

Facultad de educación de Palencia

UNIVERSIDAD DE VALLADOLID

**ORIENTACIÓN DEPORTIVA EN LA EDUCACIÓN FÍSICA ESCOLAR:
CREACIÓN DE MATERIAL CARTOGRÁFICO Y PROPUESTA DE
PROGRESIÓN PARA SU DESARROLLO EN LA ETAPA DE EDUCACIÓN
PRIMARIA**

TRABAJO FIN DE GRADO

GRADO EN EDUCACIÓN PRIMARIA

AUTOR: Diego Pordomingo Herrero

TUTOR: Alfredo Miguel Aguado

PALENCIA, 2023

*“La educación es una poderosa palanca
para transformar nuestra relación
con la naturaleza”
(Audrey Azoulay)*

RESUMEN

La orientación es una disciplina deportiva capaz de generar un acercamiento del entorno natural a nuestros alumnos, junto con un conocimiento de este y autonomía para poder moverse por él. Este trabajo plasma una propuesta de progresión, apoyada en unos materiales como mapas y fichas de realización propia, que recoge diferentes actividades motrices y en menor medida de aula, con las cuales acercar la orientación a nuestro alumnado con el objetivo de poder conseguir todos los aprendizajes necesarios con los que realizar un recorrido de orientación de manera autónoma.

Palabras clave: Orientación deportiva, educación física, progresión didáctica, mapa

ABSTRACT

Orienteering is a sporting discipline capable of bringing our students closer to the natural environment, together with a knowledge of it and autonomy to be able to move around it. This work is a proposal for progression, supported by materials such as maps and worksheets of our own making, which includes different motor activities and, to a lesser extent, classroom activities, with which to bring orienteering closer to our pupils with the aim of achieving all the necessary learning with which to carry out an orienteering route autonomously.

Keywords: Sports orienteering, physical education, didactic progression, map

ÍNDICE

RESUMEN	2
ABSTRACT	2
ÍNDICE.....	3
0. INTRODUCCIÓN.....	5
1. OBJETIVOS.....	6
2. JUSTIFICACIÓN.....	7
Experiencia personal.....	7
Legislación y currículum de Educación Primaria.....	7
La orientación en el currículum de Educación Física Escolar.....	7
Transversalidad de la orientación	8
Justificación teniendo en cuenta el interés pedagógico de la orientación	9
3. METODOLOGÍA.....	11
4. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA	12
4.1. La orientación	12
4.1.1. Breve historia de la orientación	12
4.1.2. Concepto de la orientación.....	13
4.1.3. Elementos y materiales de la orientación.....	14
4.1.4. Técnicas básicas de orientación	15
4.1.5. Tipos de recorridos de orientación.....	16
4.2. El mapa de Orientación.....	17
4.2.1. Definición de mapa	17
4.2.2. Características del mapa de orientación	17
4.2.3. Simbología del mapa de orientación.....	18
4.2.4. Diferencia entre mapa escolar y mapa oficial.....	18
4.3. Modo de enseñar la orientación	18
5. PRESENTACIÓN DE LA PROPUESTA.....	21

5.1. Creación de un mapa.....	21
5.1.1. Creación de circuitos permanentes	24
5.2. Propuesta de progresión didáctica	24
5.2.1. Desarrollo de las actividades de la progresión.....	26
6. CONCLUSIONES.....	44
7. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	47
8. ANEXOS.....	49

0. INTRODUCCIÓN

La orientación es una disciplina deportiva que requiere de un trabajo tanto físico como cognitivo, para poder llevar a cabo el desarrollo de esta. Esta actividad, supone el perfeccionamiento de uno de los actos más frecuentes: “cualquier satisfacción de una necesidad, o cualquier realización de un proyecto, que exija un desplazamiento próximo o lejano, nos obliga a orientarnos” (Silvestre, 1987, p.18). Esto hace de la orientación, uno de los aprendizajes básicos en nuestra intervención docente, pues nos permite hacer un acercamiento sobre el conocimiento del entorno y, por tanto, sobre el conocimiento del medio natural.

Los recorridos de orientación consisten en pasar por una serie de puntos en el terreno, los cuales se encuentran marcados y reflejados en el mapa, en el menor tiempo posible. Realizando una ruta de libre elección con la única ayuda de un mapa y, en la mayoría de las ocasiones, una brújula. Es por esto, por lo que vemos en el mapa, un material fundamental para la realización de las diferentes actividades e intervenciones de orientación.

Por otro lado, la orientación es una disciplina compleja en su aprendizaje y requiere la adquisición de diferentes procesos para poder ponerla en práctica y hace fundamental realizar una progresión adecuada a lo largo de toda la etapa de Educación Primaria.

La propuesta de este trabajo da respuesta a estas dos necesidades para la práctica de la orientación en el aula, la de tener mapas y planos contextualizados y la de poder realizar una progresión lógica y adecuada de actividades en el entorno educativo en el que nos encontremos.

1. OBJETIVOS

Este trabajo está desarrollado en base a la consecución de una serie de objetivos, los cuales se han tenido presentes a la hora de la realización de cada uno de los apartados y subapartados que nos encontramos en él. Estos objetivos son los 4 siguientes:

- Fundamentar teóricamente las actividades de orientación para su puesta en práctica en la educación física escolar.
- Estudiar las diferentes habilidades y capacidades que se desarrollan en las diferentes actividades de orientación y su interés pedagógico en la Educación.
- Profundizar en las aplicaciones específicas de construcción de mapas, para favorecer la intervención didáctica en el aula.
- Proponer una progresión de actividades, basada en un contexto real, con el fin de favorecer el aprendizaje de la orientación a lo largo de toda la etapa de primaria.

2. JUSTIFICACIÓN

Experiencia personal

A lo largo de mi infancia, las actividades físicas en la naturaleza siempre han estado muy presentes en mi educación; pero fue en mi etapa de secundaria cuando tuve mi primer contacto con la orientación. Dentro de las unidades didácticas llevadas a cabo por mi profesor de educación física, José Luis Sánchez Toquero, se encontraba, entre otras, la referida a esta actividad. Debido a la curiosidad que me generó este deporte y la oferta por parte de mi profesor, fue como empecé a competir en las pruebas escolares de mi provincia, Valladolid.

Poco a poco y con los años, llegué a federarme con el COV (Club de Orientación Valladolid) y competir a nivel autonómico y nacional en diversas pruebas. Esta experiencia me ha llevado a conseguir muchos aprendizajes y habilidades que, actualmente, considero primordiales y muy útiles en mi educación, además de otorgarme un amor por este deporte y por las AFMN.

Todo esto, además de las experiencias observadas y llevadas a cabo en el programa de promoción de nuestro club, junto con actividades con niños y jóvenes, y una de las unidades didácticas llevadas a cabo en mi último periodo de prácticas, han hecho que observe como los niños y niñas consiguen adquirir todos esos aprendizajes tan importantes. Es por todo esto, por lo que, he considerado este tema como el idóneo para realizar mi TFG, pues es uno de los imprescindible en mis programaciones e intervenciones como docente.

Legislación y currículum de Educación Primaria

La orientación en el currículum de Educación Física Escolar

Dentro del Decreto 38/2022, de 29 de septiembre; observamos como podemos enmarcar a las actividades de orientación dentro de los bloques de contenidos “*BLOQUE A. Vida activa y saludable.*”, “*BLOQUE D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices*” y “*BLOQUE F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.*” (2022, p. 48564)

También podemos ver situada y mencionada a esta disciplina, dentro de este documento, en la competencia específica número 5, la cual dice así:

5. Valorar diferentes medios naturales y urbanos como contextos de práctica motriz, interactuando en ellos y comprendiendo la importancia de su conservación desde un enfoque sostenible, adoptando medidas de responsabilidad individual durante la práctica de juegos y actividades físico-deportivas, para realizar una práctica eficiente y respetuosa con el entorno y participar en su cuidado y mejora. (2022, p.48572)

En la explicación para el desarrollo de esta competencia, se menciona lo siguiente: “*en lo relativo al medio natural, según la ubicación del centro, sus posibilidades contextuales [...] es posible encontrar una variada gama de contextos de aplicación como el senderismo, la escalada, [...] o la orientación (también en espacios urbanos)*” (2022, p. 48573). Aquí, vemos la orientación como una de las posibles actividades de aplicación en la asignatura de educación física.

Gracias a esto podemos ver que la orientación tiene un interés curricular importante dentro del desarrollo de la intervención en la asignatura de la Educación Física Escolar

Transversalidad de la orientación

Las actividades de orientación, también tiene un gran interés dentro de los aprendizajes de la educación primaria en general. Tiene la capacidad de poder aplicar contenidos transversales de otras asignaturas. Siendo así tanto en la propia habilidad y realización de la orientación, como en los diferentes ejercicios y actividades que podemos realizar para la adquisición de esta.

Podemos aplicar cualquier contenido de las diferentes asignaturas en las actividades de orientación. En la propuesta de este trabajo, se plantean las siguientes:

- ↳ Matemáticas: como podemos ver en la Actividad 1, desarrollada en el curso de 5º de primaria, gracias al trabajo de cálculo y estimaciones de distancias utilizando la escala, conseguimos trabajar conceptos como las relaciones de proporcionalidad directa.
- ↳ Ciencias Sociales: gracias a la observación y conocimiento de los planos, la situación de los puntos cardinales y su utilización, las partes de un mapa, la movilidad y observación del entorno urbano, etc. Encontramos los contenidos de ciencias sociales trabajados y desarrollados a lo largo de toda la progresión.

- ↪ Educación Artística: vemos los contenidos referentes a la educación artística aplicados en la Actividad 1 de primer curso y Actividad 1 de segundo curso, en las que se dibujan diferentes representaciones del patio y del gimnasio. En ellas trabajamos la representación del entorno, mediante dibujos realizados por nuestros alumnos, desarrollando así la capacidad de observación de los diferentes elementos presentes en él.
- ↪ TICs: Con el uso de las diferentes aplicaciones, como podemos ver un ejemplo en la Actividad 2 del sexto curso, conseguimos trabajar los contenidos referentes al correcto uso de las TICs.

Desarrollando con estas actividades, las competencias clave siguientes, presentes en el Real Decreto 157/2022, de 1 de marzo:

- c) Competencia matemática
- d) Competencia digital
- e) Competencia personal y social
- f) Competencia ciudadana.

Justificación teniendo en cuenta el interés pedagógico de la orientación

Al hablar de orientación, entendemos a esta como una actividad en la que se trabajan las AFMN de una manera relativamente fácil. El primer escenario para la realización de las primeras dinámicas será el contexto escolar y sus alrededores. Siendo así este, el escenario idóneo para poder trabajar en el aula las AFMN, consiguiendo el acercamiento de la dinámica de la orientación a nuestro alumnado.

Por otro lado, la orientación es una actividad la cual, según dice Mínguez (2008), crea en nuestro alumnado la capacidad de moverse de manera autónoma en el entorno natural. Esto, hace a esta materia la base de todas las demás actividades en este medio, pues desarrolla en nuestro alumnado la seguridad para adentrarse de manera segura en este entorno.

Además, las actividades de orientación implican para nuestro alumnado un escenario motivante en sí mismo. De los factores que en ellas se trabajan, el componente cognitivo de la asimilación y correcta lectura e interpretación del mapa juega un papel fundamental, lo que hace que la motivación no solamente se establezca en el componente motriz de la actividad.

Por otro lado, la orientación, además de trabajar aspectos físicos y conceptuales, los cuales veremos detallados en la fundamentación teórica, también desarrolla aspectos socio personales que detallan McMeill, Cory-Wright, y Renfrew (2006) entre los que encontramos los siguientes:

- ↪ Aprender a trabajar en grupo, debido a las agrupaciones formadas para llevar a cabo los primeros acercamientos.
- ↪ Se beneficia las relaciones entre la comunidad educativa debido a la cercanía de estas relaciones en el entorno natural.
- ↪ Trabaja valores personales como el esfuerzo, y el trabajo duro y constructivo con el que conseguir objetivos y aspiraciones personales.
- ↪ Ofrece a los niños y jóvenes la oportunidad de conocer diferentes entornos naturales, lo que permite saber la importancia del cuidado del entorno natural y necesidad de observar la vida rural.
- ↪ La posibilidad de implicación de las familias en las actividades de orientación también es un factor muy importante que destacar. Esto se debe a la estructura de este deporte, pues permite que toda la familia pueda estar involucrada en el mismo evento, cada uno a su nivel, gracias a la alta variedad de categorías.

3. METODOLOGÍA

Para la realización de este trabajo he seguido unos pasos los cuales voy a detallar a continuación:

- ↳ Elección del tema a desarrollar
- ↳ Creación de los mapas
- ↳ Revisión del currículum y primera consulta de la bibliografía.
- ↳ Realización de la Justificación
- ↳ Segunda revisión de la bibliografía para la obtención de conocimiento aplicable a las actividades
- ↳ Creación de la propuesta de progresión
- ↳ Creación de los recorridos y materiales para las actividades descritas
- ↳ Desarrollo de la fundamentación teórica en base a las actividades realizadas

Estos pasos, han seguido el orden en el cual han sido mencionados, aunque algunos de ellos, se han realizado mientras iban siendo desarrollados algunos de los siguientes. Esto se debió a que, como se puede ver en la propuesta, este trabajo tiene dos partes: la creación de los diferentes mapas y la creación de una propuesta de progresión. Por esto, hubo momentos en los que debía volver sobre lo realizado, revisar materiales, consultar de nuevo la bibliografía revisada, etc. para así poder continuar con la parte correspondiente. Por otro lado, también comentar la importancia de las reuniones con mi tutor de TFG, Alfredo Miguel, a lo largo de estos meses. Gracias a estas pude concretar de manera correcta el enfoque de este trabajo y resolver todas las dudas que me iban surgiendo en el proceso.

4. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

Para fundamentar este trabajo, considero importante establecer los siguientes apartados con los que poder conocer la orientación. Gracias a esto he podido contrastar diferentes autores en los que apoyarme para poder realizar mi propuesta.

4.1. La orientación

4.1.1. Breve historia de la orientación

Cuando hablamos de orientación deportiva, por lo general, tendemos a pensar que es una disciplina deportiva relativamente nueva; sin embargo “tuvo su origen en los países escandinavos a finales del siglo XIX que, gracias a la aparición de los primeros planos [...] pudieron organizar las primeras competiciones militares [...] en bosques nevados” (Gómez, Luna y Zorrilla, 1996, p. 17); entre las instituciones las cuales iniciaron estas competiciones encontramos “las academias militares de Kachberi (Estocolmo) y Kristina (Noruega)” (Martínez, 2007, p.19).

Pero, como nos dice Martínez (2007), no es hasta los años 20 cuando aparece la orientación como deporte en Suecia. Lo que hace que, gracias a la gran expectación, se espanda por los países Escandinavos, donde se realizó la primera prueba el “7 de octubre de 1890 en Tjalve, una localidad de Noruega.” (Breve Historia de la Orientación, 2023)

Es después de la segunda guerra mundial cuando, este deporte, se extiende por toda Europa. Llegando así a España en el año 1960, mediante la utilización de la orientación en las Fuerzas Armadas. Siendo el año anterior cuando se crea la IOF (Federación Internacional de la Orientación) la cual, desde entonces se ha encargado de extender la orientación por todo el mundo. (Gomez, Luna y Zorrilla , 1996)

Como estos mismos autores, Gomez, Laura y Zorrilla(1996), relatan: Es en el año 1970 cuando el profesor Martín Harald Krounlund introduce entre las enseñanzas del grado de I.N.E.F. de Madrid prácticas de orientación a futuros profesores de educación física. Esto consigue que la orientación comience a tomar una perspectiva educativa. Creandose así el primer “mapa de orientación con normativa internacional en el parque de la madrileña Casa de Campo. Este mismo año, por iniciativa de un grupo de orientadores escandinavos, se levanta el mapa de la Sierra de la Cortina” (Breve Historia de la Orientación, s.f.)

Finalmente, casi un siglo después de la primera prueba moderna de orientación, se realiza en España una prueba oficial con relativa categoría. Esta se organizó en el año 1988, siendo esta una prueba internacional, organizada por el club madrileño Adryron. Cuatro años después, el Consejo Superior de Deportes legalizará la Agrupación Española de Clubes de Orientación, siendo la primera agrupación deportiva en España.

Desde entonces, se han llevado a cabo numerosas ligas nacionales, como Liga Norte, Ligas Autonómicas, Copa de España; y numerosos capeonatos y pruebas autonómicas, nacionales e internacionales. Además, en las últimas décadas, está tomando cierto auge tanto *dentro* como fuera de las aulas.

4.1.2. Concepto de la orientación

A la hora de definir la orientación encontramos diferentes concepciones de esta. Acudiendo a la RAE encontramos la siguiente acepción “*acción y efecto de orientar u orientarse*” (Real Academia Española, s.f., definición 3), acudiendo a orientar encontramos las siguientes definiciones: “*Determinar la posición o dirección de algo respecto de un lugar, especialmente un punto cardinal*” (Real Academia Española, s.f., definición 2) y “*Dirigir o encaminar a alguien o algo hacia un lugar determinado.*” (Real Academia Española, s.f., definición 4). Con todo esto podemos ver como orientarse, es una acción y un efecto de coincidir nuestras referencias con la realidad, para así conseguir dirigirnos o llegar a un lugar determinado.

Por otro lado, con el interés de definir la orientación desde un punto de vista deportivo/educativo encontramos las siguientes concreciones:

“La Orientación es un deporte en el cual los competidores [...] visitan un número de puntos marcados en el terreno – controles – en el menor tiempo posible, ayudándonos sólo por un plano y una brújula” IOF (1991)

“Una carrera contrarreloj por el bosque y sobre un recorrido materializado por puestos de control, que el participante debe descubrir según un orden impuesto, pero por caminos de su elección sirviéndose de un mapa y una brújula.” (Martínez, 2007, p.19)

“Recorrido, normalmente individual, por una zona de bosque o montaña con el objetivo de encontrar unas balizas, colocadas sobre el terreno, en el menor tiempo posible.” (Miguel, 2001, p. 90)

Sintetizando las diferentes definiciones dadas anteriormente, tanto de la acción de orientarse como de la orientación deportiva, podemos ver que, en esencia, la concepción es muy parecida entre unas y otras. Es por esto, por lo que podemos concluir que, cuando hablamos de recorridos de orientación nos referimos a *“Todos aquellos que están basados en la capacidad de situarse en un espacio gracias a unas referencias dadas”* (Miguel, 2001, p.91) y llegar así hasta una serie de puntos determinados en el menor tiempo posible.

Finalmente, no nos debemos olvidar que al hablar de orientación deportiva en la educación, según nos defienden Martínez (2007) y Miguel (2001) tenemos que dejar de lado la parte competitiva de este deporte, adaptando estas actividades al contexto en el que nos encontramos. Aunque, la utilización de los materiales de la disciplina deportiva se realizará de la misma manera y, por lo tanto, los procesos de utilización serán los mismos.

4.1.3. Elementos y materiales de la orientación

Si acudimos a Martínez (2007) nos da una enumeración de los diferentes materiales utilizados para la realización de este deporte, la cual, yo voy a enumerar en orden de aplicación a mi progresión mencionada en la propuesta. Estos materiales son los siguientes:

- **Mapa de orientación:** En términos fundamentales, este es una representación de la superficie de territorio sobre un plano. Su función es dar una visualización de una parte del terreno con el fin de tener referencias para llegar a los diferentes lugares indicados. Es por esto, por lo que, es el material fundamental de este deporte.
- **Balizas:** Es el elemento por el cual el orientador puede saber que ha finalizado un tramo de navegación. Generalmente, se indica por una señal de tela realizada con tres cuadrados formados por dos triángulos, uno blanco y otro naranja, formando un prisma triangular.
Las balizas también tienen un código con el cual poder identificarlas y una pinza de control.
- **Pinza de control:** Esta sirve para poder indicar la clave distintiva de cada baliza en la hoja de control, indicándonos la correcta realización del recorrido. En el

entorno educativo se puede sustituir esta por un pequeño lápiz con el cual poder indicar el código de cada una de las balizas.

- **Tarjeta de control:** Es una pequeña tarjeta la cual se usa para demostrar el paso por los distintos puntos de control o balizas.
- **Hoja de descripciones:** Pequeña hoja la cual encontramos en el mapa, pero que generalmente se suele llevar también separada para leerla de manera fácil. En ella se indica el número real de la baliza y el elemento en el que esta se encuentra.
- **Brújula:** Es un instrumento fundamental a la hora de hacer orientación en el entorno natural, esta nos ayuda a realizar el proceso de orientación del mapa mucho más fácil y rápido. Esta tiene una aguja imantada la cual siempre nos indica el Norte magnético, lo que es muy válido para saber la referencia de este y así realizar una correcta orientación del mapa.

En el Anexo 1 se puede ver diferentes fotos de los diferentes materiales para poder hacer esta explicación más gráfica.

4.1.4. Técnicas básicas de orientación

Según nos menciona Martínez (2007) encontramos diferentes técnicas a la hora de llevar a cabo la práctica de la orientación. Ente ellas están las siguientes:

- **Orientación del mapa:** existen dos métodos para orientar el mapa:
 - ↳ Por medio de la identificación de detalles sobre el terreno: esto consiste en hacer coincidir la orientación de los elementos representados en el mapa con los observados en el terreno.
 - ↳ Por medio de la brújula: este procedimiento consiste en lo siguiente, ponemos la brújula sobre el mapa, y giramos el plano hasta hacer coincidir el norte del plano con el norte magnético indicado en la brújula.
- **Manejo de los instrumentos propios de la orientación**
 - ↳ Cómo llevar el mapa: Por lo general, la manera más cómoda y eficiente para centrar la lectura del mapa en carrera es llevar este doblado, dejando solamente a la vista un pequeño grupo de controles.
 - ↳ Técnica del pulgar: Esta consiste en indicar con el pulgar cual es nuestra ubicación para así poder ir identificando los elementos de la realidad que vemos representados en el mapa.

- ↪ Pinzar el control: Troquelar o indicar el código de la baliza en la casilla correcta de la hoja de control.
- ↪ Lectura continúa del mapa: Con esta técnica se cumple uno de los principios de la orientación que es: “saber en todo momento dónde nos encontramos.
- ↪ Elección de ruta: Previsión que se realiza para llegar de un control a otro. Esta tiene tres zonas: zona de acercamiento, comprendida por todo el área cercana en las cuales podemos realizar diferentes rutas validas; zona de ataque, constituida por la zona cercana al control entre los que buscaremos elementos de referencia que nos den la seguridad para llegar hasta el control; y el control, constituido por el elemento exacto en el que se encuentra la baliza.
- ↪ Relocalización: Esta técnica se utiliza en los momentos en los cuales se produce una pérdida momentánea. Esta tiene varias fases dependiendo del grado de perdida en la que nos encontremos. Estas fases son las siguientes: primero intentar identificar los diferentes elementos que tenemos a nuestro alrededor, no se debe tomar mucho tiempo, si no conseguimos reubicarnos debemos pasar a la siguiente; segundo, volver a una zona en la que teníamos seguridad; por último, tomar como referencia elementos lineales grandes para que con la brújula podamos llegar hasta el control.

4.1.5. Tipos de recorridos de orientación

En la práctica de la orientación nos encontramos dos tipos de recorridos. Estos los definen McMeill, Cory-Wright y Renfrew (2006, p.22) como:

- **Recorrido punto a punto**: *“Todos los controles (normalmente, entre 6 y 12) se deben visitar en el orden establecido (1,2,3,etc.). El mejor será el que encuentre todos los controles en el menor tiempo posible.”*
- **Recorrido en score**: *“Se da un tiempo para encontrar tantos controles como sea posible en el orden que queramos[...]. Se puede aplicar una penalización para los participantes que sobrepasen el tiempo estipulado.”* El ganador será la persona que encuentre mas controles.

Estos tipos de recorridos serán con los que jugaremos a la hora de realizar nuestras actividades y, en consecuencia, en la gran parte de la progresión desarrollada en este trabajo.

