.2 Sobre el alumnado

El desarrollo del proyecto tiene lugar con los alumnos de 3ºA de Educación Primaria aunque el sendero escolar se realizó con ambos terceros. Para que ambas clases tuviesen el mismo nivel de contenidos el día de la salida, las sesiones previas a ésta fueron muy parecidas en los dos terceros ya que mientras yo las impartía en mi clase de referencia, el maestro de Educación Física las realizaba con la otra clase habiéndolas adaptado a dicho

grupo. La clase de tercero A está formada por 23 alumnos mientras que la clase de tercero B tan solo por 21 sumando en total 44 alumnos el día del sendero.

En cuanto a las características de los alumnos, son niños tranquilos que no suelen tener disputas entre ellos creando un buen clima de aula para trabajar. Siempre están dispuestos a participar y con ganas de aprender por lo que es sencillo impresionarlos y conseguir su apoyo en las diferentes actividades. No obstante, debido a esa inquietud por hacer, aprender y opinar se les suele olvidar que hay que respetar los turnos de palabra para hablar habiendo que incidir generalmente en el silencio para poder escucharnos los unos a los otros. Además, están acostumbrados a trabajar en grupo y a cooperar entre ellos, especialmente en el momento de la unidad ya que el tema anterior en Educación Física fue “Retos cooperativos y educación para la paz” en donde necesitaban trabajar en grupo para conseguir superar las diferentes retos.

Referente a su relación con la naturaleza, gran parte de los niños tienen muchas experiencias previas ya que suelen hacer excursiones al medio natural con sus familias en su tiempo de ocio.

5.1.3 Sobre el sendero y el Pinar de Antequera

El sendero escolar realizado comienza en el propio centro y discurre por la Cañada Real hasta llegar al Pinar de Antequera donde podemos enriquecernos de su naturaleza. La elección de hacer la ruta por este recorrido es principalmente por su proximidad al centro escolar y así tratar que los alumnos normalicen su uso en su tiempo de ocio y se posibilite así el uso activo y compartido de este lugar.

El Pinar de Antequera está considerado el gran pulmón verde de Valladolid debido su gran extensión, 974 hectáreas. Además de esto, es un lugar de recreo para los vecinos de la ciudad ya que dispone de múltiples caminos por los que se pueden hacer diferentes rutas bien sea a pie o en bici así como lugares habilitados para pasar el día. En la actualidad su uso además de ser de ocio es también forestal. Tiene gran valor natural y paisajístico por su flora y fauna de la que destacamos el pino piñonero predominante en el lugar aunque también se pueden encontrar ejemplares de encinas y pino resinero. Asimismo, tiene gran valor cultural debido a su historia en la que tuvieron lugar dos explosiones de diferentes polvorines en 1940 y 1950 dejando más de un centenar de muertes, a la repoblación que se está llevando a cabo y a la unión de la acequia de Valladolid con la de Simancas, aspectos que utilizaremos para proporcionar aprendizajes a nuestros escolares.

La extensión total del sendero es de 8 kilómetros desde la salida del centro hasta el lugar en el que nos recoge el autocar siendo un terreno prácticamente llano en el que se transcurre por una zona urbana y por el pinar. La ruta realizada está marcada en color azul en la ilustración de debajo.



Ilustración 2. Ruta realizada. Obtenida de la aplicación Wikiloc

Además de toda la masa forestal en sí del pinar, los puntos de mayor interés a lo largo de la ruta son los siguientes:

- **Propuestas Ambientales Educativas (PRAE)** formado por el Centro de Recursos Ambientales y el Parque Ambiental. Su principal objetivo es transmitir a toda la Comunidad los conocimientos y actitudes necesarios para alcanzar un futuro de sostenibilidad.



Ilustración 3. PRAE. Obtenida de la Junta de Castilla y León

- **Acequias de Valladolid y Simancas** las cuales, creadas por los árabes, son utilizadas para el riego de la zona. Se puede ver el punto en el que se juntan la Acequia de Valladolid con la de Simancas de forma que el agua proveniente del Canal del Duero desemboca en el Pisuerga. Éstas están separadas por unas compuertas destinadas a regular el paso del agua así como en otros puntos en los que también es necesario regularlo.



Ilustración 4. Acequia de Valladolid. Fuente Federico Sanz y Óscar Domínguez

- **Zona de repoblación** en la que se puede observar la diferencia de colores y alturas de los pinos más jóvenes y de aquellos más antiguos.



Ilustración 5. Zona de repoblación

- **Cañada Real** y el **Camino de Santiago** que atraviesan el pinar como un mismo sendero que a su vez, funciona como un cortafuegos. Las cañadas reales debían tener un mínimo de 72 metros y eran trazados de largo recorrido (más de 500 kilómetros) que discurrían en dirección norte-sur y se utilizaban para el paso del ganado de las dehesas de verano a las de invierno y viceversa. Para los alumnos de este centro, este dato tiene gran significado ya que el colegio se encuentra en una perpendicular de la Cañada Real a su paso por la ciudad y todavía la utiliza un pastor para llevar a pastar a sus ovejas a un descampado cerca de la zona.

5.2 PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

A lo largo de este punto se va a desarrollar el plan que se ha seguido a la hora de organizar y diseñar la unidad didáctica y en especial, el sendero escolar.

5.2.1 La unidad didáctica

“Caminando” es una unidad didáctica sobre senderismo que finaliza con un sendero escolar de una jornada completa por el Pinar de Antequera. La elección de este tema se debe principalmente a que considero que el contacto con la naturaleza tiene múltiples beneficios para el desarrollo íntegro de la persona y conexiones con todas las áreas de Educación Primaria.

Este planteamiento se debe a que es interesante hacer toda la unidad sobre senderismo desde la asignatura de Educación Física porque es un contenido muy motivante para los alumnos y a la vez una oportunidad de trasladar el aula a la naturaleza con grandes vínculos interdisciplinarios.

Por otro lado, al realizar toda una unidad sobre ello, la salida no es una mera excursión sino que conlleva una serie de aprendizajes previos que van a enriquecerla de forma que sea más significativa para los niños y conozcan de antemano, entre otros, las señales que nos podemos encontrar, los materiales necesarios y las características del lugar a recorrer, en este caso del Pinar de Antequera.

La unidad, que puede verse al completo en el anexo 2, está formada por 7 sesiones definidas en la tabla 3:

SESIÓN	DÍA	DURACIÓN	CONTENIDOS	OBJETIVO PRINCIPAL
1	9/04/2018	1 hora	Presentación de la unidad	Generar interés por la unidad y conocer los conocimientos previos de los alumnos
2	11/04/2018	1 hora	Los sistemas de orientación y orientación	Aprender a orientarse a través de un mapa y los elementos de la realidad
3	16/04/2018	1 hora	La señalización de los senderos y el MIDE	Distinguir las señales de senderismo a través de un recorrido en el gimnasio creado por los alumnos
4	18/04/2018	1 hora	Materiales necesarios en una ruta y la barra direccional	Conocer los materiales que se necesitan en una ruta de senderismo y comprender que el senderismo es para todos a través del uso de la barra direccional
5	25/04/2018	1 hora	Charla de un agente medioambiental (familiar de un alumno del centro) sobre su trabajo y el Pinar de Antequera	Aprender información sobre los agentes medioambientales, su trabajo y el Pinar de Antequera a través de un experto en la materia
6	2/05/2018	La jornada escolar	Sendero escolar	Conocer el Pinar de Antequera teniendo en cuenta que está cerca del centro para volver en el tiempo de ocio
7	7/05/2018	Media hora	Evaluación	Evaluar los conocimientos adquiridos por los alumnos a lo largo de esta unidad

Tabla 3. Estructura de la intervención

5.2.2 Planificación y elaboración de la unidad didáctica

Son muchos los aspectos que hay que tener en cuenta a la hora de planificar una unidad didáctica y por ello a lo largo de este punto se va a desarrollar el proceso seguido.

Idea

En primer lugar, hay que pensar y decidir sobre qué se quiere hacer la unidad, un primer esbozo de aquello que se pretende enseñar y por qué se quiere llevar a cabo dicho tema. En mi caso, tenía claro que quería realizar una unidad en la que hubiese un alto grado de contacto con la naturaleza debido a que la asignatura de la universidad “Educación Física en el Medio Natural” despertó en mí gran interés por descubrir más acerca de ello. Como en dicha asignatura tuve que hacer un proyecto de senderos escolares con un colegio, decidí enfocar el TFG por este camino y profundizar en estos aprendizajes.

Programación de la unidad

Una vez elegida la temática de la unidad, es el momento de decidir la clase con la que se va a llevar a cabo la intervención. En este caso, decidí trabajar con tercero debido a su edad y a que son grupos que trabajan muy bien a la vez que se interesan por aprender más y se impresionan fácilmente.

Tras aclarar el curso es el momento de hacer un comunicado a la directiva en el que se definen los principales detalles sobre la salida (por qué, con qué cursos, qué día) que se pretende realizar así como la fecha propuesta para que aprueben dicha excursión. Una vez aprobada, es el momento de ponerse a trabajar y programar en función del día de la salida para que, cuando ésta tenga lugar, los alumnos dispongan del mayor número de conocimientos y experiencias adquiridas durante las sesiones previas. Hay que determinar el número de sesiones, detallar los contenidos que se pretenden enseñar, las diferentes actividades que se quieren realizar y los instrumentos de evaluación de todo ello. Este es el momento para decidir cuál es el papel que se quiere otorgar a las familias del centro, en este caso solo se contó con la presencia del padre de un niño del centro, aunque no de este curso, ya que es agente medioambiental y decidimos que sería buena idea que él diese una charla sobre su trabajo y el Pinar de Antequera ya que su conocimiento al respecto y materiales de los que dispone es mucho mayor.

En cuanto a los alumnos, es importante que sepan lo que se va a hacer y sean partícipes de ello así como de su preparación si es posible. Por ello, a lo largo de las sesiones previas a la salida se les ha ido diciendo información importante para la salida así como conocimientos que son necesarios para ella.

Organización del grupo a lo largo de la UD

Debido a que la clase está formada por 23 alumnos, para trabajar cómodamente a lo largo de la unidad el primer día se dividió a los alumnos en cuatro grupos de cinco o seis personas cada uno que permanecen iguales durante toda la unidad. El nombre de cada uno de los grupos tiene que ver con la naturaleza: Agentes medioambientales, historiadores, senderistas y biólogos.

Programación del sendero

Respecto a la organización del sendero, hay que tener en cuenta una serie de aspectos, no solo en relación con el recorrido y las actividades a realizar sino también las características del alumnado, autorizaciones, transporte,... Todo aquello que supone el realizar una salida fuera del centro.

En este punto llega el momento de buscar una ruta o espacio natural que se adecúe a las características de los alumnos y tiempo del que se dispone para poder ir a un ritmo adecuado y a su vez tener tiempo de hacer diferentes actividades interpretativas y de conocimiento del entorno. Además de estos aspectos, se deben tener en cuenta diferentes posibilidades no solo pensando en las características físicas del alumnado y del espacio sino en el carácter pedagógico que se le quiere dar a la salida dando la oportunidad de observar, tocar, sentir, explorar, conocer... Teniendo siempre en cuenta que la unidad y el sendero deben ir dados de la mano.

Una vez elegida la ruta hemos de pensar las actividades a lo largo de esta así como la información que se les va a ir dando a los alumnos. Es el momento de hacer la planificación de la salida (tiempos, condición del grupo por el medio natural, actividades y lugares de realización, materiales, educadores responsables y roles,...) y tener en cuenta si es necesario el transporte, en este caso la vuelta al centro se hizo en bus pero fue el centro quien se encargó de su gestión.

Es importante hacer la ruta varias veces para tener claro el camino y especialmente pocos días antes de la salida ya que el entorno puede cambiar, afinado en el recorrido más adecuado desde el punto de vista motriz, pedagógico, seguro y buscando opciones y vías de escape en caso de mal tiempo o imprevistos. En mi caso, el primer día que realicé la ruta la acequia estaba sin agua y los colores del pinar eran más apagados. Sin embargo, la llegada de la primavera se notó y días antes de la salida, el pinar tenía unos colores diferentes, estaban floreciendo algunas plantas, la acequia traía agua,... El medio había cambiado de una semana a otra.

Organización del grupo el día de la salida

El día de la salida se utilizaron los mismos grupos que a lo largo del resto de sesiones dando lugar a ocho grupos (cuatro grupos de cada clase) sumando un total de 44 alumnos. Cada uno de los componentes del grupo tenía un rol que cumplir de entre los siguientes, teniendo en cuenta que deben ser ellos los que se tienen que poner de acuerdo sobre quién desempeñaría cada rol:

- Encargado del **bingo natural** (ver anexo 12 de la unidad (anexo 3)): Se encarga de llevar la hoja de dicha actividad en la que tienen que encontrar los diferentes elementos que aparecen en ésta a lo largo de la salida. A pesar de llevar uno la hoja, todos los miembros del grupo participan de forma activa en el juego.
- Lleva el **mapa**: A pesar de que un niño lleve el mapa, todos se encargan de encontrar las paradas en éste así como de saber dónde nos encontramos en cada momento.
- **Portavoz**: El encargado de representar a su grupo en las actividades en las que sea necesario.
- **Moderador**: Encargado de que el grupo vaya unido, si hay algún conflicto se encarga de resolverlo.
- **Impacto medioambiental**: Se encarga de observar y comunicar a su grupo el efecto que produce la actividad humana sobre el medio ambiente.
- **Observador de indicios**: Encargado de observar los indicios del paso de animales (huellas, plumas,...) durante la ruta y avisar a sus compañeros para que todos lo vean y tratar juntos de averiguar a qué ser vivo corresponden.

Además de los alumnos, fueron un maestro especialista de Educación Física, el tutor de cada una de las clases, el tutor del TFG y mi compañero de prácticas por lo que en total

fuiamos seis adultos para ayudar con la conducción del grupo. Los roles de estos eran especialmente abrir el grupo, cerrar el grupo y animación e interpretación de la ruta.

Gestiones administrativas

Es necesario escribir una nota informativa a las familias para que sean conscientes de la actividad que van a realizar los niños así como del material necesario para ésta (aunque se haya tratado en una de las sesiones es importante que quede reflejado) y de los costes de ella bien sea por transporte o por otro tipo de actividades. Además de la nota informativa hay que hacer llegar la autorización a las familias con tiempo para intentar que todos los niños la lleven al colegio con un margen de varios días para que no se le olvide a ningún alumno, como sucedió en este caso que tuvimos que esperar el mismo día de la salida a que la trajese su familia

5.2.3 El sendero, colofón de la unidad didáctica

La ruta se realizó el miércoles 2 de mayo de 2018 siendo la sexta sesión de la unidad. De esta forma el conocimiento de los alumnos sobre el medio y los diferentes aspectos del senderismo que se ven en la unidad es mayor, haciendo así que la ruta sea verdaderamente significativa para todos.

En la tabla 4 se detalla la planificación del día de la salida así como una síntesis de sus datos principales:

RUTA POR EL PINAR DE ANTEQUERA DÍA 2/05/2018	
Temporalización	Miércoles 2 de mayo de 2018 de 9 a 14 horas
Lugar de la ruta	Pinar de Antequera
Alumnado	23 de 3ºA y 21 de 3ºB sumando un total de 44 alumnos
Profesorado	1 Maestro de Educación Física 2 Tutores 1 Profesor de la universidad 2 Alumnos en prácticas con mención de Educación Física
Distancia y duración de la ruta	8 kilómetros; 5 horas https://es.wikiloc.com/wikiloc/spatialArtifacts.do

PARADAS	ACTIVIDADES
<p>Llegada al colegio a las 9.00</p> <p>Reunión en el gimnasio</p>	<p>El árbol de las emociones</p> <p>Cada alumno escribe en un papel la emoción que siente antes de hacer la ruta para conocer sus sensaciones ya que la evaluación posterior de sus emociones es muy enriquecedora</p>
	<p>Recordatorio de las normas</p> <p>No ir por delante del primer profesor ni por detrás del último</p> <p>El grupo debe ir unido</p> <p>Cuidar el medio ambiente</p> <p>En los tramos de cruces de carretera hay que ir de dos en dos y no cruzar hasta que se dé la indicación</p>
	<p>Repartir los mapas</p> <p>A cada grupo se le entregan dos mapas para que controlen el camino que seguimos, dónde hacemos las paradas,... De esta forma los alumnos se familiarizan con el mapa y ponen en prácticas los conocimientos de orientación aprendidos a lo largo de la unidad.</p>
	<p>Asignar los roles de los grupos</p> <p>Cada alumno debe tener un rol dentro de su grupo para que todos tengan un papel importante y se sientan parte del grupo</p>
<p>9.50 PRAE</p>	<p>Explicación de lo que es el PRAE (Propuestas Ambientales Educativas)</p> <p>Formado por el Centro de Recursos Ambientales y el Parque Ambiental. Pretende transmitir a toda la Comunidad los conocimientos y actitudes necesarios para alcanzar un futuro de sostenibilidad. Debido a la cercanía al centro es interesante que los alumnos sepan de su existencia para ir con sus familias</p>
	<p>Observación de indicios</p> <p>Es un lugar en el que hay muchos indicios animales, como las huellas de un caballo, por lo que es un sitio estupendo para comenzar la labor de buscar indicios la cual motiva a todos los niños consiguiendo que presten atención a todo lo hay a su alrededor</p>
	<p>Explicación del juego de la pinza</p> <p>Para la realización de este juego, hay tres pinzas en juego las cuales hay que intentar no tener y se pasan de unos a otros cuando se dicen las palabras prohibidas. Esta actividad se lleva a cabo durante toda la ruta y se utiliza para la dinamización de la misma</p>
	<p>Explicación del bingo natural</p>

	<p>Se les reparte a cada grupo un bingo natural y tienen que ir marcando los elementos que observan y están en su bingo. Es una actividad que se lleva a cabo durante toda la ruta para que los alumnos observen detenidamente todo lo que nos encontramos por el camino</p>
	<p>Creación de un lema por grupo para utilizarlo cada vez que se realiza una actividad y así crear conciencia de grupo</p>
10.30 Parada en la acequia	<p>Escucha activa</p> <p>Durante un minuto todos los presentes debemos estar en silencio completo para escuchar la naturaleza y después poner en común lo escuchado. Es una forma de darnos cuenta de la vida que tiene la naturaleza pero que no somos capaces de percibir por el ruido que hacemos.</p>
	<p>Explicación de la acequia</p> <p>Las acequias, creadas por los árabes, se utilizan para el riego y sus aguas provienen y desembocan de diversos ríos y canales. En este caso, el agua proviene del Canal de Duero y desemboca en el Pisuerga.</p>
10.45 Lugar de exploración	<p>Búsqueda de indicios</p> <p>La salida de la acequia es un lugar en el que a los niños se les da libertad para que busquen, investiguen, pregunten aquello que les llama la atención, indicios de animales, de humanos,... Es la forma de motivar su curiosidad e interés por ver qué hay a nuestro alrededor.</p>
	<p>El amuleto</p> <p>Cada uno de los niños debe coger a lo largo de la ruta un elemento natural que le llame la atención. Para ello los alumnos tienen que estar pendientes de observar aquello que más les gusta y tener un recuerdo del pinar.</p>
11.30 Almuerzo	<p>Almuerzo</p>
	<p>Historia de vida de una piña</p> <p>Por grupos deben crear la historia de una piña y después contarla o representarla delante del resto de grupos. Con esta actividad se incentiva la creatividad e imaginación de los niños</p>
	<p>Visualización de la puesta en libertad de un águila ratonero por un agente medioambiental. Esta actividad en un primer momento no estaba en el planning pero tuvimos la suerte de ver cómo un ave que había estado en el CRAS (Centro de Recuperación de Animales Silvestres) debido a los daños que tenía, es puesta en libertad y devuelta a su medio.</p>
12.45 Cortafuegos	<p>Explicación de lo que es un cortafuegos</p> <p>Franja ancha sin vegetación en un bosque para que no se propague el fuego en caso de incendio</p>

12.55 Cañada Real y Camino de Santiago	<p>Explicación de lo que es la Cañada Real</p> <p>Las cañadas eran trazados de largo recorrido (más de 500 km) que discurren en dirección norte-sur y se utilizaban para el paso del gano de las dehesas de verano a las de invierno y viceversa.</p>
	<p>El Camino de Santiago</p> <p>Peregrinación católica de origen medieval para llevar a la tumba de Santiago en la Catedral de Santiago de Compostela en Galicia. Se les enseña un jalón del Camino de Santiago.</p>
13.05 Sendero de la legua	<p>Explicación de lo que es una legua</p> <p>Medida de longitud que equivale a 5572 metros. Expresa la distancia que una persona a pie o a caballo puede andar durante una hora.</p>
	<p>Caminar con los ojos cerrados mientras nos guía un compañero</p>
13.15	<p>Explicación del antiguo polvorín</p> <p>Los polvorines son lugares en los que se guarda la pólvora. En 1940 hubo una gran explosión de uno de ellos y hubo más de un centenar de muertos y varios heridos</p>
	<p>Zona de repoblación</p> <p>Desde lo alto se ve perfectamente la diferencia entre los pinos por los que vamos a pasar (jóvenes, más pequeños, su verde es más claro) y los que dejamos atrás (bastante más antiguos).</p>
	<p>Por parejas explicación del paisaje</p> <p>Los dos de la pareja se colocan uno frente a otro y uno de ellos le explica el paisaje que el otro tiene detrás y se lo define al detalle. Una vez terminado éste se da la vuelta a ver si se lo ha imaginado tal y como es. A continuación se intercambian los papeles.</p>

Tabla 4. Planificación de día de la ruta

5.3 EVALUACIÓN DE LA INTERVENCIÓN

5.3.1 Instrumentos de recogida de datos a lo largo de la unidad

Los instrumentos que se han utilizado para la recogida de datos se detallan en la tabla 5:

QUIÉN LO REALIZA	INSTRUMENTO	OBJETIVO
ALUMNOS	Árbol individual	<p>A través del dibujo de un árbol que debe hacer cada uno de los alumnos se pueden ver las ideas previas que tienen éstos y lo que han ido aprendiendo a lo largo de las sesiones.</p> <p>En las raíces del árbol deben escribir, el primer día, los conocimientos previos que tienen cada uno de los alumnos; en el tronco escriben aquello que aprenden cada día y por último, en la copa, al final de la unidad, tienen que escribir aquello que les gustaría seguir aprendiendo.</p>
	Respuestas de la actividad de orientación	<p>Saber los conocimientos de los alumnos sobre diferentes aspectos que se desarrollan a lo largo de la unidad. De esta forma, los aprendizajes son más significativos cuando se imparten en clase. Además es una forma de ver lo que saben con anterioridad, su interés y ganas de aprender.</p>
	Árbol de las emociones	<p>Apreciar cómo se sienten los alumnos antes y después de la ruta, ver si sus emociones son las mismas, han cambiado, si son positivas,...</p>
	Redacción sobre la ruta	<p>De esta forma los alumnos pueden explayarse y así podemos conocer qué es lo que opinan los niños, a qué aspectos le dan más importancia, cómo se sienten,...</p>
	Dibujo de la ruta	<p>Observar aquello a lo que dan más importancia de la salida</p>

	Plickers (ver preguntas en el anexo 13 de la unidad del anexo 3)	valuar los conocimientos adquiridos mediante la aplicación plickers ⁵ así como conocer cuáles son las actividades que más les han gustado y las que menos.
	Reflexión al principio y final de cada sesión	Conocer día a día lo que sienten, aprenden y opinan los alumnos.
TUTOR DEL CENTRO Y COMPAÑERO DE PRÁCTICAS	Hojas de narrado de cada sesión impartida	Éstas me sirven para conocer los puntos fuertes y débiles de cada sesión así como para darme cuenta de aquello que sucede durante mis sesiones y a lo que quizá no he prestado atención. Es la forma de reflexionar, reformular y enriquecerme de las sesiones y su conocimiento
	Reunión al finalizar las sesiones	
PROFESORES, TUTOR DE TFG Y COMPAÑERO DE PRÁCTICAS	Hoja de evaluación del día de la ruta (ver anexo 3)	Conocer la opinión objetiva, interpretativa y reflexiva de cada uno de ellos sobre la ruta, los aprendizajes a lo largo de esta, mi papel como docente,...
	Fotografías	Con ellas se deja constancia de las expresiones faciales, agrupamientos, interés,...
ALUMNA EN PRÁCTICAS, RESPONSABLE DE LA UD	Observación participante	Ver, conocer, comprender lo que ocurre en el aula
	Cuaderno de campo	Dejar constancia de aquello que considero importante por medio de narrados diarios de lo ocurrido en las sesiones

Tabla 5. Instrumentos de recogida de datos

⁵ Plickers: Aplicación en la que los alumnos deben contestar a unas preguntas tipo test que aparecen en la pantalla digital a través de unas tarjetas (cada alumno tiene una) y el profesor debe escanear con un móvil sus resultados de forma que los resultados quedan registrados en la aplicación.

5.3.2 Análisis de los datos

A través de los diferentes instrumentos de recogida de datos mencionados en el punto anterior se ha recopilado información que va a ser analizada y desarrollada a lo largo del punto 6. Para que sea más sencilla su lectura se van a diferenciar varias categorías de análisis, primeramente se hace una narración reflexiva de la unidad gracias a los comentarios dichos por mi tutor y mi compañero siendo la salida un epígrafe diferente debido a la metodología llevada a cabo así como el lugar, en la naturaleza, y el tiempo que supone su preparación y puesta en práctica. Por último, se hace un análisis más profundo de los elementos más relevantes tratados clasificados en diferentes categorías para que su lectura sea más sencilla: los aprendizajes de los alumnos, aspectos didácticos y organizativos del sendero y el rol del docente en el proceso.

En el primero de los puntos no se va a hacer solo referencia a los conocimientos adquiridos por los alumnos sino que también se van a tener en cuenta sus experiencias y las emociones que han sentido a lo largo de la ruta ya que es interesante saber cómo se sienten los alumnos. Referente a los aspectos didácticos y organizativos, se va a hacer especial hincapié en la adaptación de la ruta a los participantes y a la adecuación de contenidos, temporalización y actividades del día de la ruta. Por último, se van a tratar las estrategias utilizadas por el docente así como la claridad del mensaje y la conducción del grupo.

6. VALORACIÓN DE LA PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

A lo largo de este epígrafe se va hacer un análisis y reflexión de los datos obtenidos mediante los diferentes instrumentos de evaluación. En primer lugar se va a realizar una narración reflexiva de la unidad seguida de una reflexión del día de la salida y finalmente una valoración de los puntos claves basada en los resultados de los instrumentos para la recogida de datos.

6.1 NARRACIÓN REFLEXIVA DE LA UNIDAD

En este apartado se va a realizar una reflexión de la unidad sesión a sesión exceptuando la salida ya que se va a narrar en el siguiente epígrafe debido a la importancia de ésta como colofón de la unidad y su carácter didáctico en un aula diferente al tradicional: la naturaleza.

Sesión 1

El **comienzo** de la unidad fue muy bueno porque no costó en absoluto que los alumnos atendieran estando receptivos y con ganas de comentar sus propias vivencias. Aunque en palabras de mi compañero: *“En general un ambiente muy participativo, incluso demasiado, deben levantar la mano y hablar cuando sea su turno”* ya que estaban tan emocionados que todos querían hablar y se olvidaban muchas veces de levantar la mano. No obstante, prefería que todos quisiesen aportar y tener que recordarles las normas de convivencia a que estuviesen en silencio.

Mi tutor del centro destacó de esta parte: *“Las explicaciones muy tranquila, se te ve cómoda, captas la atención y muestras cariño y refuerzo positivo”*, en este sentido al haber estado preparando el tema durante tanto tiempo, sentía que lo tenía todo controlado resultando muy sencilla la explicación.