4.2. El mapa de Orientación

4.2.1. Definición de mapa

El mapa, si acudimos de nuevo a la RAE, vemos la siguiente definición “Representación geográfica de una parte de la superficie terrestre, en la que se da información relativa a una ciencia determinada” (Real Academia Española, s.f., definición 3) lo que nos hace ver que es una representación que nos ofrece información sobre el territorio representado. En el caso de los mapas de orientación podemos hablar de un tipo de mapa topográfico pues es “la representación convencional plana de elementos concretos, fijos y duraderos que existen en la superficie del suelo en un momento dado” (Martínez, 2007, p.29) razón por la cual es necesario realizar revisiones de los diferentes mapas. Los mapas de orientación son muy precisos, según nos relata el mismo autor, para poder:

- Identificar cualquier punto característico del terreno.
- Determinar ángulos.
- Calcular distancias.
- Definir alturas, pendientes y relieves del terreno.

4.2.2. Características del mapa de orientación

Los mapas utilizados para orientación tienen las siguientes características mencionadas por Sanchez y Isla (s.f.) entre las que encontramos:

- Contiene gran cantidad de detalles, indicando hasta los elementos más pequeños. Reflejando así todo lo que hay en el terreno (superior a 1m)
- Ausencia de nombres de poblaciones, lugares, información turística, etc. pues no se considera relevante para la orientación
- Una clasificación de información que da el mapa, atendiendo al tamaño que viene en el mapa.
- Amplia información de la densidad de vegetación
- Especificación de los símbolos atendiendo a las normas internacionales
- Una escala adecuada para poder mostrar todo de forma legible
- Actualización continua del plano
- Unas líneas que cruzan de abajo a arriba que representan la dirección del norte- sur.

4.2.3. Simbología del mapa de orientación

Como ya se ha mencionado, los mapas utilizados para la orientación deportiva utilizan unos símbolos recogidos por la IOF y reconocidos a nivel internacional. Estos, utilizan un código de colores el cual ayuda a diferenciar la diferente naturaleza de los elementos indicados. Este código lo resume Martínez (2007) es el siguiente:

- **Marrón:** detalles referentes al relieve, como curvas de nivel, colinas, hoyos, cortados, etc.
- **Negro:** para detalles artificiales y algunos naturales, como carreteras, caminos, edificios, piedras, etc.
- **Azul:** detalles de agua como ríos, pozos, lagos charcas, etc.
- **Verde:** zonas de vegetación poblada; cuanto mayor es la intensidad del verde, mayor es la cantidad de vegetación.
- **Amarillo:** zonas sin vegetación, claros, prados, cultivos, cortafuegos, etc.
- **Magenta:** utilizado para señalar el recorrido, la salida, los controles, la llegada, zonas prohibidas, pasos obligatorios, etc.

Para poder ver los diferentes símbolos se puede acudir al Anexo 2, donde encontramos una imagen con la especificación de todos ellos.

4.2.4. Diferencia entre mapa escolar y mapa oficial

“El mapa debe de estar adaptado al practicante: [...] la competición se efectuará con mapas específicos a escala 1/15000 o 1/20000 [...] un plano escala 1/500 será comprendido rápidamente por los alumnos del curso elemental” (Silvestre, 1987, p.17). Es por esto por lo que en mis actividades se puede ver el trabajo con las diferentes escalas, pues es primordial para realizar una correcta asimilación de los diferentes elementos.

Por otro lado, en los mapas escolares que he creado, he considerado correcto incluir determinados símbolos de creación propia, como el símbolo de banco; pues en ellos se representan muchos elementos y creo necesario poder distinguir entre unos y otros y así entender de manera correcta todos los elementos.

4.3. Modo de enseñar la orientación

Finalmente, para completar esta fundamentación teórica, me gustaría hacer una última revisión de la bibliografía para poder responder a una pregunta fundamental y realizar de una manera más completa la propuesta de este trabajo. Contestando así a las

siguientes cuestiones: ¿Qué pedimos al alumnado cuando realizamos orientación? Y, por tanto, ¿Qué quiero que aprendan mis alumnos?

Miguel (2001) hace una síntesis en la cual manifiesta que a la hora de realizar los diferentes recorridos en el aula estamos pidiendo a nuestro alumnado:

- Interpretar referencias y cotejarlas con la realidad: lo que conlleva aprender a conocer el relieve que es posible encontrarse con la realidad, y conocer los materiales que podemos utilizar.
- Tomar decisiones: lo que requiere interpretar el mapa y realizar una serie de elecciones personales
- Realizar desplazamientos: haciendo estos desplazamientos tanto en entornos controlados como en entorno natural no controlado o conocido.

Todo esto, hace que nuestros alumnos se vean con la necesidad de controlar sus emociones, para poder hacer partícipes todos estos aprendizajes de una manera controlada y concentrada; consiguiendo así una correcta realización del recorrido. Además, con los diferentes recorridos, se genera así un conocimiento basado en el movimiento y apoyado en este, aprendiendo tanto de la ejecución como del resultado. Así conseguimos que la orientación, no solamente genere aprendizajes motrices, sino que también se obtengan aprendizajes a nivel cognitivo.

Para la adquisición del aprendizaje de la orientación podemos determinar tres etapas enunciadas por Gómez, Luna y Zorrilla (1996) como:

- **Iniciación:**

En esta etapa la intención es introducir la orientación poco a poco y progresivamente aumentar las oportunidades de decisión y posibles caminos alternativos.

Entre los contenidos que se deberán de alcanzar en esta etapa encontramos, por ejemplo: conocer la orientación, manejar elementos básicos o conocer algunas técnicas para orientar el mapa. Además, también se introduce el conocimiento de los diferentes símbolos que permiten señalar el recorrido en el plano. Esta etapa se debe de desarrollar en espacios como el gimnasio-polideportivo pasando por los recintos del centro, los cuales son más cercanos al alumno.

Es en esta etapa en la que nos debemos de mover en gran parte de las actividades hechas en la etapa de educación primaria.

- **Especialización:**

En esta etapa, el objetivo es conseguir que el alumno sea capaz de realizar recorridos mejorando su seguridad. Para ello se irán introduciendo caminos alternativos y elementos de confirmación y de seguridad como líneas de paradas.

Aquí deberemos de realizar diferentes actividades basadas en la estructura propia de las prueba y normas de seguridad que deberán de tenerse en cuenta en todo momento.

Esta etapa se deberá de realizar en espacios urbanos incluso llegando a pequeños recorridos en el bosque.

Solamente encontraremos actividades dentro de esta etapa estas a partir del último ciclo de primaria.

- **Perfeccionamiento:**

Esta es la última etapa, la cual no veremos en educación primaria. En ella se considera que la persona ya es capaz de realizar un recorrido orientación de manera autónoma, lo que nos permite centrar los contenidos en las técnicas de navegación, regulación de la velocidad, tomas de rumbo, etc.

Esta última etapa se deberá de desarrollar en grandes espacios urbanos, parques públicos y bosques.

Es la etapa final del proceso y se tendrá que llevar a cabo en etapas educativas posteriores a la educación primaria.

5. PRESENTACIÓN DE LA PROPUESTA

La propuesta de mi Trabajo Fin de Grado consiste en la realización de unos materiales (mapas y planos) de realización propia con los cuales trabajar y en los cuales poder aplicar mi posterior progresión para toda la etapa primaria. Es por esto por lo que, como ya se ha comentado en otros apartados, este trabajo tiene dos partes: la realización de los materiales y la propuesta de progresión apoyándonos en ellos.

Para la realización de estos materiales he tomado como referencia el centro donde he cursado mi Prácticum II, CEIP Sofia Tartilán de Palencia, así como un parque que se encuentra muy cerca de este denominado El Parque del Dragón. Esto me ha facilitado la realización de un trabajo de campo en el cual apoyarme y con el que poder realizar un mapa con mayor calidad. Además de tener un centro de referencia en el que poder plantear las actividades de la progresión.

Por otro lado, la progresión después detallada, tiene como intención proponer una serie de actividades divididas entre cada uno de los cursos de primaria. Esta tiene el objetivo de introducir y adquirir todos los aprendizajes necesarios con los que poder hacer llegar al alumnado hasta la etapa de especialización en los últimos cursos de primaria.

5.1. Creación de un mapa

Como ya he mencionado, una de las partes fundamentales de mi trabajo es la realización de una serie de materiales en los cuales poder apoyar, tanto mi propuesta de progresión explicada en el siguiente el punto 5.2., como todas las demás actividades de orientación.

La realización de estos mapas requiere del manejo del programa OCAD 10, el cual se utiliza a nivel internacional para la realización de los mapas oficiales en las diferentes ligas autonómicas, nacionales e internacionales. Este programa utiliza una simbología internacional para la realización de los mapas de orientación deportiva, recogida en “La Especificación Internacional para mapas de Orientación” redactado por la IOF(2017).

El realizar estos mapas con esta simbología, nos permite hacer un acercamiento muy contextualizado de la orientación a nuestro alumnado. Haciendo así que, los símbolos que han sido utilizados para el inicio de la orientación, sean los mismos que se van a encontrar a la hora de realizar una prueba oficial. Esto hace que nuestros alumnos

asocien y consigan ir aprendiendo los diferentes símbolos, para poder llegar a identificarlos correctamente a la hora de leer mapas urbanos oficiales o mapas de bosque.

El proceso de realización de los mapas, en especial los referentes al centro escolar (CEIP Sofia Tartilán) y al del parque (Parque del Dragón), requiere del paso por diferentes etapas de trabajo, las cuales son fundamentales para llegar hasta los mapas finales que se pueden ver en el Anexo 3. Estas diferentes etapas son las siguientes:

- Adquisición de diferentes mapas para tener como base:

En esta fase, me encargué de recopilar de diferentes fuentes los mapas para poder aplicar todo mi trabajo sobre ellos. Entre las diferentes fuentes podemos encontrar: la base de datos Iberpix perteneciente al Instituto Geográfico Nacional, del cual me ayudé para la realización del mapa del colegio, y para conocer la escala del mapa del parque. También me ayudé de los diferentes mapas y ortofotos encontrados en el visor de terreno de la Junta de Castilla y León, Idecyl. Gracias a estos mapas y ortofotos pude empezar dibujar los primeros trazos, indicando así elementos como: los edificios, límites artificiales como aceras, muros, vallas y bordillos. Además de poder apoyar mi trabajo de campo para situar todos los elementos en el mapa final.

- Trabajo de campo:

Después de conseguir una serie de mapas base, los cuales nos van a servir de plantilla para nuestro mapa, podemos iniciar el trabajo de campo. Este es fundamental para poder conocer desde dentro el propio terreno. Con él, conseguimos ser conscientes de todos los detalles importantes para situar cada uno de los elementos y poder realizar un cartografiado lo mejor posible.

No nos podemos olvidar que los mapas de orientación están dotados de una precisión en cuanto a la gran cantidad de elementos indicados, es por esto por lo que el trabajo de campo es tan importante y debe de ser bastante minucioso. El trabajo de campo llevado a cabo para los mapas del centro y del parque se puede ver reflejado en el “Anexo 4”, “Figura 1” para el mapa del colegio; y “Figuras 8 y 9” para el mapa del Parque.

Este trabajo lo realicé con papel vegetal que me permitió utilizar los mapas base como plantilla y poder así recoger la situación de diferentes elementos de forma más

clara, centrándome en elementos de diferente naturaleza en cada uno de los trabajos de campo hechos. Por ejemplo, en la “Figura 8” pude centrarme solamente en los elementos vegetales presentes en el terreno, mientras que en la “Figura 9” me centré únicamente en los elementos artificiales (papeleras, bancos, columnas, señales, etc.). Después, al hacer coincidir estos mapas con los mapas base y con la cartografía, conseguimos tener una plantilla muy correcta para iniciar a cartografiar nuestro mapa.

- Dibujado del mapa

Una vez que tuve todas las referencias tomadas fue el momento de empezar el dibujo del mapa el cual requiere del control de las diferentes herramientas de diseño del propio programa OCAD 10. Esta parte se puede considerar la parte que más tiempo suele llevar.

- Revisión del mapa realizado

Una vez cartografiado el mapa debemos de realizar una revisión de este para poder revisar los posibles errores cometidos tanto en el dibujo, como en el trabajo de campo. Si vemos en la “Figura 8” en comparación con el mapa final del Mapa del Parque del Dragón podemos ver algunos errores como el tamaño de los soportales o la situación de uno de los pasajes.

- Maquetación

Finalmente, para completar el proceso se pasa a la maquetación del mapa. En esta, no solamente se le da un aspecto más profesional, sino que se indica la persona que ha cartografiado, el año de cartografía, se añade las líneas de norte, la leyenda (la cual nos va a servir para crear un aprendizaje de los diferentes símbolos), la escala (que también nos servirá para los aprendizajes y actividades en relación con esta) y otros elementos los cuales nos van a ayudar a tener un mapa muy completo para llevar a cabo nuestras actividades.

Estos mapas cobran gran importancia para el acercamiento de la orientación a la etapa de Educación Primaria, pues considero que he conseguido una gran calidad de precisión a lo largo de la realización de estos. Gracias a estos, como ya se ha mencionado, podemos realizar un acercamiento a la simbología de determinados elementos y aprendizajes mucho más significativos.

Por otro lado, me gustaría mencionar como, gracias a estos materiales, se podría plantear una intervención más duradera en las diferentes etapas educativas, pues en el caso del mapa del Parque del Dragón, también puede ser útil para poder realizar actividades incluso con la etapa de educación secundaria. Muy cerca de este parque, encontramos el centro de enseñanza secundaria IES Victorio Macho. A este centro acuden gran parte de los alumnos de nuestro centro cuando finalizan la etapa de Educación Primaria. Por lo que si se quisiera utilizar en secundaria, sería totalmente apropiado para ello.

5.1.1. Creación de circuitos permanentes

Una vez terminados los dos mapas exteriores, para poder llevar a cabo todas las actividades, he creído conveniente la creación de dos circuitos permanentes, los cuales nos permiten facilitar el proceso de preparación de las actividades debido a que, en la preparación de este circuito, colocamos todas las balizas, creando así lo que se llama un mapa maestro. En este mapa maestro, podemos ver señalizadas todas las balizas colocadas. Los mapas maestros referentes a este trabajo los podemos encontrar en el Anexo 3.

Esto lo podremos llevar a cabo con la aplicación de OCAD 10, como con la realización de los mapas. Sin embargo yo lo realicé con el programa de Purple Pen, debido a su facilidad de uso para realizar todos los recorridos necesarios.

Una vez realizados estos mapas maestros, únicamente queda la colocación de las diferentes balizas. Para eso utilicé unas pequeñas balizas de pegatina que se pueden ver indicadas en el Anexo 3.4. las cuales nos serviremos de su código como código de control, con el que saber si se ha llegado hasta cada uno de los controles en las diferentes actividades realizadas con estos mapas.

5.2. Propuesta de progresión didáctica

Gracias a la fundamentación teórica realizada y los aprendizajes transversales, también nombrados en la justificación, se encuentra el sentido lógico y el orden de aparición las actividades de esta propuesta; estas se apoyan también, en los materiales realizados gracias al proceso desarrollado en el punto anterior.

En la progresión presentada se detallan tres actividades posibles para cada uno de los cursos que componen la etapa de educación primaria. Estas deberán de ser contextualizadas en las diferentes unidades didácticas sobre orientación que realicemos

a lo largo de la etapa de educación primaria, siendo recomendable realizar 1 unidad didáctica por curso para que el proceso de adquisición de los diferentes aprendizajes sea lo más constructivo posible.

Por esta razón, esta propuesta de progresión, se puede denominar cómo una progresión abierta. Lo que quiere decir que las actividades, que están situadas de en un orden determinado, pueden tomar otro orden si el contexto, la justificación y la necesidad del docente, por aplicar un determinado contenido conceptual al aula, así lo requiere.

Para el desarrollo de las diferentes actividades he visto conveniente realizar una tabla con la cual poder así organizar el desarrollo de cada una de las actividades. En esta tabla se detallan los siguientes puntos: nombre de la actividad, curso, edad, etapa de aprendizaje en la que se encuentra, objetivo de la actividad, contenido conceptual a trabajar, capacidades que desarrolla, desarrollo de la actividad, materiales y posibles vías para su profundización al realizar la actividad.

En las siguientes páginas, podemos ver desarrollada la progresión.

5.2.1. Desarrollo de las actividades de la progresión

Actividades para 1º de Educación Primaria

Actividad 1: Dibujamos el gimnasio			1º EP
Edad	+ 6-7 años	Etapa de aprendizaje	Iniciación
Objetivo	Comprender la representación del plano como una visualización aérea del territorio.		
Contenido conceptual	Los mapas están dibujados a vista de pájaro (como si estuviera subido en un globo aerostático).		
Capacidades por desarrollar			
<ul style="list-style-type: none"> - Identificar elementos del gimnasio. - Interiorizar la lateralidad en relación con los elementos del gimnasio. - Conocer y fijarnos como es nuestro gimnasio, así como los elementos que lo conforman 			
Desarrollo			
<p><u>Preparación:</u> Se les dará a los alumnos papel y diferentes elementos para dibujar (lápices y pinturas)</p> <p><u>Lección:</u> Se les pedirá a los niños que cada uno realice un dibujo del gimnasio en el que se encuentran teniendo en cuenta que deben de dibujarlo como si lo estuvieran viendo desde el techo. Además, diremos que es lo que vamos a dibujar y lo que no. Por ejemplo, “vamos a dibujar los bancos, las espalderas, las puertas... pero no vamos a dibujar a nuestros compañeros”. A la vez iremos haciendo una pequeña visualización de los elementos además de ir acompañando su representación. Por ejemplo, “¿Dónde se encuentran las espalderas, a la derecha o a la izquierda de la puerta?”</p>			
Materiales			
<ul style="list-style-type: none"> - Hojas - Lápices y pinturas 			
Elementos para poder reflexionar y vías de profundización			
<p>Después de la realización de esta actividad, podemos hacer ver a los niños la importancia de tener una simbología uniforme en todos los mapas para poder así tener un consenso con las demás personas y así saber qué es lo que se está representando en con cada elemento representado</p> <p>Además, podemos también reflexionar y hacerles ver a nuestros alumnos que los elementos se indican de forma sencilla en el mapa para si hacer la representación más sencilla.</p>			

Actividad 2: Situar las balizas			1º EP
Edad	+ 6-7 años	Etapa de aprendizaje	Iniciación
Objetivo	Comprender la simbología utilizada para indicar la situación del elemento a encontrar.		
Contenido conceptual	Los controles o balizas se encuentran en el centro exacto del círculo de control		
Capacidades por desarrollar			
<ul style="list-style-type: none"> - Identificar y reconocer los elementos indicados en el mapa - Saber situar la colocación del elemento de control 			
Desarrollo			
<p><u>Preparación:</u> Se colocarán elementos atractivos a lo largo del gimnasio, por ejemplo 10 caras sonrientes, por todo el gimnasio. En el caso de que el gimnasio no tenga suficientes elementos para poder realizar la actividad de una forma atractiva (como es el caso de mi colegio) añadiremos elementos como bancos, colchonetas, conos, etc. entre los cuales poder colocar los emoticonos</p> <p><u>Lección:</u> Se dividirá a los niños por parejas, y se les explicará que deben buscar 10 caras sonrientes a lo largo del gimnasio. Cuando encuentren una de ellas no la deben de tocar, sino que deberán pintar un círculo en el lugar donde está situado el emoticono. El emoticono o baliza encontrada deberá de encontrarse en el centro del círculo. Cuando tengan las 10 indicadas vienen a donde estemos nosotros para comprobar que está bien.</p>			
Materiales			
<ul style="list-style-type: none"> - Pinturas - Mapa y dibujos 			
Elementos para poder reflexionar y vías de profundización			
<p>Gracias a este ejercicio, se puede poner los diferentes emoticonos a diferentes alturas o escondidos debajo de diferentes elementos, gracias a esto podemos explicar que las balizas indicadas en el mapa se deben de leer a vista de pájaro, es por eso por lo que aun que se encuentren debajo o encima de algún elemento se indica por encima de todo lo señalado en el mapa en la posición en la que se encuentra.</p> <p>También podemos explicar la diferencia que puede haber entre un recorrido escora (no hay un orden establecido) y un recorrido de punto a punto o en línea.</p>			

Actividad 3: Escondemos y encontramos			1° EP
Edad	+ 6-7 años	Etapa de aprendizaje	Iniciación
Objetivo	Interiorizar y asociar la colocación de las balizas en elementos determinados (puntuales o lineales)		
Contenido conceptual	Las balizas siempre están situadas en un elemento.		
Capacidades por desarrollar			
<ul style="list-style-type: none"> - Identificar los elementos del mapa - Conocer la forma de colocar las balizas en los recorridos de orientación 			
Desarrollo			
<p><u>Preparación:</u> La única preparación que requiere esta actividad es encontrar varios grupos de tapones del mismo color. Todos los grupos deben tener el mismo número de tapones.</p> <p><u>Lección:</u> Para la realización de esta actividad se les dividirá a los niños en grupos de 5-6. Una vez agrupados, cada grupo deberá de esconder los diferentes tapones del mismo color que les daremos en los diferentes elementos de la clase. Antes de esto se les explicará que deben de colocarlo en algún lugar en el cual puedan ser encontrados, pero que no sea lo suficientemente fácil para verse a simple vista, y además debe de ser un elemento que esté en el mapa (no se podrá poner debajo de una chaqueta, por ejemplo). Después deberán de poner en que elemento se encuentra cada tapón. Finalmente, cada uno de los grupos deberán de buscar los tapones colocados por otro de los grupos e indicarlo en el mapa del gimnasio que les daremos.</p>			
Materiales			
<ul style="list-style-type: none"> - Tapones de plástico de diferente color (el mismo número para cada grupo) - Pinturas del mismo color que los tapones - Mapa del gimnasio [Anexo 3] 			
Elementos para poder reflexionar y vías de profundización			
<p>Al finalizar esta actividad podremos hacer ver a nuestros alumnos que nadie habrá colocado las balizas/tapones, fuera de elementos indicados en el mapa. Debido a que para poder ser buscados deben de colocarse en algún elemento, ya sea lineal, puntual o de esquina.</p> <p>Les explicaremos que esto también pasa en las carreras de orientación, todas las balizas están colocadas en elementos indicados en el mapa para poder ser buscadas y encontradas. Para buscar tienes que saber que buscas.</p>			

Actividades para 2º de Educación Primaria

Actividad 1: Recorrido de colores			2º EP
Edad	+ 7-8 años	Etapa de aprendizaje	Iniciación
Objetivo	Realizar un primer acercamiento a la dinámica de la hoja de control que más adelante utilizaremos en otras actividades.		
Contenido conceptual	El número de orden del recorrido es indiferente al código (en este caso, el color del globo) que nos encontramos en la baliza.		
Capacidades por desarrollar			
<ul style="list-style-type: none"> - Identificar los diferentes elementos en el mapa - Asociar los diferentes controles con las diferentes casillas de la hoja de control 			
Desarrollo			
<p><u>Preparación:</u> Antes de esta actividad, colocaremos globos de diferentes colores en diferentes sitios del gimnasio que serán después los controles indicados en el mapa.</p> <p><u>Lección:</u> Después se les dará un mapa en el cual se indicará diferentes controles numerados y en el cual aparecerán unas casillas numeradas. Los niños, deberán de colorear la casilla indicada con cada uno de los números del color que tenga el globo indicado como ese control. Al terminar un recorrido se podrá hacer algún recorrido diferente, pero con los mismos controles.</p>			
Materiales			
<ul style="list-style-type: none"> - Globos - Celo o algún elemento con el que pegar los globos - Pinturas - Mapa [Anexo 5.2.] 			
Elementos para poder reflexionar y vías de profundización			
<p>Al completar varios recorridos podremos hacer ver a los alumnos que, aunque los controles o balizas estén en el mismo lugar, la combinación y orden de los colores no la misma. Gracias a esto podemos hacerles ver la importancia de llegar a la baliza correcta.</p> <p>Por otro lado, esta actividad nos ayuda a introducir el elemento de la hoja de control y su importancia en la orientación. Pues es el elemento con el que comprobar que alguien ha hecho bien el recorrido indicado.</p>			