La **parte principal** ha estado formada por dos juegos que no salieron tan bien como había planeado ya que en el primero de ellos, “Búhos y ratoncillos”, limité tanto el espacio que era muy difícil que los ratoncillos se pudiesen salvar unos a otros y eran pillados rápidamente. A pesar de darme cuenta de que no estaba funcionando, no modifiqué el espacio por miedo a que no me diese tiempo a realizar la siguiente actividad. Sin embargo, a

lo largo de la unidad me he dado cuenta de que es mejor dejar una actividad sin hacer y sacarle mayor partido a las demás que hacerlas todas pero dejarlas a medias. En el siguiente juego “Ranas, grillos y piedras” es importante estar atento a qué alumnos participan para poder ir guiando la actividad con comentarios como “ahora solo se puede saltar a las piedras con la camiseta de color blanca”. Sin embargo, mi tutor me dijo que hubiese sido más sencillo si las piedras que ya han participado se colocan de otra forma y así son los alumnos quienes se dan cuenta de quiénes no han participado y tienen que darles prioridad.

Sobre el **momento de despedida** mi compañero de prácticas me dijo que *“debe haber mayor énfasis en los contenidos del medio natural, hay que relacionarlo con la teoría. Está bien que sea antes pero también debe haberse después”* debido a que a pesar de que la parte inicial estuvo cargada de contenidos en el feedback posterior no relacioné las actividades con lo visto al principio siendo importante cerrar las sesiones con lo visto a lo largo de ésta.

De toda la sesión creo que es especialmente importante que los niños se hayan ido hablando de la naturaleza, de las rutas que han hecho, de animales,... Hoy la idea era que les motivase el tema y creo que ha sido un buen comienzo en este sentido.

Sesión 2

Respecto al **momento de encuentro** hay una parte positiva que es, en palabras de mi compañero: *“buen inicio de clase: conocimientos previos y aprendizajes”*, ya que se hizo un recuerdo de lo que vimos el día anterior y una lluvia de ideas sobre los sistemas de orientación para que su aprendizaje partiera de este punto. No obstante debería haber hablado más sobre el porqué trabajar la orientación en una unidad de senderismo ya que como dijo mi tutor *“hay que hablar más del vínculo con la orientación”*.

La **parte principal** estuvo formada por tres actividades. Las dos primeras, “La brújula” y la “Rosa de los vientos”, salieron bastante bien ya que los alumnos estaban implicados en ella y buscando la solución aunque en lugar de enseñarles a orientar la rosa de los vientos a través de la brújula, hubiese sido más enriquecedor si les hubiese dejado un tiempo en el que experimentasen ellos solos ya que como dijo mi tutor, *“es interesante introducir la resolución de problemas en las sesiones”* ya que de esta forma dejamos que los niños prueben y se confundan para posteriormente dar la explicación y que esta sea más significativa o incluso, si algunos grupos han llegado a la solución, pueden enseñarles a otros grupos.

El gran problema de la actividad de orientación es que debería haber hecho alguna actividad previa para que se familiarizaran con el plano ya que era la primera vez que hacían una actividad de este estilo. Por otro lado, tendría que haber marcado recorridos diferentes a cada uno de los grupos y así si se encontraban en una baliza no se seguirían después. Sin embargo, pensé que al tener una diferencia de dos o tres balizas no se encontrarían. Además, había algunas preguntas, en especial una, que era bastante difícil pero mi tutor me comentó que esto no se debe ver como algo negativo ya que al corregirlas todos en clase los niños ponen más interés en su resolución y pueden autoevaluar sus conocimientos.

El **feedback** fue rápido ya que la actividad anterior duró más de lo pensado pero estuvo bien ya que se hizo un recordatorio de lo visto en la sesión y se preguntó a cada uno de los grupos cómo se habían sentido y qué tal su trabajo en equipo.

Creo que la actitud de los alumnos fue positiva ya que desde el primer momento de la clase estaban inquietos con lo que íbamos a hacer y al terminar me preguntaban si volveríamos a hacer algo parecido. Además, nadie ha acabado frustrado por no completar todas las balizas porque al final dije que no era necesario haber respondido todas las preguntas a pesar de que al principio se me olvidó comentarlo y salieron todos corriendo.

Sesión 3

Antes de comenzar con la reflexión señalar que al ir al gimnasio una niña iba a mi lado y hemos tenido esta conversación:

“-¿Hoy qué vamos a hacer?”

- Ah... Ahora lo vemos

- ¡Es que tengo muchas ganas!”

Esta pequeña conversación ha hecho que comience la clase con más ganas que nunca ya que he visto cómo los niños, o por lo menos ella, valoran mi trabajo, les gusta la unidad y les llama la atención bien porque es un tema novedoso, las actividades que realizamos o por lo que fuere ya que no sabremos qué hay más allá de esa pregunta.

En el **momento de encuentro** resolvemos las preguntas de orientación y nos lleva más tiempo del que pensaba haciendo que los niños pierdan la concentración poco a poco, debería buscar otra forma de hacerlo como colocarles por grupos y que todos los miembros de éstos participen activamente en la corrección. Este comienzo de la sesión, resolviendo las preguntas y haciendo un recuerdo de la clase anterior, fue un acierto como

dijeron mi tutor y mi compañero para enlazar todas las sesiones de la unidad y ver la continuidad de ésta.

A la hora de explicar la actividad de la **parte principal** les cuesta comprender la dinámica haciendo que el comienzo de la actividad fuese lento. No obstante, poco a poco su desarrollo fue mejorando debido a su implicación y creatividad a la hora de construir sus zonas: flores, troncos, bolas de nieve, lianas,... aunque al dejar material libre hay algunos materiales que se suplementan sin ser necesarios haciendo que su recogida sea muy larga. No obstante, el tutor me indicó que la gestión del material fue buena ya que limité la entrada en la sala de material a dos personas por grupo. Debido al buen funcionamiento de la actividad decidí traspasar la actividad que tenía programada a continuación a la siguiente sesión siendo, según mi compañero de prácticas, *“una buena decisión para que no quedasen cojas las dos actividades”*. A pesar de que la construcción del recorrido estuvo muy bien, mi tutor comentó: *“Quizá demasiado tiempo de preparación, no da tiempo a sacar partido al recorrido”* ya que después de tenerlo todo momento se podía haber aprovechado a realizarlo más de una vez y sacarle más partido a la señalización.

Debido a que la actividad se alargó bastante, el feedback final fue muy corto, algo que debería haber tenido en cuenta así como que tenía que haber acabado antes por la gran cantidad de material que había que volver a guardar.

Sesión 4

En el **momento de encuentro** como todos los días se hizo un recordatorio de la sesión anterior para que el alumnado empiece la sesión con las ideas claras. Creo que hacer esto todos los días ha sido un punto fuerte de las sesiones ya que los niños recuerdan lo visto y hecho el día anterior dando un carácter de continuidad a la unidad.

La **parte principal** de la sesión ha estado formada por dos actividades aunque la primera de ellas ha tenido mayor carga de tiempo. “Buscando mi mochila” tiene el gran problema del tiempo que conlleva preparar actividades de este tipo. En esta actividad cometí el error de no apuntar en un segundo mapa dónde había escondido cada una de las tarjetas por lo que al final hubo una de ellas que no se encontró. Cada vez que un grupo encontraba una de las tarjetas tenían que marcar en un mapa dónde la habían encontrado a lo que mi compañero de prácticas afirmó que es muy ambicioso pedirles que señalen el punto en el mapa. No obstante, desde el punto de vista de mi tutor y el mío es la forma de que se vayan familiarizando con él. Además de esto, mi compañero añade *“es un aprendizaje*

multidisciplinar orientación-senderismo (orientar mapa, señalar objetos)” siendo la interdisciplinariedad importante en este tema ya que no solo se tratan aspectos de educación física pues la naturaleza favorece un aprendizaje global. Mi tutor me comentó “*sistema de autocorrección y posibilidad de que recojan las tarjetas si falta tiempo*” y creo que es una buena idea el crear un sistema en el que ellos mismos se autocorrijan a través de un mapa en el que estén marcadas cada una de las tarjetas y así al final de la actividad, ellos pueden evaluarse a sí mismos sin tener que venir cada vez que encuentran una tarjeta a enseñarme dónde estaba.

“Guíame” fue una actividad pensada para dentro del gimnasio pues así se podía visualizar previamente un vídeo real sobre el uso de la barra direccional para que los alumnos vean y valoren la importancia de este material, diseñado para que personas con discapacidad visual puedan acceder fácilmente a la naturaleza. Sin embargo, al terminar fuera la actividad anterior decidí continuar fuera porque fuera tenían más espacio para moverse y porque movilizar a los alumnos para ir al gimnasio y explicar la actividad allí nos hubiese supuesto una pérdida de tiempo mayor ya que se hubiesen dispersado más. No obstante la actividad salió muy bien porque eran los propios alumnos los que se autorregulaban haciendo la actividad más sencilla o más difícil en función de cómo se veían ellos. Un punto fuerte de esta actividad fue hacer que los alumnos fuesen rotando los roles para sentir cómo es ir en cada uno de ellos.

En cuanto al **feedback final** hubo un gran fallo y es que estábamos al sol, siendo uno de los días que más calor hizo, por lo que los alumnos estaban más pendientes del calor que de escuchar. Si lo hubiese hecho a la sombra o incluso dentro del gimnasio hubiese sido muy diferente.

Sesión 5

Esta sesión fue muy enriquecedora para los alumnos ya que poder contar con un experto, familiar del centro, en el tema es un gran privilegio especialmente si es alguien cercano a los alumnos haciéndoles partícipes en todo momento tanto a través de sus preguntas como enseñándoles y dejándoles tocar algunos instrumentos como diferentes trampas de animales, los materiales utilizados para recoger la resina de los árboles e incluso uno de los niños se probó el uniforme de un agente medioambiental en caso de incendio. La gran sorpresa de esta charla fue que habían traído algunos de los animales que están en

el CRAS (Centro de Recuperación de Animales Silvestres) siendo una forma espectacular de conocer algunas de las aves de la zona.

Es interesante ver cómo las familias se interesan y participan en el centro aportando y enriqueciendo a los niños con sus saberes pues éste es un colegio en el que la comunicación con las familias es muy buena así como la participación de estos en las diferentes actividades.

Sesión 6 (Es la salida, ver epígrafe 6.2)

Sesión 7

La última sesión fue la evaluación de toda la unidad a través de la aplicación Plickers. Esta sesión solo duró media hora pero sirvió para conocer aquello que habían aprendido los alumnos a lo largo de toda la unidad así como aquello que más y menos les había gustado viendo las diferentes opiniones al respecto. Todo ello se verá reflejado en los siguientes apartados a través de la valoración de diferentes temas que he considerado clave en el desarrollo de este trabajo.

6.2 NARRACIÓN REFLEXIVA DE LA SALIDA

La salida al Pinar de Antequera tuvo lugar el día 2 de mayo durante toda la jornada escolar siendo su estructura diferente al resto de sesiones ya que la ruta es la base de los diferentes aprendizajes y actividades que se llevan a cabo.

Al llegar al centro ambas clases fueron al gimnasio para dar las últimas indicaciones antes de salir y hacer alguna actividad previa. No obstante, este tiempo se alargó más de lo planeado por la falta de una autorización ya que tuvimos que esperar a que los familiares del alumno nos la trajesen para poder salir. A la hora de recordar las normas, han sido los alumnos los que han ido diciendo las reglas que ellos consideraban que teníamos que cumplir mientras yo guiaba sus respuestas hacia aquellas que consideraba importantes. Cuidar el medio ambiente, no tirar basura y no arrancar elementos naturales fueron las normas que dijeron junto con pasárselo bien, dejándose olvidado que tenemos que ir agrupados todo el tiempo. No obstante, en cuanto pregunté “¿Cómo tiene que ir el

grupo?” una niña contestó que siempre debe haber un profesor delante y uno detrás por lo que ha quedado claro que el concepto lo tenían.

A continuación, es el momento de colocarse en grupos para entregarles los mapas y que se distribuyan los roles que van a desempeñar a lo largo de la salida. Al entregar los mapas se me olvidó dar algunas indicaciones breves para que todos supiesen dónde está el colegio y algunos elementos con los que guiarse. No obstante, al estar la ruta marcada en el mapa, fue sencilla la ubicación del centro. Durante los minutos que han tenido para repartirse los roles se ha generado un poco de alboroto debido a que eran ocho grupos hablando todos a la vez. Sin embargo, esto no quiere decir que los grupos estuviesen teniendo una mala gestión sino que la actividad requería que dialogasen entre ellos. Debo de tener esto presente ya que tras tres meses de prácticas, sigo asombrándome de que en las clases de educación física haya ruido pero debe ser así, es necesario que los alumnos hablen entre ellos, compartan ideas, griten de emoción en algunos momentos,...

Para salir del centro, decidí colocar a los alumnos en parejas ya que la primera parte del recorrido es en la zona urbana. He de decir que este tramo se me hizo corto ya que fuimos deprisa porque habíamos salido tarde del colegio siendo el tiempo mi gran agobio durante toda la ruta por miedo a no llegar al bus aunque finalmente la temporalización ha sido uno de los puntos fuertes de la salida. No obstante, se tuvieron que suprimir y modificar algunas actividades para llegar a tiempo, algo que ya habíamos contemplado desde el inicio de la planificación.

En este trayecto, así como en la mayor parte de la ruta, me situé en la cabeza del grupo para poder guiarlo teniendo la oportunidad de escuchar a los niños que iban a mi lado hablar de las excursiones que hacen con sus familias al campo, el ambiente natural ya está creado y a los niños les gusta.

Delante del PRAE hacemos la primera parada y aunque muchos alumnos han estado aquí previamente solo uno sabe lo que es. Lo más destacable de esta parada es que vemos indicios animales, en este caso huellas de caballo, algo que a los alumnos les llama la atención y les motiva tanto que durante el resto de la ruta observan y buscan más rastros. Aquí comienzan, tras su explicación, los juegos del bingo y de la pinza que parecen motivarles, especialmente el bingo, juego en el que estarán muy inmersos a lo largo de la ruta hasta lograr completarlo.

Tras avanzar por la acequia un tramo, espacio por el que hay que ir de uno en uno, salimos a un lugar más amplio y sin peligro en el que los niños se expanden y comienzan a

curiosear sin miedo, atraídos por la naturaleza. Aquí se ve perfectamente como el niño es curioso por naturaleza y cuando llega a un sitio nuevo le gusta mirar, preguntar, tocar,... Por ello debemos como profesores hacer que los niños se sientan atraídos por lo que tienen alrededor ya que es la manera de que los aprendizajes sean significativos y más duraderos, no debemos cortar las alas al niño sino ayudarle a volar, avivar esa curiosidad y contribuir a que el niño se haga preguntas.

En este lugar una niña descubre las esparragueras, planta que pensábamos que no sabrían diferenciar, así que aprovechamos esta estupenda oportunidad para que ella le explique al resto de los alumnos lo que es, de igual a igual, porque debemos aprovechar el conocimiento de los alumnos ya que éstos tienen mucho que enseñar. En cuanto a la escucha activa llevada a cabo en este lugar, considero que ha sido pobre porque los niños no estaban en completo silencio haciendo que yo estuviese más pendiente de ellos que de escuchar así que tampoco he tenido mucho que aportar, menos mal que los profesores me echaron una mano.

En el trayecto hasta el lugar del almuerzo se notaba que los niños estaban empezando a cansarse y a tener hambre ya que preguntaron varias veces el tiempo que quedaba para almorzar. Una vez llegados a este punto, los niños descansan ya que todavía queda la mitad de la ruta y mirando el reloj,... vamos con el tiempo un poco justo así que al hacer la actividad de la historia de vida de una piña solo da tiempo a que lo expongan cuatro grupos, pensando que daría tiempo antes de terminar la salida pero no es así. En este momento todavía estaba en mis manos decidir si realizar todas las actividades preparadas y acortar el recorrido o seguir por el camino original dejando de hacer algunas de las actividades y en mi caso, decidí seguir la ruta inicial ya que sabía a ciencia cierta que podía contribuir al aprendizaje de los alumnos.

Antes de partir, aparece el agente medioambiental que dio la charla en la quinta sesión ya que estaba informado de cuál era el recorrido por si podía acercarse. Tuvimos la suerte de ver la puesta en libertad de un águila ratonero a su hábitat haciéndonos partícipes de la reinserción de un animal a su hogar tras su paso por el CRAS, una experiencia única. El problema que surge tras esto es que es tan emocionante para los niños, y para todos, que colapsa el resto de las actividades siendo éste uno de los momentos que más les ha gustado de toda la salida.

Cuando partimos, seguimos el camino sin paradas hasta el cortafuegos para explicar lo que es y de ahí al sendero compartido por el Camino de Santiago y la Cañada Real siendo

muchos los extrañados de que la cañada llegue hasta ese punto ya que está al lado de su colegio. Al seguir el camino, nos encontramos unas pequeñas rampas que hemos pasado corriendo siendo una buena forma de comenzar la parte final reanimando a los niños. No obstante, hay que tener presente que lo más importante son los aprendizajes ya que no se trata de animar a los alumnos sino de enseñar por lo que en la salida se prioriza la interpretación del medio, crear gusto por la naturaleza y curiosidad.

Tras la explicación del sendero de la legua, los niños deben avanzar por parejas de forma que uno de ellos vaya con los ojos cerrados y su compañero le guíe. Con esta actividad se pretendía que hubiese conexión entre la actividad de la barra direccional y ésta, haciendo a los alumnos entender que cuando les falta uno de los sentidos, sienten de otra forma la naturaleza. No obstante, no se le sacó suficiente partido ya que el feedback se realizó sobre todo con los primeros alumnos que llegaron a la siguiente parada donde se haría la actividad “¿Qué ves?” en la que, debido al tiempo, tampoco se hizo un buen feedback. Y tras caminar unos metros más, ya que se decide acortar el camino, llegamos al bus. Al llegar al gimnasio se hace una reflexión conjunta en la que algunos alumnos nos dicen su opinión sobre la ruta ya que no da tiempo a todos.

De manera general, me ha sorprendido haber escuchado a algunos niños decir que ha sido la mejor excursión del año ya que el Pinar de Antequera lo tienen a 40 minutos caminando del centro pudiéndose aprovechar más este privilegio. Por otro lado, lo que no me ha gustado de ser coordinadora es que era yo quien debía dirigir todo el proceso y desarrollo de la actividad pero a su vez, no quería mandar sobre los profesores, quienes han tenido un papel escaso y debían haber participado más. No obstante, en ningún momento les dije exactamente cuál era su papel pudiendo participar activamente en las explicaciones y actividades aportando su conocimiento.

Como conclusión, destacar que si a los niños les interesa algo se motivan para conocer más al respecto, en especial estos alumnos, quienes hacían preguntas de todo, una niña lleva una guía de pájaros que puede ver en el pinar, otro un folleto de del Parque Natural de Monfragüe ya que ha estado allí de vacaciones, surge de algunos de ellos apuntar en un cuaderno todo lo que ven... A los niños les gusta estar en contacto con la naturaleza y por ello debemos aprovechar cualquier oportunidad para acercarnos a ella y hacer actividades significativas para los niños generando en ellos un aprendizaje continuo que irán completando a lo largo de su vida, pues este sendero son solo las raíces de las que irán creciendo y desarrollando nuevos aprendizajes. El mayor problema para conseguirlo es que al ser muchos niños es difícil que todos los alumnos sean partícipes en todo momento ya

que algunas explicaciones surgen al caminar pues la relación alumno-profesor también cambia en este tipo de actividades.

6.3 VALORACIÓN DE LOS TEMAS CLAVE

A lo largo de este epígrafe se van a analizar y valorar los temas clave a través de los instrumentos utilizados para evaluar el proceso. Para que su estudio sea más sencillo se han clasificado los datos en tres grandes temas: Aprendizajes de los alumnos, aspectos didácticos y organizativos y rol docente en el proceso.

6.3.1 Aprendizajes y experiencias de los alumnos

Respecto a los aprendizajes de los alumnos se van a hacer tres subcategorías. En primer lugar se va a hacer referencia a los conocimientos que han adquirido a lo largo de la unidad y especialmente en la salida; en segundo lugar a las vivencias que los propios alumnos han expresado y por último, se hace referencia a las emociones que han sentido los alumnos.

Conocimientos adquiridos

Los conocimientos adquiridos de los alumnos no solo hacen referencia a la salida sino a la unidad en su conjunto ya que en la ruta se trató de poner en práctica los diferentes contenidos que se habían trabajado en las sesiones previas porque de esta forma es más significativo y por lo tanto, duradero. En esta línea, mi tutor del centro asegura que *“el alumnado ha recibido bien la actividad y han enlazado lo visto en clase con lo visto en la salida”* a lo que mi tutor del TFG añade *“se trata de volcar lo que saben/ han aprendido a lo que se encuentran a su paso en experiencias reales, vivenciadas, lo cual otorga más valor y significado a lo que se aprende”*.

Haciendo referencia al árbol individual hecho, de forma autónoma, por cada uno de los alumnos se pueden ver claras diferencias entre los aprendizajes previos y los que han ido obteniendo a lo largo de la unidad. En los aprendizajes previos los alumnos hacían especial hincapié en que el senderismo es caminar, hacer rutas, aunque algunos de ellos también hicieron referencia a la naturaleza, los animales, el agua e incluso el paisaje a lo largo de éstas. A través de sus respuestas se observa que el grupo tiene un gran conocimiento previo del senderismo ya que no solo tienen en cuenta la acción de caminar sino también el lugar dónde se realiza junto con los seres vivos que en éste habitan.

Referente a los aprendizajes que han ido adquiriendo a lo largo de la unidad, en el árbol individual queda reflejado que cada uno de ellos le ha dado más importancia a unos conocimientos o a otros, no escribiendo en ocasiones conocimientos que sabemos que han aprendido gracias al Plickers o a sus comentarios a lo largo de las sesiones. Los niños están en constante aprendizaje y en ocasiones no son conscientes de lo que están aprendiendo.

Es interesante destacar que en sus árboles no solo han escrito los contenidos explícitos trabajados, como los sistemas de orientación o la señalización, sino también contenidos implícitos como el equilibrio, la confianza en los demás y el trabajo en equipo. Con esto nos damos cuenta de que los docentes realizan la programación de las sesiones para que los alumnos adquieran unos contenidos pero ellos pueden considerar más interesante o importantes otros aprendizajes. En cuanto a los aprendizajes que los alumnos escribieron, destacar por ser las más repetidas la utilización de la brújula, el cuidado del medio ambiente, la utilización de la barra direccional, el manejo del mapa y la señalización, aunque ésta última en el Plickers fue la que más fallos tuvo con solo un 59% de aciertos. No obstante, la media total de la clase fue un 79% por lo que los alumnos han comprendido y asimilado los conceptos vistos.

Gracias al Plickers, vemos cómo el concepto de senderismo ha quedado entendido ya que todos los alumnos contestaron bien a la pregunta y respecto a los materiales que hay que llevar en la mochila, el 82% de los alumnos contestó de forma correcta.

En cuanto a los conocimientos adquiridos en la salida, pueden verse fácilmente a través de algunas redacciones en las que indican “*En el pinar aprendimos muchas cosas*” ya que algunos niños, sin decirles nada, apuntaban en el cuaderno todo lo que veían a su paso y especialmente, aquellos elementos que era la primera vez que veían. A través de este gesto se percibe el gran interés mostrado en la ruta y el aprendizaje a lo largo de ésta, dejándose seducir por aquello que tienen a su paso consiguiendo con ello, que los aprendizajes surgiesen de forma natural. En esta línea mi tutor de TFG añade: “*Se nota el trabajo realizado previamente y el interés de los críos/as por lo que se encontraban a su paso*” ya que los docentes deben aprovechar la motivación e interés de los alumnos y para ello es importante conocer bien el lugar. A mayores, mi compañero destaca la variedad de contenidos trabajados en la salida (flora, fauna, acequias, indicios,...) aunque como dice mi tutor de TFG, “*el número elevado de niños impide profundizar en los conocimientos a transmitir y en la interacción con el grupo*” ya que algunos conocimientos surgían sobre la marcha y solo se comentaban con los alumnos que iban al lado.

En el Plickers también se hizo referencia a aprendizajes específicos de la salida como la flora encontrada a lo largo de ésta en la que los alumnos obtuvieron un 91% de aciertos y los senderos vistos durante la ruta en la que hubo un 64% de aciertos.

Destacar que un alumno en su redacción escribe: “*Lo que menos me ha gustado ha sido la basura del suelo*” cumpliéndose así uno de los objetivos ya que son capaces de darse cuenta de aquello que está mal y que no contribuye al desarrollo sostenible del medio ambiente. En relación con esto, mi compañero de prácticas hizo la siguiente afirmación: “*Contenidos de Educación Ambiental perfectamente adquiridos*” siendo el respeto del medio ambiente uno de los ítems mejor valorados por los asistentes adultos a la ruta. En este aspecto se podía haber trabajado más la Educación Ambiental haciéndoles partícipes a ellos de la recogida de la basura durante el almuerzo, ya que la mayoría habían llevado una bolsa como se les dijo, como me dijo el tutor con el siguiente comentario: “*Una cuestión a mejorar es hacerles autónomos de la recogida de sus residuos, los educadores a veces acostumbramos a hacer una bolsa comunitaria de basura, y nos encargamos nosotros de ella. Por un lado nos aseguramos de que dejamos nada, pero por otro quitamos responsabilidad y autonomía a los críos*” ya que este debe ser tratado como un conocimiento más para que las próximas veces que el niño vaya de excursión con sus familias sea conscientes de esto.

Vivencias

A pesar de ser la misma ruta para todos y haberla realizado todos juntos, cada uno de los asistentes puede haber tenido experiencias diferentes bien por los conocimientos previos, por aquello a lo que da más importancia o por el lugar de la misma. Estas vivencias individuales quedan reflejadas tanto en las redacciones hechas por cada uno de los alumnos como en los dibujos en donde cada uno enfoca la salida desde un punto de vista diferente.

En las redacciones puede verse cumplido uno de los objetivos de la unidad, “crear gusto por la naturaleza” ya que muchos muestran que se lo pasaron muy bien en la salida y que el Pinar de Antequera y el senderismo “*molan mucho*”. Con ello espero que trasladen la ruta a sus familias y vayan juntos a hacer rutas bien sea al pinar o a cualquier otro entorno natural ya que la naturaleza tiene gran poder enriquecedor.

En una de las redacciones una alumna escribió lo siguiente: “*Estaba muy nerviosa y luego me calmé al estar en la naturaleza*”; con este comentario queda perfectamente reflejado que la naturaleza tiene el poder un poder relajante que sumado al sinfín de aprendizajes que aporta debido al carácter significativo de éstos (ver, tocar, oler,...) hacen de la naturaleza el

aula perfecta. En otra de las redacciones una niña comenta: “Cogí media cáscara de nuez y he pesado que podría hacerme una pulsera con ella” quedando plasmado que la naturaleza despierta la curiosidad y la creatividad en los niños.

Una gran motivación para la mayoría de los niños fue la búsqueda de indicios, ya que pueden verse en las redacciones comentarios como: “En el pinar vimos muchas cosas. Esparragueras, madrigueras, plumas, ortigas, un hueso, pinos, piñas, huellas de caballo, latas en el suelo, una acequia, señales, el PRAE, un cortafuegos (...)” con la enumeración de todo lo que habíamos visto a lo largo de la ruta pues les fue sencillo gracias a las anotaciones que hechas en sus libretas. Gran parte de los alumnos hacen referencia a los indicios y a la puesta en libertad del águila ratonero con frases como “Vimos unos agentes medioambientales que nos contaron unas cosas sobre el ave ratonero y vimos cómo le soltaban” dejando claro que esta salida ha sido una de las mejores del año “fue la mejor excursión que hice” y “ese día me lo pasé genial”. En relación a esto es interesante plantearse por qué no se hacen más salidas al pinar teniendo en cuenta la cercanía al centro y todas las posibilidades educativas que ofrece. En esta línea el tutor del centro dijo “El alumnado ha recibido bien la actividad, estaban muy motivados y han enlazado lo visto en clase con lo visto en la salida” debiéndose esta motivación a que no suelen hacer este tipo de prácticas.

En esta línea de las experiencias de los niños se ve que no solo dan importancia a aquello que más les ha gustado sino que son conscientes de sus aprendizajes a lo largo de ésta con comentarios como “Nos explicaban todo lo que veíamos” en el que queda reflejado que cuando hacen una salida de este estilo les gusta aprender.

En cuanto a los dibujos realizados, la gran mayoría de los niños dibujaron la acequia y el pinar a lo que cada uno le añade un elemento nuevo como la fila de todos nosotros por el camino, a sí mismo con un lápiz y su cuaderno, a un adulto con un walki talkie y varios niños al lado o el ratonero. No obstante, una de las niñas ha dibujado los elementos vistos que más la han llamado la atención como basura en el suelo, el ratonero o las señales.

Emociones, sensaciones, sentimientos

Este punto está relacionado con el anterior ya que lo que uno siente se basa en la experiencia tenida al respecto. Las emociones fueron trabajadas a través del árbol de las emociones hecho el día de la ruta y a través de las redacciones en donde algunos niños hacen alusión a ellas. En el árbol de las emociones previas pueden verse emociones positivas ya que en los casos en los que escribieron miedo y nervios son debidos a la

incertidumbre de lo que se iba por la novedad de la salida. Esto se debe a que pese a ser un centro en el que se hacen varias excursiones a lo largo del curso no suelen realizarse visitas al pinar aun estando a tan solo a 30 minutos a pie de éste. Esta emoción por el contacto con la naturaleza debe disminuir ya que hay que intentar que los alumnos crezcan en contacto con ésta, no solo a través del huerto que tiene el centro sino yendo a los jardines de los alrededores para trabajar, por ejemplo, la flora de dichos jardines o para dibujar elementos naturales en la clase de plástica. Siguiendo este tema, el tutor de 3ºB añade que uno de los aspectos a mejorar es “*tener más oportunidades como esta para conocer el entorno*”.

Las emociones previas de los alumnos pueden verse en los siguientes gráficos:

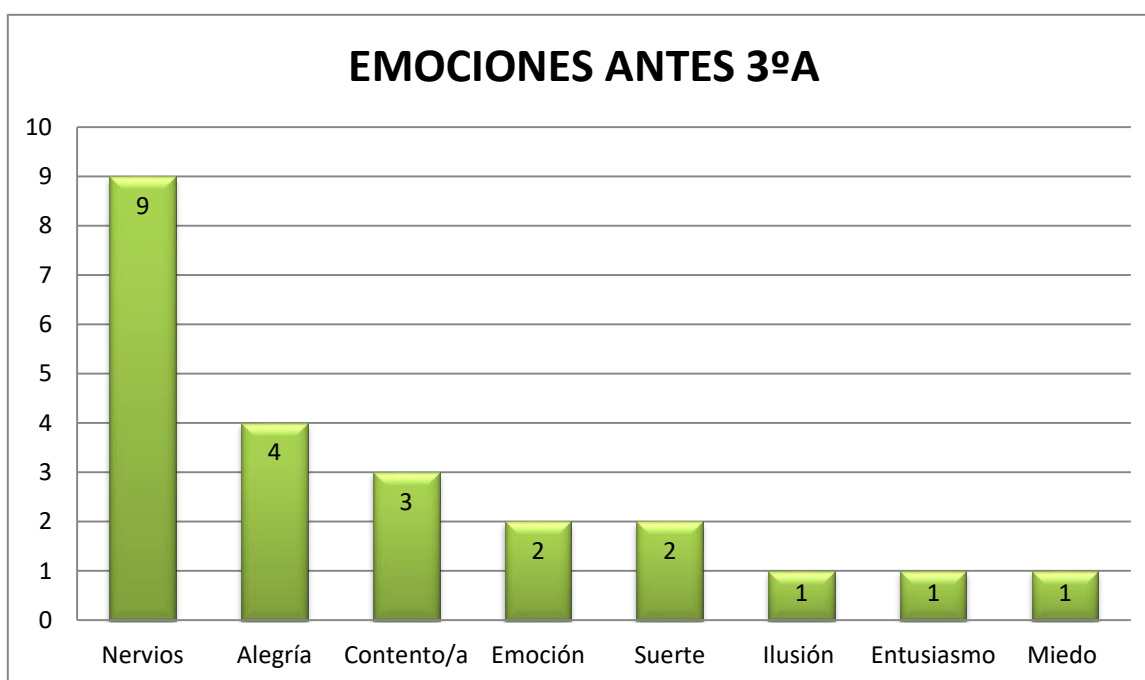


Gráfico 1. Emociones de 3ºA antes de la ruta

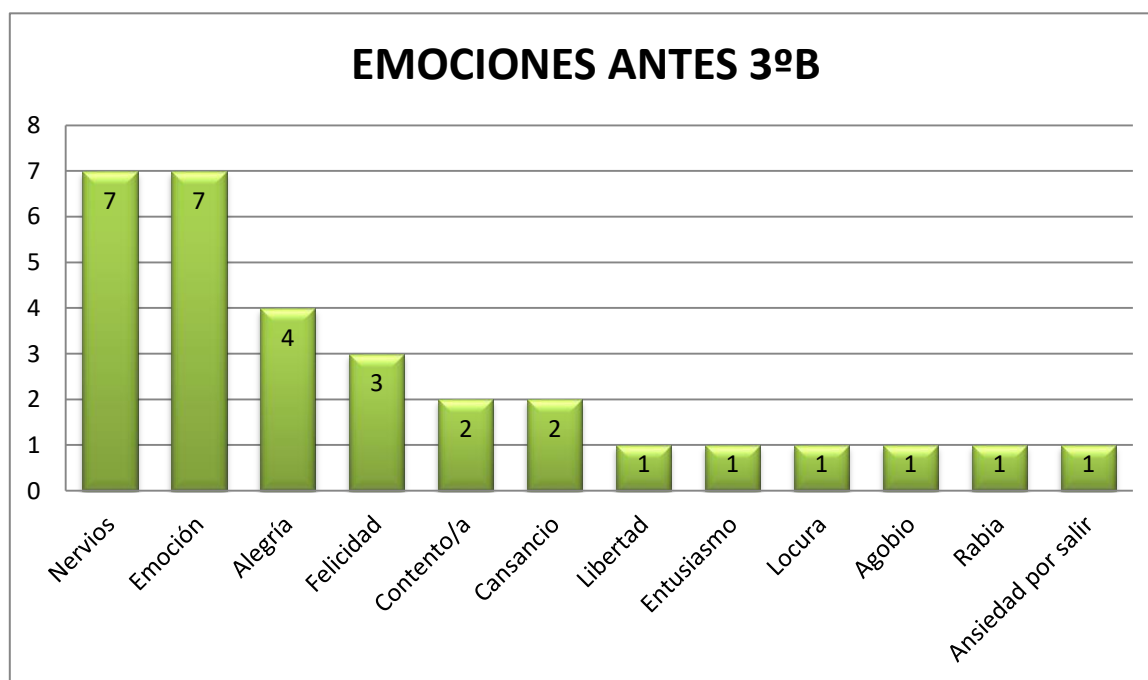


Gráfico 2. Emociones de 3ºB antes de la ruta

Las emociones escritas después de la salida son las siguientes:

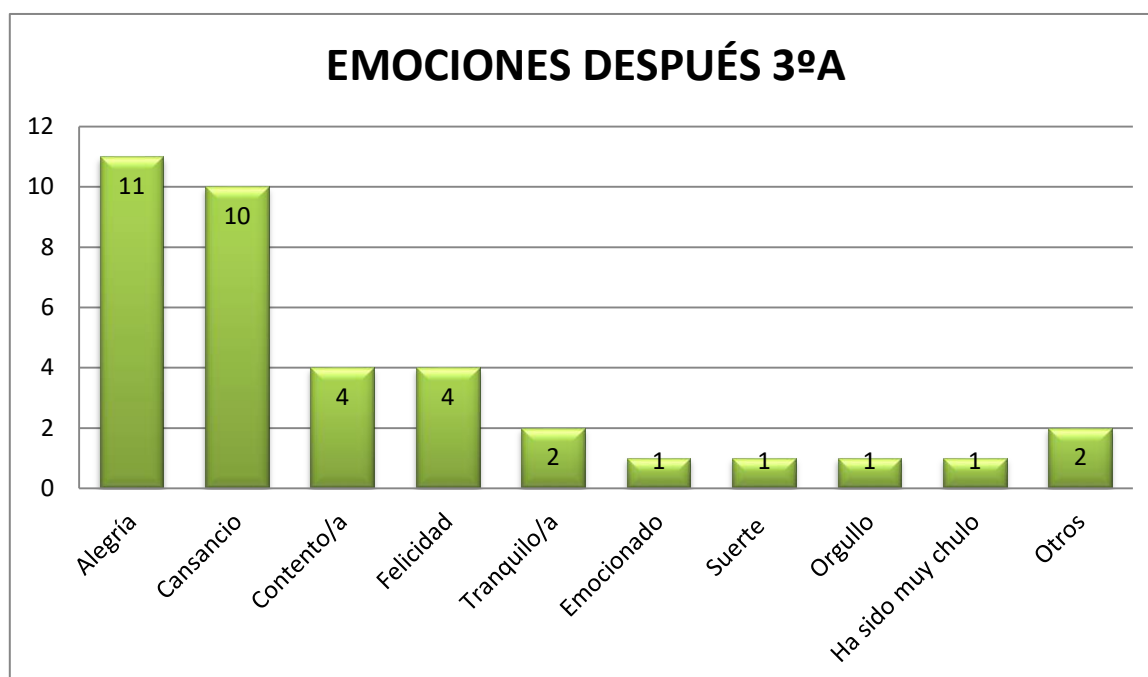


Gráfico 3. Emociones después de la ruta 3ºA

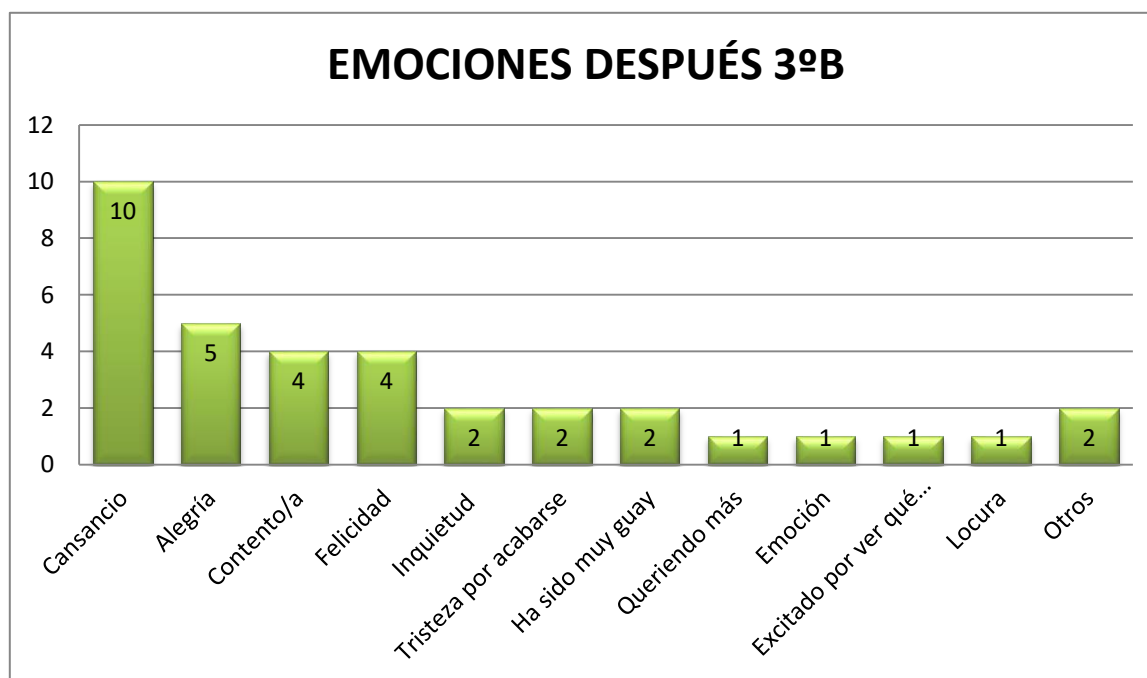


Gráfico 4. Emociones de después de la ruta 3ºB

En cuanto a las emociones escritas después de la ruta, puede verse con claridad que los niños dicen lo que piensan y son tan emocionales que una emoción eclipsa a las otras. Por ello, el cansancio (normal tras la ruta ya que se hicieron 8 kilómetros) oculta otras emociones importantes sobre el sendero. Por ello, habría que haberles hecho pensar más allá del cansancio indicando que tenían que hacer un esfuerzo por ir más allá. No obstante, con las emociones escritas después de la ruta se puede ver que la naturaleza transmite tranquilidad a los alumnos habiendo sido escrita dos veces y que la gran mayoría tienen emociones positivas como la alegría o la felicidad.

6.3.2 Aspectos didácticos y organizativos de la unidad

En relación a la organización de la unidad, está basada en la salida ya que la temporalización de ésta influyó en el número de sesiones que tendría con los alumnos. En un primer momento me resultó difícil realizar una unidad de senderismo desde la asignatura de Educación Física porque la carga teórica que quería enseñar ya que dejaba olvidada la parte motriz de la asignatura aunque finalmente comprendí cómo podía hacer prácticos dichos conocimientos a partir de diversos juegos. Aun así, considero que el senderismo es un tema claramente interdisciplinar pudiéndose tratar desde diferentes materias.

En cuanto a los aspectos organizativos de la ruta, creo que uno de las principales cuestiones a mejorar es participación más activa de los tutores, como me comenta mi tutor de TFG, ya que en ningún momento les dejé claro que podían participar de forma activa a lo largo de ésta enriqueciéndonos con sus conocimientos.

En cuanto a la ruta, voy a hacer especial hincapié en la adaptación de la ruta en función de las características de los alumnos, la adecuación de contenidos, la temporalización y las actividades llevadas a cabo.

Adaptación de la ruta

Referente a este punto, es importante el conocimiento de las características de los alumnos para que la ruta se adecúe a estas tanto en kilómetros como en el terreno, cantidad de actividades, duración,... En este aspecto considero que la ruta estaba muy trabajada debido a la cantidad de veces que se realizó antes de ponerla en práctica utilizando el conocimiento del espacio de mi tutor de TFG y de mi tutor de prácticas ya que sus comentarios sobre los puntos de interés de éste hicieron posible el camino seguido.

En este aspecto mi compañero de prácticas afirmó *“adaptación y organización perfectas. Se percibe el trabajo que hay detrás”* y mi tutor de TFG *“muy adaptada, bien trabajada por la educadora, idónea por la posibilidad de salir del cole y aprovechar los recursos comunitarios”* ya que uno de los puntos fuertes de la ruta es la accesibilidad desde el colegio permitiendo repetir la ruta en futuras ocasiones bien desde el mismo centro o con las familias.

Además, en la ruta se trató que hubiese diferentes tipos de paisajes y de entornos para que los alumnos conociesen diferentes tipos de vegetaciones integrados en un mismo entorno. En este aspecto, mi tutor del centro comentó que los puntos positivos de la ruta fueron la *“variedad de paisajes en un entorno próximo y la idoneidad de la ruta en tiempo y distancia”*.

Adecuación de contenidos

En cuanto a la adecuación de contenidos, se hace mayor referencia a ésta en el punto de los conocimientos adquiridos por los alumnos aunque cabe destacar el comentario de mi tutor del centro en el que explicita: *“La actividad ha estado muy bien y ha dado consistencia y sentido a todo el proceso previo”* ya que al ser parte de la UD se pretendía que vivenciasen lo aprendido en las sesiones previas al sendero.

Temporalización

La temporalización fue uno de los puntos fuertes del sendero debido a que uno de mis grandes miedos era llegar tarde al colegio lo que implicaría que muchos niños perdiesen el autobús escolar. En esta línea el tutor del centro señala: *“Es difícil llegar a tiempo al bus, especialmente si ha habido imprevistos por el camino y la llegada ha sido puntual con lo planificado”* y mi compañero *“temporalización excelente incluso con sorpresas por el camino”* ya que a lo largo de la mañana fueron surgiendo diferentes imprevistos como la falta de una autorización para poder salir todos del centro o la puesta en libertad del águila ratonero tras una temporada en el CRAS. Mi tutor de TFG añade *“Suele ser algo difícil de calcular, aquí se acertó. Es importante no tener la sensación de ir “persiguiendo” y poder aprovechar lo que nos encontramos por el camino”* aunque debido a aprovechar aquello que nos encontrábamos a nuestro paso hubo actividades que no dio tiempo a hacer o que las hicimos de forma veloz sin dejar tiempo para un buen feedback tras cada actividad. En este sentido el conocimiento del terreno y las distancias a la llegada en cada momento facilitan el cumplimiento de la temporalización prevista.

Actividades durante la ruta

Las actividades a lo largo de la ruta fueron las adecuadas, como comenta mi tutor de TFG *“bien administradas y buena duración”* aunque en algunos casos quedaron escuetas debido al tiempo y a que no me di cuenta de retomarlas más adelante como en el caso la observación en parejas o la historia de vida de una piña que se pueden mejorar realizándolas con más pausa. En cuanto a la explicación de éstas *“muy bien detalladas y sin perder mucho tiempo en las actividades transversales”* fueron las palabras de mi tutor de TFG ya que en ruta es importante ser claro y conciso.

Por último, la tutora de 3ºA comenta que las actividades fueron amenas y variadas haciendo que el recorrido haya sido entretenido y se haya hecho corto a lo que mi compañero añade que fueron creativas. En relación a esto, hay que tener en cuenta que las actividades sean las necesarias y estén repartidas a lo largo de la jornada teniendo en cuenta que la mayoría deben ser de interpretación del medio pues es de lo que se trata la salida.

Ambos, mi tutor de TFG y del centro, consideran que debería haber dado más valor y uso al mapa. Estoy de acuerdo con ellos ya que después de llevarlo durante toda la ruta de la mano solo se utiliza en dos momentos. Debería haber dado más importancia a ubicar dónde estamos en el mapa, las paradas, por dónde vamos,... A esto el tutor del TFG añade

“Trasladarlo a lo digital, que lo usarán en un futuro y lo pueden usar/usan con sus familias” ya que hoy en día la utilización de los dispositivos digitales está a la orden del día y es probable que los niños los utilicen vinculando así el senderismo con las tecnologías ya que son muchas las aplicaciones que pueden utilizarse en el medio natural bien para guiarnos como wikiloc o para la animación como el geocaching, entre muchas otras.

6.3.3 Rol del docente en el proceso

En cuanto al rol docente, voy a hacer mayor hincapié en la salida ya que éste ítem está trabajado de la unidad a lo largo de la reflexión del epígrafe 6.1 Narración reflexiva de la unidad.

En educación hay que aprovechar los recursos que se disponen y en este caso el pinar es uno de ellos debido a la cercanía al centro, en esta línea mi tutor de TFG afirmó *“El cole tiene muy buen acceso al medio natural, son cosas que hay que aprovechar”*, debemos saber sacar partido a aquello a lo que se tiene acceso. La tutora comenta lo siguiente: *“Motivación, interés y esfuerzos demostrados en la preparación de la ruta”* dejando constancia de que la ruta ha sido un éxito gracias al trabajo que hay detrás.

El tutor de TFG añade que es necesaria la implicación del docente para realizar este tipo de actividades, cualidad que se ha visto desde el primer momento así como otras como el estar relajada y atenta a todo lo que pasaba: a los tiempos, a los cambios, adaptándose a lo que nos encontrábamos a nuestro paso. En este aspecto, como se ha comentado previamente he intentado coordinar todo a la vez para que no se me escapase nada aunque, en ocasiones, quien mucho abarca poco aprieta y tenía que haber delegado ciertos temas a los tutores. Por otro lado, afirma también el tutor de TFG que el clima creado entre todos los participantes (tanto alumnos como docentes) ha sido bueno.

Para el análisis y valoración de éste aspecto se va a hacer referencia a los siguientes ítems:

Estrategias utilizadas

En cuanto a las estrategias utilizadas a lo largo de la unidad, cabe destacar el comenzar todos los días con un recuerdo de lo hecho el día anterior para que los alumnos vean la continuidad de las sesiones y por ende, de toda la unidad. En esta línea, gracias a la resolución de las preguntas de la sesión de orientación, día a día en función de los

contenidos previstos para cada sesión, ayudaba a enlazar todos los aprendizajes. A pesar de que como se ha comentado en los epígrafes anteriores las actividades, en su mayoría, se han desarrollado adecuadamente, hubiese sido interesante introducir más actividades basadas en la resolución de problemas ya que es la forma de que los alumnos se reten a sí mismos.

En relación a las estrategias llevadas a cabo en la ruta, creo que uno de mis puntos fuertes es la cercanía al alumnado a lo largo de la ruta como afirmó mi tutor: *“muy cercana y bien a la hora de transmitir la información”* aunque a la hora de explicar de forma general tenía que haber utilizado alguna estrategia para su reunión como comenta mi compañero *“Sería conveniente reunirlos más, utilizar una clave para llamarles al estar tantas horas seguidas juntos y en un espacio abierto”* ya que en ocasiones estaban dispersos. Siguiendo este hilo, el tutor de TFG afirma *“exquisito trato con los niños tanto a nivel afectivo como recordándoles posibles aprendizajes”* siendo éste uno de los puntos fuertes de la salida.

Otro aspecto mejorable es la seguridad en mí misma, como me comentó mi tutor de TFG a la hora de explicar, especialmente aquello que nos encontrábamos a nuestro paso y que no me había preparado, por miedo a decir información incoherente. En estas explicaciones es necesario buscar elementos que pueda compararse ya que es la forma de que los niños entiendan mejor su significado como me comentó mi tutor de TFG.

Por otro lado, es interesante estar atento a aquello que nos encontramos por nuestro paso y en este caso, como comenta el tutor de TFG, *“Estimula la curiosidad y la exploración de los niños en la naturaleza”* aspecto surgido a la salir de la acequia ya que en un primer momento no estaba pensado.

Claridad del mensaje

En cuanto a la claridad del mensaje considero que la mayoría de las veces fue claro como afirma mi tutor de TFG *“certera y concreta con lo que querías transmitir, en ruta “menos es más”. No es necesario contarle todo”* ya que hay que regular la información que se cuenta de forma que los alumnos la reciban y no se dispersen ya que, como suele decirse, “lo bueno si breve, dos bueno”. No obstante había ocasiones en las que las explicaciones eran confusas como comenta mi compañero *“claridad del mensaje y explicaciones difusas”* aunque deja claro que hay una *“transmisión clara de contenidos y objetivos claros”* estando perjudicada la claridad del mensaje especialmente por la falta de atención en ocasiones de los alumnos.

Conducción del grupo

La conducción del grupo fue buena, en palabras de mi compañero: “*conducción excelente de los grupos*”, a lo largo de la ruta a pesar de que un primer momento el ritmo de la marcha fuese un poco deprisa, como afirma la tutora de 3ºA, aunque al llegar al pinar este ritmo disminuyó. No obstante en algunos tramos la cola se distanciaba mucho de la cabeza, como comenta mi tutor, debiendo haber utilizado más los walki talkies para la comunicación entre los docentes para poder adecuar el ritmo a todos los asistentes.

7. CONSIDERACIONES FINALES Y PROPUESTA DE CONTINUIDAD

A lo largo de este epígrafe se va hacer referencia a las consideraciones finales de todo el proceso de diseño, puesta en práctica y valoración de una unidad de senderismo así como de los aprendizajes adquiridos a lo largo de ésta y la consecución de los objetivos planteados. A continuación, se hace una propuesta de continuidad del trabajo a través de indicaciones para futuros senderos escolares basadas en la experiencia de esta unidad.

7.1 CONSIDERACIONES FINALES

Gracias a este proyecto me he dado cuenta de que la naturaleza es un aula sin paredes en el que los aprendizajes tienen lugar fácilmente debido a la riqueza de ésta. Los niños están en constante aprendizaje pero para que éste sea más rico deben estar motivados porque, como se ha visto a lo largo de la unidad, cuando algo les interesa lo aprenden rápidamente. Por ello, se deben hacer actividades en la que los niños busquen, observen, investiguen, es decir, que sean ellos los protagonistas de su propio aprendizaje para que éste sea significativo y duradero. En esta línea, un buen método para ello, y que debería haber utilizado más en las sesiones, es la resolución de problemas ya el alumnado tiene que ir superando diferentes retos utilizando sus propias estrategias y a través de sus conocimientos, investigaciones y reflexiones haciéndole participe en todo momento.

Por otro lado, es interesante dejar que los alumnos se relacionen con la naturaleza de forma libre para hacerse preguntas sobre ella. En relación con esta idea, los propios niños quieren conocer, saber qué tienen a su alrededor y les gusta obtener las respuestas a sus preguntas por lo que debemos motivar a los niños a que se cuestionen lo que les rodea y darles pistas para resolver sus preguntas. Cabe destacar que en este sentido, estos alumnos hacían sencilla la transmisión de contenidos por su gran interés por aprender, y por la naturaleza en general, que ha quedado plasmado a lo largo de toda la unidad a través redacciones voluntarias sobre excursiones realizadas con sus familiares, folletos de lugares visitados, llevando una guía de aves a la ruta, apuntando aquello que se encuentran a su paso en una libreta,... Son niños a los que les gusta conocer cosas nuevas y mostrarnos aquello que ya saben, por lo que cabe cuestionarnos si son todos los niños así o casualmente han ido a parar todos a este centro. Personalmente considero que el niño es

curioso por naturaleza y cuando se le dan los estímulos adecuados su interés y curiosidad se multiplica. No obstante, esto es complicado debido a la cantidad de alumnos que teníamos, ya que la participación varía de unos a otros quedando algunos en segundo plano.

A pesar de que han adquirido diversos aprendizajes, es importante saber que este grupo tenía un gran conocimiento y experiencias previas sobre y en el medio natural, aspecto positivo ya que disponían de una buena base sobre la cual construir. En cuanto a los aprendizajes adquiridos, es interesante tener en cuenta que los alumnos no solo ven como aprendizaje aquellos contenidos relacionados con el senderismo sino todos los que se han ido trabajando a lo largo de la unidad, de forma explícita o implícita, como el trabajo en equipo o el equilibrio, dando continuidad a los trabajado en otras unidades didácticas.

He de reconocer, que en un primer momento me resultó complicado realizar una unidad de senderismo desde la asignatura de Educación Física debido a la cantidad de teoría que quería enseñar dejando olvidada la parte motriz de la materia aunque finalmente comprendí cómo podía hacer prácticos dichos conocimientos a partir de diversos juegos. Aun así, considero que el senderismo es un tema claramente interdisciplinar pudiéndose tratar desde diferentes áreas y a través de proyectos. En relación a los juegos, hay que recordar que se trata de enseñar contenidos, no de divertir a los alumnos con una batería de juegos por lo que hay que dar prioridad a los aprendizajes siendo ideal que la enseñanza y el disfrute vayan de la mano.

El medio natural se relaciona especialmente con las asignaturas de Ciencias Naturales y Educación Física pero todas las asignaturas pueden desarrollarse en la naturaleza y siguiendo el curso de ésta como en los Bosques Escuela, especialmente en el norte de Europa, que tienen mucho éxito siguiendo esta metodología. Para ello, es necesario implicar a los docentes del centro tratando de realizar un proyecto común en el que todos aportemos. En este caso, los tutores tuvieron poca implicación ya que en ningún momento se les aclaró que podían comentar y dar explicaciones siempre que quisiesen durante la ruta para enriquecerla. En relación al profesorado, a través de esta intervención me he dado cuenta de que la relación docente-alumno se ve afectada positivamente en este tipo de actividades ya que el diálogo surge de forma natural aportando cada uno lo que sabe y siendo conscientes de que todos tenemos algo que aportar y que aprender.

A lo largo de la unidad me he dado cuenta de lo importante que es darle sentido a toda ella a través de sesiones que estén conectadas unas con otras y para ello, es esencial que el alumnado sea consciente de esta continuidad a través de recordar, al comienzo de la sesión,

la clase anterior. De la misma forma, es importante cerrar las sesiones con un recordatorio de lo trabajado en ésta, para que los alumnos tengan claro el qué y para qué de las actividades realizadas. Una buena estrategia para ello ha sido la resolución de las preguntas de la sesión de orientación día a día en función del contenido de cada una de las clases.