Actividad 2: Dibujamos el patio**2° EP**

Edad	+ 7-8 años	Etapa de aprendizaje	Iniciación
Objetivos	Comprender la representación del plano como la representación de los elementos fijos y no cambiantes de un lugar.		
Contenido conceptual	En los mapas solo se dibujan los elementos que no se mueven y que miden más de un metro.		
Capacidades por desarrollar			
<ul style="list-style-type: none"> - Conocer el espacio de su colegio dando importancia a la relación de tamaños que se - Reconocer los diferentes elementos necesarios de representar en un mapa 			
Desarrollo			
<p><u>Preparación:</u> Antes de realizar la actividad, colocaremos en diferentes partes del patio diferentes elementos, por ejemplo, algún carro, pelotas, aros, colchonetas, etc.</p> <p><u>Lección:</u> Al empezar la actividad les explicaremos a los alumnos que tendrán que dibujar el patio de su colegio. Esta vez también les explicaremos que deben de hacerlo a vista de pájaro y además también les mencionaremos que en el mapa solo se indican los elementos que son fijos y, por lo tanto, no se van a mover. Al finalizar cada uno expondrá que es lo que ha dibujado a sus compañeros para poder ver así las diferencias entre el dibujo de cada uno con el dibujo de sus compañeros o el propio mapa o croquis del patio.</p>			
Materiales			
<ul style="list-style-type: none"> - Hojas de papel - Lápices y pinturas 			
Elementos para poder reflexionar y vías de profundización			
<p>Al realizar este ejercicio podremos reflexionar sobre qué pasaría si se pintaran los elementos móviles en los mapas y como esto influiría en el entendimiento de estos y que pasaría si esos elementos indicados se mueven.</p> <p>Esto nos hace también enseñar a los niños que, cada bastante tiempo, los mapas, en orientación se revisan para saber si todos los elementos pintados siguen en su sitio o si hay que añadir alguno. Por ejemplo, cuando se ponen estatuas nuevas, nuevas papeleras o se hace alguna obra.</p>			

Actividad 3: Seguir el rastro en el gimnasio			2° EP
Edad	+ 8-9 años	Etapa de aprendizaje	Iniciación
Objetivos	Introducir el concepto de orientar el mapa y el giro de este a la hora de movernos por el espacio.		
Contenido conceptual	Para seguir un rumbo marcado o establecido, debo de tener el mapa orientado (hacer coincidir la realidad con el mapa) en todo momento. Para esto el mapa no se mueve de su posición.		
Capacidades por desarrollar			
<ul style="list-style-type: none"> - Mantener el mapa orientado mientras se realizan cambios de dirección - Interiorizar la técnica del dedo como instrumento para situarse en el propio mapa 			
Desarrollo			
<p><u>Preparación:</u> Como en otras sesiones, deberemos de colocar diferentes elementos en el gimnasio para crear así un circuito con el que no solamente hacer un circuito más motivante, sino que en este caso también poder utilizar los diferentes elementos para la orientación del mapa.</p> <p><u>Lección:</u> Esta lección se dividirá a los alumnos en grupos de 3-4 y se les dará a los integrantes un mapa igual a cada uno. En este aparecerá el propio mapa del gimnasio junto los elementos colocados. Por otro lado, en el mapa también aparecerán diferentes recorridos en forma de línea (no hay balizas). Los integrantes del mismo grupo deberán de realizar el mismo recorrido a la vez de forma que podrán comprobarse entre ellos que se está realizando de forma correcta. Antes de iniciar la actividad les explicaremos el procedimiento de dejar el mapa estático mientras que la persona va tomando diferentes direcciones en el circuito. También explicaremos a los alumnos la técnica del dedo la cual consiste en indicar con el dedo donde nos encontramos en todo momento.</p>			
Materiales			
<ul style="list-style-type: none"> - Mapa de la actividad [Anexo 5.2.] 			
Elementos para poder reflexionar y vías de profundización			
<p>Gracias a esta actividad, podemos hacer ver la importancia que tiene el mantener el mapa orientado a la hora de realizar un recorrido para poder seguir el rumbo que queremos seguir. Y podremos hacer ver a nuestros alumnos que esto nos permite conocer donde estamos e interpretar el terreno de manera correcta.</p>			

Actividades para 3º de Educación Primaria

Actividad 1: Recorrido de mini mapas sencillos			3º EP
Edad	+ 9-10 años	Etapa de aprendizaje	Iniciación
Objetivo	Identificar los diferentes objetos para realizar los diferentes recorridos.		
Contenido conceptual	Tener orientado el mapa en todo momento me ayuda a no confundirme y reconocer los diferentes elementos orientados.		
Capacidades por desarrollar			
<ul style="list-style-type: none"> - Identificar objetos - Mantener el mapa orientado en todo momento 			
Desarrollo			
<p><u>Preparación:</u> Antes de iniciar la actividad, debemos de colocar los diferentes elementos (en este caso conos) los cuales asociaremos un color (gracias a las pegatinas indicadas en el material) a cada uno el cual nos servirá para hacer una autocorrección por parte del alumno.</p> <p><u>Lección:</u> Al empezar recordaremos lo que significaba orientar el mapa y para que servía este proceso. A continuación, explicaremos la actividad. En esta los alumnos deberán de realizar los diferentes circuitos los cuales están indicados con diferentes círculos los diferentes conos colocados. Cada alumno realizará el recorrido de forma libre indicando en la hoja que lleva consigo, el color asignado a cada uno de los conos. Al finalizar cada uno de los recorridos podrá evaluar si lo ha hecho de manera correcta gracias a la combinación de colores que podrá ver en la plantilla situada en el final del recorrido. Si este no es correcto, deberá de volver a realizarlo de forma correcta.</p>			
Materiales			
<ul style="list-style-type: none"> - Mini mapas [Anexo 5.3.] - Papel - Bolígrafo 			
Elementos para poder reflexionar y vías de profundización			
<p>Esta actividad requiere de una concentración bastante elevada por parte de los alumnos, es por eso por lo que gracias a esta podemos hablar y reflexionar con el alumnado sobre la importancia de la concentración en la orientación. Hacer ver al alumnado que el factor cognitivo es primordial para la correcta realización de los recorridos.</p>			

Actividad 2: Recorrido punto a punto guiado			3° EP
Edad	+ 8-9 años	Etapa de aprendizaje	Iniciación
Objetivo	Incrementar la seguridad para realizar un recorrido en solitario.		
Contenido conceptual	Al llegar a la baliza tengo que indicar su código, en la casilla con número correspondiente a esta.		
Capacidades por desarrollar			
<ul style="list-style-type: none"> - Orientar el mapa en todo momento - Asociar el elemento a encontrar con el centro del círculo de control - Conocer el proceso de indicar un control o baliza en la hoja de control 			
Desarrollo			
<p><u>Preparación:</u> Para esta actividad necesitamos realizar el circuito marcado mediante señales con las cuales los niños se sientan seguros, en este caso lo haremos mediante conos. Por otro lado, pondremos aros en el lugar donde pongamos las diferentes balizas o controles [puestos ya al hacer el recorrido permanente del “Anexo 3.2 (bis)”] para facilitarles la búsqueda.</p> <p><u>Lección:</u> Antes de empezar identificaremos, junto con los alumnos, los diferentes elementos presentes en el mapa, edificios, papeleras, árboles, etc. Después les pediremos a los alumnos que orienten el mapa y que nos digan donde nos encontramos nosotros (estará indicado con el triángulo característico de la salida). Finalmente les explicaremos la propia actividad en la cual deben de seguir la línea, la cual estará indicada con diferentes conos y como proceder al llegar a los diferentes controles. Marcar la baliza indicada en el mapa en la casilla con el mismo número en la hoja de control.</p>			
Materiales			
<ul style="list-style-type: none"> - Mapa de la actividad [Anexo 5.3] y Hoja de control general - Pistas - Conos - Bolígrafo 			
Finalidad			
<p>Al finalizar esta actividad podremos profundizar y afianzar en la importancia del buen uso de la hoja de control. Haciendo hincapié en que sepan que es el único método con el cual se puede conocer si se ha realizado de forma correcta el circuito.</p> <p>También se puede introducir la explicación del elemento de la pinza la cual se van a encontrar en las siguientes actividades o en las carreras escolares.</p>			

Actividad 3: Recorrido en escore en el patio			3° EP
Edad	+ 8-9 años	Etapa de aprendizaje	Iniciación
Objetivos	Encontrar las diferentes balizas indicadas sin ayuda de referencias externas.		
Contenido conceptual	Para encontrar la baliza debo de saber, donde estoy, qué es lo que busco y tener orientado el mapa en todo momento.		
Capacidades por desarrollar			
<ul style="list-style-type: none"> - Orientar el mapa - Identificar los elementos para encontrar los controles - Buscar sin ayuda de referencias previamente puestas los diferentes controles 			
Desarrollo			
<p><u>Preparación:</u> Esta actividad no se requiere más preparación que realizar el recorrido referente a esta.</p> <p><u>Lección:</u> Se dividirá a los alumnos en parejas para mejorar la confianza en este ejercicio, y se les dará el mapa de esta actividad junto con la hoja de control. Antes de empezar, si es necesario, podremos ir con los niños a una de las balizas indicadas para poder así conocer la dinámica de la propia actividad. Después se les comentará que tienen un determinado tiempo para poder buscar las máximas balizas indicadas posibles. Se debe destacar la importancia de poner el código de las balizas en la casilla con el número referente a esta.</p>			
Materiales			
<ul style="list-style-type: none"> - Mapa de la actividad [Anexo 5.3.] y Hoja de control general - Bolígrafo 			
Elementos para poder reflexionar y vías de profundización			
<p>Esta actividad nos ayuda a ver y a reflexionar junto a nuestros alumnos los diferentes recorridos que se pueden realizar con las mismas balizas. Haciendo ver así la diferencia que existe al realizar el recorrido en orden diferente. “No por ser las mismas balizas la dificultad del recorrido es la misma.”</p>			

Actividades para 4º de Educación Primaria

Actividad 1: Mini mapas complejos			4º EP
Edad	+ 10-11 años	Etapa de aprendizaje	Iniciación
Objetivo	Conseguir leer y orientar el mapa de una manera rápida.		
Contenido conceptual	Cuando los elementos simbolizados son muy parecidos o iguales el orientar el mapa e interpretar bien los elementos simbolizados cobra aún más importancia.		
Capacidades por desarrollar			
<ul style="list-style-type: none"> - Rapidez de decisión - Interiorizar la importancia de tener orientado el mapa en todo momento - Capacidad de leer el mapa mientras se corre 			
Desarrollo			
<p><u>Preparación:</u> Antes de iniciar la actividad, debemos de colocar los diferentes elementos (en este caso conos) los cuales asociaremos un color (gracias a las pegatinas indicadas en el material) a cada uno el cual nos servirá para hacer una autocorrección por parte del alumno.</p> <p><u>Lección:</u> Explicaremos la actividad. En esta los alumnos deberán de realizar los diferentes circuitos los cuales están indicados con diferentes círculos los diferentes conos colocados. Cada alumno realizará el recorrido de forma libre indicando en la hoja que lleva consigo, el color asignado a cada uno de los conos. Al finalizar cada uno de los recorridos podrá evaluar si lo ha hecho de manera correcta gracias a la combinación de colores que podrá ver en la plantilla situada en el final del recorrido. Si este no es correcto, deberá de volver a realizarlo de forma correcta. A diferencia que la actividad de 4º esta tendrá menos elementos para orientar el mapa y tendrá más controles. Además, se puede variar en los mapas quitando algún elemento en ellos para que sea más complicado.</p>			
Materiales			
<ul style="list-style-type: none"> - Mini mapas [Anexo 5.4.] - Hojas y bolígrafo 			
Finalidad del ejercicio			
Al terminar esta actividad podremos hacer ver a los niños la importancia de realizar de manera correcta la elección de la baliza. Explicando por ejemplo que se debe de hacer en la orientación deportiva a la hora de confundirte en una baliza. En este caso se debe de volver a la baliza anterior, volver a picarla y picar la baliza correcta.			

Actividad 2: Recorrido de punto a punto sencillo en el patio			4° EP
Edad	+ 9-10 años	Etapa de aprendizaje	Iniciación
Objetivo	Adquirir la capacidad de realizar un recorrido de punto a punto en el recinto del colegio sin ninguna ayuda externa		
Contenido conceptual	Debo de realizar el recorrido de manera individual, segura, concentrada y sin fiarme de las acciones que realicen mis compañeros.		
Capacidades por desarrollar			
<ul style="list-style-type: none"> - Orientar el mapa - Identificar - Confiar en su propia decisión 			
Desarrollo			
<p><u>Preparación:</u> Esta actividad no se requiere más preparación que realizar los diferentes recorridos referentes a esta.</p> <p>Lección: Empezaremos haciendo el mismo número de filas que recorridos hayamos realizado. Haremos salidas escalonadas para que la posibilidad de fijarse en las decisiones de los demás compañeros disminuya. Antes de empezar se podrá recordar lo importante de conocer donde nos encontramos en todo momento, tener bien orientado el mapa y saber cuál es el elemento que se encuentra en el centro del círculo de control</p>			
Materiales			
<ul style="list-style-type: none"> - Mapa de la actividad [Anexo 5.4.] y Hoja de control general - Bolígrafo 			
Elementos para poder reflexionar y vías de profundización			
<p>Al realizar diferentes recorridos podemos hacer una pequeña reflexión al finalizar la actividad en la que podamos tratar esto. El no tener que fijarnos en los recorridos o balizas escogidas por los demás pues puede no ser la nuestra.</p> <p>También podemos trabajar el conocer como las diferentes categorías dentro de la orientación se diferencian por los recorridos de cada uno, cambiando aspectos como la distancia total o la dificultad de las balizas.</p>			

Actividad 3: Trazar teniendo en cuenta la descripción			4° EP
Edad	+ 9-10 años	Etapa de aprendizaje	Iniciación
Objetivo	Realizar un primer acercamiento a la descripción presente en los mapas oficiales de orientación.		
Contenido conceptual	Los símbolos de la descripción están siempre asociados al elemento donde se encuentra la baliza.		
Capacidades por desarrollar			
<ul style="list-style-type: none"> - Saber leer la leyenda - Reconocer los símbolos del mapa y las indicaciones de trazado (círculo) - Aprender a leer una descripción 			
Desarrollo			
<p><u>Preparación:</u> Esta actividad tendremos que obtener un mapa, preferiblemente urbano oficial en el cual apoyar la actividad.</p> <p><u>Lección:</u> Esta actividad puede hacerse tanto individual como en grupo pequeños de 2-3 alumnos. Al empezar explicaremos lo que es la descripción y su uso en la orientación deportiva. Después les daremos un mapa con leyenda, pero sin ningún recorrido y una descripción aparte. A continuación, todos juntos se irá viendo y explicando que encontramos en cada baliza de la descripción y se les pedirá a los alumnos que vayan situando las diferentes balizas en el mapa. Finalmente, se les dará una hoja de control en la que deberán indicar los números que se encontrarían en las balizas indicadas.</p>			
Materiales			
<ul style="list-style-type: none"> - Mapa del patio - Descripción [Anexo 5.4.] - Lápices, pinturas y/o rotuladores 			
Elementos para poder reflexionar y vías de profundización			
<p>Gracias a la realización de esta actividad podemos reflexionar sobre la descripción y su importancia en las carreras de orientación, ya que nos ayuda a situar la baliza en un elemento (conocer que es lo que buscamos) y conocer el código de esta.</p> <p>También podemos hablar de que, a los corredores profesionales, les ayuda para decidir su ruta y como entrar a la baliza.</p>			

Actividades para 5° de Educación Primaria

Actividad 1: Cálculo de distancias en el mapa			5° EP
Edad	+ 10-11 años	Etapas de aprendizaje	Iniciación
Objetivo	Conocer la relación de tamaño que existe en los mapas mediante la utilización de la escala.		
Contenido conceptual	Para calcular una distancia en un mapa tenemos que medir el recorrido y hacer un cálculo de relación directa (regla de tres) con la escala.		
Capacidades por desarrollar			
<ul style="list-style-type: none"> - Conocer el significado de la escala del mapa. - Saber calcular distancias reales en base a la escala del mapa. 			
Desarrollo			
<p>Preparación: Para llevar a cabo esta actividad podremos hacernos con diferentes mapas oficiales en los encontremos escalas diferentes.</p> <p>Lección: Les daremos a los alumnos los mapas en los cuales previamente habremos marcado diferentes puntos o controles. Y les explicaremos como utilizar la escala para poder después pedirles que calculen diferentes distancias en entre los diferentes puntos.</p>			
Materiales			
<ul style="list-style-type: none"> - Mapas para la actividad [Anexo 5.5.] - Lápiz y bolígrafo - Reglas 			
Elementos para poder reflexionar y vías de profundización			
<p>Gracias a conocer el cálculo de distancias podemos analizar las diferentes decisiones al realizar el itinerario que nos podemos encontrar en las carreras de orientación. Pudiendo explicar como el camino más corto siempre va a ser el que más se acerque a la línea recta, pero por otro lado igual no es el más fácil o el que más nos conviene por nuestro nivel o nuestro físico. “El ser el camino más corto no quiere decir que sea el más rápido para mí.”</p>			

Actividad 2: Relevos por parejas			5° EP
Edad	+ 10-11 años	Etapa de aprendizaje	Iniciación
Objetivo	Poner en práctica todos los aprendizajes anteriores en un recorrido con mayor complicación al trabajar en equipo por el objetivo.		
Contenido conceptual	Tengo que fijarme en el número de las balizas indicadas para realizar el recorrido de manera correcta por el bien del equipo.		
Capacidades por desarrollar			
<ul style="list-style-type: none"> - Afianzar y entender la importancia de todos los aprendizajes anteriores: <ul style="list-style-type: none"> • Orientar el mapa en todo momento • Identificar correctamente los elementos • Conocer donde me encuentro en todo momento - Trabajar en equipo por un objetivo común. 			
Desarrollo			
<p>Preparación: Esta actividad no requiere de preparación previa salvo la realización del mapa con las diferentes balizas</p> <p>Lección: Se les colocará a los alumnos en parejas y se les explicará cómo se va a realizar la actividad. Cada relevista saldrá con el mapa y la hoja de control común, y realizará las balizas que se le indique en ella, en este caso 5 balizas. Al hacer esto volverá y le dará a su compañero el mapa y la hoja de control el cual realizará las siguientes 5 balizas indicadas. Este proceso se realizará tres veces haciendo así que cada uno realice 10 balizas y 2 recorridos en total.</p>			
Materiales			
<ul style="list-style-type: none"> - Mapa de la actividad y Hoja de control específica [Anexo 5.5.] - Bolígrafo 			
Elementos para poder reflexionar y vías de profundización			
<p>Gracias a esta actividad podremos reflexionar sobre aspectos relacionados con el trabajo en equipo, la buena coordinación entre compañeros y la importancia que tiene los comentarios y los ánimos que se nos da desde nuestros compañeros para el día a día y para nuestra propia motivación.</p>			

Actividad 3: Recorrido en estrella en el parque			5° EP
Edad	+ 11-12 años	Etapa de aprendizaje	Especialización
Objetivo	Familiarizarse con un mapa de una superficie mayor.		
Contenido conceptual	Cuanto mayor superficie recoge el mapa más me tengo que fijar cual es el camino idóneo para llegar hasta el control.		
Capacidades por desarrollar			
<ul style="list-style-type: none"> - Orientar un mapa no conocido - Identificar objetos y símbolos nuevos - Realizar un primer acercamiento al mapa urbano 			
Desarrollo			
<p><u>Preparación:</u> Esta actividad solamente requiere de la preparación de los diferentes recorridos para que los alumnos realicen la actividad, pues las balizas ya están situadas gracias al circuito permanente situado al realizar el mapa.</p> <p><u>Desarrollo:</u> Al iniciar la actividad les podremos dejar a los alumnos un mapa en blanco del Parque del Dragón [Presente en el “Anexo 3.3. (bis)”]. Con esto podremos identificar los diferentes edificios, el norte, y hacer un pequeño acercamiento a los diferentes símbolos nuevos. Después realizaremos para la que dividiremos a nuestros alumnos por parejas. La actividad consistirá en realizar en junto con cada pareja un recorrido en lo que podemos llamar “estrella”. Esto consiste en que en cada uno de los mapas que se les dará estará indicado solo una o, como mucho, dos controles o balizas las cuales deberán encontrar, y volver a la salida para enseñar la correcta realización búsqueda de este. Después al hacer esto cogerán el siguiente mapa y así hasta que realicen todos los recorridos.</p>			
Materiales			
<ul style="list-style-type: none"> - Mapas de la actividad [Anexo 5.5.] y Hoja de control específica - Bolígrafo 			
Elementos para poder reflexionar y vías de profundización			
<p>Esta actividad puede ser ampliada pudiendo reflexionar sobre la diferencia de distancias que hay entre este mapa y el mapa del centro escolar debido a la diferencia de escalas habiéndolo vivenciado gracias al ejercicio. Haciéndoles ver a nuestros alumnos que la misma distancia en ambos mapas indican distancias diferentes. Para ello podemos indicar en el mapa del colegio la distancia de alguno de los recorridos para que comprendan y vean que la línea del recorrido tiene un tamaño diferente en cada mapa.</p>			

Actividades para 6° de Educación Primaria

Actividad 1: Recorrido en escore en el parque			6° EP
Edad	+ 11-12 años	Etapas de aprendizaje	Especialización
Objetivo	Adquirir confianza y autonomía para realizar un recorrido de manera individual.		
Contenido conceptual	El recorrido más rápido es el que sigue una línea con cambios de dirección menos acusados.		
Capacidades por desarrollar			
<ul style="list-style-type: none"> - Afianzar aprendizajes anteriores - Realizar un recorrido lo más eficiente posible - Pensar antes de correr 			
Desarrollo			
<p><u>Preparación:</u> Esta actividad únicamente tiene como preparación la realización del propio recorrido en el mapa.</p> <p><u>Desarrollo:</u> La siguiente actividad se realizará de forma individual. Para ello, como en el escore realizado en el centro, explicaremos que tienen un determinado tiempo para realizar todas las balizas. A diferencia del recorrido en el centro escolar, esta vez les daremos un tiempo para poder planificar su recorrido, marcando este en el mapa que les hemos dado como si fuera un recorrido punto a punto. El objetivo es realizar el recorrido de forma correcta lo más rápido posible. Al completar los diferentes recorridos pediremos a nuestros alumnos que nos expliquen por detrás de su mapa porqué han elegido ese orden, si lo volverán a hacer igual y que otro recorrido podrían realizar. Finalmente veremos las diferencias en los diferentes recorridos</p>			
Materiales			
<ul style="list-style-type: none"> - Mapa de la actividad [Anexo 5.5.] y Hoja de control general - Bolígrafo 			
Elementos para poder reflexionar y vías de profundización			
Debido a la autonomía requerida en este ejercicio, podemos realizar, al finalizar, una reflexión sobre la importancia del respeto con el entorno. Resaltando las normas al moverse por el entorno urbano y el respeto con otras personas, animales y plantas. La orientación es un deporte que disfruta y respeta del medio por eso cobra gran importancia el cuidado de este. También se puede reflexionar sobre cómo influye todo esto en el cambio climático y la importancia de realizar el menor impacto posible al realizar nuestras actividades al aire libre.			