A día de hoy gracias a mi propuesta de intervención me he dado cuenta de que las AFMN pueden llevarse a cabo con esfuerzo y dedicación a pesar de que en un principio creyese que era un pensamiento utópico el trasladar el aula a la naturaleza. Desde el primer día se vio cómo a los alumnos les gusta hablar de la naturaleza, les gusta sentirla y por ello debemos ofrecerles el máximo conocimiento de ella para que introduzcan la práctica de actividades en el medio natural en su tiempo de ocio trasladándolo así a sus familias. Por todo lo mencionado en el presente trabajo considero que hay que utilizar más los recursos que nos proporciona la naturaleza y especialmente en los centros que tienen un buen acceso a ella.

7.2 CONSECUCIÓN DE OBJETIVOS

En relación a la consecución de los objetivos del trabajo, se puede observar de forma general que todos ellos se han logrado aunque hay aspectos que son mejorables. A continuación se van a señalar los diferentes objetivos detallando si se han cumplido.

El objetivo general del trabajo era “diseñar, poner en práctica y evaluar una unidad didáctica de senderismo finalizando con una ruta en el medio natural durante toda la jornada escolar” quedando claro que se ha llevado a cabo aunque, claro está, puede ser mejorada especialmente la programación para ofrecer unidad a todo el proyecto de forma más clara desde la primera sesión y otorgando a los alumnos un papel más participativo con pequeños retos que resolver en casa cada día a través de la motivación.

Uno de los objetivos específicos era “integrar la Educación Física en el Medio Natural en la programación del curso a través de una unidad didáctica de senderismo” el cual se ha conseguido pues se ha incorporado en una de las programaciones de aula e implicando no solo al docente de Educación Física sino también a los propios tutores. No obstante, los tutores deberían haber tenido una participación más activa siendo el principal aspecto a mejorar en este sentido.

El siguiente objetivo era “valorar los aprendizajes adquiridos a lo largo de la unidad para poner en valor el interés de este tipo de propuestas en el entorno escolar” quedando

reflejado en el sexto epígrafe y siendo importante destacar no solo los aprendizajes conceptuales sino los actitudinales y procedimentales pues todos ellos son de igual importancia.

Finalmente, el último objetivo era “mostrar caminos para sucesivas puestas en práctica de senderos escolares en este u otro contexto similar” que se va a desarrollar en el siguiente punto.

7.3 PROPUESTA DE CONTINUIDAD

Como propuesta de continuidad voy a exponer en la tabla 6 una guía para el diseño de una salida de senderos escolares en base a las experiencias vividas a lo largo de esta unidad didáctica y a referentes teórico-prácticos de otras experiencias, que espero que sean útiles para próximas salidas al medio natural, tanto en este como en otros contextos, reflejando aquellos aspectos claves a tener en cuenta cuando se desea desarrollar un proyecto de “Senderos escolares” con esta metodología.

CRITERIOS A TENER EN CUENTA	OBSERVACIONES
SESIONES ANTES DE LA RUTA	
Temporalización de la unidad	Es importante tener presente la aprobación de la salida a la hora de planificar la unidad para intentar que estén en consonancia con la salida.
Conocer las ideas previas de los alumnos	Para saber de qué punto parten y adecuar los objetivos, contenidos y actividades al grupo que haya una educación individualizada.
Detallar los objetivos	De acuerdo a aquello que como docente quieres que hayan aprendido al final de las sesiones pero teniendo siempre presente la realidad del contexto-aula en el que se lleva a cabo la intervención.
Concretar los contenidos	Es mejor que sean pocos y concretos de forma que se puedan llevar a cabo todos ellos.
Programar las sesiones	Para ello hay que tener en cuenta los objetivos y contenidos que queremos conseguir y transmitir teniendo en cuenta el contexto del sendero.
Crear las actividades	En función del grupo, contenidos, objetivos, contexto del sendero para que se den de forma globalizada.
PREPARACIÓN DE LA SALIDA	
Temporalización (día y hora)	Requisito importante para poder avisar al consejo escolar y las familias con tiempo.
Lugar de la ruta	En función del lugar de la ruta se tienen en cuenta unos contenidos u otros en las actividades previas para conocer el entorno en el que tiene lugar el sendero.

Recorrido de la ruta	En base a las características del alumnado
Transporte antes o después de la ruta	Si es necesario hay que notificarlo con antelación para poder contratarlo sin ningún problema
Características del alumnado	Es necesario conocer cómo es el alumnado con el que vamos a realizar la salida
Edad del alumnado	Es importante tenerlo en cuenta para intuir los kilómetros que pueden realizar así como los kilómetros/hora a los que caminan. No obstante, esto puede variar en función del contexto de los alumnos.
Adecuación de la ruta	Hay que tener en cuenta las características del alumnado para que la ruta sea adecuada para todos ellos (distancia, desnivel, terreno, etc.)
Justificación de la salida	La salida no debe ser una mera excursión más sino que debe estar justificada en función de los aprendizajes que se pretenden generar
Contenidos de la salida	No debe ser una simple excursión sino que debe tener una serie de contenidos para que la salida sea enriquecedora
Acompañantes de la ruta	Hay que tener en cuenta de los adultos con los que contamos y decidir si queremos que vengan familiares voluntarios tanto para ayudar al control de la clase (para poder cumplir el ratio de adultos por niño) y para que enriquezcan la salida con sus conocimientos.
Actividades que se van a realizar	Estas actividades deben estar justificadas y deben tener una intencionalidad ya que no se trata solo de entretener a los alumnos sino también de educarlos y aprovechar el espacio para aprender.
Plan B	Es necesario tener un plan B por si acaso la meteorología no es buena y hay que

	hacer actividades en el centro.
GESTIONES ADMINISTRATIVAS	
Presentación de la salida a dirección	Es necesario presentar el proyecto de la salida a dirección para que se apruebe así como su temporalización
Contratación del transporte si es necesario	A la hora de contratar el transporte es importante saber el número de personas que van a la ruta así como el lugar exacto de dónde sale y a dónde tiene que ir y si se va a hacer solo un viaje (ida o vuelta) o ambos.
Nota informativa a las familias de la salida	En esta nota no solo se las informa del día sino también de los materiales necesarios para ese día así como la justificación de la salida
Autorización de las familias y recogida del dinero (si hay que abonar algo)	Si se trabaja con menores de edad es imprescindible tener la autorización de sus familiares para poder salir del centro. El dinero de aquello que haya que pagar también debe ser entregado antes del día de la salida para que no haya problemas.
ÚLTIMOS RETOQUES ANTES DE LA SALIDA	
Hacer la ruta varias veces antes de la salida	De esta forma vemos si ha cambiado de alguna manera el medio y tenemos que hacer cambios de ruta. Además hay que concretar las paradas y las explicaciones
Planificación definitiva	Debe contener las paradas, explicaciones, actividades, temporalización,...
Preparación de materiales	Preparar todos aquellos materiales que vamos a necesitar especialmente aquellos que sean imprescindibles y que haya que imprimir por si no funcionase la impresora

Mirar la meteorología con frecuencia	Es importante mirar la meteorología para saber la temperatura, humedad, tipo de nubes,... del día de la salida así como para perfeccionar un plan B y/o rutas alternativas en caso de mal tiempo.
Organizar el rol de los adultos que van a la salida	Imprescindible en las salidas tener un rol fijado para que todos los puestos queden cubiertos, especialmente en aquellas salidas en las que el número de alumnos es muy grande para que la puesta en práctica sea fácil de llevar a cabo.
DÍA DE LA RUTA (ANTES DE SALIR)	
Comprobar que todo el alumnado ha traído la autorización	Es imprescindible tener presente que aquel niño que no tenga la autorización no puede salir del centro
Repasar que se tiene todo el material	En esta última revisión hay que prestar especial atención a aquellos materiales que sean imprescindibles y especialmente a los elementos de seguridad como los chalecos reflectantes y el botiquín
Recordar las normas que se deben tener presentes a lo largo de la ruta	Hay normas que son muy importantes, especialmente las de seguridad, y por ello hay que hacer un recordatorio de ellas el mismo día de la salida para que todos los alumnos las tengan en cuenta.
DÍA DE LA RUTA (DURANTE LA SALIDA)	
Controlar que el grupo vaya unido	Para ello hacer uso de los walki-talkies, si se dispone de ellos, para que haya una buena comunicación entre la cabeza y la cola del grupo.
Valorar el ritmo de la marcha	El ritmo de la marcha hay que adaptarlo a los asistentes a ésta teniendo en cuenta que al principio se puede llevar un ritmo más rápido pero poco a poco los participantes se irán cansando.

Aprovechar los imprevistos positivos	A pesar de que no esté planificado, tener en cuenta lo que nos encontremos a nuestro paso. Para ello es importante tener un margen de tiempo
Escuchar a los niños	Es importante tener siempre presente al alumnado ya que puede que estén interesados por algo que a nosotros no nos había llamado la atención y debemos dejar que curiosen al respecto
Realizar las paradas y actividades planificadas	A pesar de que en la planificación debemos dejar un tiempo para los imprevistos, hay que seguir la planificación previa con sus paradas y actividades aunque hay que estar constantemente activo por si hay que hacer alguna modificación
DÍA DE LA RUTA (DESPUÉS LA SALIDA)	
Valoración y reflexión de la salida con los alumnos	Es interesante saber cómo lo han vivido los alumnos, qué opinan, qué han aprendido porque son los protagonistas de este proceso
Valoración de la salida por los adultos	De esta forma hay visión objetiva de la salida así como de sus reflexiones sobre ésta que contribuyen a mejorar el planteamiento para una futura salida.
DÍAS POSTERIORES A LA RUTA	
Evaluación de la salida y de todo el proceso	Si se tiene la oportunidad, es interesante evaluar los aprendizajes de los alumnos a lo largo de la puesta en práctica del proyecto (incluyendo las sesiones previas) así como una valoración de todo ello.

Tabla 6. Guía para el diseño de un sendero escolar

8. BIBLIOGRAFÍA Y REFERENCIAS

- Arazo, G., Guillén, R., y Lapetra, S. (2003). El senderismo: Una actividad para todos en todos los entornos. En O. Camerino y M. Castañer (Coords.), *Guías praxis para el profesorado. Educación Física. Contenidos, Actividades y Recursos* (pp. 618-64). Barcelona: Praxis.
- Arraiz, N. y Águeda, M. (2015). *Rutas con niños en el pirineo aragonés*. Valencia: Editorial Explora.
- Arribas, H., Blas, D., Cabanas, V., Heras de las, A., Flórez, E. y Talegón, J.(2008). Una puerta (entre) abierta: oportunidades educativas en el medio natural. *Ágora para la educación física y el deporte*, 7, 7-34.
- Arribas, H (2015a) Senderos escolares: aprender andando por la naturaleza. *Tándem*, 49 (77-78).
- Arribas, H (2015b) Senderos Escolares Inclusivos. En Arribas, H y Fernández Atienzar, D. (Coord.) *Deporte Adaptado y Escuela inclusiva*, 93-108. Barcelona: Grao.
- Caballero, P., Domínguez, G., Parra, M y Rovira, C (2008). Claves para la realización de un cuaderno de campo como recurso educativo para una ruta de senderismo. *Ágora para la EF y el Deporte*. (7-8), 145-158.
- Caballero, P. (2012). Potencial educativo de las actividades físicas en el medio natural: actividades de cooperación simple. *Revista Digital de Educación Física*, 4(19), 99- 114.
- Charles, C., Louv, R., Bodner, L. & Guns, B. (2008). *Children & Nature 2008: A report on the movement to reconnect children to the natural world*. Recuperado de <http://getoutdoorsflorida.com/documents/CNMovement.pdf>
- Colorado, J. (2001). *Montañismo y Trekking. Manual Completo*. Madrid: Ediciones Desnivel.
- Delgado, E. & Alario. M. T. (1994). La interacción fuera del aula: itinerarios, salidas y paseos. *Tabanque. Revista Pedagógica*. (9), 155-178.
- Freire, H. (2011). *Educación en verde*. Barcelona: Graó.
- García, A., Arriscado, D., Gallardo, E. y Dalmau, J. D. (2016) Análisis curricular del peso académico de las actividades en la naturaleza en la Educación Física: diagnóstico

escolar en la Educación Primaria. *I Jornadas sobre Educación Física en la Naturaleza*, REEFNAT, Valsaín, Segovia, 31-36.

Genestar, T. y Arazo, G. (2000). *Senderismo escolar: XIV Jornadas Provinciales de Educación Física*. Benasque, septiembre de 2000.

Gómez Encinas, V. (2008). Juegos y actividades de reto y aventura en el contexto escolar. *Wanceulen E.F. Digital*. Recuperado de <http://rabida.uhu.es/dspace/bitstream/handle/10272/2160/b15349755.pdf?sequence=1>.

Guillén, R., Lapetra, S. & Casterad, J. (2000). *Actividades en la naturaleza*. Barcelona: Inde.

Genestar, T. y Arazo, G. (2000). *Senderismo escolar*. XIV Jornadas Provinciales de Educación Física. Benasque (Huesca).

JULIÁN, J.A; IBOR, E. (coords.) (2016): *Montaña Segura: El senderismo como proyecto interdisciplinar en el ámbito escolar*. Zaragoza. Prames.

Ley Orgánica de Educación 2/2006, de 3 de mayo, de Educación disponible en <https://www.boe.es/buscar/pdf/2006/BOE-A-2006-7899-consolidado.pdf>

Louv, R. (2007). *Leave No child Inside*. Recuperado de http://www.funoutdoors.com/files/Richard%20Louv%20Congressional%20Testimony%20_07.pdf

Martín, R., Rodríguez, E. & Arribas, H. (2002). El senderismo: Una propuesta de ocio, educación y actividad física en el medio natural. *Deportes. Dip*, 6 (17-20). Recuperado de http://www.diputaciondevalladolid.es/extras/extras_publicaciones/deportes_dip/diciembre2002/200406170406Revista.pdf

Martínez, L., Murillo, J., Sicilia, A., Pascual, R., Ramírez, P., Amate, M. y Santos, M. (2001). La construcción de propuestas de actividades en el medio natural para primaria: las actividades en el medio natural en la escuela, p 505-518. En VV AA *Deporte y cambio social en el umbral del siglo XXI*, 2, Editorial Estebasn Sanz: Madrid.

Martínez, F. J. y García, A. J. (2008). Itinerarios didácticos por Fuente Álamo (Murcia), una estrategia educativa de innovación en el proceso de enseñanza-aprendizaje en educación secundaria. *Espiral. Cuadernos del Profesorado*, 1(1), 28-37.

- Miguel, A. (2001). *Actividades físicas en el medio natural en la educación física escolar*. Palencia: Patronato Municipal de Deportes. Ayuntamiento de Palencia. Palencia.
- Miguel, A. (2008). La escuela municipal de actividades físicas en el medio natural: un modelo de formación. *Wanceulen E.F. Digital*, (4). Recuperado de <http://rabida.uhu.es/dspace/bitstream/handle/10272/2157/b15349792.pdf?sequence=1>
- Navarro, R., Arrufe, V. y Sancosmed, E. (2015). Las actividades en el medio natural en la educación física escolar: Formación y actitud del profesorado de Educación Primaria. *Retos. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 27, 122-126
- Parra Boyero, M., & Rovira, C. M. (2007). La tarea milagrosa. Reflexiones sobre la significabilidad socio-afectiva de las tareas. *Habilidad Motriz*, 28, 33-47
- Parra, M., Caballero, P. y Domínguez, G. (2009). Estrategias metodológicas para las actividades recreativas en el medio natural, p. 199-260. En M. E. García (coord.). *Dinámicas y estrategias de re-creación* Barcelona: Graó
- Peñarrubia, C., Guillén, R. y Lapetra, S. (2016). Las actividades en el medio natural en Educación Física, ¿teoría o práctica? *Cultura Ciencia y Deporte* 31, 11, 17-36
- Romero, O. (1999). El medio natural como escuela de formación: El senderismo. *Elide*, 2, 75-81.
- Rovira, C. M., Amarilla, J. C., Domínguez, G., García, R. y Rodríguez, C. J. (Ed.) (2009). *CAMINALIA. Proyecto integral de senderismo para escolares*. Badajoz: Junta de Extremadura.
- Saéz, J., Tornero, I. & Sierra, A. (2017). Ocho razones para fomentar el aula naturaleza desde la Educación Física. *Cuadernos de Pedagogía*, 479 (48-51).
- Santos, M. L. y Martínez, J. F. (2008). Las actividades en el medio natural en la escuela. Consideraciones para un tratamiento educativo. *Wanceulen E.F. Digital*, 4. Recuperado de <http://rabida.uhu.es/dspace/bitstream/handle/10272/2166/b15349822.pdf>
- Santos, M. L. y Martínez, F. (2011). Aprendizaje integrado de las actividades en el medio natural desde las competencias en la ESO. *Tándem*, 36, 53-60.
- Tejedor (2005). Aplicación Curricular de las Actividades en el medio natural a través de la EF escolar Aplicación Curricular de las Actividades en el medio natural a través de

la EF escolar. En Miguel, A. (Coord.) *Las actividades Físicas en el Medio Natural en la Educación Física escolar*, 148-157. Patronato Municipal de Deportes. Ayuntamiento de Palencia

Torredabella, X. (2013b). La joëlette: una original adaptación para el senderismo inclusivo. Revista EF deportes. *Revista Digital EF Deportes*, 184. Recuperado de: <http://www.efdeportes.com/efd184/la-joelette-para-el-senderismo-inclusivo.htm>

Velázquez, F. (2016) *Cómo introducir la educación ambiental en la escuela y la sociedad*. Barcelona: Ediciones del Serbal

Tierra Orta, J. (1996). Actividades recreativas en la naturaleza. En Soto, A. (coord.), *Educación Primaria: actividades en la naturaleza* (pp. 159-171). Huelva: Universidad de Huelva.

Turmo, A. y González-Lázaro (2016). Senderos para hacer con niños. Identificación de las condiciones para el análisis de la red de GR, PR y SL. Actas de las *I Jornadas sobre Educación Física en la Naturaleza*, REEFNAT, p 65-71. Valsáin, Segovia

9. ANEXOS

ANEXO 1: INSTALACIONES DEPORTIVAS Y CUARTO DE MATERIAL



Gimnasio



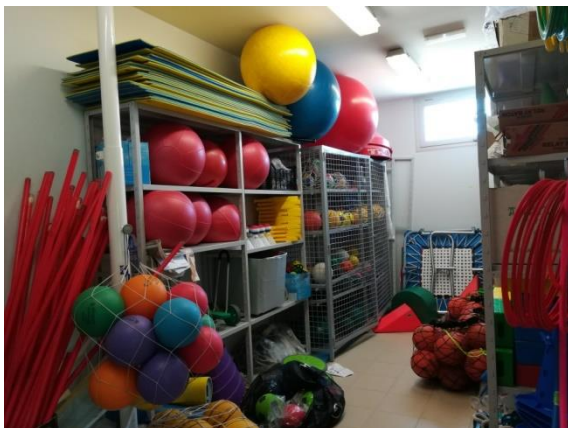
Patio



Patio



Patio



Cuarto de material



Cuarto de material

ANEXO 2: UNIDAD DIDÁCTICA “CAMINANDO”

“CAMINANDO”



ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN/JUSTIFICACIÓN	75
2. FUNDAMENTACIÓN LEGAL.....	77
3. CONTEXTO.....	78
4. CONTENIDOS.....	79
5. CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE.....	81
6. METODOLOGÍA.....	94
7. SESIONES.....	97
8. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN.....	112
9. CONTRIBUCIÓN AL DESARROLLO DE LAS COMPETENCIAS CLAVE	113
10. INTERDISCIPLINARIEDAD Y TRANSVERSALIDAD	114
11. BIBLIOGRAFÍA	115
12. ANEXOS	116

1. INTRODUCCIÓN/JUSTIFICACIÓN

“Caminando” es una unidad didáctica sobre senderismo terminando con un sendero escolar por el Pinar de Antequera. La elección de este tema se debe principalmente a que considero que una propuesta de sendero escolar así como las EFMN en general tiene múltiples beneficios para el desarrollo íntegro de la persona. Por otro lado, tengo cierta preocupación por los niños de hoy en día ya que pasan demasiado tiempo en lugares cerrados jugando solos por lo que creo que unir el trabajo por grupos, idóneo para relacionarse con sus compañeros, y la naturaleza ayudan a combatir este gran problema.

A través de esta unidad quiero dejar constancia de que la educación fuera del aula es posible, teniendo incontables beneficios entre los que Charles, Louv, Bodner y Guns (2008) destacan principalmente la reducción de estrés, la mejora de atención, creatividad, imaginación, cooperación, favorece su salud y bienestar así como el desarrollo psicológico y cognitivo. Siguiendo esta línea, Freire (2010) añade que gracias a la naturaleza, con la que el hombre convive desde el inicio de los tiempos, los niños se desarrollan mejor a nivel social, sensorial e intelectual ya que los aprendizajes adquiridos en esta van más allá de lo mero académico y Ríos, G. afirma que “un día de campo vale mucho más que un día de clase”. Como afirma Louv (2005) las nuevas generaciones ven la naturaleza como una abstracción más que una realidad creando serios problemas a la hora de crear raíces y lazos de unión entre el ser humano y la tierra a lo que Robin Moore añade que los lugares y materiales naturales estimulan la imaginación de los niños y sirven de medio hacia la inventiva y la creatividad.

Además de estas afirmaciones, hay varias investigaciones y estudios como los realizados por National Sporting Goods Association y American Sports Data que demuestran el claro descenso de las actividades al aire libre en las últimas décadas. En la campaña publicitaria liderada por Ken Robinson y Stuart Brown “Liberad a los niños. Ensuciarse es bueno” se saca a la luz que los presos de ciertas prisiones pasan más tiempo al aire libre que los niños de entre 5 y 12 años ya que se realizó una investigación en 10 países y a más de 12.000 padres con hijos en las edades mencionadas anteriormente cuyo resultado es que los niños pasan de media una hora al día al aire libre.

De este modo, un sendero escolar es una actividad en el medio natural idónea para contribuir a desarrollar lo mencionado anteriormente ya que el alumnado se enriquece de la naturaleza gracias a su gran valor educativo creando aprendizajes para la vida,

experienciales y de aplicabilidad inmediata teniendo en cuenta que se dan de forma interdisciplinar.

En cuanto al centro escolar CEIP El Peral, es la base de este estudio y por ello hay que tener en cuenta sus proyectos educativos en los cuales se defiende que uno de los valores que pretende desarrollar es el respeto del medio ambiente y el interés por la conservación del entorno natural por lo que considero que esta propuesta encaja con el ideal del centro.

La finalidad de la educación primaria, establecida en el artículo 16.2 de la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación, es entre otros aspectos, afianzar el desarrollo personal y bienestar del alumnado, desarrollar habilidades sociales, hábitos de trabajo, creatividad y afectividad estando estos presentes a lo largo del proyecto.

En cuanto a los bloques del currículo establecidos en el DECRETO 26/2016, de 21 de julio, BOCyL de 25 de julio, los senderos escolares se pueden clasificar tanto en el bloque tres ya que caminar es una habilidad motriz básica y en el cuarto porque el senderismo es un deporte.

2. FUNDAMENTACIÓN LEGAL

Para la realización de la presente Unidad Didáctica me he basado en:

- Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa
- Real Decreto 126/2014, de 28 de febrero, por el que se establece el currículo básico de la Educación Primaria
- DECRETO 26/2016, de 21 de julio, por el que se establece el currículo y se regula la implantación, evaluación y desarrollo de la Educación Primaria en la Comunidad de Castilla y León
- Orden ECD/65/2015, de 21 de enero, por la que se describen las relaciones entre las competencias, los contenidos y los criterios de evaluación de la educación primaria, la educación secundaria obligatoria y el bachillerato

3. CONTEXTO

El centro en el que se lleva a cabo la unidad “Caminando” es el CEIP El Peral situado en la zona sur de Valladolid concretamente en el barrio El Peral dando nombre a dicho centro público. La mayor parte de sus alumnos viven en la zona y en el Pinar de Jalón ya que el centro tiene transporte escolar a este barrio.

El centro, de línea dos hasta quinto de primaria con intención de completar ambas líneas el curso que viene, tiene jornada continua de 9.00 a 14.00. En cuanto al nivel económico y cultural de la mayoría de los alumnos del centro es medio/alto.

La unidad se va a llevar a cabo con 3ºA el cual está formado por X niños y X niñas sumando un total de 23 alumnos aunque la sexta sesión, la salida de senderismo, se va a realizar con los dos terceros a la vez sumando así 44 alumnos.. En esta clase no hay niños con dificultades motrices, sociales o cognitivas.

4. CONTENIDOS

A continuación se van a detallar los contenidos curriculares concretados en el DECRETO 26/2016, de 21 de julio, BOCyL de 25 de julio sobre los que se basan los contenidos didácticos de la unidad.

BLOQUE 1. CONTENIDOS COMUNES

CONTENIDOS CURRICULARES	CONTENIDOS DIDÁCTICOS
Técnicas de trabajo individual y en grupo con atención a los diferentes roles y a la responsabilidad individual y colectiva.	Trabajo en grupos
	Responsabilidad individual y grupal
Estrategias para la resolución de conflictos: utilización de normas de convivencia, conocimiento y respeto de las normas y reglas de juego, y valoración del respeto a los demás, evitando estereotipos y prejuicios racistas.	Respeto de las normas del juego
	Respeto hacia los demás
Uso adecuado y responsable de los materiales de Educación Física orientados a su conservación y a la prevención de lesiones o accidentes.	Respeto hacia los materiales utilizados en las diferentes sesiones
Utilización del lenguaje oral y escrito para expresar ideas, pensamientos, argumentaciones y participación en debates, utilizando el vocabulario específico del área.	Aprendizaje y utilización de vocabulario específico del tema
	Expresión de sus ideas de forma oral delante del resto de la clase
	Expresión de sus ideas por escrito

BLOQUE 3. HABILIDADES MOTRICES

CONTENIDOS CURRICULARES	CONTENIDOS DIDÁCTICOS
Control y dominio del movimiento: resolución de problemas motrices que impliquen selección y aplicación de respuestas basadas en la aplicación de las habilidades básicas y desarrollo de otras nuevas.	Utilización de las habilidades motrices básicas para la resolución de diversos retos
Formas y posibilidades del movimiento. Ajuste de los esquemas motores básicos en la ejecución de desplazamientos, saltos, giros y equilibrios y manejo de objetos. Control motor y dominio corporal.	Diferentes formas de desplazamiento

Mantenimiento de la flexibilidad y ejercitación globalizada de la fuerza, la velocidad y la resistencia.	Incremento de la resistencia
--	------------------------------

BLOQUE 4. JUEGOS Y ACTIVIDADES

CONTENIDOS CURRICULARES	CONTENIDOS DIDÁCTICOS
Iniciación a la práctica de juegos y actividades predeportivas y de desarrollo de habilidades motrices específicas.	Iniciación al senderismo
	Conocimiento de elementos básicos del senderismo
	Nociones básicas de orientación
Juegos en el medio natural.	Actividades en el medio natural (sendero interpretativo)
Desarrollo de estrategias básicas de juego relacionadas con la cooperación, la oposición y la cooperación/oposición.	Estrategias básicas de cooperación y oposición
Normas de circulación como peatones y ciclistas.	Educación vial: Caminar por la izquierda en tramos de carretera Cruzar por pasos de peatones
Comprensión, aceptación, cumplimiento y valoración de las reglas y normas de juego.	Comprensión de las reglas del juego
	Cumplimiento de las normas del juego
Aceptación como propios de los valores fundamentales del juego: el esfuerzo personal, la relación con los demás y la aceptación del resultado.	Comprensión de que lo importante no es el resultado sino el proceso
Desarrollo y reflexión de actitudes y valores relacionados con el juego limpio.	Valores relacionados con el juego limpio (no hacer trampas, no enfadarse, no molestar a los compañeros,...)
Valoración del juego como medio de disfrute, relación y empleo del tiempo de ocio. Sedentarismo y obesidad.	La actividad física como forma de ocio

BLOQUE 6. ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD

CONTENIDOS CURRICULARES	CONTENIDOS DIDÁCTICOS
Mejora general de la condición física orientada a la salud	Mejora de la condición física
Adecuación de las posibilidades corporales a la actividad física.	Autorregulación en las actividades

5. CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE

A lo largo de este apartado se van a enumerar los diferentes criterios de evaluación y estándares de aprendizaje basados en los del currículo oficial así como las competencias claves a las que se va a hacer referencia y su conexión con las actividades. En la primera columna se determinan los criterios de evaluación del currículo oficial y en la segunda los criterios de la unidad basados en el DECRETO 26/2016, de 21 de julio, por el que se establece el currículo y se regula la implantación, evaluación y desarrollo de la Educación Primaria en la Comunidad de Castilla y León. Lo mismo sucede con los estándares de aprendizaje ya que los que aparecen en el currículo están en la tercera columna mientras que los propios de esta unidad basados en los anteriores están situados en la cuarta columna.

BLOQUE 1. CONTENIDOS COMUNES

CRITERIOS DE EVALUACIÓN DEL CURRÍCULO	CRITERIOS DE EVALUACIÓN DE LA UNIDAD	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE DEL CURRÍCULO	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE DE LA UNIDAD	COMPETENCIAS CLAVE	ACTIVIDADES
B1.1 Opinar coherentemente con actitud crítica, tanto desde la perspectiva de participante como de espectador, ante las posibles situaciones conflictivas surgidas, participando en debates, y aceptando	<ul style="list-style-type: none"> - Aceptar las opiniones de los demás - Participar con actitud crítica en el intercambio de opiniones 	B1.1.3 Muestra buena disposición para solucionar los conflictos de manera razonable.	Soluciona los conflictos de forma pacífica	Competencia social y cívica: <ul style="list-style-type: none"> - Conceptos críticos de justicia e igualdad - Se pone en el lugar de los demás - Elabora respuestas - Toma decisiones - Interactúa con respeto - Respeta las diferencias Competencia lingüística:	A lo largo de las sesiones
		B1.1.4 Reconoce y califica negativamente las conductas inapropiadas que se producen en la	Participa con actitud crítica		

las opiniones de los demás.		práctica o en los espectáculos deportivos.		- Se expresa de forma oral - Escucha con atención e interés - Adapta su respuesta a la situación - Está dispuesto al diálogo crítico y constructivo - Se expresa de forma escrita (solo en algunos momentos)	
B1.2 Extraer y elaborar información relacionada con temas de interés en la etapa y compartirla, utilizando fuentes de información determinadas y haciendo uso de las TIC como recurso de apoyo al área	Compartir información de interés	B1.2.3 Expone sus ideas de forma coherente y se expresa de forma correcta en diferentes situaciones, y respeta las opiniones de los demás, evitando estereotipos y prejuicios racistas.	Respeto las opiniones de los demás		
			Se expresa de forma adecuada		

BLOQUE 2. CONOCIMIENTO CORPORAL

CRITERIOS DE EVALUACIÓN DEL CURRÍCULO	CRITERIOS DE EVALUACIÓN DE LA UNIDAD	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE DEL CURRÍCULO	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE DE LA UNIDAD	COMPETENCIAS CLAVE	ACTIVIDADES
B2.1 Resolver situaciones motrices con diversidad de estímulos y condicionantes espacio-temporales,	Resolver situaciones motrices de diferentes estímulos y espacios	B2.1.2 Ejecuta acciones motoras combinando habilidades motrices básicas	Combina habilidades motrices básicas	Social y cívica: - Aceptar las diferencias - Elaborar respuestas - Tomar decisiones - Seguridad en uno mismo - Sentido de la	S1.A2 S1.A3 S2.A4 S3.A2 S4.A2

seleccionando y combinando las habilidades motrices básicas y adaptándolas a las condiciones establecidas de forma eficaz.				responsabilidad Lingüística: - Utiliza vocabulario adecuado - Se expresa de forma oral - Adapta su respuesta	
	B2.1.3 Ajusta los desplazamientos a los cambios condicionados por la actividad.	Ajusta los desplazamientos al espacio y actividad		Social y cívica: - Elaborar respuestas - Tomar decisiones - Seguridad en uno mismo - Sentido de la responsabilidad - Interactúa con respeto Lingüística: - Utiliza vocabulario adecuado - Se expresa de forma oral - Adapta su respuesta - Tener interés por la interacción con los demás	S1.A2 S1.A3 S3.A2 S4.A3 S6.A7
	B2.1.4 Se orienta en el espacio de acuerdo a los objetivos de la tarea	Se orienta en el espacio a siguiendo un mapa		Social y cívica: - Elaborar respuestas - Tomar decisiones	S2.A4 S6.A9
		Sabe orientar el mapa del colegio		- Resolver conflictos - Seguridad en uno mismo	S2.A4 S4.A2
Sitúa en el mapa puntos del espacio			- Sentido de la responsabilidad	S4.A2	

			Se orienta en el espacio teniendo de referencia elementos de este	<ul style="list-style-type: none"> - Interactúa con respeto - Colabora - Ser honesto Lingüística: <ul style="list-style-type: none"> - Utiliza vocabulario adecuado - Se expresa de forma oral - Adapta su respuesta - Tener interés por la interacción con los demás - Escucha con atención e interés - Está dispuesto al diálogo crítico y constructivo 	S2.A4 S4.A2 S6.A9
		B2.1.5 Adapta el movimiento corporal a diferentes duraciones, ritmos y velocidades.	Adapta el ritmo y la velocidad del movimiento en función del tipo de actividad	Social y cívica: <ul style="list-style-type: none"> - Tomar decisiones - Seguridad en uno mismo - Sentido de la responsabilidad Lingüística: <ul style="list-style-type: none"> - Interactúa con respeto - Ponerse en el lugar de los demás - Ser honesto - Utiliza vocabulario adecuado - Se expresa de forma oral 	S1.A2 S1.A3 S4.A3 S6

				- Adapta su respuesta - Tiene interés por la interacción con los demás	
B2.3 Valorar, aceptar y respetar la propia realidad corporal y la de los demás, mostrando una actitud reflexiva.	Acepta y respeta su realidad corporal y la de los demás	B2.3.1 Acepta sus posibilidades y limitaciones corporales y las de los demás	Acepta sus posibilidades y limitaciones Acepta las posibilidades y limitaciones de los demás	Social y cívica: - Aprende conceptos de igualdad - Se pone en el lugar del otro - Acepta las diferencias - Tiene seguridad en sí mismo Lingüística - Se expresa de forma oral - Está dispuesto al diálogo crítico y constructivo - Es consciente de la repercusión de la lengua en otras personas	A lo largo de la unidad
		B2.3.2 Respeta la diversidad de realidades corporales.	Respeta las diferentes realidades corporales		

BLOQUE 3. HABILIDADES MOTRICES

CRITERIOS DE EVALUACIÓN DEL CURRÍCULO	CRITERIOS DE EVALUACIÓN DE LA UNIDAD	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE DEL CURRÍCULO	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE DE LA UNIDAD	COMPETENCIAS CLAVE	ACTIVIDADES
B3.1 Resolver retos tácticos elementales propios del juego y de actividades físicas, con	Resolver retos	B3.1.1 Utiliza los recursos adecuados para resolver situaciones básicas de	Utiliza los recursos adecuados para resolver situaciones tácticas	Social y cívica: - Aceptar las diferencias - Elaborar respuestas - Tomar decisiones	S1.A2 S1.A3 S2.A4 S4.A2

o sin oposición, aplicando principios y reglas para resolver las situaciones motrices, actuando de forma individual, coordinada y cooperativa y desempeñando las diferentes funciones implícitas en juegos y actividades.	táctica individual y colectiva en diferentes situaciones motrices.		<ul style="list-style-type: none"> - Seguridad en uno mismo - Sentido de la responsabilidad Lingüística: <ul style="list-style-type: none"> - Utiliza vocabulario adecuado - Se expresa de forma oral - Adapta su respuesta 		
	B3.1.2 Combina acciones: desplazamientos, paradas, cambios de ritmo y saltos sin perder el equilibrio ni la continuidad en juegos de persecución individuales o de grupos.	Combina diferentes acciones: desplazamientos, cambios de ritmo, saltos		Social y cívica: <ul style="list-style-type: none"> - Tomar decisiones - Seguridad en uno mismo - Sentido de la responsabilidad - Interactúa con respeto - Ponerse en el lugar de los demás - Ser honesto - Elaborar respuestas - Aceptar las diferencias 	S1.A2 S1.A3 S2.A4 S3.A2 S4.A3
	B3.1.3 Realiza combinaciones de habilidades motrices básicas ajustándose a un objetivo y a unos parámetros espacio-temporales.	Adapta las habilidades motrices a las diferentes situaciones		Lingüística: <ul style="list-style-type: none"> - Utiliza vocabulario adecuado - Se expresa de forma oral - Adapta su respuesta - Tiene interés por la interacción con los demás 	S6

B3.2 Mejorar el nivel de sus capacidades físicas, regulando y dosificando la intensidad y duración del esfuerzo, teniendo en cuenta sus posibilidades y su relación con la salud.	Mejora las capacidades físicas	B3.2.4 Comprende la necesidad de regular el esfuerzo de acuerdo a la actividad a realizar.	Regula su esfuerzo en función de la actividad	Social y cívica	A lo largo de las sesiones
	Dosifica la intensidad y duración del esfuerzo			<ul style="list-style-type: none"> - Acepta las diferencias - Toma decisiones - Es honesto - Tiene seguridad en sí mismo - Tiene sentido de la responsabilidad Lingüística <ul style="list-style-type: none"> - Utiliza el vocabulario adecuado - Regula el lenguaje en función del contexto - Se expresa de forma oral 	

BLOQUE 4. JUEGOS Y ACTIVIDADES DEPORTIVAS

CRITERIOS DE EVALUACIÓN DEL CURRÍCULO	CRITERIOS DE EVALUACIÓN DE LA UNIDAD	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE DEL CURRÍCULO	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE DE LA UNIDAD	COMPETENCIAS CLAVE	ACTIVIDADES
B4.1 Resolver retos tácticos elementales propios del juego y de actividades físicas, con o sin oposición, aplicando principios y reglas para resolver las	Resolver diferentes retos	B4.1.1 Conoce y practica diferentes juegos y actividades deportivas	Practica diversos juegos relacionados con el medio natural	Social y cívica <ul style="list-style-type: none"> - Elabora respuestas - Toma decisiones - Interactúa con respeto - Colabora - Es honesto - Tiene seguridad en sí 	A lo de la unidad

situaciones motrices, actuando de forma individual, coordinada y cooperativa y desempeñando las diferentes funciones implícitas en juegos y actividades				mismo - Tiene sentido de la responsabilidad Lingüística - Utiliza el vocabulario adecuado - Regula el lenguaje en función del contexto - Se expresa de forma oral - Escucha con atención e interés - Está dispuesto al diálogo crítico y constructivo	
			Practica la orientación	Social y cívica: - Elabora respuestas - Toma decisiones - Resuelve conflictos - Tiene seguridad en uno mismo	S2.A2 S2.A3 S2.A4 S4.A2 S6.A7
			Realiza una ruta de senderismo	mismo - Tiene sentido de la responsabilidad - Interactúa con respeto - Colabora - Es honesto Lingüística: - Utiliza vocabulario	S6

				<p>adecuado</p> <ul style="list-style-type: none"> - Se expresa de forma oral - Adapta su respuesta - Tener interés por la interacción con los demás - Escucha con atención e interés - Está dispuesto al diálogo crítico y constructivo 	
		<p>B4.1.2 Utiliza los recursos adecuados para resolver situaciones básicas de táctica individual y colectiva en diferentes juegos y actividades.</p>	<p>Utiliza los recursos adecuados para resolver diferentes retos</p>	<p>Social y cívica:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Aceptar las diferencias - Elaborar respuestas - Tomar decisiones - Seguridad en uno mismo - Sentido de la responsabilidad <p>Lingüística:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Utiliza vocabulario adecuado - Se expresa de forma oral - Adapta su respuesta 	<p>S1.A2</p> <p>S1.A3</p> <p>S2.A2</p> <p>S2.A3</p> <p>S2.A4</p> <p>S3.A2</p> <p>S4.A2</p> <p>S4.A3</p> <p>S6</p>
		<p>B4.1.3 Realiza combinaciones de habilidades motrices básicas ajustándose a un objetivo y a unos parámetros espacio-</p>	<p>Combina diferentes habilidades motrices básicas en función de las actividades</p>	<p>Social y cívica:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Aceptar las diferencias - Elaborar respuestas - Tomar decisiones - Seguridad en uno mismo - Sentido de la 	<p>S1.A2</p> <p>S1.A3</p> <p>S2.A4</p> <p>S3.A2</p> <p>S4.A2</p>

		temporales.		responsabilidad Lingüística: - Utiliza vocabulario adecuado - Se expresa de forma oral - Adapta su respuesta	
		B4.1.4 Colabora con su equipo en los juegos y actividades deportivas de forma activa participando en situaciones que requieran cooperación y coordinación	Colabora con su equipo	Social y cívica - Conceptos de democracia - Se pone en el lugar del otro - Toma decisiones - Resuelve conflictos - Interactúa con respeto - Es honesto - Colabora Lingüística - Adapta su lenguaje a la situación - Se expresa de forma oral - Se expresa de forma escrita (solo en algunas actividades) - Escucha con atención - Está dispuesto al diálogo crítico y constructivo - Tiene interés por la	S1.A2 S2.A2 S2.A3 S2.A4 S3.A2 S4.A2 S4.A3 S6.A2 S6.A4 S6.A6 S6.A9

				interacción con los demás	
		B4.1.5 Resuelve problemas motores con espontaneidad y creatividad.	Resuelve los retos de forma creativa	<p>Social y cívica:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Elabora respuestas - Toma decisiones - Tiene seguridad en sí mismo <p>Lingüística:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Utiliza vocabulario adecuado - Se expresa de forma oral - Adapta su respuesta - Tiene interés 	<p>S3.A2</p> <p>S6.A4</p> <p>S6.A6</p> <p>S6.A8</p>
B4.3 Manifestar respeto hacia el entorno y el medio natural en los juegos y actividades al aire libre, identificando y realizando acciones concretas a su preservación.	<ul style="list-style-type: none"> - Respetar el medio ambiente - Ser consciente de las acciones que perjudican el medio 	B4.3.2. Es respetuoso con la conservación del medio natural en el desarrollo de las actividades.	Respetar el medio ambiente	<p>Social y cívica:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Conceptos de ciudadanía - Se pone en el lugar del otro - Interpreta problemas sociales - Se implica de forma cívica y social con su entorno - Tiene sentido de la responsabilidad - Interactúa con respeto - Es honesto <p>Lingüística:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Utiliza vocabulario adecuado 	<p>A lo largo de la unidad, pero especialmente en la sesión 6</p>

				<ul style="list-style-type: none"> - Se expresa de forma oral - Adapta su respuesta - Tener interés por la interacción con los demás - Escucha con atención e interés - Está dispuesto al diálogo crítico y constructivo 	
B4.4 Conocer las normas de circulación como peatón y ciclista.	Conocer las normas de circulación	B4.4.1. Conoce las normas como peatón.	Cumple las normas como peatón	<p>Social y cívica:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Conceptos críticos de ciudadanía - Respeta los valores compartidos - Contribuye al bienestar social - Es honesto <p>Lingüística:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Escucha con atención e interés 	S6
B4.5 Demostrar un comportamiento personal y social responsable, respetándose a sí	<ul style="list-style-type: none"> -Respetar a uno mismo y a los demás -Respetar las normas del juego -Tener iniciativa 	B4.5.1 5.1. Tiene interés por mejorar la competencia motriz.	Tiene interés por mejorar	<p>Social y cívica:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Elabora respuestas - Toma decisiones - Tiene seguridad en sí mismo 	A lo largo de las sesiones
		B4.5.2 Demuestra autonomía y confianza	Tiene confianza en sí mismo		

mismo y a los otros en las actividades físicas y en los juegos, aceptando las normas y reglas establecidas y actuando con interés e iniciativa individual y trabajo en equipo.	-Mostrar interés -Trabajar en grupo	en diferentes situaciones, resolviendo problemas motores con espontaneidad y creatividad.	Resuelve los problemas motores con creatividad	- Es responsable - Respeta las diferencias Lingüística: - Utiliza vocabulario adecuado - Se expresa de forma oral - Adapta su respuesta - Tiene interés	A lo largo de las sesiones
		B4.5.4 Participa en la recogida y organización de material utilizado en las clases.	Recoge el material	Competencia social y cívica: - Se pone en el lugar de los demás - Elabora respuestas - Toma decisiones - Interactúa con respeto	
		B4.5.5 Acepta formar parte del grupo que le corresponda y el resultado de las competiciones con deportividad.	Se centra en la actividad y no en el resultado	Competencia lingüística: - Se expresa de forma oral - Escucha con atención e interés - Adapta su respuesta a la situación - Está dispuesto al diálogo crítico y constructivo	

6. METODOLOGÍA

En cuanto a la metodología, los alumnos trabajan especialmente en parejas aunque en ocasiones se hacen actividades de forma individual o grupal en la parte de animación de la sesión (los primeros minutos). Tanto las parejas como los grupos son hechos por el docente para que no haya ningún tipo de problema ni de alumnos que se queden sin pareja ni de que se pongan los amigos juntos ya que una de las reglas de la sesión es que debemos ponernos con todos, no solo con nuestros amigos, sin protestar ya que somos compañeros.

Ambas sesiones, la primera de hora y media y la segunda de una hora, se llevan a cabo en el gimnasio y gran parte de ellas sobre colchonetas. Cada sesión se dispone de la siguiente forma:

- Encuentro y fase de activación: orientado a presentar la sesión, recordar lo visto el día anterior, incidir en las reglas.
- Fase de dinamización: Formada por un calentamiento a través de juegos y una parte principal.
- Fase de reflexión: Búsqueda de la opinión y reflexión de los niños.

En cuanto a las estrategias metodológicas, se propicia el descubrimiento guiado ya que los alumnos van buscando soluciones a los problemas planteados mientras el docente pasa por las parejas y les va dando pistas de cómo resolver el reto. Este tipo de aprendizaje fue desarrollado en la década de los 60 por el psicólogo y pedagogo Jerome Bruner. La máxima de su teoría es que los alumnos deben adquirir los conocimientos por sí mismos a través de la exploración motivada por la curiosidad. En las sesiones, tras el momento de experimentación, se hace una puesta en común en donde los alumnos proponen sus soluciones y el docente debe guiar sus respuestas hacia la correcta, la que él cree que deben saber los alumnos. No obstante, hay momentos en los que es necesario utilizar el mando directo en algunas actividades.

Respecto a la hora de tratar que los alumnos dejen de hacer las diferentes actividades para escuchar, se va a utilizar el método de las estatuas ya que cada vez que diga “estatuas” los alumnos deben quedarse quietos en el sitio y sin hablar para escuchar la siguiente indicación.

La metodología presente a lo largo de la intervención es activa en la que los alumnos tienen gran protagonismo ya que van a ser ellos los que vayan descubriendo, de forma guiada, los conocimientos. Se va a dar gran importancia al trabajo en grupo ya que se pretende que el senderismo, práctica que puede parecer individual, se desarrolle en grupo, viendo los beneficios de hacerlo de esta forma siendo el eje del trabajo. Resolución de problemas, mando directo en ciertas ocasiones

Los materiales necesarios son los siguientes:

SESIÓN 1	
ACTIVIDADES	MATERIALES
Presentación de la unidad Mi árbol Búhos y ratoncillos Ranas, piedras y grillos Momento de reflexión	Power Point (ordenador y pantalla) 23 folios 23 bolígrafos Petos
SESIÓN 2	
ACTIVIDADES	MATERIALES
Momento de encuentro La brújula La rosa de los vientos Orientate Momento de reflexión	4 brújulas 4 rosas de los vientos (sobre un cartón) 4 mapas 4 documentos para las respuestas Las preguntas para colocar en las balizas Pinzas de orientación
SESIÓN 3	
ACTIVIDADES	MATERIALES
Momento de encuentro Un sendero en mi gimnasio Momento de reflexión	Libertad de materiales del gimnasio
SESIÓN 4	
ACTIVIDADES	MATERIALES
Momento de encuentro Buscando mi mochila Guíame Momento de reflexión	4 mapas 4 Bolígrafos 24 fichas con elementos que llevar en una ruta de senderismo 16 picas unidas de dos en dos
SESIÓN 5	
ACTIVIDADES	MATERIALES
Momento de encuentro Charla de un agente medioambiental	Ordenador Power point

Momento de reflexión	Pantalla Aquellos traídos por el experto (trampas para animales, uniformes,...)
SESIÓN 6: SENDERO ESCOLAR	
ACTIVIDADES	MATERIALES
<p>El árbol de las emociones</p> <p>Observación de indicios</p> <p style="padding-left: 40px;">La pinza</p> <p style="padding-left: 40px;">Bingo natural</p> <p>Creación de un lema</p> <p style="padding-left: 40px;">Escucha activa</p> <p style="padding-left: 40px;">Búsqueda de indicios</p> <p style="padding-left: 40px;">El amuleto de la suerte</p> <p style="padding-left: 40px;">Historia de vida de una piña</p> <p>Visualización de la puesta en libertad de un águila ratonero por un agente medioambiental</p> <p>Caminar con los ojos cerrados mientras nos guía un compañero</p> <p>Por parejas explicación del paisaje</p>	<p style="padding-left: 40px;">Chalecos</p> <p style="padding-left: 40px;">Walki-talkies</p> <p>1 mapa por grupo (8 mapas) tamaño din a3</p> <p style="padding-left: 40px;">Mural del árbol de las emociones</p> <p>Papel de color blanco para escribir las emociones de antes</p> <p>Papel de color verde para escribir las emociones de después</p> <p style="padding-left: 40px;">8 fundas de plástico</p> <p style="padding-left: 40px;">8 bingos naturales</p> <p style="padding-left: 40px;">4 pinzas</p>

7. SESIONES

En esta sección se van a describir las dos sesiones que componen la unidad mostrando los objetivos didácticos, contenidos, tareas de E-A, evaluación y la descripción de las diferentes actividades. La unidad está formada por seis sesiones de las cuales una, la última, es el sendero escolar a través del pinar.

La temporalización es la siguiente:

SESIÓN	DÍA
1	9/04/2018
2	11/04/2018
3	16/04/2018
4	18/04/2018
5	25/04/2018
6	2/05/2018
7	7/05/2018

SESIÓN 1

A. CONTEXTUALIZACIÓN			
<ul style="list-style-type: none"> - Tema: “Caminando” - Ciclo/curso: 3º EPO - N° de sesión: 1 - Tiempo: Una hora 			
B. OBJETIVOS DIDÁCTICOS, CONTENIDOS, TAREAS DE E-A Y EVALUACIÓN			
<p><u>Objetivos</u></p> <p>Generar interés por la unidad</p> <p>Crear gusto por la naturaleza</p> <p>Conocer conceptos relacionados con el senderismo</p> <p>Mejorar la resistencia</p> <p>Adaptar el ritmo e intensidad de la carrera en función de la situación</p>	<p><u>Contenidos</u></p> <p>Vocabulario específico de senderismo</p> <p>Resistencia</p> <p>Normas</p> <p>Esquives</p> <p>Respeto hacia los demás</p>	<p><u>Tareas de E-A</u></p> <p>Correr</p> <p>Saltar</p> <p>Esquivar</p>	<p style="text-align: center;"><u>Estándares de evaluación</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Respeto a los compañeros - Cumple las normas - Acepta el hecho de ganar o perder - Es capaz de esquivar a un compañero - Es capaz de saltar a un compañero - Se expresa de forma adecuada utilizando vocabulario adecuado - Se esfuerza - Respeto el material - Se interesa por la unidad - Soluciona los conflictos de forma pacífica - Tiene interés por mejorar - Tiene confianza en sí mismo

			<ul style="list-style-type: none"> - Combina habilidades motrices - Ajusta los desplazamientos - Adapta el ritmo
C. SECUENCIA DE ACTIVIDADES			
<u>ESTRUCTURA DE LA SESIÓN</u> <u>Momento de encuentro</u> (A.1)	Presentación de la unidad en clase con el apoyo de un power point (ver anexo 1) para que los alumnos puedan expresar lo que saben, lo que les viene a la cabeza para poder partir de sus ideas previas. Antes de esto, cada niño dibuja un árbol y en sus raíces escribe sus ideas previas (en las próximas sesiones escribiremos los aprendizajes en el tronco y en la copa aquello que quieren aprendiendo).		
<u>Parte principal:</u>	Descripción de la actividad		
Búhos y ratoncillos (A2)	Se divide a la clase en dos grupos, búhos y ratoncillos, los primeros tienen que intentar pillar a todos los ratoncillos y llevarlos a su nido de la mano. Los segundos pueden salvarse si otro ratoncillo, que no esté pillado, les choca la mano. El juego finaliza cuando todos los ratoncillos estén pillados, en ese momento se cambiarán los roles.		
Ranas, piedras y grillos (A3)	<p>Todos los alumnos son piedras y tienen que estar de cuclillas en el suelo menos dos, uno de ellos se la queda (la rana) y tiene que intentar pillar al grillo. Si el grillo salta una piedra, se intercambian los roles, la piedra se convierte en rana, la rana en grillo y el grillo en piedra.</p> <p>El docente tiene que estar pendiente de que no salten siempre a los mismos y de ser así debe guiar el juego diciendo consignas de este tipo: “ahora solo se puede saltar a las piedras de color x, a las piedras de la mitad izquierda, a los que tengan coleta...”</p>		
<u>Momento de despedida/parte final</u> (A4): <ul style="list-style-type: none"> - Puesta en común - Aseo 	Nos sentamos todos en círculo y recordamos aquello que hemos aprendido y de qué va la unidad. A continuación, los niños dicen aquello que más y menos les ha gustado y si felicitan a alguien.		
D. CONSECUCIÓN DE LAS COMPETENCIAS			

A lo largo de esta sesión se contribuye a la mejora de la competencia social y cívica y la competencia lingüística. Tanto en el momento de encuentro como en el de despedida se deja que los alumnos hablen, cuenten sus experiencias delante de todos, es decir, se les deja un tiempo para transmitir al resto sus pensamientos.

La segunda actividad es un juego de persecución por grupos por lo que se les deja un tiempo para escucharse unos a otros, tomar decisiones, llegar a acuerdos,... y todo ello de forma oral y por lo tanto, adaptando las respuestas al contexto y al diálogo que se está llevando a cabo. Durante el desarrollo del juego se están continuamente comunicando unos con otros, especialmente si eres del equipo de los búhos para conseguir pillar a todos.

Todo este proceso se hace haciendo hincapié en que hay que ser honestos sin hacer trampas para que el juego se desarrolle de forma adecuada y escuchándonos unos a otros, estas son premisas básicas porque incluyen otras muchas como el respeto hacia los demás (si no somos honestos en la forma de jugar ni nos escuchamos unos a otros no estamos respetando al resto).