Actividad 2: Recorrido punto a punto en el parque			6° EP
Edad	+ 11-12 años	Etapa de aprendizaje	Especialización
Objetivo	Realizar un recorrido de punto a punto en un mapa más amplio y elementos más diversos que el del centro educativo.		
Contenido conceptual	Antes de decidir la ruta debo de pensar: ¿Dónde voy? ¿cuál es el recorrido más rápido? y ¿qué busco?		
Capacidades por desarrollar			
<ul style="list-style-type: none"> - Afianzar aprendizajes anteriores: orientar el mapa, identificar elementos representados en el mapa, etc. - Decidir la ruta más rápida para llegar a cada uno de los controles - Saber moverse en el entorno urbano y natural de manera autónoma y respetuosa 			
Desarrollo			
<p><u>Preparación:</u> Debemos de colocar las tarjetas con balizas QR en los diferentes controles.</p> <p><u>Desarrollo:</u> Esta actividad consistirá en realizar un recorrido punto a punto, al igual que se van a poder encontrar nuestros alumnos en una prueba de orientación. A diferencia que, en las actividades anteriores, esta vez no utilizaremos las balizas del recorrido permanente, sino que utilizaremos las balizas QR y la aplicación dib.apk orienteering. Gracias a esta nuestros alumnos podrán ver los diferentes tiempos que han podido realizar los distintos tramos del recorrido. Al terminar la actividad, les pediremos que dibujen su recorrido en el mapa y que comparen con sus compañeros los tiempos. Al hacer esto les pediremos que nos expliquen por detrás porqué creen que han sido más rápidos o más lentos que sus compañeros en cada uno de los tramos y cual consideran ahora el recorrido óptimo.</p>			
Materiales			
<ul style="list-style-type: none"> - Mapa de la actividad [Anexo 5.6.] - Balizas QR [Anexo 5.6.] - Dispositivo Android (móvil o tablet) 			
Elementos para poder reflexionar y vías de profundización			
<p>Gracias a las diferentes elecciones que nuestros alumnos tomarán a la hora de realizar su ruta, podremos explicar a los niños la importancia de identificar el camino más rápido. También podemos hacer una pequeña reflexión para conocer como el propio trazador del recorrido sitúa cada baliza. Planteando así una pregunta ¿creéis que la persona que diseña el recorrido piensa en cómo llegar hasta la baliza o sitúa las balizas al azar? Con esto ayudaremos a nuestros alumnos a ponerse en el lugar del trazador y tomar así el camino más sencillo.</p>			

Actividad 3: Búsqueda con brújula siguiendo indicaciones			6° EP
Edad	+ 11-12 años	Etapa de aprendizaje	Especialización
Objetivo	Introducir el uso de la brújula		
Contenido conceptual	La brújula nos sirve para orientar el mapa en todo momento, haciendo coincidir el norte del mapa con el norte magnético.		
Capacidades por desarrollar			
<ul style="list-style-type: none"> - Identificar los puntos cardinales como puntos fijos en la realidad. - Saber tomar rumbo - Conocer la importancia de la brújula en el entorno natural. 			
Desarrollo			
<p>Preparación: Esta actividad únicamente tiene como preparación la realización del propio recorrido en el mapa.</p> <p>Desarrollo: Antes de la realización de estas actividades debemos de explicar el uso de la brújula. En esta explicación deberemos hacer referencia a los puntos cardinales, los grados que tiene cada uno, su situación en el espacio y como nos puede servir para orientar el mapa y coger rumbo en las situaciones en las que no tenemos referencias. A continuación, podremos explicar la propia actividad. En esta en ella deberán de realizar un circuito junto la ayuda de su mapa en el cual no aparecerá el orden de realización. Para conocer dicho orden, deberán de seguir las indicaciones de la hoja de control</p>			
Materiales			
<ul style="list-style-type: none"> - Mapa de la actividad y Hoja de control específica [Anexo 5.6.] - Bolígrafo - Brújulas escolares 			
Elementos para poder reflexionar y vías de profundización			
<p>Al terminar esta actividad les podríamos poner a nuestros alumnos una situación hipotética como por ejemplo que hubiera niebla, fuera de noche, o estuviéramos en un bosque muy cerrado. Así podríamos hablar de la importancia de la brújula a la hora de movernos en el entorno natural, explicando que muchas veces es la única referencia que tenemos para orientar el mapa, o por lo menos la más fácil.</p>			

6. CONCLUSIONES

Realizar mi TFG, ha requerido de una búsqueda de información detallada para poder aumentar mi conocimiento sobre el tema. La búsqueda, necesaria para su desarrollo, no solamente ha requerido de una revisión bibliográfica concisa, sino que también, ha sido necesario un contraste de las diferentes fuentes para poder obtener una vía propia de trabajo correctamente fundamentada.

Este TFG se inició formulando una serie de objetivos, los cuales me han servido de guía para las diferentes partes existentes en su desarrollo. Al llegar al final de este, voy a realizar una pequeña reflexión de cada uno de estos objetivos, en base a su consecución y apoyo para realizar el trabajo.

El primer objetivo que me propuse fue el siguiente: “Fundamentar teóricamente las actividades de orientación para su puesta en práctica en la educación física escolar”. En cuanto a este, ya tenía una serie de aprendizajes previos en los cual poder aplicar alguna de mis intervenciones. Pero este trabajo me ha ayudado apoyar todos estos aprendizajes anteriores en toda la bibliografía revisada y ampliar significativamente mis conocimientos en cuanto a la orientación en el ámbito educativo.

Por otro lado, en lo referente con el segundo objetivo: “Estudiar las diferentes habilidades y capacidades que se desarrollan en las diferentes actividades de orientación y su interés pedagógico en la Educación”; considero que, gracias a este trabajo, he podido contrastar todas mis lecturas con mis experiencias previas como alumno. Consiguiendo así, ver e investigar explícitamente cuales son los beneficios que yo, como niño, pude obtener y de los cuales no era consciente en su totalidad hasta la realización de este trabajo.

Los siguientes dos objetivos estaban relacionados con la propia realización del trabajo, siendo así el tercer objetivo el siguiente: “Profundizar en las aplicaciones específicas de construcción de mapas, para favorecer la intervención didáctica en el aula”. La realización anterior a este trabajo de diversos mapas de centros educativos me ha ayudado para poder no empezar de cero con el manejo de las diferentes aplicaciones al realizar los mapas de mi TFG. No obstante, el cartografiado de estos no es algo sencillo. Es por esto, por lo que tuve que revisar varias veces a lo largo de este proceso los trabajos de campo realizados, teniendo así que cambiar y adaptar algunos elementos varias veces. Todo esto me ha hecho adquirir una habilidad de cartografía muy correcta,

lo que me permite poder aplicar este proceso a otros contextos en los que me pueda encontrar en un futuro.

Finalmente, gracias a todos los aprendizajes obtenidos en mi formación inicial en el grado y asignaturas de mención de educación física. He podido cumplir el último objetivo: Proponer una progresión de actividades, basada en un contexto real, con el fin de favorecer el aprendizaje de la orientación a lo largo de toda la etapa de primaria”. Considero haber realizado un buen trabajo, no solamente por las actividades planteadas y la continuidad de estas, sino que también por los elementos tenidos en cuenta en las tablas de las actividades.

Como podemos ver, estos objetivos intentaban también adquirir un aprendizaje con todo este trabajo, que fuera aplicable a mis intervenciones como docente. Y considero que esta intención se ha visto totalmente cubierta.

El poder haber puesto en práctica una unidad didáctica y el realizar diferentes actividades a nivel extraescolar, por otro lado, me ha hecho ver lo importante de la realización de una correcta progresión a la hora de llevar la orientación al aula. El trabajar cada uno de los elementos importantes para poder realizar de manera correcta los diferentes recorridos, llegando a adquirir los conocimientos necesarios dentro de cada una de las etapas de aprendizaje, hacen así que nuestro alumno adquiera la autonomía y confianza en sí mismo necesaria para la realización de estos.

Finalmente me gustaría destacar la escasa bibliografía que se puede encontrar. Al tratarse de un deporte minoritario en nuestro país, hace que no se escriba mucho sobre este. Por el contrario, las diferentes publicaciones mencionadas en mi bibliografía las considero de muy buena calidad para la aplicación de la orientación en distintos ámbitos.

La orientación actualmente se encuentra en auge, como gran parte de las Actividades Físicas en el Medio Natural, es por esto por lo que considero que en las próximas décadas las publicaciones aumentarán llegando a investigar diferentes formas de trabajo y de aplicación de la orientación.

Por último, haciendo referencia a las posibles ampliaciones de este trabajo. Se podría considerar ampliar esta progresión, ya que, por razones de extensión, la propuesta de este trabajo no ha podido tener más de tres actividades por curso. Gracias a

esta ampliación podemos desarrollar una programación de centro con la cual realizar un aprendizaje constructivo, a lo largo de toda la etapa, con el que saber y conocer cuáles han sido los aprendizajes y contenidos trabajados en cursos anteriores y poderlos ampliar y verse aplicados a cursos posteriores.

Esta programación de centro debería contemplar la realización de una unidad didáctica por curso, para poder hacer esta progresión de aprendizajes lo más completa posible. Pues así se puede abarcar todos los contenidos conceptuales, actitudinales y procedimentales necesarios para el correcto desarrollo de la orientación.

7. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Breve historia de la orientación. (s.f.). Club de Orientación Canario. Obtenido de:
<http://www.cocantf.com/web/contenido/breve-historia-sobre-la-orientacion>
- Decreto 38/2022, de 29 de septiembre, por el que se establece la ordenación y currículo de la educación primaria en la Comunidad de Castilla y León . (s.f.). En *Boletín Oficial de Castilla y León, núm. 190, de 30 de septiembre de 2022* (págs. 48316-48849). Obtenido de <https://bocyl.jcyl.es/boletines/2022/09/30/pdf/BOCYL-D-30092022-2.pdf>
- Gómez, V., Luna, J., & Zorrilla, P. P. (1996). *La actividad física y deportiva extraescolar en los centros educativos: Deporte de Orientación*. Madrid: M.E.C.
- IOF. (2017). *Las Especificaciones Internacionales para Mapas de Orientación*. Comisión de Mapas, Karlstad (Sweden): International Orienteering Federation.
- IOF. (1991). *Rules for International Orienteering Events*. Sollentuna (Sweden): International Orienteering Federation.
- Martínez, A., García, P., Gravalosa, F. J., Machuca, R., Martínez, J. M., Pasi3n, P., . . . Salguero, J. (2007). *EL DEPORTE DE LA ORIENTACI3N EN LA ESCUELA. Unidades Didácticas para Primaria y Secundaria*. Sevilla: Wanceuler.
- McMeill, C., Cory-Wright, J., & Renfrew, T. (2006). *Carreras de orientaci3n: Guía de aprendizaje*. (L. Ferrer, Trad.) Badalona: Paidotribo.
- Miguel, A. (2001). *Actividades Físicas en el Medio Natural en la Edicaci3n Físca Escolar*. Palencia: Patronato Municipal de Deportes. Ayuntamiento de Palencia.
- Mínguez, A. (2008). Las actividades de orientaci3n en la educaci3n formal. *Ágora*(7-8), 49-62.
- Real Decreto 157/2022, de 1 de marzo, por el que se establecen la ordenaci3n y las enseñanzas mínimas de la Educaci3n Primaria, núm. 52, de 2 de marzo de 2022, pp. 24386 a 24504. Obtenido de: <https://www.boe.es/eli/es/rd/2022/03/01/157>
- Real Academia Española. (s.f.). Orientaci3n. En *Diccionario de la lengua española*. Recuperado en 28 de junio de 2023, de <https://dle.rae.es/orientaci%C3%B3n>

Real Academia Española. (s.f.). Orientar. En Diccionario de la lengua española. Recuperado en 28 de junio de 2023, de <https://dle.rae.es/orientaci%C3%B3n>

Real Academia Española. (s.f.). Mapa. En Diccionario de la lengua española. Recuperado en 28 de junio de 2023, de <https://www.rae.es/drae2001/orientar>

Sanchez, J. L., & Isla, D. (s.f.). *Anexo I. Conceptos Teóricos del deporte de la Orientación*. Valladolid: COV. Obtenido de <https://docplayer.es/42790774-Anexo-i-conceptos-teoricos-del-deporte-de-orientacion-jose-luis-sanchez-toquero-daniel-isla-zorita.html>

Silvestre, J.-C. (1987). *La carrera de orientación: La salud en el correr*. (F. R. Gabás, Trad.) Barcelona: Editorial Hispano Europea, S. A.

8. ANEXOS

Anexo 1: Material de orientación	50
Anexo 2: Simbología Internacional de orientación	51
Anexo 3: Mapas realizados.....	52
Anexo 3.1. Mapa del gimnasio	52
Anexo 3.2. Mapa del colegio.....	53
Anexo 3.2. (bis) Recorrido permanente en el centro	54
Anexo 3.3. Mapa del parque.....	55
Anexo 3.3. (bis) Recorrido permanente en el parque	56
Anexo 3.4. Balizas de pegatina.....	57
Anexo 4: Material utilizado para la realización de los mapas	58
Anexo 5: Materiales aplicados a las actividades	61
Anexo 5.1. Material general	61
Anexo 5.2. Materiales segundo curso.....	62
Anexo 5.3. Materiales tercer curso	65
Anexo 5.4. Materiales cuarto curso	68
Anexo 5.5. Materiales quinto curso	71
Anexo 5.6. Materiales sexto curso.....	83
Anexo 6: Intervención docente	88
Anexo 7: Intervención en el entorno extraescolar	100

Todas las imágenes presentes en el apartado de Anexos, las cuales se encuentran encuadradas en negro, han sido realizadas o creadas en formato Din A4.

Anexo 1: Material de orientación

Baliza	Pinza de control
	
Tarjeta de control	Hoja de descripciones
	
Brújulas (iniciación/ profesional o de dedo)	
	

Anexo 2: Simbología Internacional de orientación


En la siguiente imagen podemos ver los diferentes símbolos utilizados para la realización de los diferentes mapas:

SÍMBOLOS de MAPAS

ISOM 2017-2
sep 2022

Formas del terreno	Agua y pantanos	Elementos hechos o construidos	Elementos técnicos
<p>101 Curva de nivel</p> <p>102 Curva de nivel maestra</p> <p>103 Curva de nivel auxiliar</p> <p>104 Talud de tierra</p> <p>105 Muro de tierra</p> <p>106 Muro de tierra en ruinas</p> <p>107 Surco de erosión</p> <p>108 Surco de erosión pequeño</p> <p>109 Montículo pequeño</p> <p>110 Montículo pequeño alargado</p> <p>111 Depresión pequeña</p> <p>112 Hoyo</p> <p>113 Terreno accidentado</p> <p>114 Terreno muy accidentado</p> <p>115 Elemento destacable del terreno</p>	<p>301 Zona de agua infranqueable</p> <p>302 Zona de agua superficial</p> <p>303 Hoyo con agua</p> <p>304 Curso de agua franqueable</p> <p>305 Curso de agua pequeño franqueable</p> <p>306 Curso de agua menor / estacional</p> <p>307 Pantano infranqueable</p> <p>308 Pantano franqueable</p> <p>309 Pantano estrecho</p> <p>310 Zona pantanosa</p> <p>311 Pozo, fuente o depósito de agua</p> <p>312 Manantial / afloramiento de agua</p> <p>313 Elemento de agua especial</p>	<p>501 Área pavimentada</p> <p>502 Carretera ancha</p> <p>503 Carretera</p> <p>504 Pista apta para vehículos</p> <p>505 Camino</p> <p>506 Camino / sendero pequeño</p> <p>507 Camino / sendero pequeño y poco visible</p> <p>508 Sendero estrecho o rastro lineal sobre el terreno</p> <p>509 Ferrocarril</p> <p>510 Línea eléctrica, teleférico o telesilla</p> <p>511 Línea de alta tensión</p> <p>512 Puente / túnel</p> <p>513.1 Muro</p> <p>513.2 Muro de contención</p> <p>514 Muro en ruinas</p> <p>515 Muro infranqueable</p> <p>516 Valla / cerca</p> <p>517 Valla / cerca en ruinas</p> <p>518 Valla / cerca infranqueable</p> <p>519 Punto de paso</p> <p>520 Área prohibida</p> <p>521 Edificio</p> <p>522 Cubierta / marquesina</p> <p>523 Ruina</p> <p>524 Torre alta</p> <p>525 Torre pequeña</p> <p>526 Mojón / hito</p> <p>527 Comedero de ganado</p> <p>528 Elemento lineal destacado</p> <p>529 Elemento lineal destacado infranqueable</p> <p>530 Elemento especial hecho o construido</p> <p>531 Elemento especial hecho o construido</p> <p>532 Escalera</p>	<p>601 Línea de norte magnético</p> <p>602 Marca de registro</p> <p>603 Altitud del punto</p>
Rocas y piedras	Vegetación		
<p>201 Cortado infranqueable</p> <p>202 Cortado</p> <p>203 Hoyo rocoso o cueva</p> <p>204 Piedra</p> <p>205 Piedra grande</p> <p>206 Roca gigante o aguja de roca</p> <p>207 Grupo de piedras</p> <p>208 Zona de rocas</p> <p>209 Zona de muchas rocas</p> <p>210 Terreno pedregoso, carrera lenta</p> <p>211 Terreno pedregoso, carrera difícil</p> <p>212 Terreno pedregoso, carrera muy difícil</p> <p>213 Terreno arenoso</p> <p>214 Afloramiento rocoso</p> <p>215 Zanja o trinchera</p>	<p>401 Terreno abierto</p> <p>402 Terreno abierto con árboles dispersos</p> <p>403 Terreno abierto basto</p> <p>404 Terreno abierto basto con árboles dispersos</p> <p>405 Bosque</p> <p>406 Vegetación, carrera lenta</p> <p>407 Vegetación baja, carrera lenta, buena visibilidad</p> <p>408 Vegetación, carrera difícil</p> <p>409 Vegetación baja, carrera difícil, buena visibilidad</p> <p>410 Vegetación, carrera muy difícil</p> <p>412 Tierra de cultivo</p> <p>413 Huerta</p> <p>414 Viñedo o similar</p> <p>415 Límite entre cultivos</p> <p>416 Límite de vegetación distinta</p> <p>417 Árbol grande característico</p> <p>418 Arbusto o árbol característico</p> <p>419 Elemento de vegetación especial</p>	<p>Símbolos de carrera</p> <p>701 Salida</p> <p>702 Presalida en el mapa</p> <p>703 Punto de control</p> <p>704 Número de control</p> <p>705 Línea entre controles</p> <p>706 Meta</p> <p>707 Ruta marcada</p> <p>708 Paso prohibido</p> <p>709 Zona prohibida</p> <p>710 Punto de paso o cruce</p> <p>711 Ruta prohibida</p> <p>712 Puesto de primeros auxilios</p> <p>713 Punto de avituallamiento</p>	