SESIÓN 2

A. CONTEXTUALIZACIÓN			
<ul style="list-style-type: none"> - Tema: “Caminando” - Ciclo/curso: 3º EPO - N° de sesión: 2 - Tiempo: Una hora 			
B. OBJETIVOS DIDÁCTICOS, CONTENIDOS, TAREAS DE E-A Y EVALUACIÓN			
<u>Objetivos</u> Distinguir los puntos cardinales Orientar un mapa Saber orientarse a través de un mapa	<u>Contenidos</u> Los puntos cardinales La brújula y su aplicación Lectura y orientación de mapas y planos Sistemas de orientación Respeto hacia los demás	<u>Tareas de E-A</u> Utilizar la brújula, orientar la rosa de los vientos, orientar los mapas, encontrar las balizas	<u>Estándares de aprendizaje</u> - Es capaz de ponerse de acuerdo con los compañeros de su grupo - Sabe orientar el mapa del colegio - Conoce los puntos cardinales y sabe situarlos en el espacio - Respeto a los compañeros - Cumple las normas

			<ul style="list-style-type: none"> - Se expresa de forma adecuada utilizando vocabulario adecuado - Respeta el material - Soluciona los conflictos de forma pacífica - Respeta las opiniones de los demás - Regula su esfuerzo - Tiene interés por mejorar - Tiene confianza en sí mismo - Resuelve los problemas con creatividad - Recoge el material - Se centra en la actividad y no en el resultado - Se orienta en el espacio teniendo de referencia elementos de este
C. SECUENCIA DE ACTIVIDADES			
<u>ESTRUCTURA DE LA SESIÓN</u>	Al llegar al gimnasio los alumnos se sientan en semicírculo alrededor de la pizarra y lo primero que hacemos entre todos es recordar lo que hemos hecho el día anterior. Una vez hecho esto, se pregunta a los alumnos sobre los puntos cardinales, los sistemas de orientación y los mapas para saber sus conocimientos previos y partir de estos para ofrecerles más información.		
<u>Momento de encuentro</u> (A.1)			
<u>Parte principal:</u>	Descripción de la actividad		
La brújula (A2)	Se divide a los alumnos en cuatro grupos y se le da a cada uno una brújula para que investiguen dónde está cada uno de los puntos cardinales. Después de dejarlos investigarlo, se les pregunta dónde está cada uno de los		

	puntos a todos los grupos.
La rosa de los vientos (A3)	Se le da a cada grupo una rosa rosa de los vientos (ver anexo 2) y tienen que orientarla utilizando la brújula y ayudándose de sus elementos: la flecha de dirección, el limbo, las líneas norte-sur. Primero lo prueban todos juntos y después se descoloca tanto la brújula como la rosa y de uno en uno tienen que conseguir orientarla.
Oriéntate (A4)	Los alumnos ya están divididos en cuatro grupos y a cada grupo se le da un plano del patio del colegio (ver anexo 3) con una serie de balizas que deben encontrar en el orden correcto (cada grupo tiene un orden). En cada una de esas balizas hay una pregunta (ver anexo 4) que tienen que contestar y apuntar cada grupo en su hoja (anexo 5). Estas preguntas se irán corrigiendo a lo largo de las sesiones, en esta sesión se corrigen aquellas que tienen relación con la orientación.
<u>Momento de despedida/parte final</u> (A5):	Nos sentamos todos en círculo y cada grupo dice cómo se han visto a la hora de orientar el mapa y encontrar las balizas, a continuación hacemos un recuerdo de lo que hemos aprendido hoy y algunos alumnos expresan qué es lo que más les ha gustado, menos, les ha parecido más difícil y a quién quieren felicitar (si es que quieren)
D. CONSECUCCIÓN DE LAS COMPETENCIAS	
<p>A lo largo de esta sesión se trabaja continuamente en grupo por lo que se desarrolla la expresión oral, la escucha con atención, la elaboración de respuestas para poder tomar decisiones de forma pacífica, el diálogo constante y por lo tanto la adaptación de las respuestas en función del contexto. Además de lo expresado anteriormente en esta sesión se da especial importancia al uso de vocabulario específico del tema, en especial al relacionado con los sistemas de orientación y los puntos cardinales.</p> <p>También es importante por lo que se trabaja a lo largo de la sesión el sentido de la responsabilidad individual y grupal ya que la primera es básica para desarrollar la segunda.</p> <p>Tanto en la actividad 1 como en la 5 se deja un tiempo para hablar a los niños delante del resto de la clase para contarnos cómo se han sentido a lo largo de la sesión promoviendo tanto la expresión de la persona que habla como la escucha activa de los demás.</p>	

SESIÓN 3

A. CONTEXTUALIZACIÓN			
<ul style="list-style-type: none"> - Tema: “Caminando” - Ciclo/curso: 3º EPO - N° de sesión: 3 - Tiempo: Una hora 			
B. OBJETIVOS DIDÁCTICOS, CONTENIDOS, TAREAS DE E-A Y EVALUACIÓN			
<p><u>Objetivos</u></p> <p>Crear un ambiente de aprendizaje</p> <p>Adecuar el desplazamiento a la situación</p> <p>Saber utilizar las diferentes señales</p>	<p><u>Contenidos</u></p> <p>Señalización de los senderos</p> <p>Creatividad</p> <p>Desplazamientos en función del recorrido</p> <p>Equilibrios</p>	<p><u>Tareas de E-A</u></p> <p>Desplazamientos, equilibrios, disequilibrios, creación de escenarios</p>	<p><u>Estándares de aprendizaje</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Es creativo a la hora de diseñar el escenario - Dialoga y llega a acuerdos de forma pacífica con su grupo - Se desplaza con soltura a través del sendero - Ajusta los desplazamientos a la actividad - Diferencia las señales de senderismo y las utiliza en su sendero adecuadamente - Respeta el material - Recoge el material - Se expresa de forma correcta - Respeta las opiniones de los demás - Se expresa de forma adecuada

			<ul style="list-style-type: none"> - Acepta sus posibilidades y limitaciones - Se esfuerza - Tiene confianza en sí mismo
C. SECUENCIA DE ACTIVIDADES			
<u>ESTRUCTURA DE LA SESIÓN</u>	Al llegar al gimnasio los alumnos se sientan en semicírculo alrededor de la pizarra y lo primero que hacemos entre todos es recordar lo que hemos hecho el día anterior. Una vez hecho esto, resolvemos algunas preguntas de la actividad de orientación del día anterior y se hace una breve explicación de los tipos de señales que nos podemos encontrar en un sendero.		
<u>Momento de encuentro</u> (A.1)			
<u>Parte principal:</u>	Descripción de la actividad		
Un sendero en mi gimnasio (A2)	<p>Se divide la clase en cuatro grupos y a cada uno se le da un parte del gimnasio de forma que el punto en el que termine el espacio del primero empieza el del segundo y así sucesivamente para formar un recorrido por éste. El objetivo es que cada grupo cree en su zona un espacio simulando la naturaleza (un puente para pasar un río, unas lianas,...) utilizando materiales y una vez hecho, deben colocar las señales (Ver anexo 6) que hemos visto previamente: camino correcto, camino equivocado y cambio de dirección. Tras un tiempo de pruebas, creación,... cada grupo expondrá aquello que está simulando con los objetos que ha utilizado y después haremos todos juntos el gran sendero creado por todos.</p> <p>Hay dos premisas que son muy importantes: pueden utilizar todo el material que quieran pero solo dos personas de cada grupo pueden ir a la sala de material a por ello y que aquello que creen debe poderlo pasar todo el mundo.</p>		
<u>Momento de despedida/parte final</u> (A3):	Nos sentamos todos en círculo y hablamos de la actividad de hoy: el trabajo en grupo, la creatividad de los alumnos, la señalización,...		
<ul style="list-style-type: none"> - Puesta en común - Aseo 			

D. CONSECUCCIÓN DE LAS COMPETENCIAS

Debido al gran trabajo grupal que se lleva a cabo en esta sesión los alumnos trabajan la expresión oral mediante el diálogo (no solo hablar sino también escuchar a los demás para poder contestar de forma adecuada), la toma de decisiones, la resolución de conflictos, la responsabilidad y la interacción de forma respetuosa con los demás.

Además de lo mencionado anteriormente para contribuir al desarrollo de las competencias lingüística y social y cívica, para la construcción del sendero cada uno tiene que aceptar cómo es y cuáles son las potencialidades y debilidades del resto para adaptar el sendero a las capacidades de todos.

Además se trabaja la responsabilidad tanto a la hora de trabajar como a la de recoger todos los materiales utilizados ya que todos deben participar, cuando utilizamos algo debemos volverlo a llevar a su sitio. Además al dejar tanta libertad de material cada uno de forma individual y grupal debe hacer un uso responsable de los materiales.

La competencia lingüística no solo se desarrolla en la actividad 2 sino que en la primera y la última se da especial importancia a la comunicación y expresión de ideas.

SESIÓN 4

A. CONTEXTUALIZACIÓN

- Tema: “Caminando”
- Ciclo/curso: 3º EPO
- N° de sesión: 4
- Tiempo: Una hora

B. OBJETIVOS DIDÁCTICOS, CONTENIDOS, TAREAS DE E-A Y EVALUACIÓN

<u>Objetivos</u>	<u>Contenidos</u>	<u>Tareas de E-A</u>	<u>Estándares de aprendizaje</u>
Comprender que el senderismo es para todos Aprender los materiales que se necesitan para una salida de	Materiales necesarios en el senderismo Orientación Ubicación en el mapa de puntos	Orientación, guiar, caminar	- Diferencia los materiales que hay que llevar a una ruta - Es capaz de ubicar en el mapa dónde estaba el material colocado

senderismo	reales La barra direccional		<ul style="list-style-type: none"> - Se sensibiliza con las personas con discapacidad visual - Sabe guiar al compañero - Respeta los materiales - Llega a acuerdos de forma pacífica con su grupo - Soluciona los conflictos de forma pacífica - Respeta las opiniones de los demás - Se expresa de forma adecuada - Respeta a los demás - Tiene confianza en sí mismo - Recoge el material - Adapta el ritmo y velocidad
------------	--------------------------------	--	--

C. SECUENCIA DE ACTIVIDADES

ESTRUCTURA DE LA SESIÓN	Al llegar al gimnasio los alumnos se sientan alrededor de la pizarra y recordamos entre todos lo que hicimos en la sesión anterior. A continuación, resolvemos las preguntas de la segunda sesión relacionadas con la de hoy.
Momento de encuentro (A.1)	
<u>Parte principal:</u>	Descripción de la actividad
Buscando mi mochila (A2)	Se reparten por el patio tarjetas con materiales (ver anexo 7) que deben llevar los alumnos en la mochila el día de la ruta y se divide a los alumnos en cuatro grupos dándoles un plano del colegio a cada uno de ellos y una hoja con los materiales que tienen que encontrar (ver anexo 8). Cada grupo tendrá que encontrar seis tarjetas y cada vez que encuentre una (de las suyas) debe señalar en el mapa (ver anexo 9) dónde estaba y traerla y dármela. Una vez que he visto que tienen bien señalizado en el mapa dónde estaba la tarjeta pueden salir en

	<p>busca de otra.</p> <p>Cuando todos los grupos hayan terminado, pondremos en común aquellos materiales que necesitamos llevar a la ruta de senderismo y lo dividiremos en tres tipos de mochilas: mochila física del alumno, mochila física del profesor y la mochila de las normas.</p>
<p>Guíame (A3)</p>	<p>Tras la explicación de lo que es la barra direccional, su uso y el rol de cada una de las tres personas necesarias para su utilización; se divide a los alumnos en tríos y se les dan dos picas unidas con celo para hacerlas más largas. Se coloca un niño en cada uno de los extremos de la pica y el tercero en el medio con un antifaz. Los grupos van caminando por el patio y probando todas las posiciones.</p>
<p><u>Momento de despedida/parte final</u> (A4)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Puesta en común - Aseo 	<p>Nos sentamos en un círculo y comentamos la sesión de hoy entre todos diciendo lo que más nos ha gustado, lo que menos, qué tal se nos ha dado colocar los materiales encontrados en el mapa, cómo nos hemos sentido al ir con los ojos tapados, al guiar al compañero,...</p>
<p>D. CONSECUCIÓN DE LAS COMPETENCIAS</p>	
<p>Como en las sesiones anteriores el trabajo grupal es muy importante ya que la mayor parte de la sesión se realiza en grupo. Esto contribuye al desarrollo de ambas competencias ya que permite la toma de decisiones, la resolución de conflictos, interacción respetuosa, la colaboración, el interés por la comunicación, la adaptación del lenguaje y la elaboración de respuestas en función del diálogo. En esta sesión y especialmente en la actividad 3 es muy importante el ponerse de acuerdo y tomar decisiones de forma grupal mediante la palabra ya que todo el grupo debe ir unido y por lo tanto, ponerse de acuerdo con el resto de compañeros.</p> <p>En la actividad 3 es imprescindible el ponerse en el lugar del otro y sensibilizarse con él para guiarle de forma adecuada. Además, la competencia lingüística tiene gran valor ya que la actividad saldrá bien siempre y cuando haya un buen diálogo entre los tres que sea significativo para dicho contexto y para el cual es importante prestar gran atención al emisor.</p> <p>El desarrollo de estas competencias tiene especial importancia en las actividades 1 y 4 ya que es el momento de escucharnos los unos a los otros nuestras opiniones.</p>	

SESIÓN 5

A. CONTEXTUALIZACIÓN
<ul style="list-style-type: none"> - Tema: “Caminando” - Ciclo/curso: 3º EPO - N° de sesión: 5 - Tiempo: Una hora
B. DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD
<p>Charla de un agente medioambiental sobre su trabajo y el Pinar de Antequera. En esta sesión los niños tendrán la oportunidad de hablar, aportar ideas, ver y tocar diferentes herramientas como algunas trampas para animales, su uniforme cuando hay un fuego,... Además tienen la oportunidad de aprender muchas cosas sobre el pinar para que la salida sea más enriquecedora. Para la realización de esta actividad se ha tenido que enviar una solicitud (anexo 10) a la Junta de Castilla y León.</p>

SESIÓN 6:

Esta sesión dura todo el horario lectivo y es una ruta de senderismo de 8 kilómetros de distancia por el Pinar de Antequera. La principal actividad motriz es caminar aunque se van a ir sucediendo otras actividades bien para la animación de la ruta o para una mejor interpretación del medio así como diferentes paradas para descansar y para conocer ciertos detalles sobre el medio.

A. CONTEXTUALIZACIÓN			
<ul style="list-style-type: none"> - Tema: “Caminando” - Ciclo/curso: 3º EPO - N° de sesión: 6 - Tiempo: Seis horas 			
B. OBJETIVOS DIDÁCTICOS, CONTENIDOS, TAREAS DE E-A Y EVALUACIÓN			
<u>Objetivos</u>	<u>Contenidos</u>	<u>Tareas de E-A</u>	<u>Estándares de aprendizaje</u>
Crear gusto por la naturaleza	Los contenidos teóricos son: los	Caminar, esquivar, equilibrios,	- Soluciona los conflictos de forma

	tipos de árboles, la señalización, los caminos (Cañada Real, Camino de Santiago, cortafuegos, sendero de la legua), el mapa, el cuidado del medio ambiente	orientación del mapa, buscar, investigar, observar.	<p>pacífica</p> <ul style="list-style-type: none"> - Participa con actitud crítica - Respeta las opiniones de los demás - Se expresa de forma adecuada - Respeta a los demás - Regula su esfuerzo - Tiene confianza en sí mismo - Recoge el material - Ajusta los desplazamientos - Se orienta utilizando el mapa - Adapta el ritmo - Trabaja en equipo - Resuelve los retos de forma creativa - Respeta el medio ambiente - Cumple las normas como peatón
C. SECUENCIA DE ACTIVIDADES			
<p><u>ESTRUCTURA DE LA SESIÓN</u> <u>Momento de encuentro</u> (A.1)</p>	<p>Al llegar al gimnasio los alumnos se sientan alrededor de la pizarra y se le da a cada uno un papel en blanco en el que tienen que escribir cómo se sienten en estos momentos previos a la salida de senderismo para pegarlos en el árbol de las emociones. A continuación se recuerdan algunas normas antes de salir, se reparte a cada grupo dos mapas (ver anexo 11) y deben repartirse diferentes roles dentro del grupo.</p>		
<p><u>Parte principal:</u></p>	<p>Descripción de la actividad</p>		

Bingo natural (A2)	Se le da a cada grupo una ficha con el “bingo natural” (ver anexo 12) en el cual hay una serie de elementos que deben encontrar a lo largo de la mañana para lo que deben ir muy atentos a su alrededor.
La pinza (A3)	Se van a repartir tres pinzas entre los alumnos las cuales hay que evitar tener. La forma de deshacerte de una pinza es escuchar a alguien decir alguna de las tres palabras prohibidas (calor, agua y no) ya que en el momento en el que oigas que alguien las dice debes pasarle la pinza.
Creación de un lema (A4)	Cada uno de los diferentes grupos debe crear un lema o grito de guerra y después todos los veremos. Cada vez que consigan una actividad deben decir su lema.
Escucha activa (A5)	Al lado de la acequia del pinar estamos un minuto en completo silencio para escuchar la naturaleza. Una vez pasado el tiempo se hace una puesta en común sobre aquello que hemos escuchado.
Historia de vida de una piña (A6)	A cada uno de los grupos se le entrega una piña y tienen que crear su historia (de dónde viene, cómo llegó hasta aquí,...). Tras un tiempo de trabajo grupal se expone delante del resto de los grupos.
Guiémonos (A7)	Los alumnos se ponen en parejas y uno de cada pareja debe cerrar los ojos mientras el otro le guía por el camino. Tras unos minutos se cambian los roles.
¿Qué ves? (A8)	En parejas, uno enfrente al otro, uno de la pareja debe explicarle al otro todo aquello que ve y que éste tiene a su espalda. Debe ser una descripción detallada para conseguir que se lo imagine tal y como es. Una vez terminado éste se da la vuelta y compara lo que se había imaginado con lo que realmente hay. A continuación cambian los roles.
¿Dónde estamos? (A9)	Por grupos deben señalar en el mapa dónde hemos hecho cada una de las paradas
<u>Momento de despedida/parte final</u> (A10) - Puesta en común	Cuando llegamos al gimnasio los niños vuelven a escribir en un papel lo que sienten en ese momento y así, al pegarlo en el árbol de las emociones, quedará completo. A continuación se hace un círculo en el medio del gimnasio y se deja hablar a aquel que quiere sobre qué le ha parecido la ruta, qué ha aprendido,...
D. CONSECUCIÓN DE LAS COMPETENCIAS	
Al ser una sesión de toda la jornada es más sencillo que haya una buena contribución al desarrollo de estas competencias que en el resto de sesiones.	

En esta se trabajan conceptos de ciudadanía en cuanto que hay que ser respetuoso con el medio ambiente y cruzar de forma adecuada la carretera, y se interpretan los problemas sociales especialmente relacionados con la contaminación ya que por nuestro paso por el pinar nos encontramos basura tirada en él.

Al trabajar tanto por parejas como en grupo y hacer actividades en las que se necesita la comunicación y el llegar a acuerdos juntos se desarrolla la expresión oral, la escucha con interés y atención, la elaboración de respuestas, la toma de decisiones y la resolución de conflictos. Todo ello no solo está implícito a la hora de desarrollar las actividades sino que se hace especial hincapié si vemos que alguna de ellas no se está desarrollando como debería.

En la actividad 7 debe haber gran confianza en nuestro compañero y este debe saber ponerse en el lugar del otro para dar las indicaciones correctas por lo que la competencia lingüística se trabaja perfectamente ya que mientras uno debe adaptar su lenguaje e instrucciones a la situación el otro debe captar el mensaje a través de prestar atención para así cumplir el objetivo.

A lo largo de la ruta se da gran importancia al uso adecuado del vocabulario que vamos aprendiendo a lo largo de esta.

SESIÓN 7

A. CONTEXTUALIZACIÓN

- Tema: “Caminando”
- Ciclo/curso: 3º EPO
- N° de sesión: 7
- Tiempo: Media hora

B. DESARROLLO DE LA SESIÓN

En esta sesión de media hora se realiza un control tipo test a los alumnos mediante la aplicación plickers sobre los diferentes contenidos tratados a lo largo de la unidad. Las preguntas se pueden ver en el anexo 13.

8. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN

INSTRUMENTO	OBJETIVO
Árbol individual	Conocer las ideas previas que tienen los alumnos y lo que han ido aprendiendo a lo largo de las sesiones (ver anexo 14 con algunos ejemplos)
Respuestas de la actividad de orientación	Saber los conocimientos de los alumnos sobre diferentes aspectos que se desarrollan a lo largo de la unidad para que sean más significativos para ellos cuando los aprendamos todos juntos. Además es una forma de ver lo que saben con anterioridad, su interés y ganas de aprender.
Árbol de las emociones	Apreciar cómo se sienten los alumnos antes y después de la ruta, ver si sus emociones son las mismas, han cambiado, si son positivas,... (Ver anexo 15)
Redacción sobre la ruta	De esta forma los alumnos pueden expresarse contando aquello que puede que no hayan encontrado el momento durante la ruta y así conocer qué es lo que opinan los niños, a qué aspectos le dan más importancia, cómo se sienten,... (Ver anexo 16)
Dibujo de la ruta	Observar aquello a lo que dan más importancia de la salida (Ver anexo 17)
Plickers	Evaluar los conocimientos adquiridos así como conocer cuáles son las actividades que más les han gustado y las que menos.
Reflexión al principio y final de cada sesión	Conocer día a día lo que sienten, aprenden y opinan los alumnos
Observación directa	Ver, conocer, comprender lo que ocurre en el aula. A través de una lista de control (ver anexo 18)
Cuaderno diario	Dejar constancia de aquello que considero importante por medio de narrados diarios de lo ocurrido en las sesiones

9. CONTRIBUCIÓN AL DESARROLLO DE LAS COMPETENCIAS CLAVE

Para poder realizar las actividades competenciales a lo largo de la unidad se ha realizado una lectura profunda de éstas para poder comprender lo que dice la ley y así hacer esquemas con los principales conceptos, valores, actitudes y capacidades. Una vez que tenemos el esquema claro de cada una de ellas se puede pensar en las competencias que se quieren trabajar y cómo hacer, es decir, las actividades se piensan después de saber las competencias que se quieren tratar.

En este caso a lo largo de la unidad se trabajan la competencia lingüística y la competencia social y cívica. El trabajo de estas competencias en cada una de las sesiones está desarrollado en el debajo de cada una de estas.

Es necesario saber que en cada una de las sesiones tanto el momento de encuentro como el de despedida están consideradas como una actividad más (por ello están numeradas) ya que en esos momentos es donde el desarrollo de las competencias tiene más valor.

10. INTERDISCIPLINARIEDAD Y TRANSVERSALIDAD

En cuanto a la interdisciplinariedad, esta unidad es cien por cien interdisciplinar ya que para su desarrollo es necesario hacer hincapié en elementos de ciencias sociales (mapas), naturales (fauna, flora) y matemáticas (orientación espacial) especialmente teniendo como eje principal la Educación Física.

Referente a la transversalidad, se han trabajado los siguientes elementos transversales del currículo:

- El **medio ambiente** es un tema clave en la unidad que pasa de ser un elemento transversal a ser un gran pilar de esta. Todos los contenidos y actividades están enfocadas al conocimiento de la naturaleza.
- La **expresión oral y escrita** ha estado muy presente a lo largo de la unidad, especialmente la primera, ya que todo los días al comenzar y finalizar la sesión los alumnos debían comentar en alto aquello que más le ha gustado, menos, lo que le ha resultado más difícil y si quiere felicitar a alguien. Además, al trabajar principalmente en grupos, el alumnado tiene que exponer sus ideas ante estos para ponerse de acuerdo y así poder actuar. La expresión escrita se trabaja ya que los niños deben realizar una redacción de la salida.
- La **seguridad vial** ha sido verdaderamente importante el día de la salida ya que para llegar al pinar anduvimos casi tres kilómetros por la ciudad, espacio con pasos de cebra, carril bici,...
- Por último, pero no menos importante, a lo largo de las sesiones ha estado siempre presente la **igualdad** entre los participantes así como la **inclusión** de todos los compañeros tratándonos siempre unos a otros con respeto. Esto es especialmente visible en los grupos ya que todos deben ser tratados igual y nadie se queda solo.

11. BIBLIOGRAFÍA

Charles, C., Louv, R., Bodner, L. & Guns, B. (2008). *Children & Nature 2008: A report on the movement to reconnect children to the natural world*. Recuperado de <http://getoutdoorsflorida.com/documents/CNMovement.pdf>

DECRETO 26/2016, de 21 de julio, por el que se establece el currículo y se regula la implantación, evaluación y desarrollo de la Educación Primaria en la Comunidad de Castilla y León. BOCYL 142 de 25 de julio de 2016. BOCYL-D-25072016-3

Freire, H. (2011). *Educación en verde*. Barcelona: Graó

Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa. BOE 295 de 10 de diciembre de 2013. BOE-A-2013-12886

Louv, R. (2007). *Leave No child Inside*. Recuperado de http://www.funoutdoors.com/files/Richard%20Louv%20Congressional%20Testimony%2020_07.pdf

Orden ECD/65/2015, de 21 de enero, por la que se describen las relaciones entre las competencias, los contenidos y los criterios de evaluación de la educación primaria, la educación secundaria obligatoria y el bachillerato. BOE 25 de 29 de enero de 2015. BOE-A-2015-738

Real Decreto 126/2014, de 28 de febrero, por el que se establece el currículo básico de la Educación Primaria. BOE 52 de 1 de marzo de 2014. BOE-A-2014-2222

Robin Moore mencionado en Louv, R. (2007). *Leave No child Inside*. Recuperado de http://www.funoutdoors.com/files/Richard%20Louv%20Congressional%20Testimony%2020_07.pdf

13. ANEXOS

ANEXO 1: PRESENTACIÓN DE POWER POINT



LLUVIA DE IDEAS



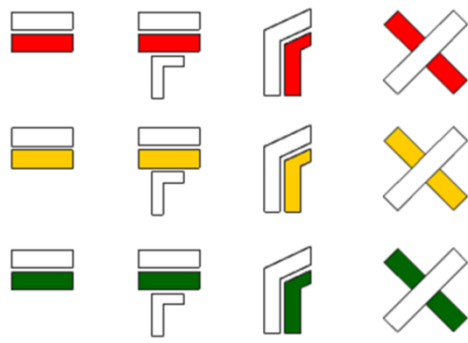
¿QUÉ OS
SUGIEREN LAS
IMÁGENES?

LLUVIA DE IDEAS



HITO
Nos indican el
camino a seguir





SEÑALIZACIÓN DE SENDEROS

	Continuidad del sendero	Variante del sendero	Cambio de dirección	Dirección equivocada
Sendero de Gran Recorrido (GR)				
Sendero de Pequeño Recorrido (PR)				
Sendero Local (SL)				



Y PARA TERMINAR...



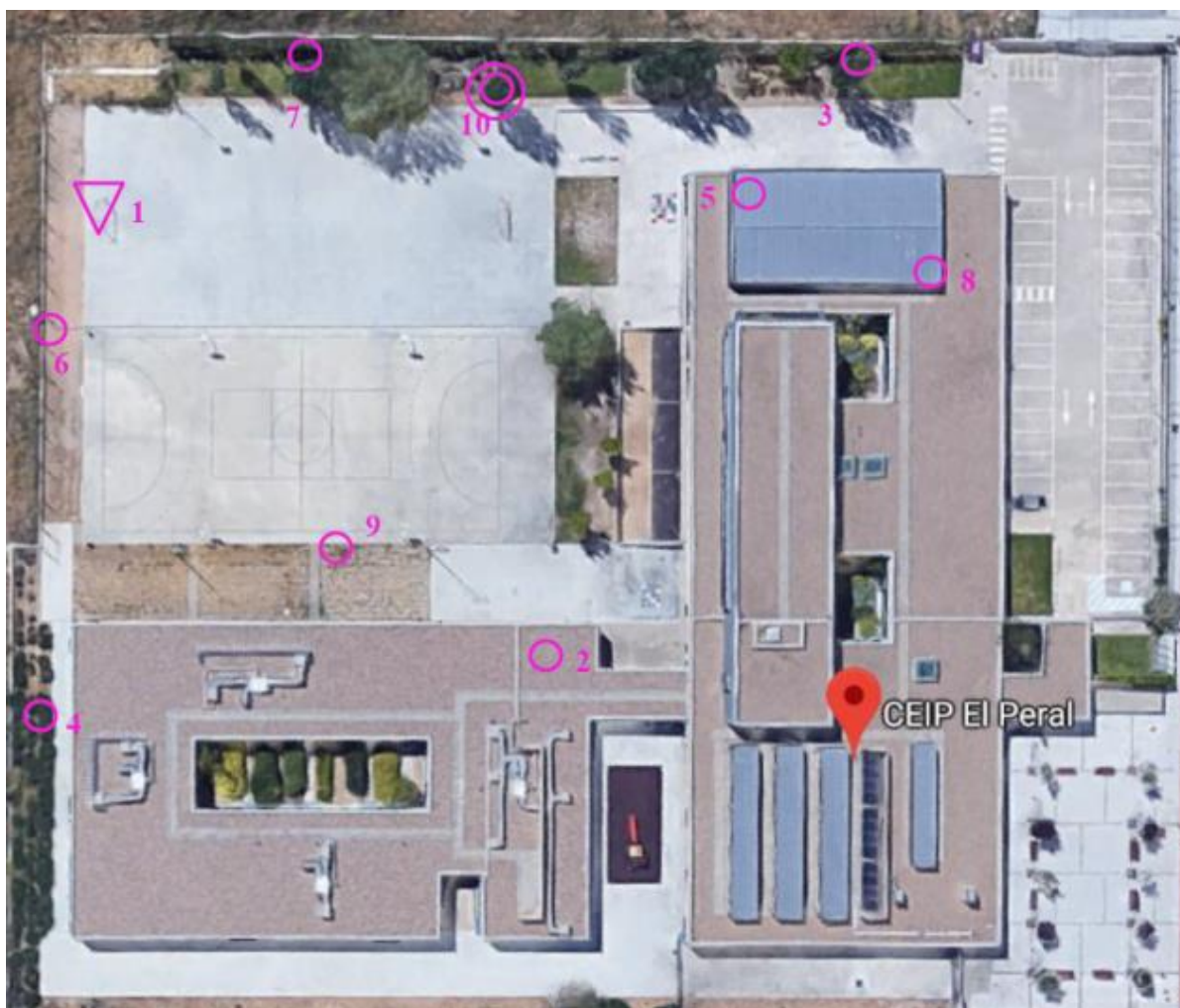
¡MANOS A LA OBRA!