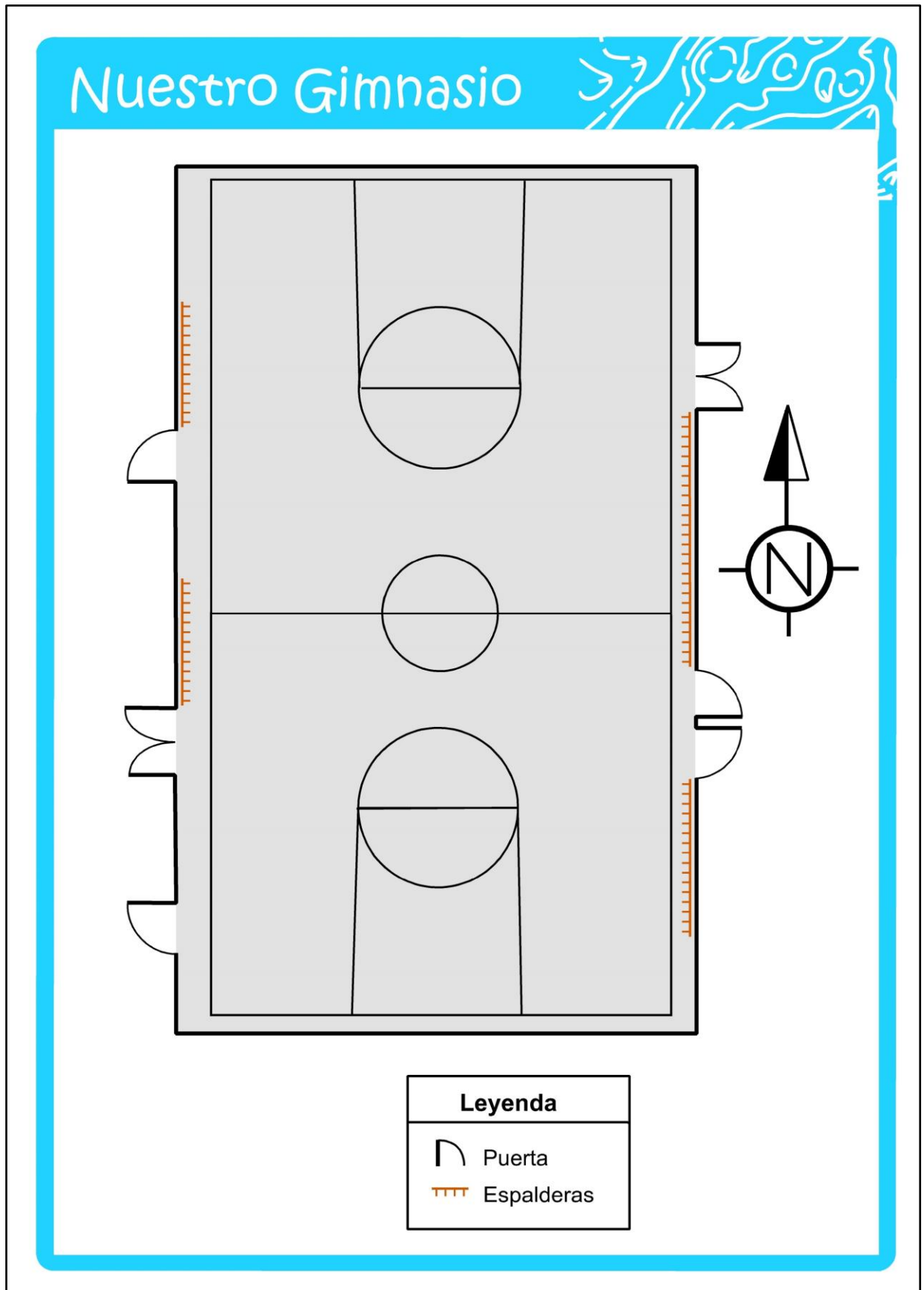
www.nordesteorientacion.es



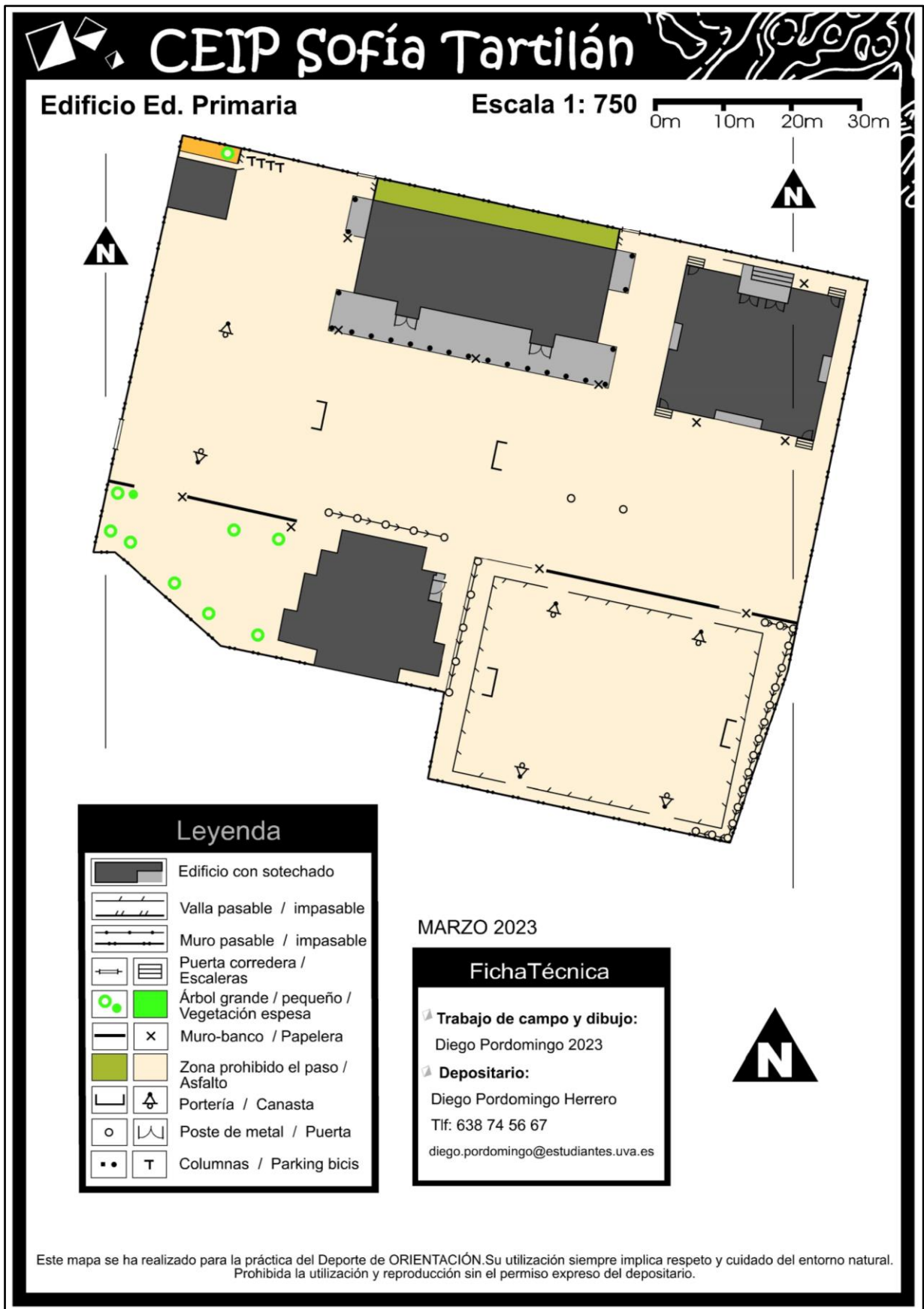
**Club
Nordeste
Orientación**

Anexo 3: Mapas realizados

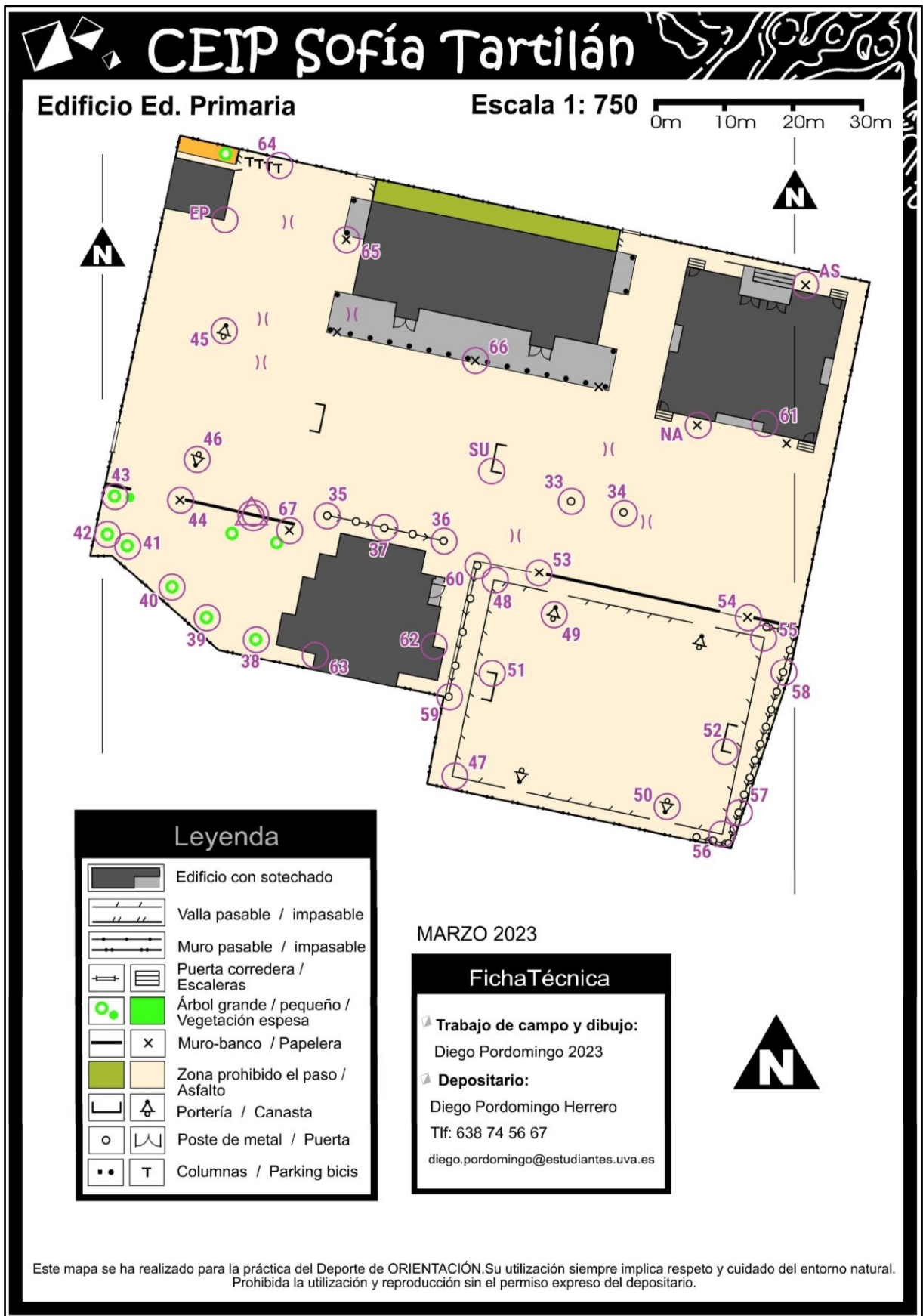
Anexo 3.1. Mapa del gimnasio



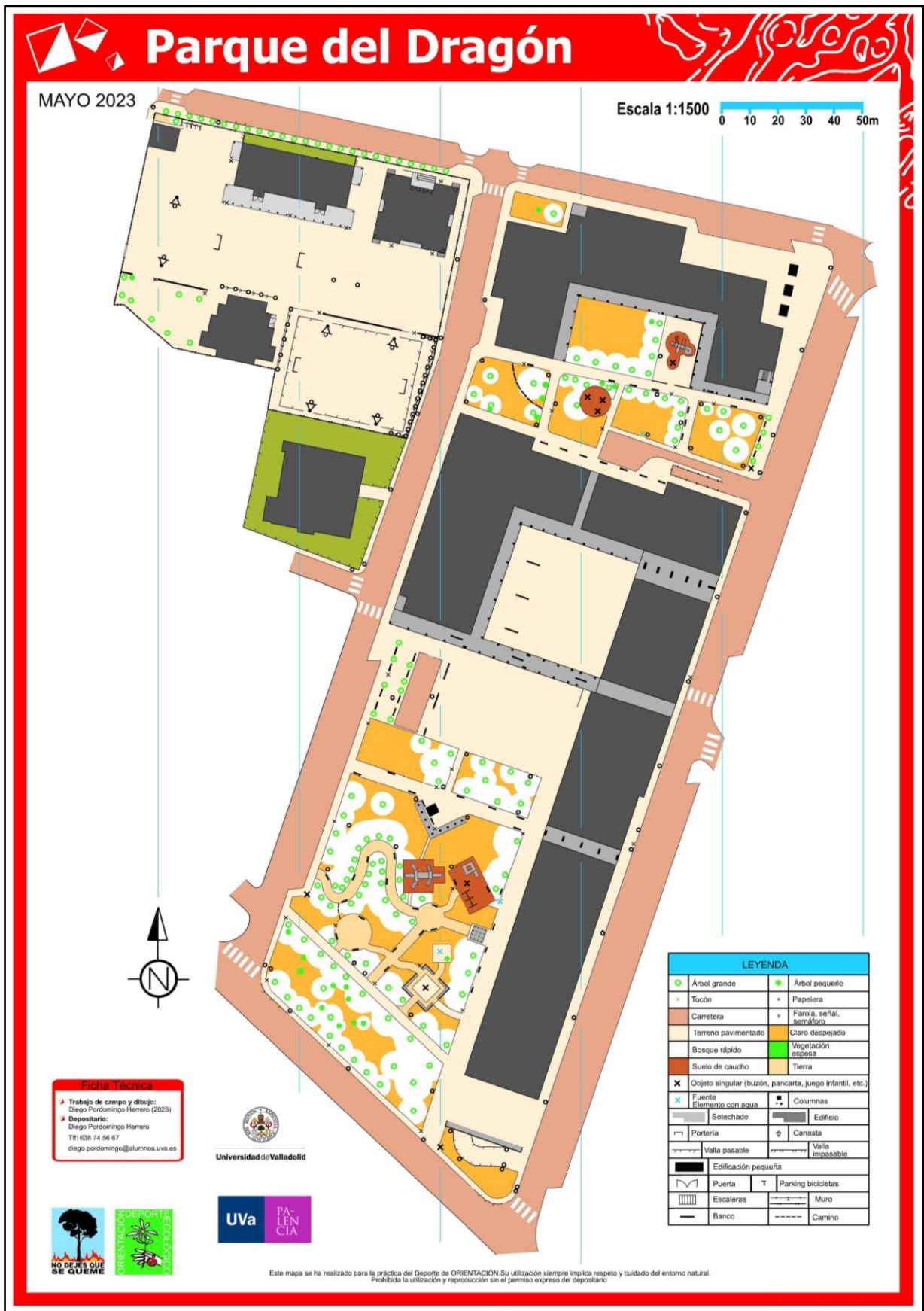
Anexo 3.2. Mapa del colegio



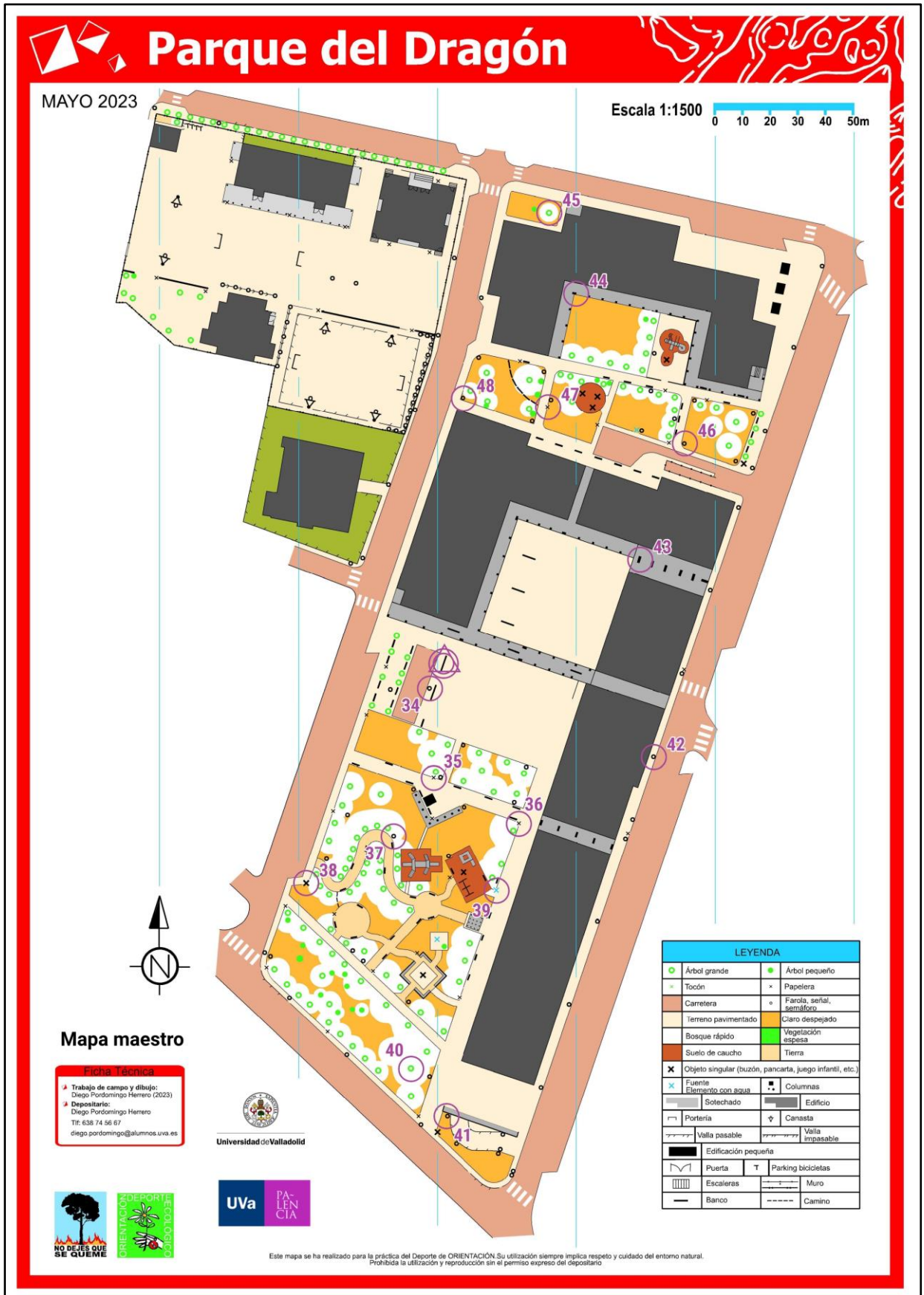
Anexo 3.2. (bis) Recorrido permanente en el centro



Anexo 3.3. Mapa del parque



Anexo 3.3. (bis) Recorrido permanente en el parque



Anexo 3.4. Balizas de pegatina

33	34	35	36	37
38	39	40	41	42
43	44	45	46	47
48	49	50	51	52
53	54	55	56	57
58	59	60	61	62
63	64	65	66	67

LA	OR	IE	NT	AC
IO	NE	SU	ND	EP
RO	TE	EN	EL	QU
EU	NO	SE	MA	CH
AM	UC	HO	YS	UP
IC	AU	NM	ON	TO
NL	AS	PI	ER	NA

Estas son las hojas utilizadas para realizar las diferentes pegatinas utilizadas como balizas para la señalización de los diferentes controles del mapa maestro del recorrido permanente del colegio y del parque.

Anexo 4: Material utilizado para la realización de los mapas

Mapa colegio

Figura 1

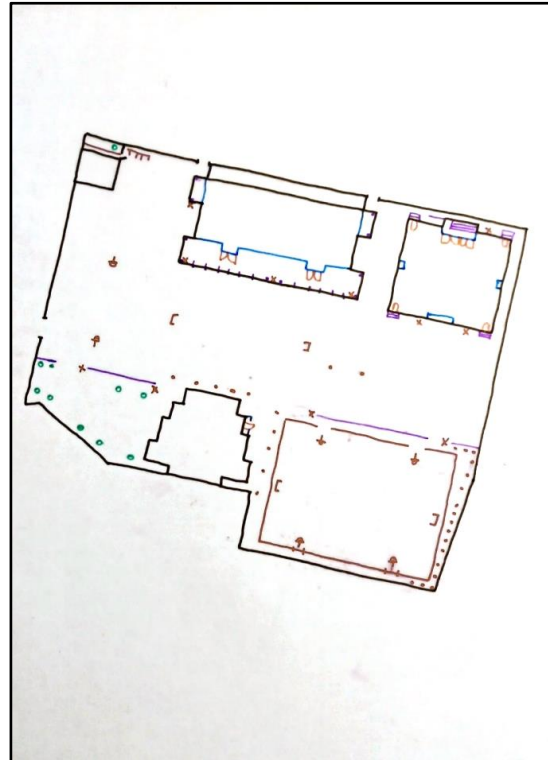
Mapa catastral IGN del centro



Mapa utilizado como plantilla o mapa base

Figura 2

Trabajo de campo



Indicaciones tomadas en el terreno de los diferentes elementos para la para la posterior señalización de estos en el mapa

Mapa Parque del Dragón

Mapas base utilizados como plantilla para la realización del mapa y la aplicación del trabajo de campo:

Figura 3

Mapa catastral IGN del parque

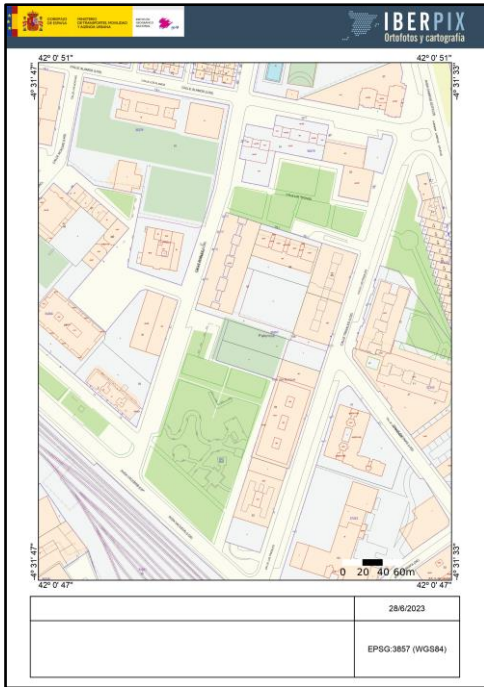


Figura 4

Mapa catastral y ortofoto del parque



Figura 5

Mapa catastral y topográfico del parque



Figura 6

Mapa catastral del parque

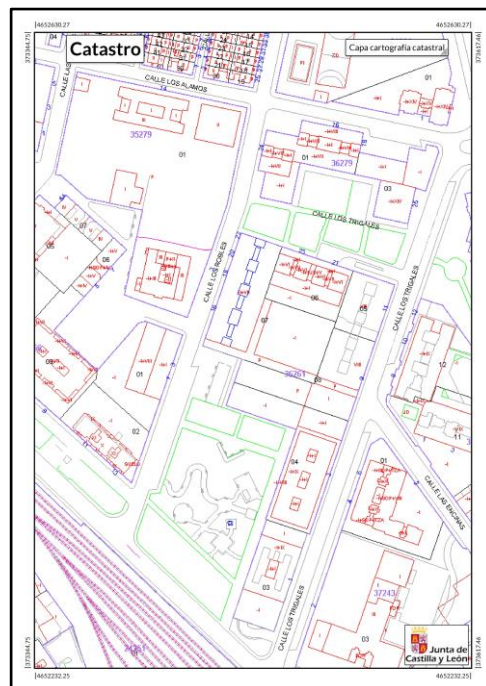


Figura 7

Mapa topográfico del parque



Figura 7

Ortofoto del parque



Trabajo de campo realizado en el terreno para el reconocimiento de los elementos que se deben de ser indicados en el mapa:

Figura 8

Trabajo de campo 1



Elementos artificiales

Figura 9

Trabajo de campo 2



Elementos naturales y con agua

Anexo 5: Materiales aplicados a las actividades

Anexo 5.1. Material general

- Hoja de control general:

Nombre:									
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	R1	R2	R3	R4	R5
Número de lista		Llegada					:	:	
		Salida					:	:	
		Tiempo final					:	:	

Anexo 5.2. Materiales segundo curso

Actividad 1 (2ºEP): Recorrido de colores

- Mapa de la actividad

Nuestro Gimnasio

The diagram shows a gymnasium floor plan with several features: a central circle, two rectangular tables, and three orange benches. Six points are marked with pink circles and numbered 1 through 6. Point 1 is on the left wall, point 2 is on the top right wall, point 3 is on a bench, point 4 is on the left wall, point 5 is on a table, and point 6 is on a bench. A north arrow is located to the right of the gymnasium. The entire map is enclosed in a blue border with a decorative pattern on the right side.

NOMBRE: _____

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

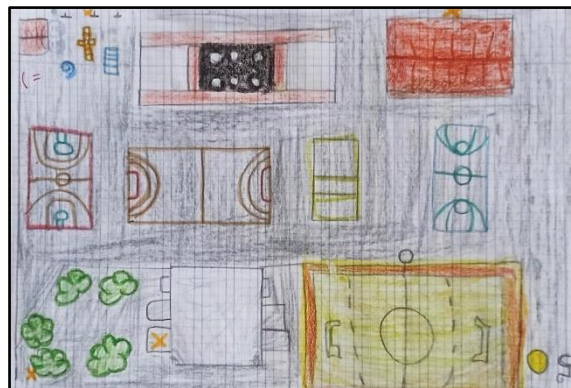
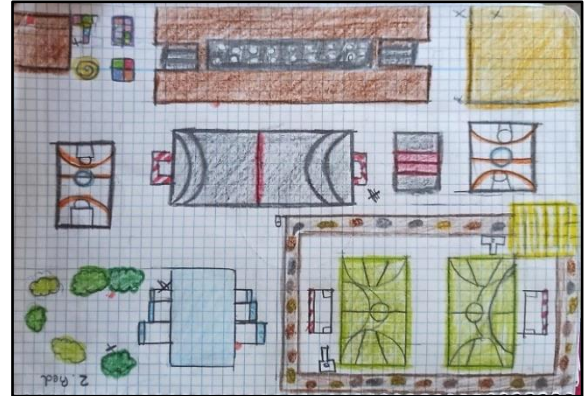
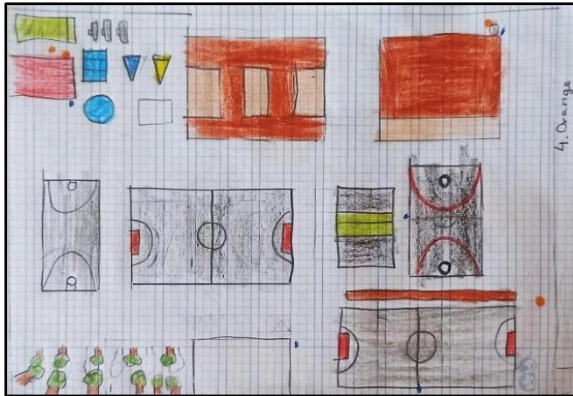
Legenda

Puerta

Espalderas

Actividad 2 (2ºEP): Dibujamos el patio

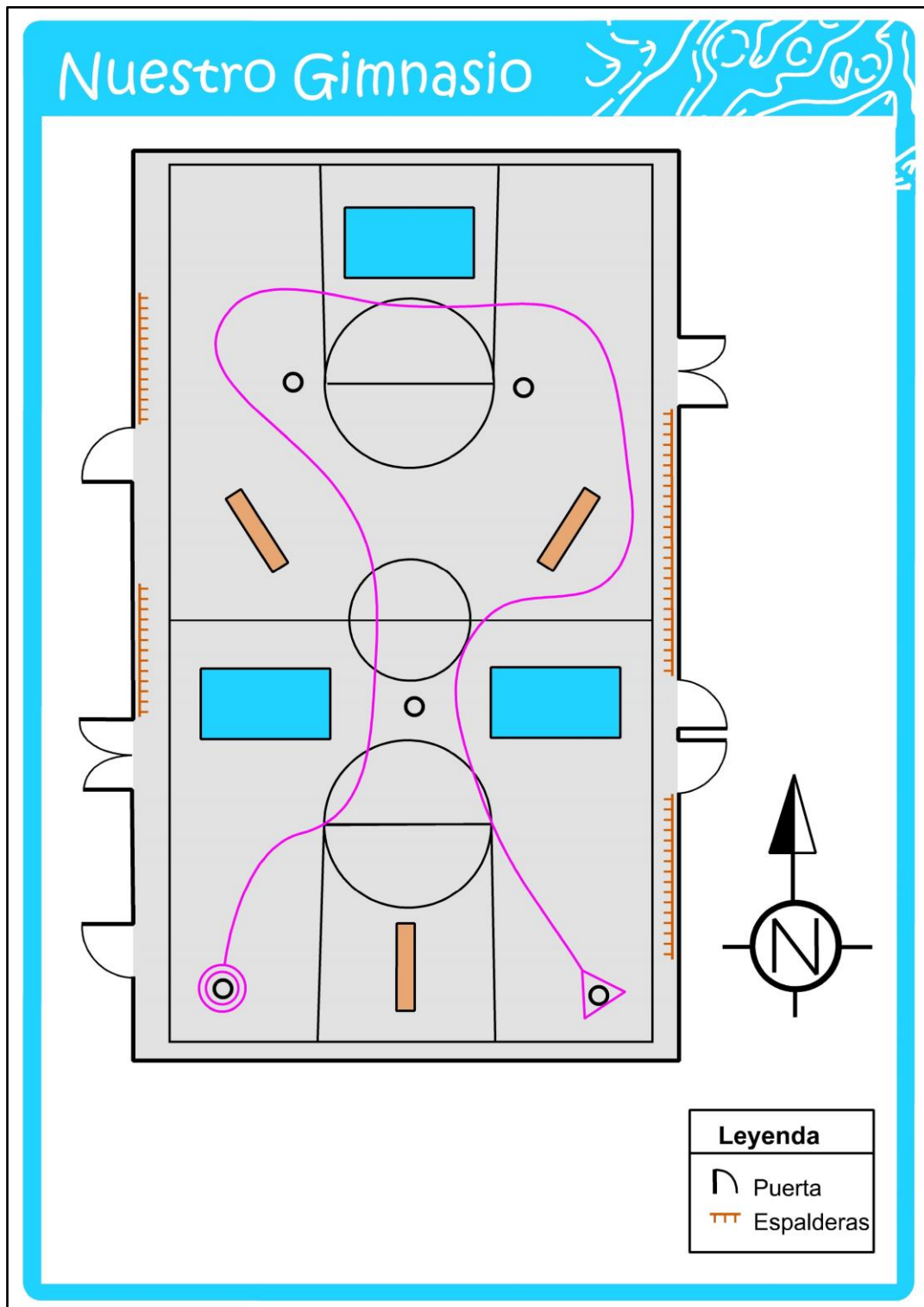
- Ejemplos de dibujos al desarrollar esta actividad:



Representaciones realizadas por alumnos de 4º de Educación Primaria al llevarla a cabo en la unidad didáctica desarrollada en el Anexo 6.