ANEXO 2: ROSA DE LOS VIENTOS

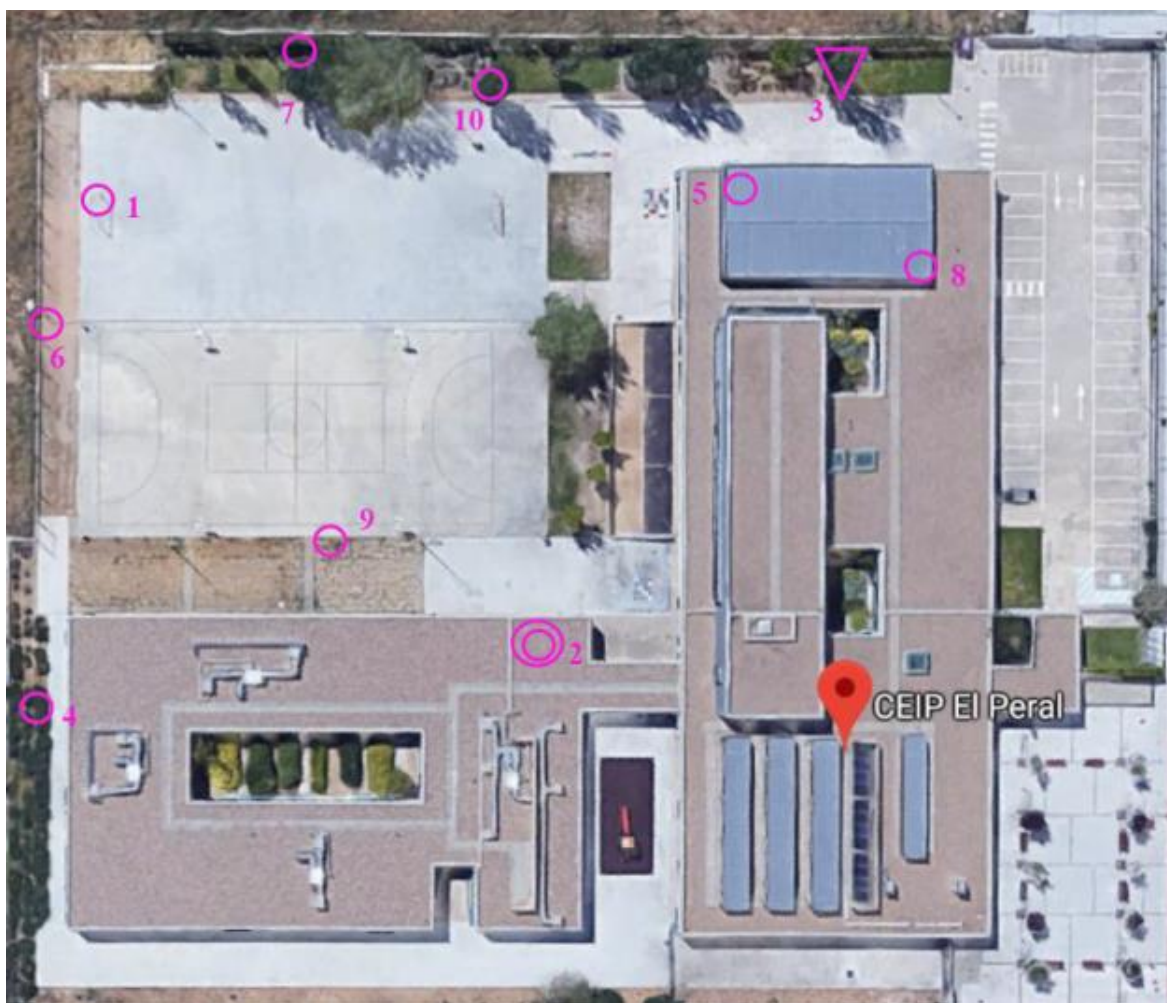


ANEXO 3: MAPAS DE ORIENTACIÓN

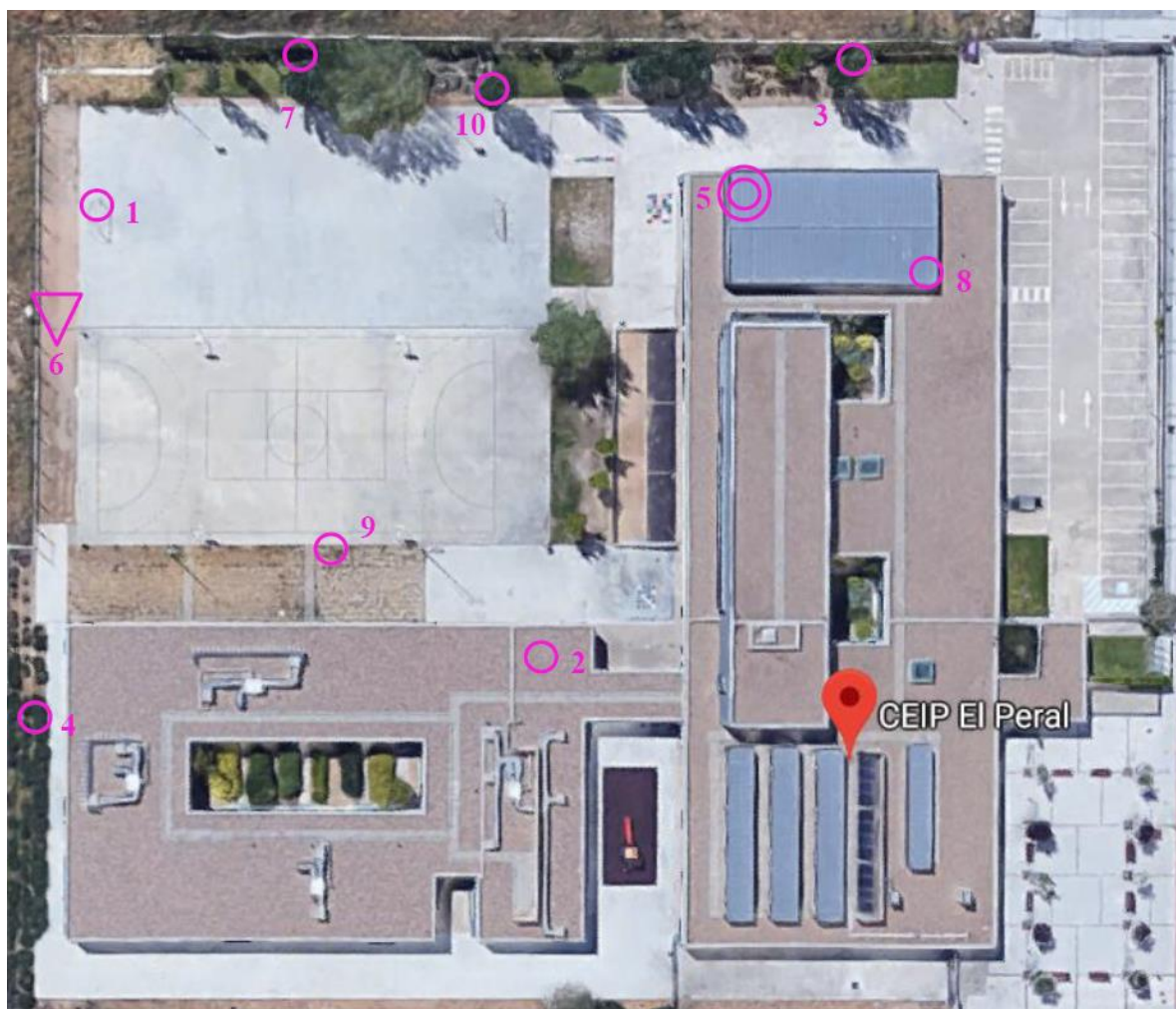
MAPA 1



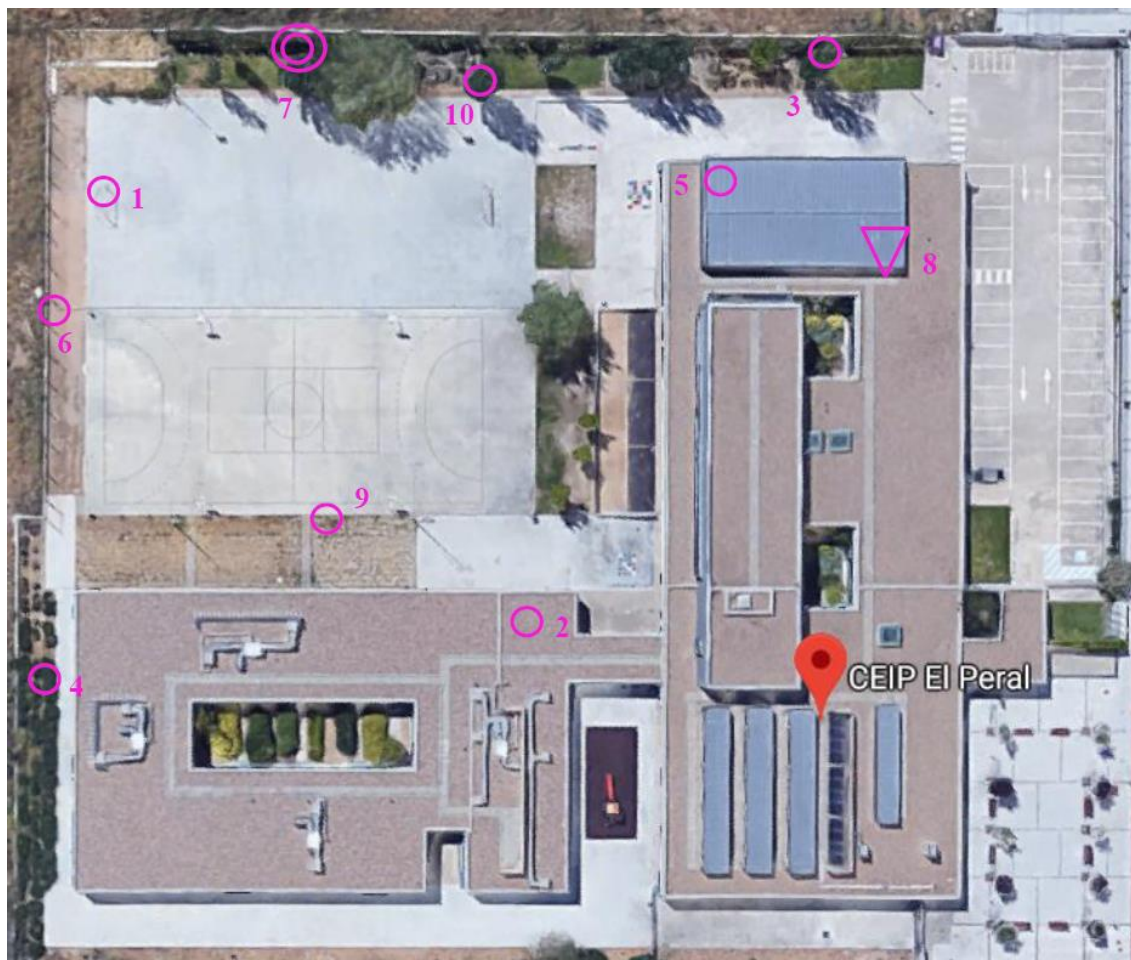
MAPA 2



MAPA 3



MAPA 4



ANEXO 4: PREGUNTAS DE LA ORIENTACIÓN

Baliza 1:

Resuelve las siguientes adivinanzas naturales:

1

“En verano barbudo
y en invierno desnudo,
¡esto es muy duro!”

2

“No soy una estación del Metro
ni soy estación del tren,
pero soy una estación
donde mil flores se ven”

Baliza 2:

¿Sabes que significa este símbolo?



¿Conoces algún otro símbolo parecido?

Baliza 3:

En el Pinar de Antequera viven muchas especies, ¿sabrías decir tres de ellas?

Baliza 4:

De la siguiente lista, ¿qué creéis imprescindible a la hora de hacer una ruta? (Pueden ser más de una, escribe el número en tu hoja)

1. Mirar la meteorología
2. Beber mucho agua de golpe
3. Caminar todos juntos
4. Hacer paradas muy largas para descansar
5. Caminar muy deprisa
6. Llevar la mochila llena de cosas

Baliza 5:

1. Utilizando el cuadernillo que hay aquí debajo, ¿sabrías clasificar las hojas de este árbol?



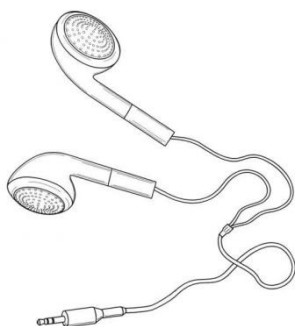
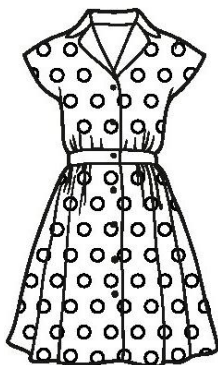
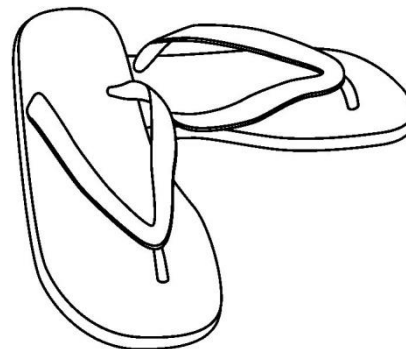
¿Sabes qué árbol es?

2. Y este, ¿sabes qué árbol es?



Baliza 6:

De los siguientes elementos, ¿cuáles crees que son necesarios para hacer una ruta de senderismo?



Baliza 7:

Resuelve las siguientes adivinanzas

1

“Cuatro puntos son
y para distinguirlos
necesitamos el sol”

2

“Es redonda como el mundo
y nos señala el rumbo”

3 “¿Dónde hay ríos pero no agua,
hay ciudades pero no edificios,
hay bosques pero no hay árboles?”

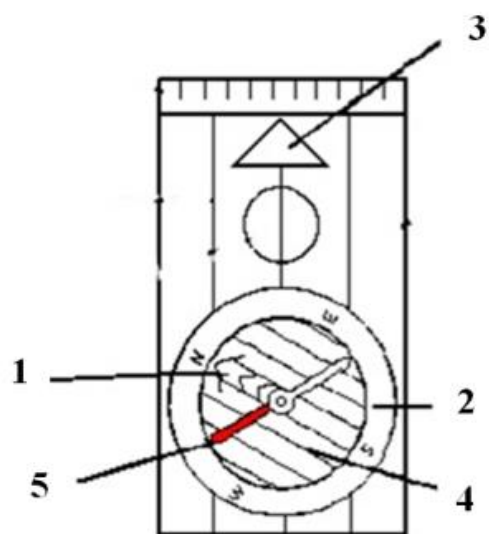
Baliza 8:

Escribe una rima/canción/refrán sobre la naturaleza (puede ser inventado)

Baliza 9:

¿Qué ves cuando miras al norte, al sur, al este y al oeste?

Baliza 10:



- Flecha Norte
- Limbo
- Flecha de dirección
- Líneas Norte – Sur
- Aguja magnética

ANEXO 5: HOJA DE RESPUESTAS

RESPUESTAS EQUIPO

AGENTES MEDIOAMBIENTALES

RESPUESTA 1

1.

Forma del foliolo:

2.

Según su borde:

Según su nervadura:

RESPUESTA 2

Según el peciolo:

Árbol:

RESPUESTA 3

Árbol 2:

RESPUESTA 4

RESPUESTA 6

RESPUESTA 7

- 1.
- 2.
- 3.

RESPUESTA 8

RESPUESTA 9

RESPUESTA 10

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

RESPUESTAS EQUIPO

HISTORIADORES

4.

FORMA DEL FONDO.

Según su borde:

Según su nervadura:

RESPUESTA 2

Según el peciolo:

Árbol:

RESPUESTA 3

Árbol 2:

RESPUESTA 6

RESPUESTA 4

RESPUESTA 7

1.

2.

3.

RESPUESTA 8

RESPUESTA 9

RESPUESTA 10

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

RESPUESTAS EQUIPO

BIÓLOGOS

RESPUESTA 1

1.

RESPUESTA 5

2.

Forma del foliolo:

Según su borde:

Según su nervadura:

Según el peciolo:

Árbol:

RESPUESTA 2

RESPUESTA 3

Árbol 2:

RESPUESTA 4

RESPUESTA 6

RESPUESTA 7

- 1.
- 2.
- 3.

RESPUESTA 8

RESPUESTA 9

RESPUESTA 10

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

RESPUESTAS EQUIPO

SENDERISTAS

RESPUESTA 1

- 1.
- 2.

RESPUESTA 5

Forma del foliolo:

Según su borde:

Según su nervadura:

RESPUESTA 2

Según el peciolo:

Árbol:

RESPUESTA 3

Árbol 2:

RESPUESTA 4

RESPUESTA 6

RESPUESTA 7

- 1.
- 2.
- 3.

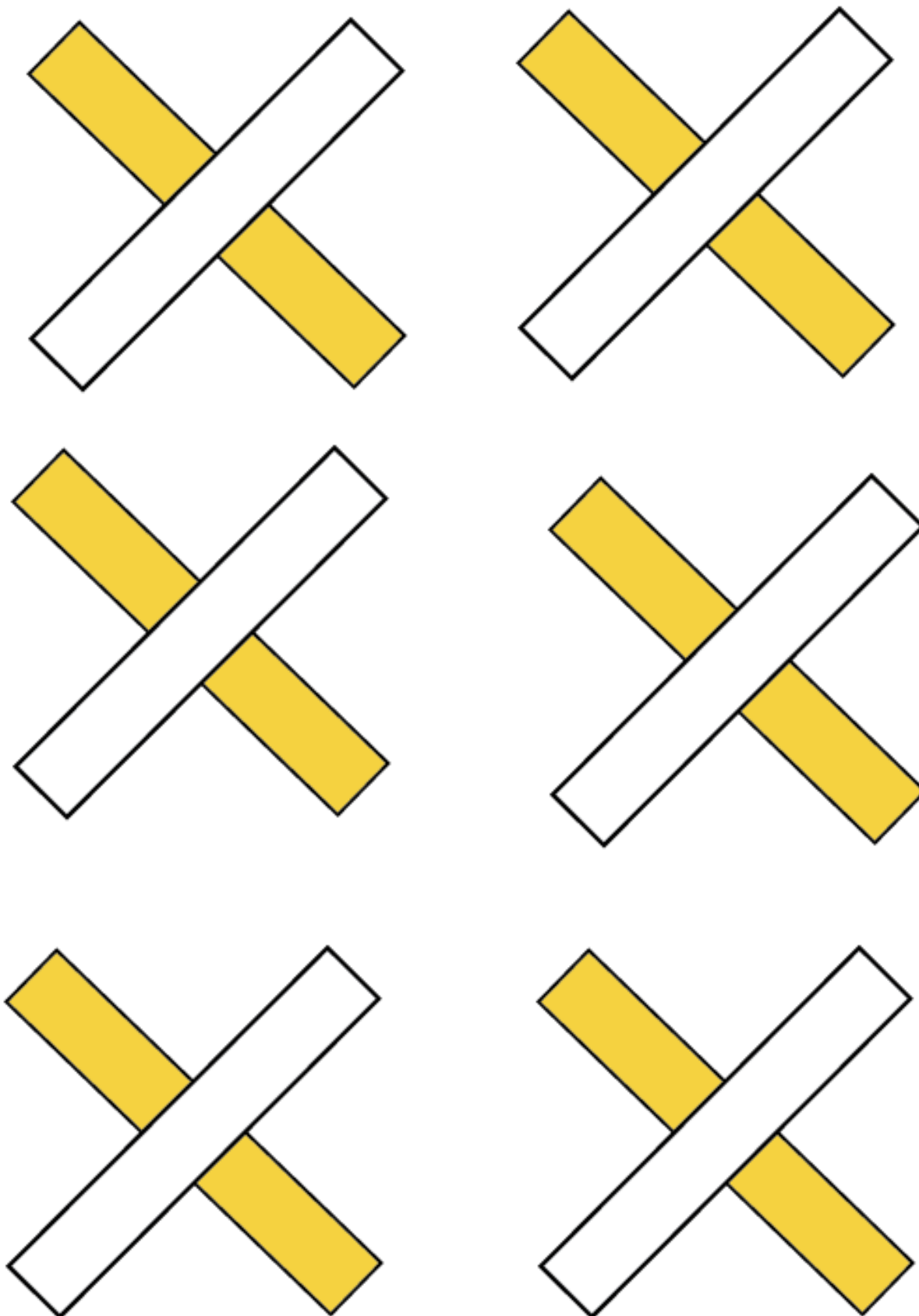
RESPUESTA 8

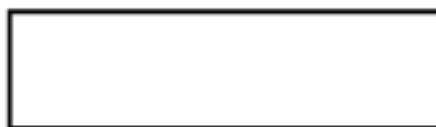
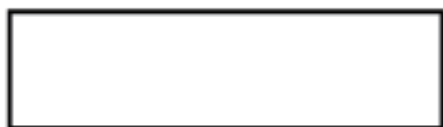
RESPUESTA 9

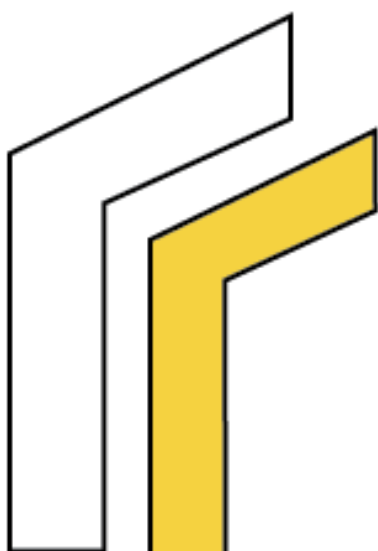
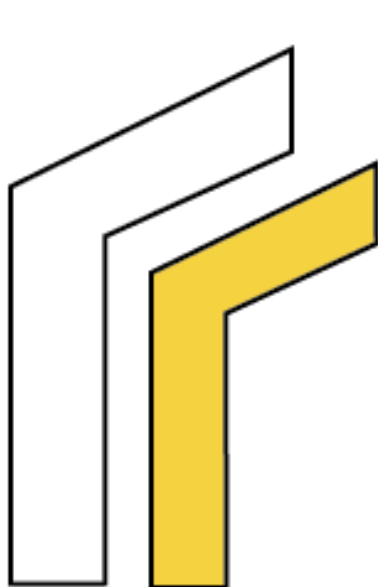
RESPUESTA 10

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

ANEXO 6: SEÑALES DE SENDERISMO

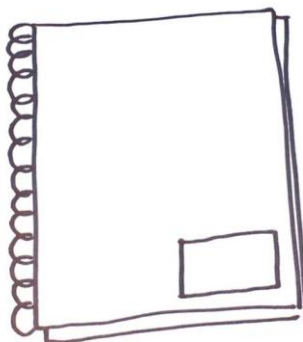
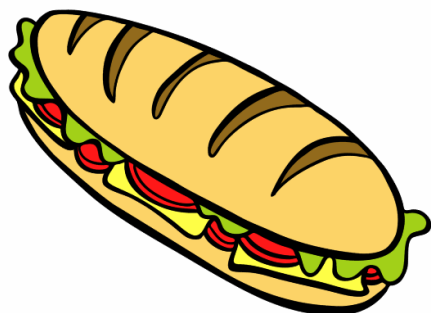






ANEXO 7: TARJETAS





NO PISAR NI DESTROZAR LAS PLANTAS

SER PARTICIPATIVO

NO SER ESCANDALOSOS NI RUIDOSOS

**EL PRIMERO Y EL ÚLTIMO DEBE SER UN
PROFESOR**

**RESPETAR A LAS PERSONAS QUE ESTÁN
HABLANDO**

NO TIRAR BASURA EN LA SENDA

NO ARRANCAR NADA

ANEXO 8: MATERIALES QUE TIENEN QUE ENCONTRAR CADA GRUPO

BIÓLOGOS

- Botella de agua
- Mochila pequeña
- Chubasquero
- Comida ligera (el almuerzo)
- No tirar basura en la senda (escrito en un papel)
- No arrancar nada (escrito en un papel)

SENDERISTAS

- Mapa
- Bolígrafo
- Cuaderno
- Pantalón cómodo
- El primero y el último debe ser un profesor (escrito en un papel)
- Respetar a las personas que están hablando (escrito en un papel)

AGENTES

MEDIOAMBIENTALES

- Bolsa de basura
- Camiseta de manga corta
- Playeros o calzado cómodo
- Walkie talkie
- Ser participativo (escrito en un papel)
- No ser escandalosos ni ruidosos (escrito en un papel)

HISTORIADORES

- Botiquín
- Móvil
- Sudadera/forro polar
- Calcetines
- Gorra
- No pisar ni destrozar las plantas (escrito en un papel)

ANEXO 9: MAPA DEL COLEGIO



ANEXO 10: SOLICITUD



**Junta de
Castilla y León**
Delegación Territorial de Valladolid
Servicio Territorial de Medio Ambiente

SOLICITUD DE ACTIVIDAD DE EDUCACIÓN AMBIENTAL

CENTRO SOLICITANTE:
RESPONSABLE DEL CENTRO:
TFNO.: EMAIL:
LOCALIDAD:
FECHA: HORARIO:
CURSO ESCOLAR:
TIPO DE ACTIVIDAD Y TEMAS QUE SE QUIEREN DESARROLLAR EN ELLA:

En _____ a _____ de _____ de _____

Fdo.: Responsable del centro

JEFE DE SERVICIO TERRITORIAL DE MEDIO AMBIENTE DE VALLADOLID

C/ Duque de la Victoria, 5 - 47001 Valladolid - Telf. 983 41 10 60 - Fax 983 41 10 90

ANEXO 11: MAPA DE LA RUTA



El senderismo:

ANEXO 12: BINGO NATURAL

EQUIPO: BIÓLOGOS 3ºA: PRUEBA DE OBSERVACIÓN

Como **prueba** para convertirnos en observadores expertos de la naturaleza debéis **encontrar** los elementos de la tabla siguiente. Cada vez que encontréis uno de los elementos debéis marcarlo para saber que ya lo habéis visto.

Un buen biólogo debe ser un gran **observador**

¡Buena suerte chicos!

Huellas o indicios de animal	Romero	Postes de teléfono	Páramo
Panel informativo	Nube con forma de corazón	Algo con forma triangular	Cortafuegos

EQUIPO: BIÓLOGOS 3ºB: PRUEBA DE OBSERVACIÓN

Como **prueba** para convertirnos en observadores expertos de la naturaleza debéis **encontrar** los elementos de la tabla siguiente. Cada vez que encontréis uno de los elementos debéis marcarlo para saber que ya lo habéis visto.