Actividad 3 (2ºEP): Seguir el rastro en el gimnasio

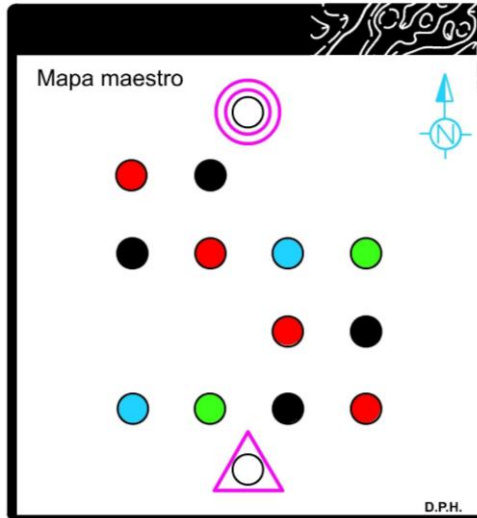
- Ejemplo de mapa para la actividad:



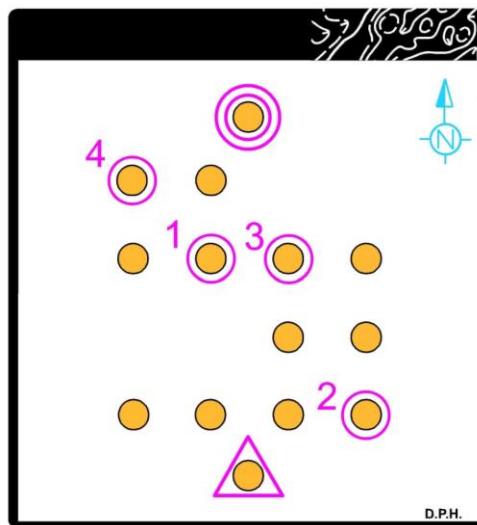
Anexo 5.3. Materiales tercer curso

Actividad 1 (3ºEP): Recorrido de mini mapas

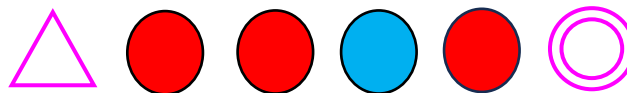
- Mapa maestro para la realización de los recorridos



- Ejemplo de recorrido con mini mapa

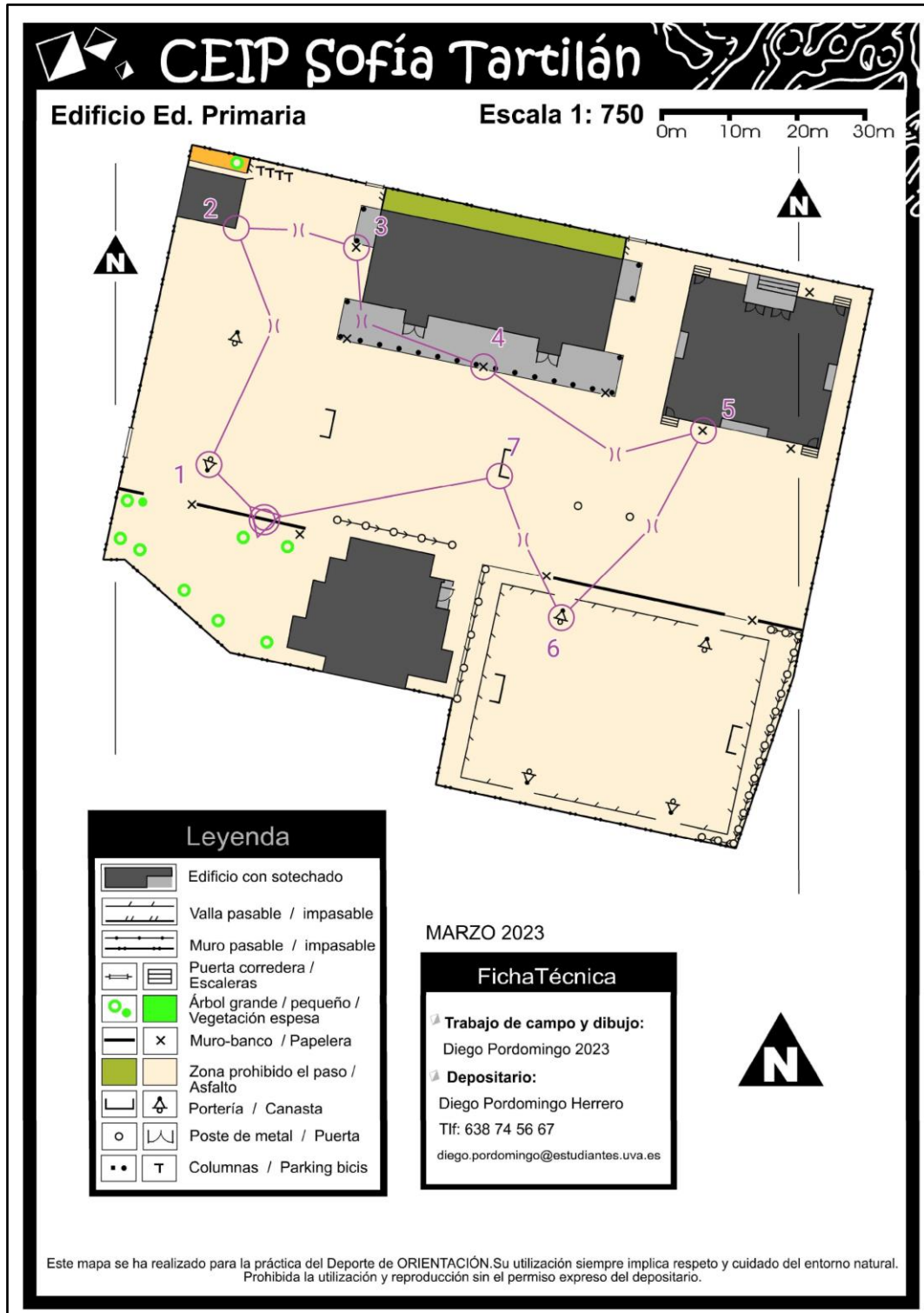


- Código de control para la verificación



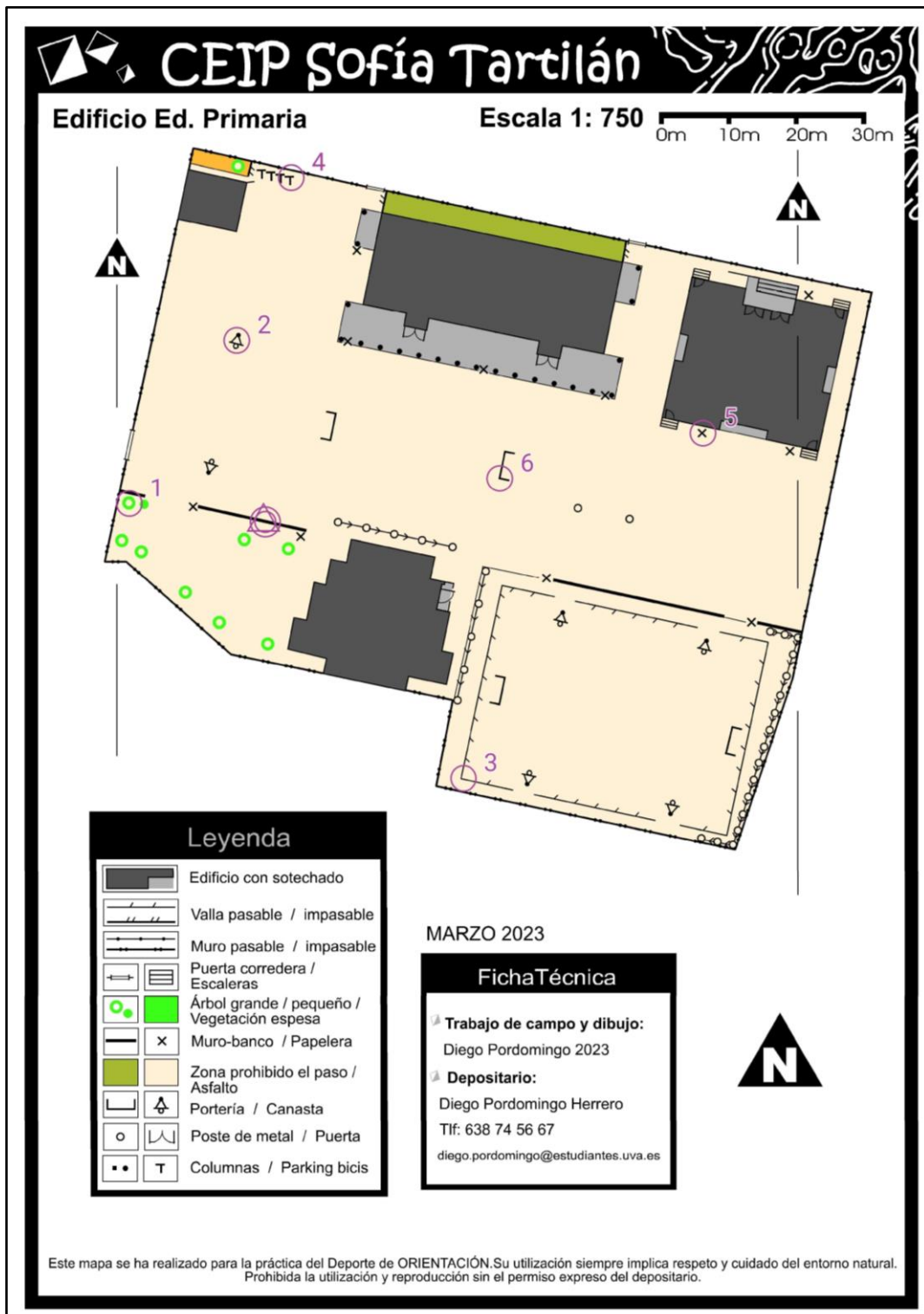
Actividad 2 (3ºEP): Recorrido punto a punto guiado

- Mapa del recorrido:



Actividad 3 (3ºEP): Escore en el patio

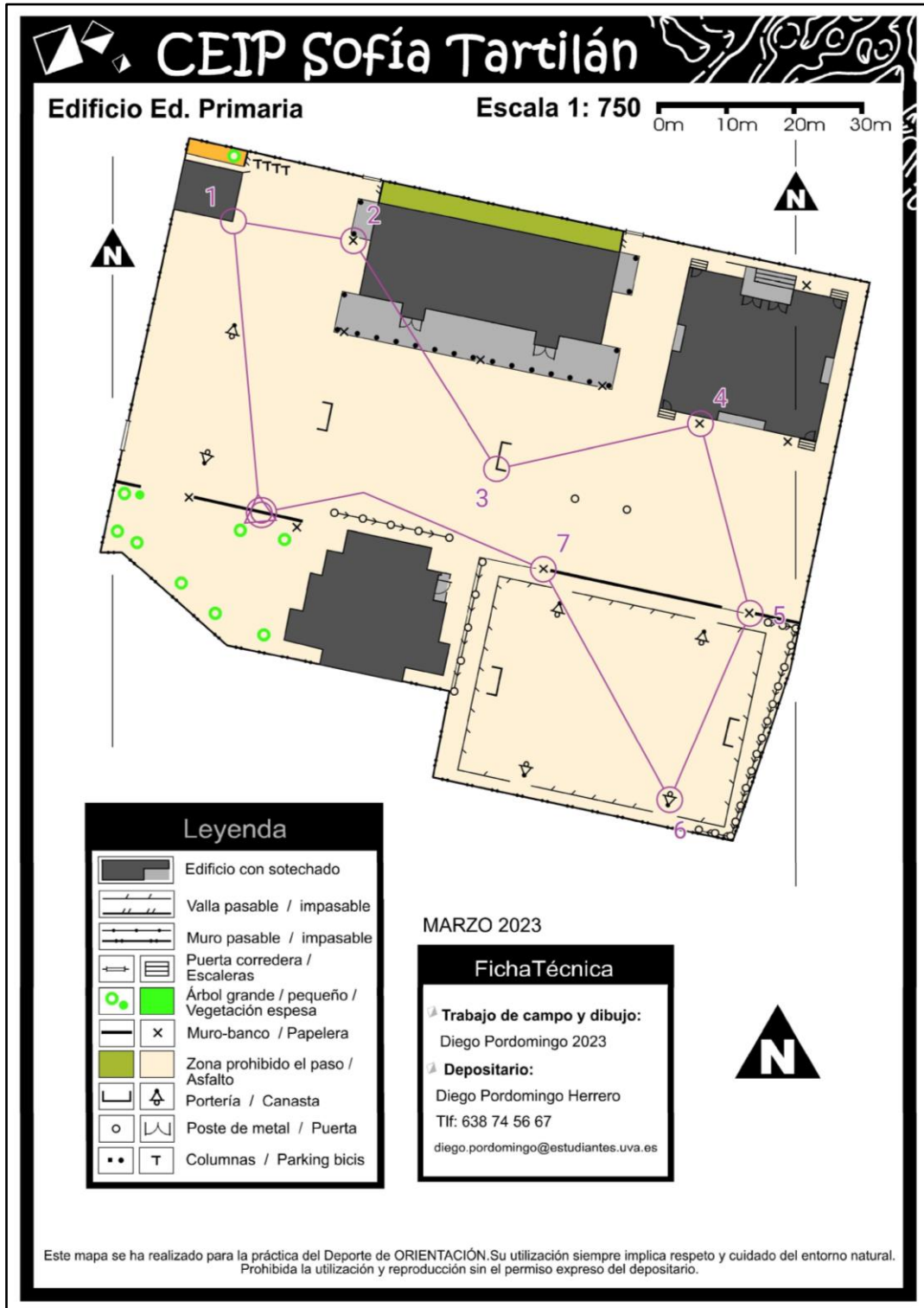
- Mapa del recorrido:



Anexo 5.4. Materiales cuarto curso








Actividad 1 (4ºEP): Recorrido de punto a punto sencillo en el patio

- Mapa del recorrido:



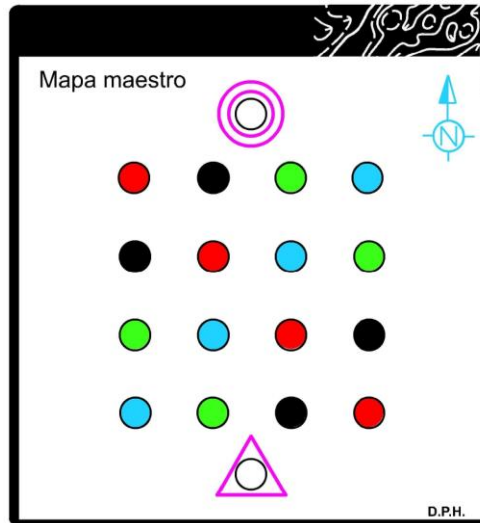
Actividad 2 (4ºEP): Trazar teniendo en cuenta la descripción

- Descripción para la actividad:

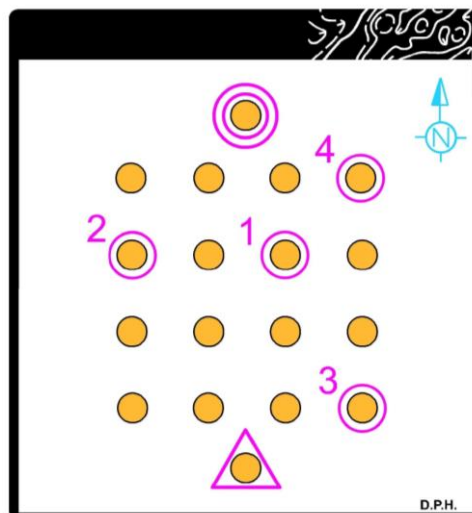
N.º control	Símbolo	Significado
1		En un árbol significativo
2		Elemento distintivo (Papelera, canasta, portería...)
3		Elemento característico (poste)
4		En la esquina de una valla
5		Elemento distintivo (Papelera, canasta, portería...)
6		En la esquina del edificio
7		Elemento distintivo (Papelera, canasta, portería...)

Actividad 3 (4ºEP): Recorrido mini mapas complejos

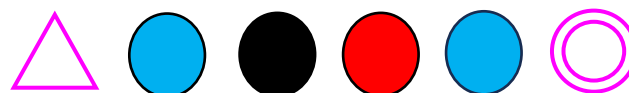
- Mapa maestro para la realización de los recorridos



- Ejemplo de recorrido con mini mapa



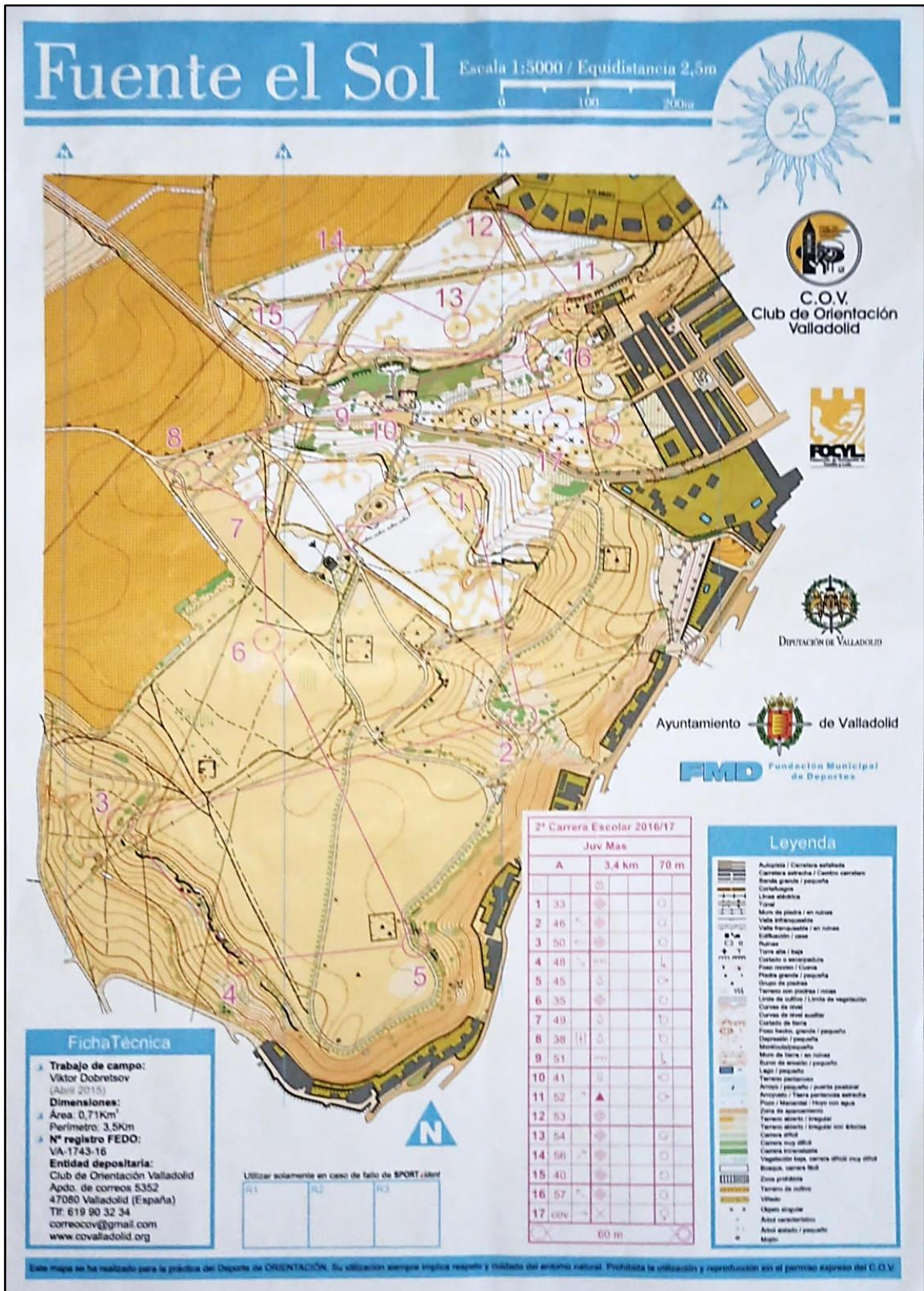
- Código de control para la verificación



Anexo 5.5. Materiales quinto curso

Actividad 1(5ºEP): Cálculo de distancias en el mapa

- Mapas la actividad:



Casalmoro

Escola 1:1.000 / Equidistancia 2,5m

Montemayor de Pililla (Valladolid)

27 noviembre 2021

2ª prueba Liga FOCYL Sprint

2ª Liga FOCYL Sprint 2021

F-Vet. A / M-Cadeta

Open Rojo

1,5 km 50

E	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
306	303	301	330	334	323	325	326	338	343	341	344	348	cov	
△	◇	◇	◇	◇	◇	◇	◇	◇	◇	◇	◇	◇	◇	◇

Junta de Castilla y León

Ayuntamiento de Montemayor de Pililla

Ayuntamiento de Valladolid

DIPUTACIÓN DE VALLADOLID

Club de Orientación Valladolid

FOCYL

RGB Imago

Impresión Digital

2019 051 048 134

La Casa de los Urdiales

RODA

MAPAS Y COLLEGIAS

DO Ribera del Duero

120m

Simbolos Especiales

- Colmenas
- Ruinas
- Arqueológicos/memoria de piedras

Ficha Técnica

- Trabajo de campo y dibujo: Chema Melavilla Ruiz
- Nº de Licencia OCAO: 12394
- Afirmación y foto aérea: TACYL
- Dimensiones: Perímetro: 36m
- Nº registro FEDO: VA-2562-20
- Entidad depositaria: Club de Orientación Valladolid
- Año de compra: 5382
- 47980 Valladolid (España)
- Tel: 919 32 32 34
- www.casalmoro.org