Un buen biólogo debe ser un gran **observador**

¡Buena suerte chicos!



Ardilla	Romero	Chopo	Huellas indicios de animal
Algo con forma rectangular	Señalización de senderos	Piña cerrada	Mariposa



EQUIPO: SENDERISTAS 3ºA: PRUEBA DE OBSERVACIÓN

Como **prueba** para convertirnos en observadores expertos de la naturaleza debéis **encontrar** los elementos de la tabla siguiente. Cada vez que encontréis uno de los elementos debéis marcarlo para saber que ya lo habéis visto.

Un buen senderista debe ser un gran **observador**

¡Buena suerte chicos!

Señalización del Camino de Santiago	Huellas o indicios de animal	Algo con forma cuadrada	Pájaro en un árbol
Encina	Nido	Nube con forma de animal	Restos humanos (basura)

EQUIPO: SENDERISTAS 3ºB: PRUEBA DE OBSERVACIÓN

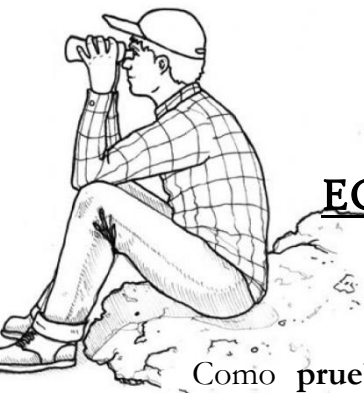
Como **prueba** para convertirnos en observadores expertos de la naturaleza debéis **encontrar** los elementos de la tabla siguiente. Cada vez que encontréis uno de los elementos debéis marcarlo para saber que ya lo habéis visto.

Un buen senderista debe ser un gran **observador**

¡Buena suerte chicos!



Liebre	Hormigas	Nube con forma de hoja	Fuente
Romero	Cañada Real	Algo con forma triangular	Pájaro en un árbol



EQUIPO: AGENTES MEDIOAMBIENTALES 3ºA: PRUEBA DE OBSERVACIÓN

Como **prueba** para convertirnos en observadores expertos de la naturaleza debéis **encontrar** los elementos de la tabla siguiente. Cada vez que encontréis uno de los elementos debéis marcarlo para saber que ya lo habéis visto.

Un buen agente medioambiental debe ser un gran **observador**

¡Buena suerte chicos!

Pino piñonero	Pájaro volando	Restos humano (basura)	Algo con forma circular
Huellas de un medio de transporte	Huellas o indicios de animal	Romero	Chopo

EQUIPO: AGENTES MEDIOAMBIENTALES 3ºB: PRUEBA DE OBSERVACIÓN

Como **prueba** para convertirnos en observadores expertos de la naturaleza debéis **encontrar** los elementos de la tabla siguiente. Cada vez que encontréis uno de los elementos debéis marcarlo para saber que ya lo habéis visto.

Un buen agente medioambiental debe ser un gran **observador**

¡Buena suerte chicos!



Huellas o indicios de animal	Cortafuegos	Algo con forma cuadrada	Hormigas
Restos humanos (basura)	Señal de senderismo	Ciclista	Nube con forma de corazón



EQUIPO: HISTORIADORES 3ºA: PRUEBA DE OBSERVACIÓN

Como **prueba** para convertirnos en observadores expertos de la naturaleza debéis **encontrar** los elementos de la tabla siguiente. Cada vez que encontréis uno de los elementos debéis marcarlo para saber que ya lo habéis visto.

Un buen historiador debe ser un gran **observador**

¡Buena suerte chicos!

Piña abierta	Romero	Algo con forma rectangular	Pájaro en un árbol
Nube con forma de árbol	Ardilla	Pino piñonero	Cañada Real

EQUIPO: HISTORIADORES 3ºB: PRUEBA DE OBSERVACIÓN

Como **prueba** para convertirnos en observadores expertos de la naturaleza debéis **encontrar** los elementos de la tabla siguiente. Cada vez que encontréis uno de los elementos debéis marcarlo para saber que ya lo habéis visto.

Un buen historiador debe ser un gran **observador**

¡Buena suerte chicos!



Algo con forma rectangular	Señal de senderismo	Conejo	Pino Piñonero
Nido	Romero	Huellas o indicios de animales	Cortafuegos

ANEXO 13: PREGUNTAS DEL PLICKERS

1. ¿Qué es el senderismo?

- a) **Actividad deportiva que consiste en recorrer a pie rutas o senderos por el medio natural**
- b) Saber leer un mapa
- c) Encontrar pistas que vienen señaladas en un mapa

2. Los senderos se señalizan con:

- a) Palos, piedras y hojas
- b) **Postes, hitos y paneles informativos**
- c) Con colores: rojo, amarillo y marrón

3. ¿Qué materiales tiene que llevar en tu mochila en una salida de senderismo?

- a) Botella de agua, botiquín y cuaderno
- b) Walkie talkie, auriculares y calzado cómodo
- c) **Botella de agua, cuaderno y mapa**

4. ¿Qué senderos NO hemos visto en la salida?

- a) Cañada Real
- b) Camino de Santiago
- c) **Sendero de las piñas**
- d) Sendero de la legua

5. ¿Qué podemos encontrar en el Pinar de Antequera?

- a) Cantueso, pinos, abetos y acacias
- b) **Pino, esparraguera y encina**
- c) Castaño, chopo y retama

6. ¿Qué es lo que más te ha gustado del tema?

- a) El uso de la barra direccional (en tríos con la pica)
- b) La orientación por el patio
- c) Crear un sendero con materiales en el gimnasio
- d) Buscar los materiales que debíamos llevar a la ruta por el patio

7. ¿Qué es lo que menos te ha gustado del tema?

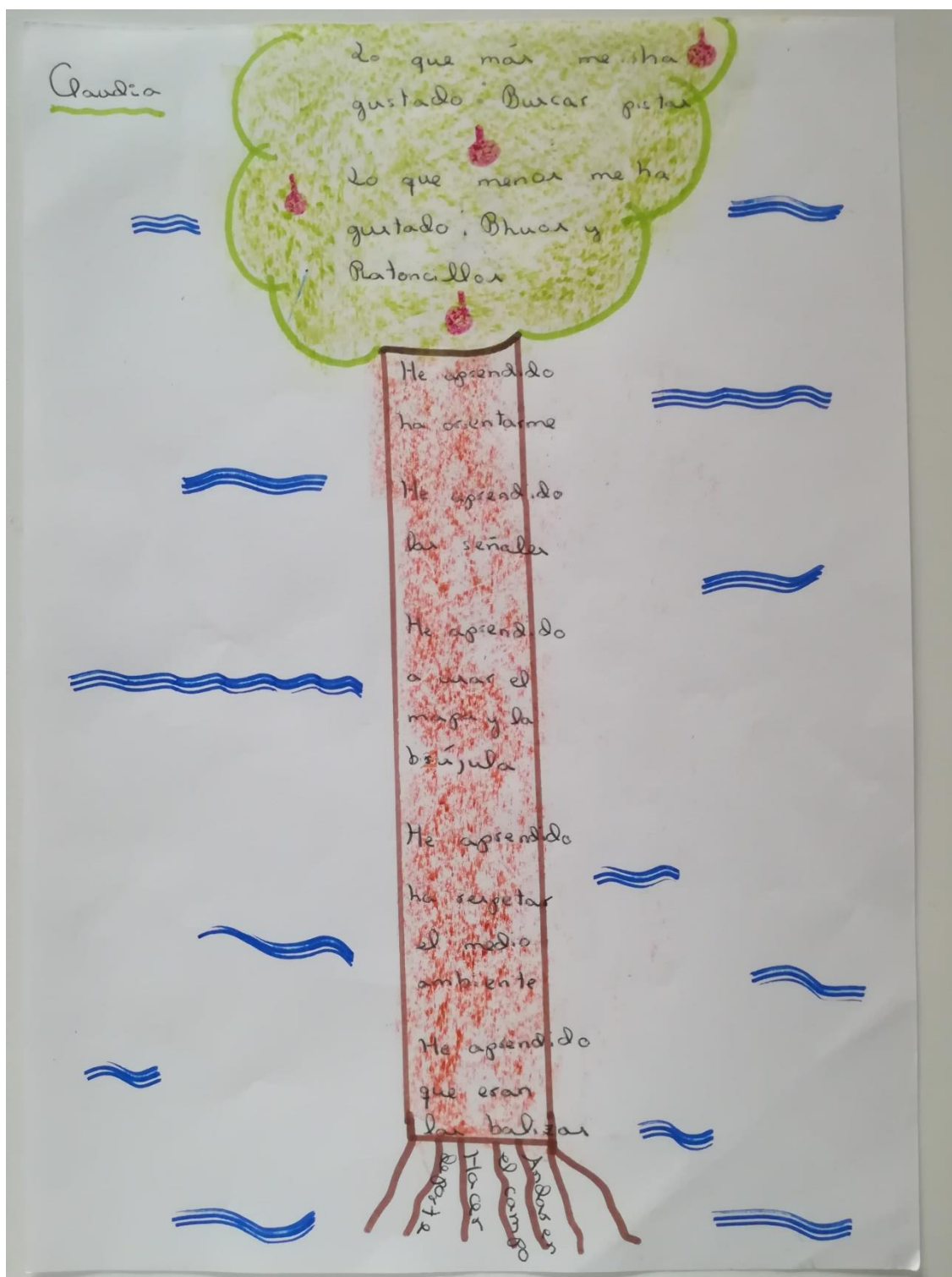
- a) El uso de la barra direccional (en tríos con la pica)

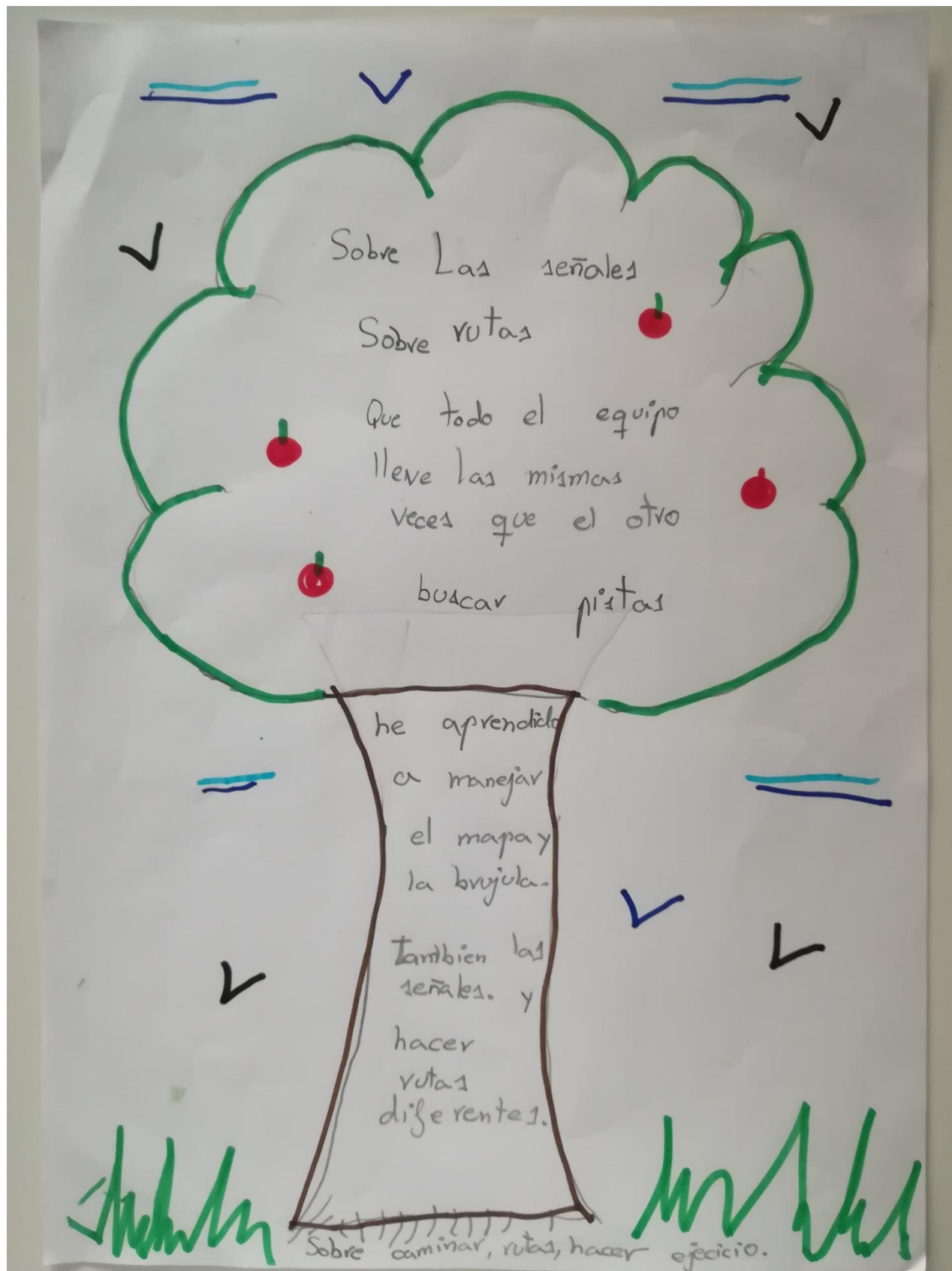
- b) La orientación por el patio
- c) Crear un sendero con materiales en el gimnasio
- d) Buscar los materiales que debíamos llevar a la ruta por el patio

8. ¿Qué te pareció la ruta por el Pinar de Antequera?

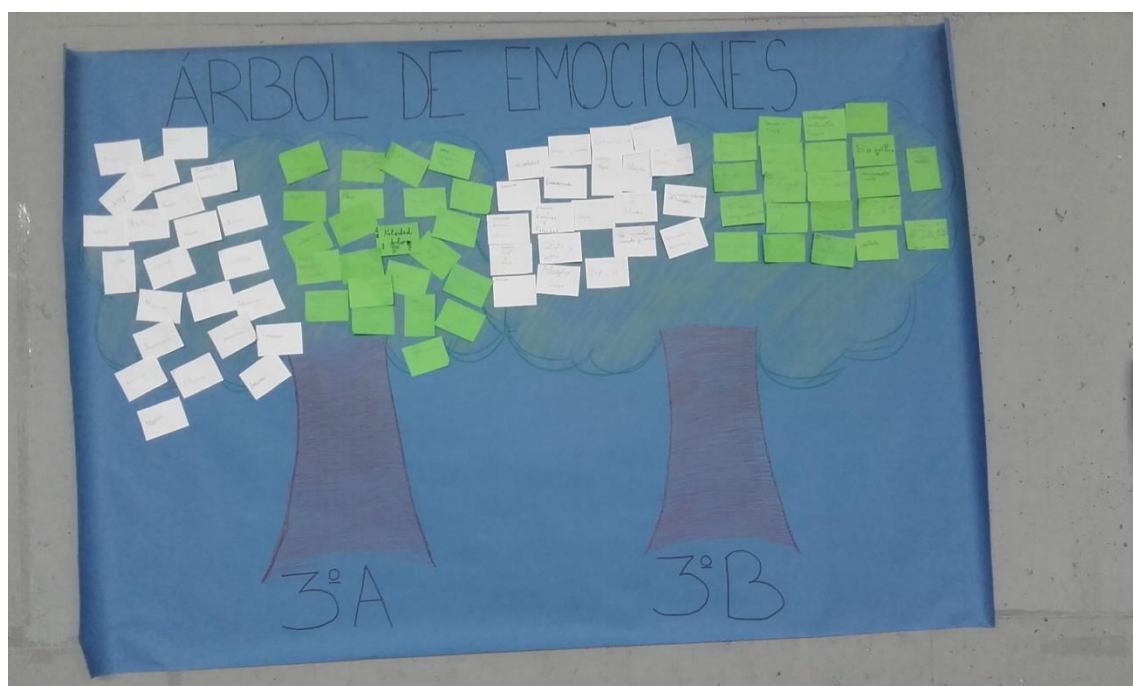
- a) Interesante
- b) Aburrida

ANEXO 14: ÁRBOL INDIVIDUAL

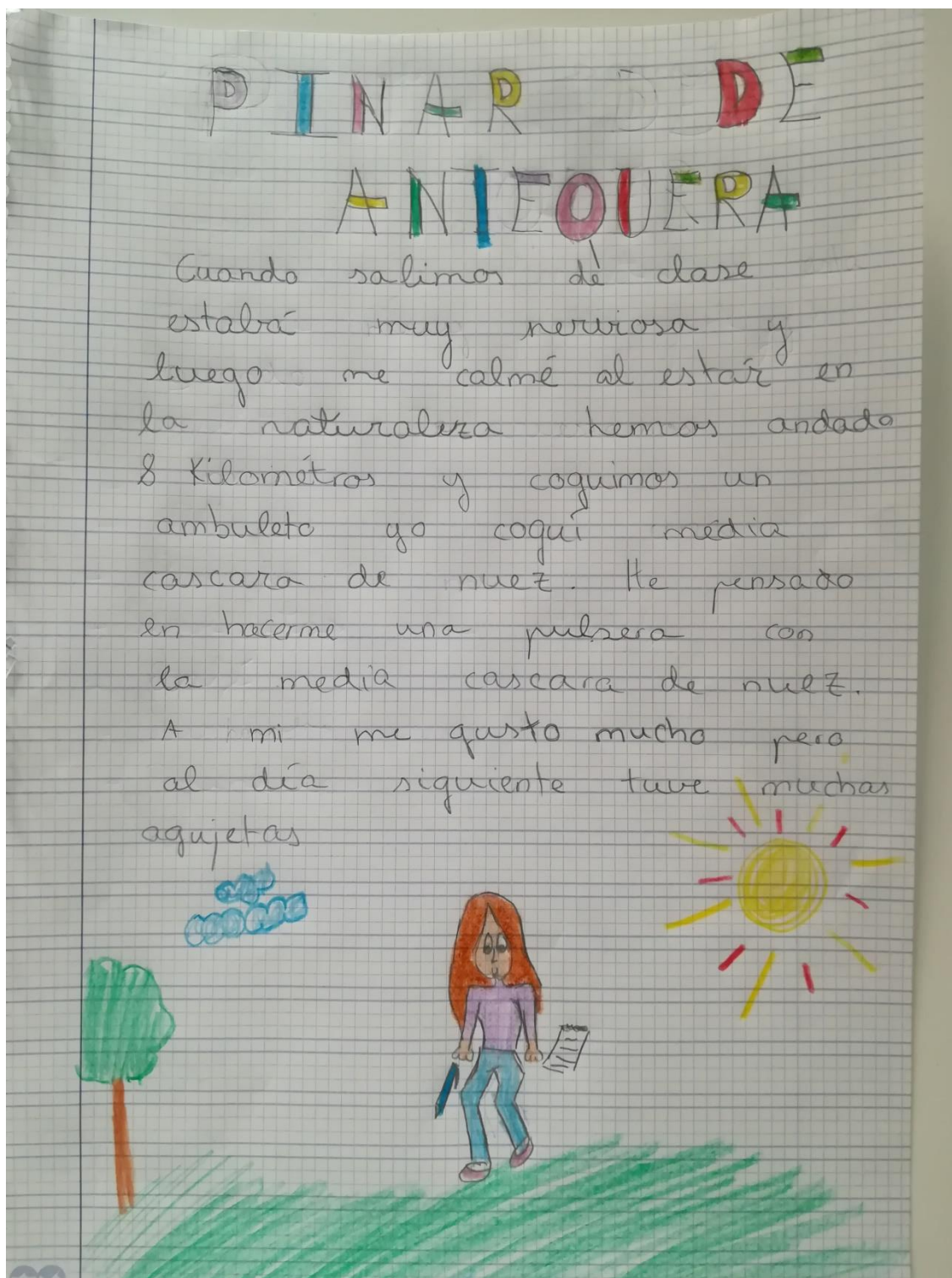




ANEXO 15: ÁRBOL DE LAS EMOCIONES

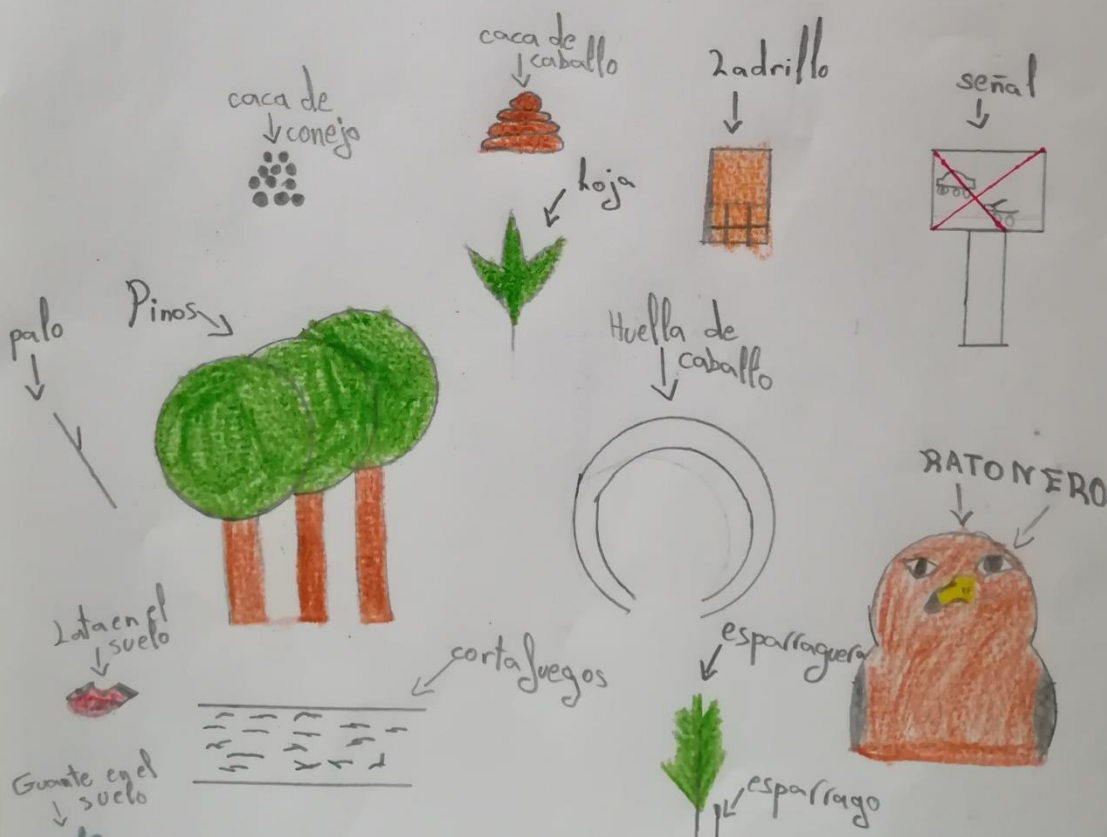


ANEXO 16: EJEMPLO DE REDACCIONES

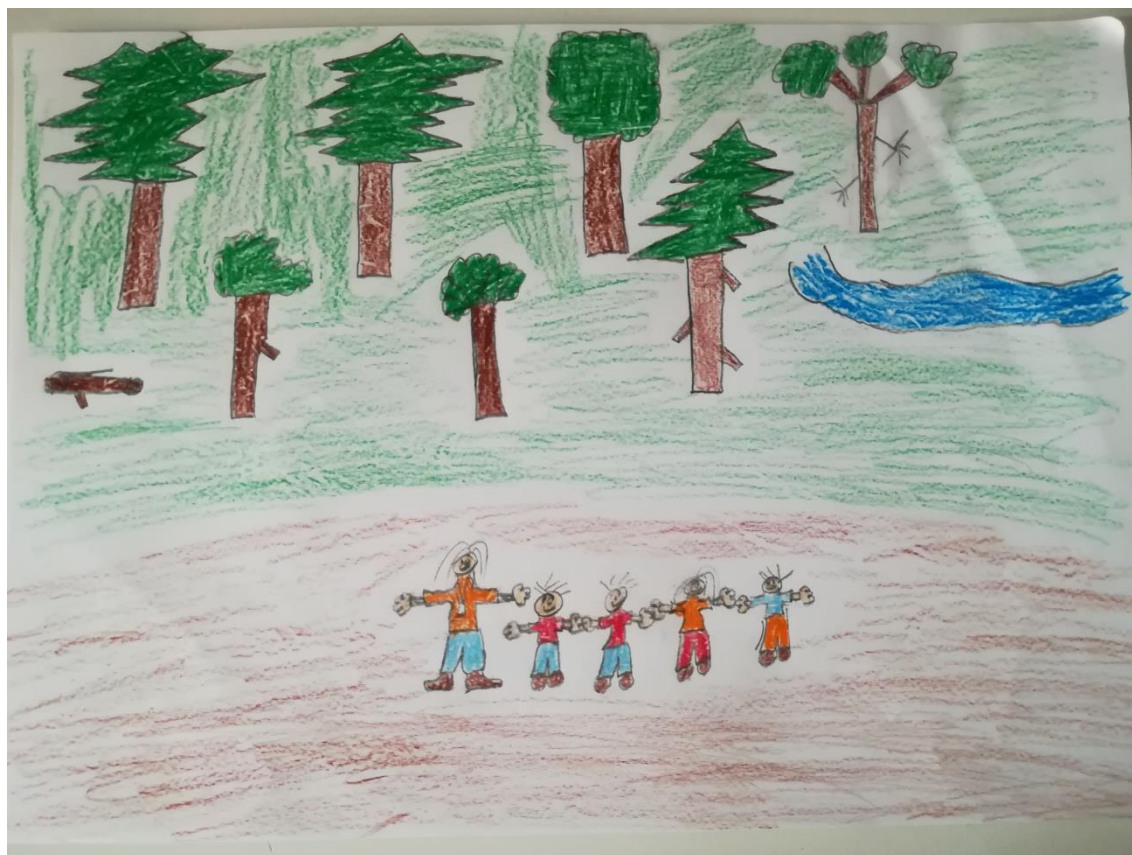


PIÑAR

En el Pinar vimos muchas cosas. Esparrageros, madrigueras, plumas, ortigas, un hueso, pinos, piñas, esparragos, corteza de los árboles, polvora, palos, troncos, ramas, caca de caballo, caca de conejo, raíces, ladrillos, hojas, casas, piñones, un muro, huellas de caballo, latas en el suelo, un guante en el suelo, ramas cayéndose, arena, un prado, chopos, una acequia, piedras, flores de color morado, señales, hierba, el Práe, cáscaras de nueces, setas de todos los tamaños, un cortafuegos y lo mejor de todo un ratonero que le llamamos Ratón. Fue la mejor excursión que hice



ANEXO 17: EJEMPLO DE DIBUJOS



ANEXO 18: LISTA DE CONTROL

ALUMNO/A:	SÍ	A VECES	NO
Muestra interés en la realización de las tareas			
Respeto las reglas de las actividades			
Antepone el juego a ganar			
Acepta el perder con normalidad			
Respeto a sus compañeros			
Respeto el material			
Respeto el medio ambiente			
Se esfuerza en la realización de las tareas			
Ayuda a sus compañeros			

ANEXO 3: HOJA DE EVALUACIÓN DE LA RUTA

EVALUACIÓN DE LOS ASISTENTES

Marca con una X en la tabla siguiente en relación a los diferentes ítems a evaluar teniendo en cuenta que el 5 es la mayor puntuación y el 1 la menor.

<u>ASPECTOS A EVALUAR</u>	1	2	3	4	5
RESPECTO A LOS ALUMNOS					
Adquisición de aprendizajes					
Interés por la naturaleza					
Participación					
Compañerismo					
Creatividad					
Respeto del medio ambiente					
RESPECTO A LA ORGANIZACIÓN					
Ruta adaptada a las características de los alumnos					
Adecuación de los contenidos					
Temporalización					
RESPECTO AL DOCENTE					
Estrategias utilizadas con los alumnos					
Claridad en el mensaje					
Conducción del grupo					
Actividades durante la ruta					

Escribe una evaluación cualitativa, si así lo deseas, de cualquier aspecto de la lista anterior.

3 ASPECTOS POSITIVOS

3 ASPECTOS NEGATIVOS