R1 Utilizar en caso de calor del día





R2 SPORTident



R3 Use only if you prefer it

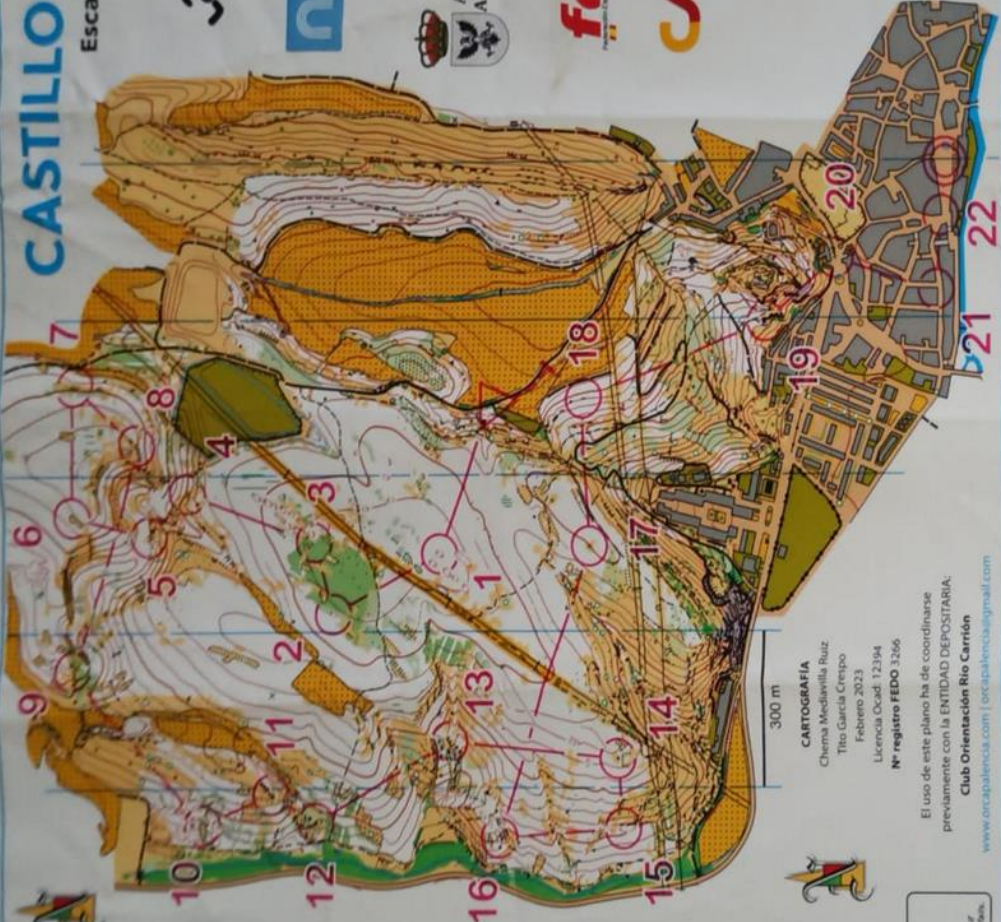
CASTILLO DE AGUILAR

Escala: 1/10.000 | Equidistancia: 5m

CAMPIONATO DE CASTILLA Y LEÓN
DISTANCIA LARGA
SÁBADO 18 MARZO 2023




Cto Castilla y León - Media	
M Sprint	
1	6.0 km 225
140 m → Δ	
1	57
2	53
3	40
4	41
5	42
6	54
7	55
8	56
9	59
10	43
11	44
12	45
13	46
14	47
15	48
16	49
17	50
18	51
19	52
20	37
21	60
22	100

300 m

CARTOGRAFÍA
 Cherna Mediavilla Ruiz
 Tito García Crespo
 Febrero 2023
 Licencia Ocad: 12394
 N° registro FEDO 3266

El uso de este plano ha de coordinarse previamente con la ENTIDAD DEPOSITARIA:
Club Orientación Río Carrón
www.orcpalencia.com | orcpalencia@gmail.com

R1
Utilizar en caso de fallo de:

R2 
SPORT & IDENT

R3
Use only if you have a flag

- Ficha para completar

Responde a las siguientes preguntas ayudándote del mapa escogido.

Nombre: _____

Nombre del mapa: _____

¿Teniendo en cuenta la escala del mapa que distancia hay en la realidad entre los siguientes controles?

2-3

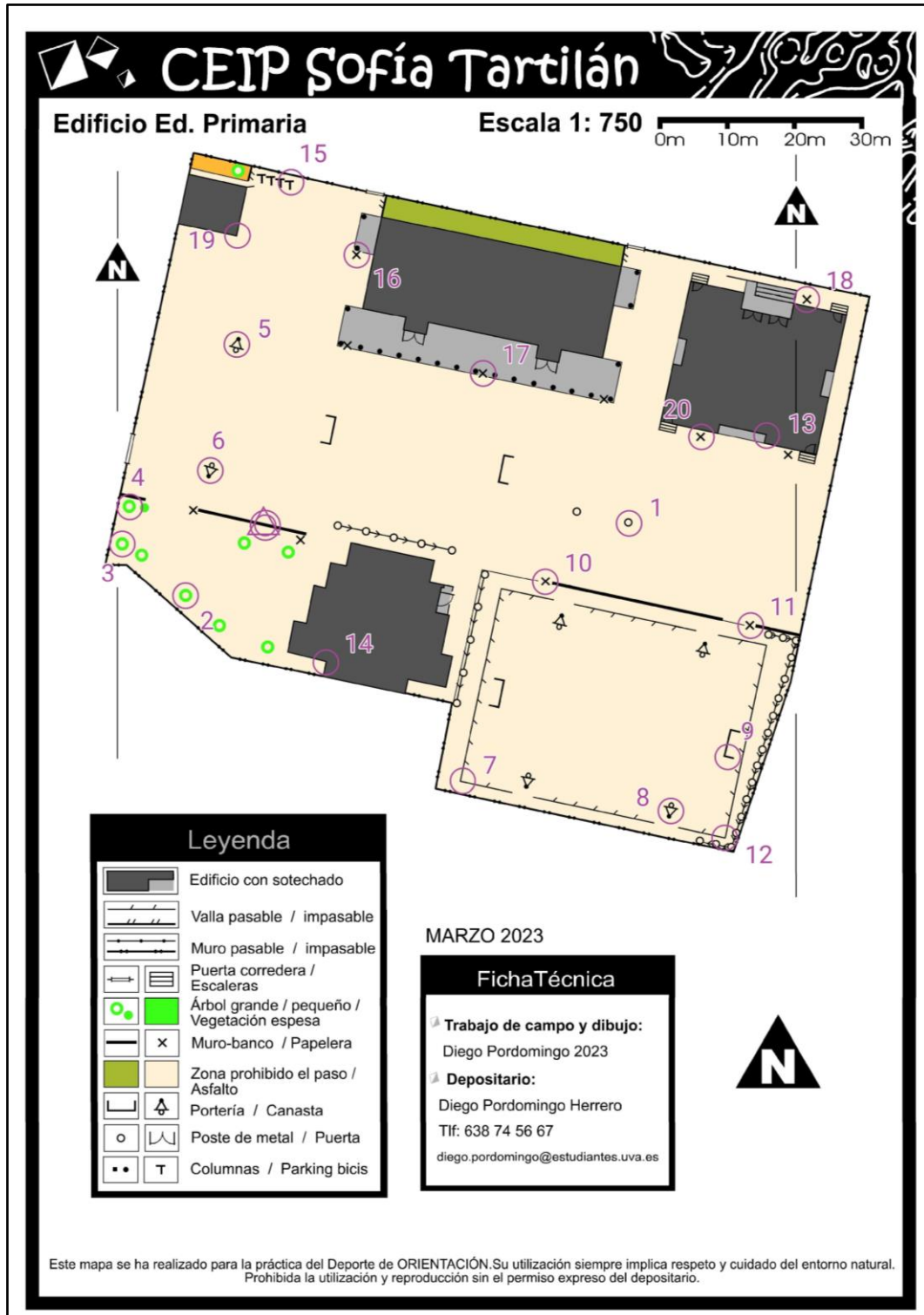
7-8

13-14

Si tuvieras que desplazarte una distancia de 40 metros entre un control y otro ¿qué distancia tendría la línea entre controles? Compara la respuesta con la de tus compañeros. Si tenéis diferentes resultados explica a qué se debe.

Actividad 2 (5ºEP): Relevos por parejas

- Mapa del recorrido:



- Hojas de control de la actividad:

EQUIPO 1					
Relevista "A"					1ª Vuelta
1	5	9	13	17	
Relevista "B"					1ª Vuelta
2	6	10	14	18	
Relevista "A"					2ª Vuelta
19	15	11	7	3	
Relevista "B"					2ª Vuelta
20	16	12	8	4	

A:
B:

EQUIPO 2					
Relevista "A"					1ª Vuelta
2	6	10	14	18	
Relevista "B"					1ª Vuelta
3	7	11	15	19	
Relevista "A"					2ª Vuelta
20	16	12	8	4	
Relevista "B"					2ª Vuelta
17	13	9	5	1	

A:
B:

EQUIPO 3					
Relevista "A"					1ª Vuelta
3	7	11	15	19	
Relevista "B"					1ª Vuelta
4	8	12	16	20	
Relevista "A"					2ª Vuelta
17	13	9	5	1	
Relevista "B"					2ª Vuelta
18	14	10	6	2	

A:
B:

EQUIPO 4					
Relevista "A"					1ª Vuelta
4	8	12	16	20	
Relevista "B"					1ª Vuelta
1	5	9	13	17	
Relevista "A"					2ª Vuelta
18	14	10	6	2	
Relevista "B"					2ª Vuelta
19	15	11	7	3	

A:
B:

EQUIPO 5					
Relevista "A"					1ª Vuelta
1	6	11	16	17	
Relevista "B"					1ª Vuelta
2	7	12	13	18	
Relevista "A"					2ª Vuelta
19	14	9	8	3	
Relevista "B"					2ª Vuelta
20	15	10	5	4	

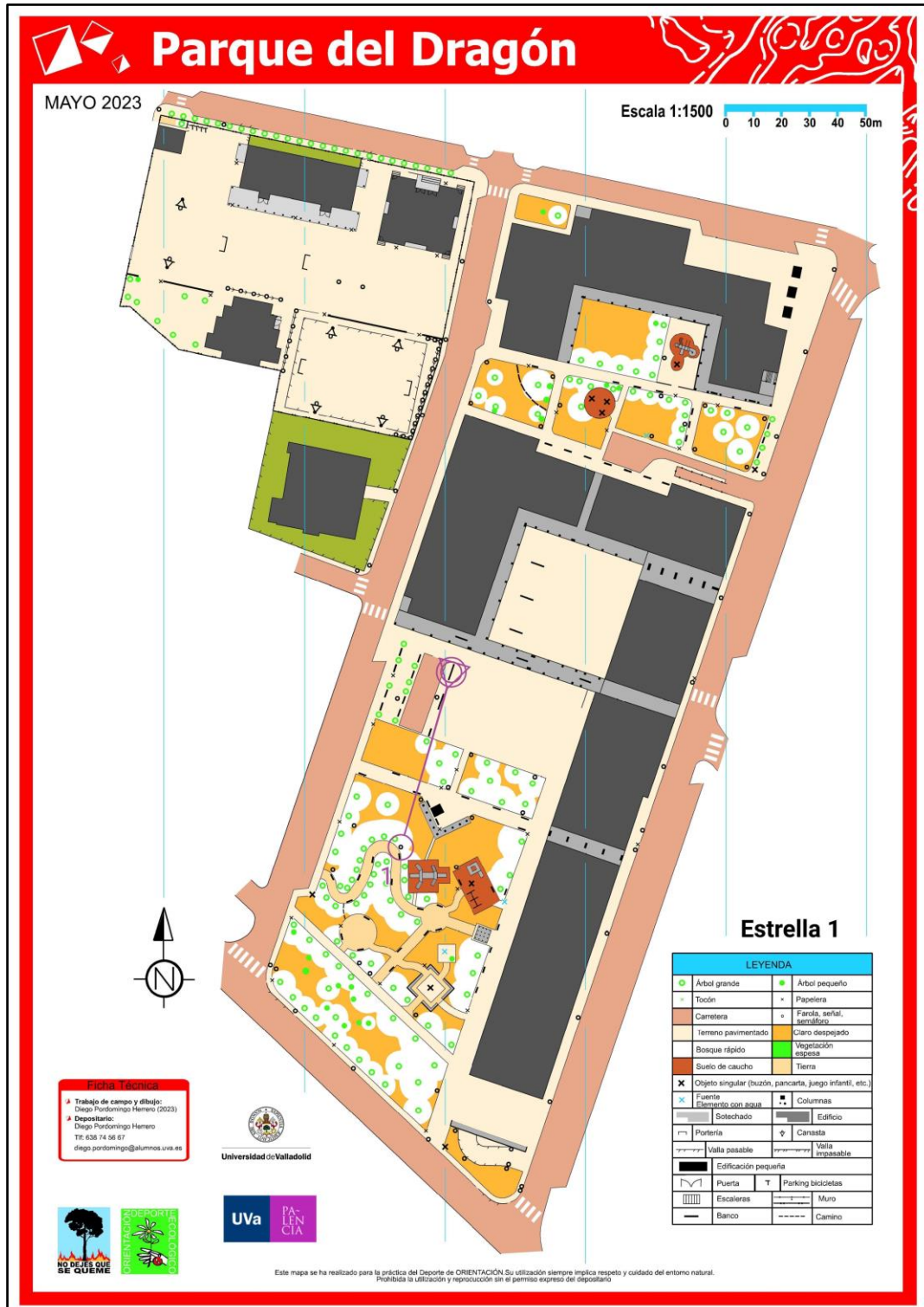
A:
B:

EQUIPO 6					
Relevista "A"					1ª Vuelta
2	7	12	13	18	
Relevista "B"					1ª Vuelta
3	8	9	14	19	
Relevista "A"					2ª Vuelta
20	15	10	5	4	
Relevista "B"					2ª Vuelta
17	16	11	6	1	

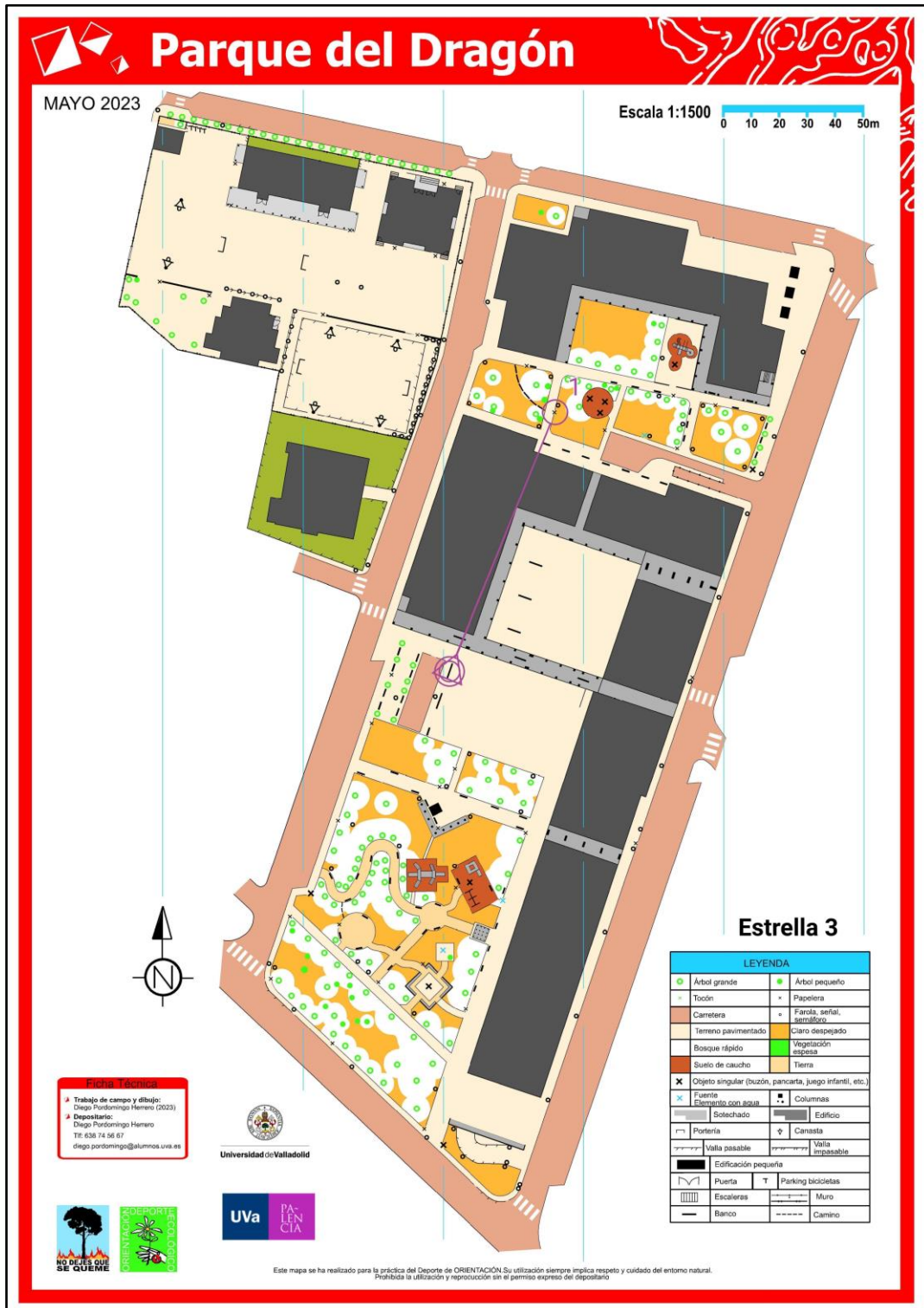
A:
B:

Actividad 3 (5ºEP): Recorrido en estrella en el parque

- Recorrido Estrella 1



- Recorrido Estrella 3



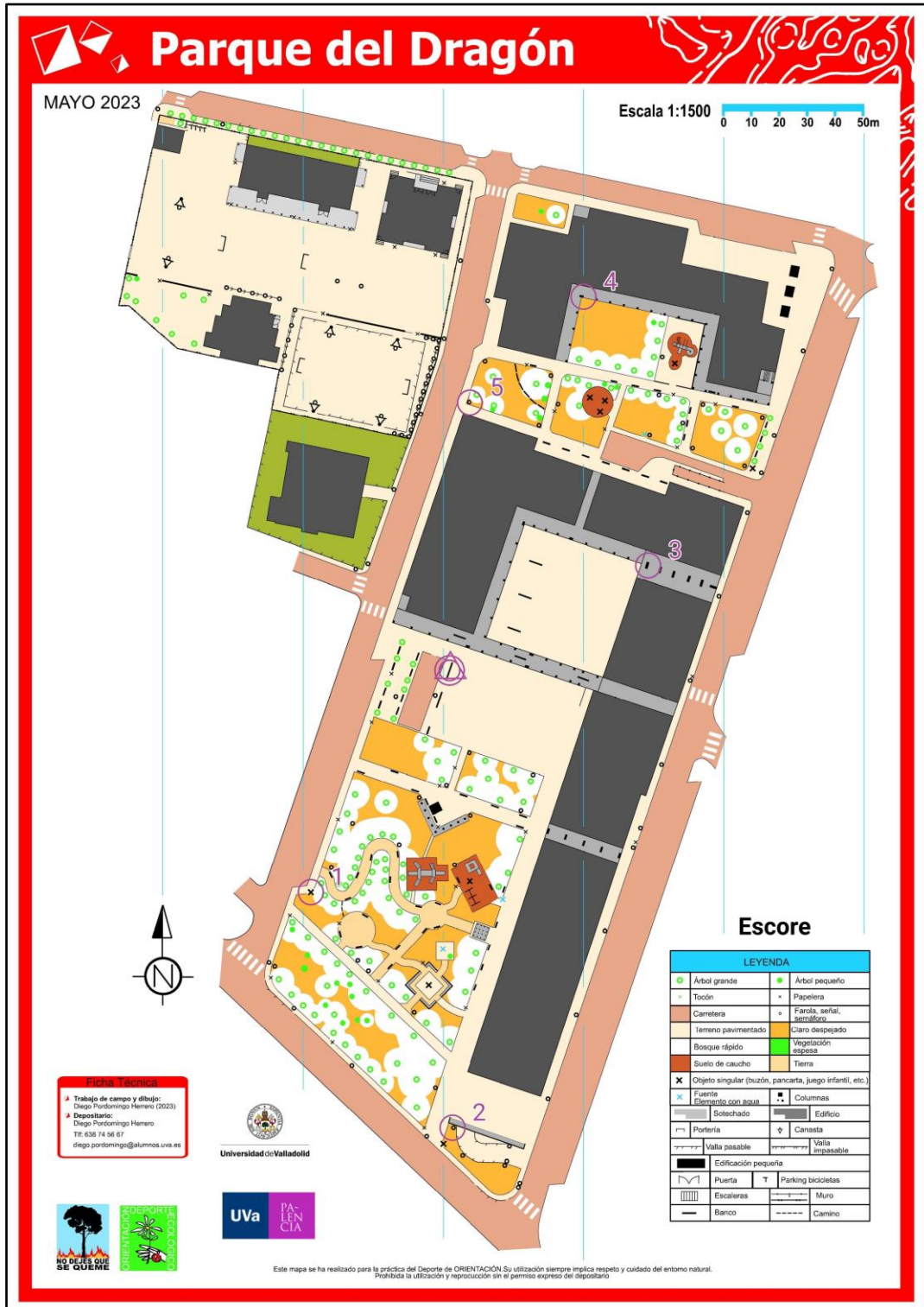
- Hoja de control de la actividad:

Nombre:		
Recorrido: Estrella 1		
Código de la baliza		
Recorrido: Estrella 2		
Código de la baliza		
Recorrido: Estrella 3		
Código de la baliza		
Recorrido: Estrella 4		
1	Código de la baliza	
2	Código de la baliza	

Anexo 5.6. Materiales sexto curso

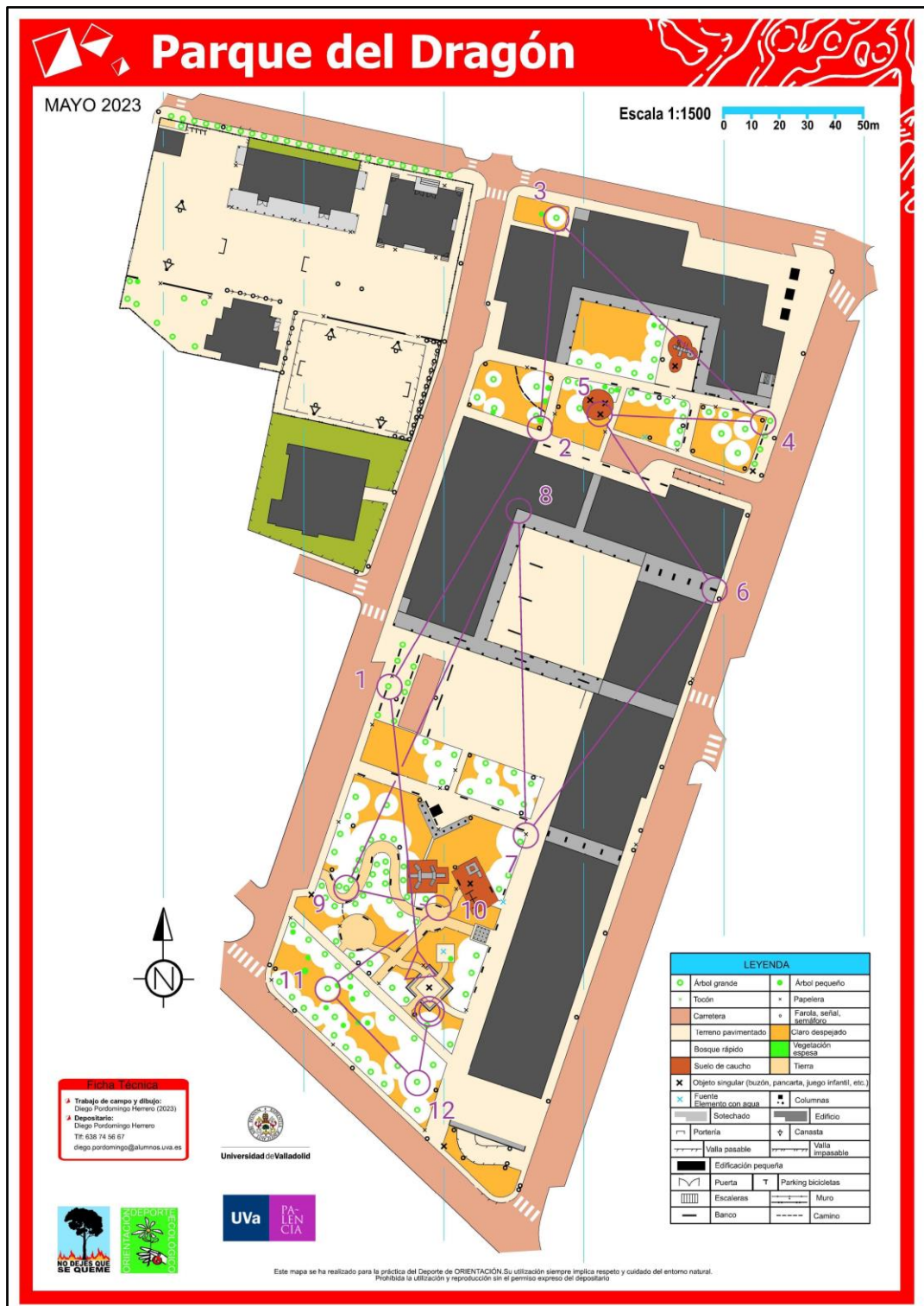
Actividad 1 (6ºEP): Escore mapa parque

- Mapa de la actividad



Actividad 2 (6ºEP): Recorrido punto a punto en el parque

- Mapa de la actividad

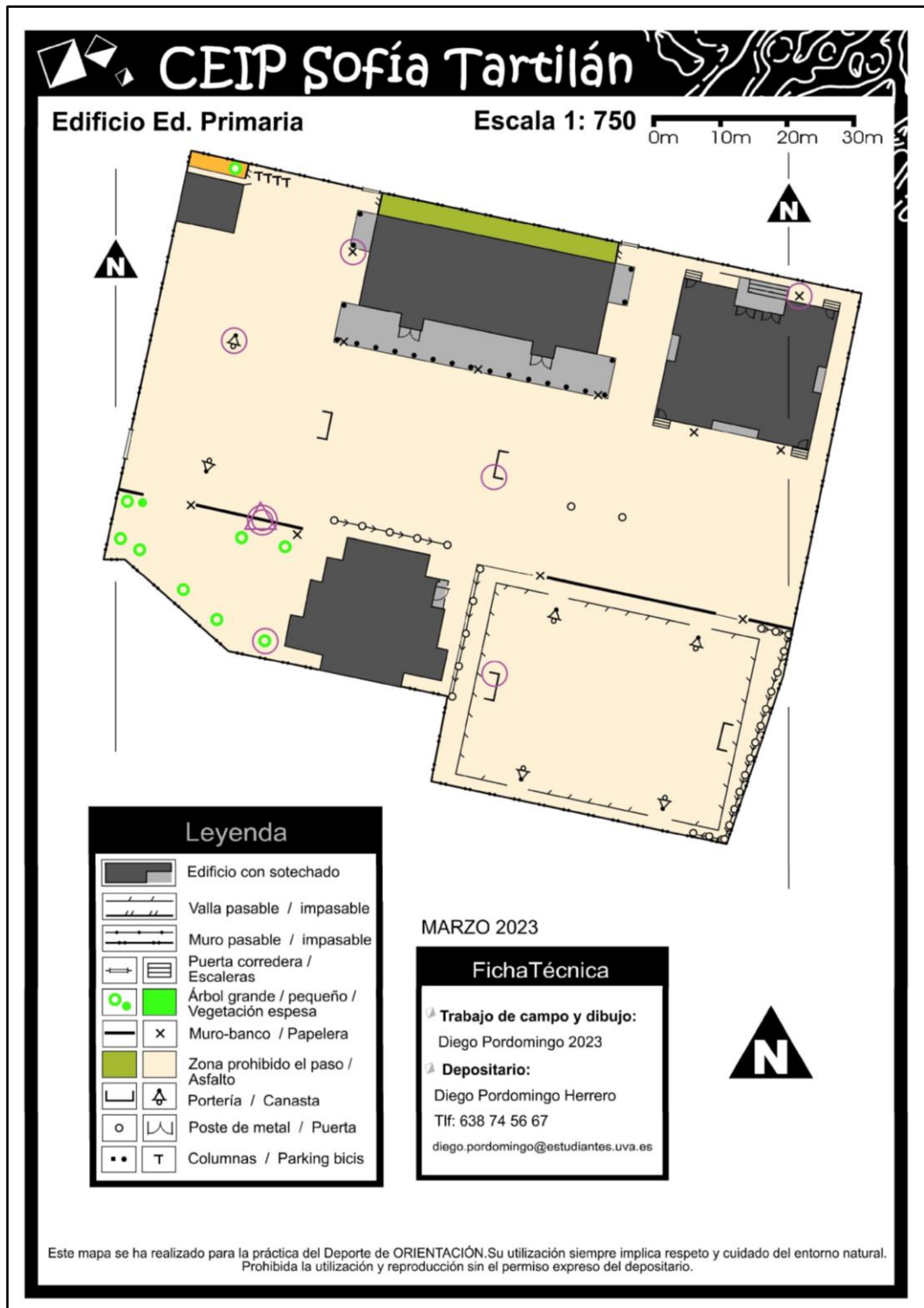


- Tarjetas QR



Actividad 3 (6ºEP): Búsqueda con brújula siguiendo indicaciones

- Mapa de la actividad



- Hoja de control de la actividad:

Nombre		
N.º de baliza	Pista	Código
1	Se encuentra al sur de la salida	
2	Se encuentra al este de la baliza N.º 1	
3	Se encuentra al Norte de la baliza N.º 2	
4	Se encuentra al Noreste de la baliza N.º 3	
5	Se encuentra al Oeste de la baliza N.º 4	
6	Se encuentra al Suroeste de la baliza N.º 5	

Anexo 6: Intervención docente

- Planificación de la unidad didáctica llevada a cabo en mi periodo de Prácticum

II

Título del proceso de enseñanza aprendizaje

“Encuentra el norte”

Localización en el currículum formal

Esta unidad se apoya en los contenidos del Decreto 26/2016 situados en la asignatura de Educación Física en el bloque 2 “Conocimiento corporal” y en el bloque 4 “juegos y actividades deportivas”. Los contenidos en los que nos podemos centrar son los siguientes:

- *“Desarrollo y consolidación de la lateralidad corporal: dominio de la orientación lateral del propio cuerpo. Orientación de personas y objetos en relación consigo mismo y a un tercero.”*

- *“Direccionalidad del espacio: dominio de los cambios de orientación y de las posiciones relativas derivadas de los desplazamientos propios o ajenos. Orientación en el espacio.”*

- *“Normas, reglas, roles y finalidad de los juegos. Comprensión aceptación, respeto, tolerancia y no discriminación hacia las normas, estrategias y personas que participan en el juego. Elaboración y cumplimiento de un código de juego limpio.”*

- *“Valoración y aprecio de las actividades deportivas como medio de disfrute, relación con los demás y empleo satisfactorio del tiempo de ocio”*

- *“Preparación y realización de actividades en diferentes entornos, aprendiendo a conocer y valorar, disfrutar y respetar el medio natural.”*

Además, en el bloque 4 podemos encontrar un criterio de evaluación el cual va a estar muy presente en esta unidad debido al estándar de aprendizaje evaluable que le respalda.

1. *“Resolver situaciones motrices con diversidad de estímulos y condicionantes espacio-temporales, seleccionando y combinando las habilidades motrices básicas y adaptándolas a las condiciones establecidas de forma eficaz”*

1.1 “Realiza actividades físicas y juegos en el medio natural o en entornos no habituales, adaptando las habilidades motrices a la diversidad e incertidumbre procedente del entorno y a sus posibilidades.”

Justificación del proyecto

La orientación es una actividad muy buena con la que podemos trabajar las capacidades físicas básicas como la velocidad o la resistencia, desarrollando también aspectos cognitivos como la orientación en el espacio, la lectura del mapa o la elección del itinerario para llegar hasta los puntos indicados.

Además, te permite poder trabajar enseñanzas transversales como el conocimiento y respeto del entorno urbano y natural, el cumplimiento de las normas establecidas y, la concentración y enfoque en la tarea motriz realizada.

Por último, los gustos y conocimientos propios, además de la realización de mi TFG sobre este tema, hacen que este tema sea idóneo para aplicarlo en el aula.

Contexto humano y temporal

Clase y curso

Esta Unidad Didáctica se llevará a cabo con la clase de 4ºB desarrollada y estudiada en el informe de contexto.

Responsable:

Debido a la situación de prácticas en la que me encuentro los responsables para desarrollar esta unidad didáctica somos, Nerea Garrido, mi profesora de prácticas y yo. Aunque en el desarrollo de las sesiones sea yo el primer responsable para llevarlas a cabo, cuento con Nerea para poder intervenir en algún momento si la situación o actividad lo requiere.

Fechas de desarrollo:

Las fechas en las cuales se iban a realizar en un principio eran durante tres semanas y media recogiendo así 7 sesiones, desde el 27 de mayo hasta el 19 de mayo. Con la intención de poder tener una meteorología acorde con las actividades desarrolladas en el patio.

Debido a la obtención de la beca ERASMUS+ la cual me fue concedida tuve que retrasar una semana las dos últimas sesiones con la intención de que me fuera posible recuperar la semana perdida después de mi semana fuera de España.

Finalmente, debido a que no se nos concedió la recuperación de la semana perdida, tuve que replantear la unidad para poderla llevar a cabo en 5 sesiones del 21 de mayo hasta el 11 de mayo.

Objetivos:

- Saber definir la orientación, para que sirve y mediante qué elementos la podemos llevar a cabo
- Conocer el deporte de la orientación: normas, rutinas, materiales utilizados
- Conocer qué es un mapa y en qué situaciones nos puede ser útil
- Localizar y saber situar elementos de la realidad en el plano y viceversa
- Identificar diferentes elementos en el mapa de su colegio
- Orientar el plano de su colegio
- Completar de manera correcta diferentes recorridos dentro del centro
- Desarrollar todas las actividades cooperando y colaborando junto con sus compañeros.

Contenidos:

- Sé que es un mapa
- Conozco cómo se define la orientación
- Sé nombrar algunos de los elementos naturales y artificiales por los cuales podemos orientarnos
- Oriento el plano de manera correcta
- Ubico en el plano la situación en la que se encuentra en la realidad
- Desarrollo diferentes circuitos de orientación sencillos dentro del entorno escolar de manera correcta
- Identifico diferentes elementos dentro de diferentes planos y croquis
- Muestro una actitud de predisposición ante la tarea
- Respeto el entorno escolar, urbano y natural viendo su importancia para el desarrollo de las actividades en ellos.

Sesiones:

- Sesión 0: ¿Qué es la orientación?
- Sesión 1: Presalida
- Sesión 2: Oriento e identifico
- Sesión 3: Corro solo
- Sesión 4: Corro para el grupo

Previsiones para la regulación de la práctica:

Previas

Al preparar las diferentes actividades, debemos de tener en cuenta que la diferencia de capacidades de nuestro alumnado, en las clases de educación física, son muy notables y nuestro compromiso tiene que ser el de planificar actividades tanto para los niños los cuales, su capacidad motriz sea elevada, como para los alumnos que la tengan menos desarrollada. Es por esto por lo que en las actividades de la sesión 3 y 4, intentaré que no haya solo un recorrido para realizar, sino que las personas que terminen uno de ellos puedan continuar con otro.

En nuestra clase no nos encontramos con alumnos con adaptaciones o necesidades educativas especiales, pero debido a la experiencia podemos conocer cual pueden ser los alumnos a los cuales pueda costarles más las diferentes actividades. Aun así, no debemos intervenir hasta que requieran de nuestra ayuda para determinados aspectos.

Nerea, la tutora de los niños ya realizó dos sesiones de inicio de la orientación en el anterior trimestre, por lo que el conocimiento de los diferentes espacios por parte de los niños y la identificación de los diferentes elementos puede ser bastante correcta. Es por esto por lo que sabemos cuáles son los errores cometidos en general, y por tanto los aspectos donde debemos profundizar, que inicialmente serán la correcta orientación del mapa y la propia situación en él.

En el desarrollo

La orientación es una modalidad la cual, como todos los aprendizajes procedimentales y motrices, si no ha habido un trabajo previo de adaptación, la adquisición de las diferentes habilidades que se necesitan para su correcta práctica es costosa. Es por eso por lo que los contenidos procedimentales como son: la correcta forma de orientar el mapa y la identificación de los diferentes elementos, deben de ser

reforzados en cada una de las sesiones. Las evaluaciones de cada una de las clases nos permitirán determinar cuál son las personas que necesitan este refuerzo por nuestra parte.

Evaluación:

Para la evaluación de esta unidad didáctica se utilizará dos métodos, uno basado en la observación directa que se realizará en las actividades y que se llevará a cabo mediante croquis o mapas chinos, y en las que se observará los siguientes aspectos:

- Realización de la actividad de una forma consciente.
- Concentración del alumno en el recorrido.
- Rapidez de resolución de los diferentes recorridos.

Esta evaluación nos servirá para realizar una primera observación con la cual saber cómo establecer los apoyos, ayudas y aspectos a profundizar en las explicaciones en las actividades posteriores a estas.

Por otro lado, realizaré una evaluación de cada uno de los recorridos de orientación que hagamos fuera para poder conocer la progresión de nuestro alumnado realizando así una evaluación formativa con la cual puedan conocer cual han sido sus fallos para poder así ir mejorando y aprendiendo de sus errores.

Además, esta nos servirá para la calificación de esta unidad. Dicha calificación se hará haciendo una media ponderada en la cual el primer recorrido valga 10%, el segundo valga 20%, el tercero 30%, y el recorrido de relevos 4%.

El método de evaluación se realizará con la siguiente rúbrica teniendo en cuenta los resultados obtenidos tras la corrección de las hojas de control que encontramos en el anexo de materiales.

La rúbrica utilizada para la evaluación será la siguiente:

Alumno	Recorrido			Calificación	
	5	4	3	2	1
Corrección de los resultados (50%)	0 fallos	1 fallos	2-3 fallos	4 fallos	5 o más fallos
Tiempo (30%)	1 min x núm. de balizas		2min x (núm. de balizas)		3min x (núm. de balizas)
Estar completo (20%)	Completo		Faltan de 1 a 3		Faltan más de 3

Con esta rúbrica no solo evaluaremos cada uno de los recorridos realizados en las sesiones y la progresión de nuestros alumnos, sino que también será con la que se califique la unidad didáctica.

Interdisciplinaridad:

En cuanto a la interdisciplinaridad del proyecto, podemos ver como a través de esta unidad didáctica también conseguimos trabajar y reforzar de forma transversal contenidos mencionados en asignaturas como:

- Ciencias Sociales

En el Bloque 2 de Ciencias Sociales en la LOMCE, “Mundo en el que vivimos” y que el BOCyL 26/2016 se menciona como un contenido dentro de este bloque. Este se define como “Orientación y localización. Los puntos cardinales. Coordenadas geográficas: Latitud y longitud. La brújula y los sistemas de posicionamiento global (GPS). Planificación de itinerarios. Google Maps”. Además, se refleja en el siguiente estándar, “2.1. Identifica, nombra y describe categorías básicas de orientación espacial (posiciones, relaciones, distancias, medidas...)” el cual encontramos en el tercer curso, el cual precede a nuestro contexto de intervención.

Planificación de las sesiones

Sesión 0: ¿Qué es la orientación?

Esta sesión constará de una explicación de media hora la cual se realizará en el aula y se explicará los elementos básicos de la orientación:

- ¿Qué es la orientación?
- ¿En qué momentos nos sirve la orientación?
- ¿Qué elementos naturales y artificiales nos sirven para orientarnos?
- ¿Qué es un mapa y que elementos tiene?

En esta explicación además también les pondré algunos videos sobre la orientación deportiva para aumentar la motivación del alumnado. Entre estos están los siguientes:

IOF presents Orienteering

<https://www.youtube.com/watch?v=9ZmYCvMTmQI&t=81s>

Go Hard or Go Home - The Hubmann Brothers

<https://www.youtube.com/watch?v=FnE-hftGQoU>

2019 Orienteering World Cup Round 3 - Knock-Out Sprint Men

<https://www.youtube.com/watch?v=shLDOKstetk>

Orientación 1 - El mapa

https://www.youtube.com/watch?v=JuavrQ_zCT0

Sesión 1: Presalida

Momento de encuentro:

- Traslado al gimnasio
- Calentamiento
- Recordar lo tratado en la sesión anterior

Momento de construcción del aprendizaje:

- Orientar el mapa del gimnasio

Objetivo: Hacer coincidir el mapa con la realidad

Se les ofrecerá a los alumnos dos mapas del gimnasio y se les enseñará que es orientar el mapa y se les pedirá orientar el mapa sencillo del gimnasio.

- Colocación de los objetos

Objetivo: Identificar los objetos para su colocación

Se dará varios mapas con diferentes elementos y entre todos deberán de organizarse para colocar los bancos y conos de la forma adecuada. Habrá diferentes colocaciones y la última colocación nos servirá para enlazarlo con la próxima actividad.

- Recorridos libres

Objetivo: Identificar los diferentes objetos para la realización de los diferentes recorridos.

Con esta actividad la intención es trabajar el primer acercamiento a la identificación de los diferentes elementos en un plano y mediante la orientación del plano, ya trabajada en la primera sesión, poder completar diferentes recorridos por el mismo circuito.

Para ello utilizaré diferentes tarjetas en las cuales se indican los diferentes recorridos.

Dividiré a la clase por grupos en los cuales cada integrante, realizará el circuito que aparezca, de forma libre y al terminar cambiar los recorridos con sus compañeros para poder hacer todos.

- Carrera de recorridos

Objetivo: Identificar los objetos indicados para realizar los recorridos indicados de una manera rápida.

Esta actividad tiene como intención crear una problemática, no se sabe si lo está haciendo bien o mal, la cual nos sirva para la reflexión posterior y ver así la necesidad de materiales como la ficha de control.

Momento de despedida:

- Reflexión

Después de las actividades realizadas hoy, realizaremos una reflexión en la que contestaremos a tres preguntas:

¿Qué dificultades os habéis encontrado?

¿Cuáles eran las tarjetas más difíciles y por qué?

¿Qué creéis que es más importante en la orientación hacerlo rápido o hacerlo bien?

- Cambio de ropa

Sesión 2: Oriento e identifico

Momento de encuentro:

- Traslado al gimnasio
- Calentamiento
- Recordar lo tratado en las sesiones anteriores

Momento de construcción del aprendizaje:

- Recorridos libres

Objetivo: Realizar los diferentes recorridos de una forma consciente y correcta mediante la identificación y orientación correcta del plano.

Esta actividad servirá para entrar en la tarea, y se realizará como la actividad de la sesión 1 pero con un recorrido diferente.

- Carreras de recorridos

Objetivo: Identificar los diferentes elementos para realizar los recorridos de una manera correcta.

En esta actividad realizaremos la misma actividad que la clase anterior, con los recorridos de la actividad anterior. Se le dividirá de nuevo en dos grupos, y se les numerará, cuando el profesor diga un número, cada representante del grupo con ese número cogerá su tarjeta y realizará el recorrido que se indique de una manera rápida y correcta. En esta, prestaremos mucha más atención a realizarlo de una manera correcta el recorrido, pues ya conocen la dinámica y lo que buscamos ahora es que interioricen el hacerlo de manera correcta para poder completarlo.

- Primer rogaine

Objetivo: Conocer e identificar la dinámica de la orientación al igual que conocer y visualizar la señalización de las balizas.

En esta actividad, se les dará a todos los niños un mapa con, en este caso, 10 balizas, las cuales deberán buscar y apuntar en la hoja de control. En este caso, al ser un recorrido tipo rogaine, podrán buscarlas de manera desordenada.

Momento de despedida:

- Reflexión

Después de las actividades realizadas hoy realizaremos una reflexión en la que contestaremos tres preguntas:

¿Qué dificultades os habéis encontrado?

¿Habéis encontrado más balizas además de las vuestras?

¿Qué recorrido ha seguido cada uno? ¿Por qué?

- Cambio de ropa

Sesión 3: Corro solo

Momento de encuentro:

- Traslado al gimnasio
- Calentamiento
- Recordar lo tratado en las sesiones anteriores

Momento de construcción del aprendizaje:

- Repetición del rogaine

Objetivo: Reconocer los fallos cometidos en la sesión anterior y realizar el recorrido de manera correcta teniendo en cuenta lo tratado en las sesiones anteriores.

Esta actividad consistirá en repetir la última actividad de la sesión anterior para así poder ver sus errores y aprender de ellos, al explicar acentuaremos en todos los conceptos y procedimientos, cómo puede ser el orientar e interpretar el mapa, explicados las semanas pasadas. Además de poder así afianzar y realizarlo con más confianza y decisión.

- Circuito en línea

Objetivo: Conocer la dinámica de las carreras de orientación.

Es en esta actividad, donde introduciremos ya la dinámica propiamente entendida como un recorrido en línea, el cual es el que nos podemos encontrar en una carrera de orientación normal. Se les dará diferentes mapas a los niños los cuales deberán de completar siguiendo el orden de las balizas y poniendo su código de forma correcta en la hoja de control. Después podremos evaluar su entendimiento y progreso gracias a la rúbrica de evaluación.

Momento de despedida:

- Reflexión

Después de las actividades realizadas hoy realizaremos una reflexión en la que haremos dos preguntas:

¿Qué dificultades habéis encontrado?

¿Os habéis dado cuenta de que no todos los recorridos son iguales? Esto pasa igual en las carreras de orientación

- Cambio de ropa

Sesión 4: Corro para el grupo

Momento de encuentro:

- Traslado al gimnasio
- Calentamiento
- Recordar lo tratado en las sesiones anteriores

Momento de construcción del aprendizaje:

- Recorrido en línea

Objetivo: Realizar una evaluación final del progreso e interiorización de los contenidos procedimentales.

Volveremos a proponer realizar otro recorrido en línea el cual tendrá 7 balizas con el cual, gracias a la obtención de los resultados de este, podremos hacer una evaluación final del proceso de enseñanza-aprendizaje. Siguiendo la rúbrica utilizada a lo largo de toda la unidad.

- Relevos

Objetivo: Realizar los diferentes recorridos aumentando la motivación al jugar en equipo.

Finalmente realizaremos una carrera de relevos en parejas. En ella haremos que los niños realicen diferentes recorridos siguiendo las plantillas y mapas recogidos en el anexo de material. Como se puede ver en estas, cada integrante de la pareja realizará el recorrido de 5 balizas, las cuales deberá buscar y tras las cuales entregará el mapa y hoja de control al otro integrante. Cada integrante del grupo tendrá dos turnos, lo que significa que entre ambos buscarán las 20 balizas indicadas en el mapa de la actividad.

Momento de despedida:

- Reflexión

Con esta reflexión final pondremos final a esta unidad recordando lo importante que es la orientación, retomando algunos de los conceptos de la “sesión 0” y preguntando la siguiente cuestión

¿Habéis utilizado la orientación a lo largo de estos días fuera del colegio? ¿En qué situaciones?

- Cambio de ropa

Anexo 7: Intervención en el entorno extraescolar

- Descripción de la actividad

Fecha: miércoles 11 de marzo de 2023

Duración: de 10:00 a 12:00 (2 horas)

Contexto: Esta actividad se realizó con niños y niñas de los cursos de 5º y 6º de primaria y 1º de la ESO. Fue una de las actividades planteadas para realizar a lo largo de un fin de semana de convivencia organizada por la Parroquia de San Ildefonso (La Cistérniga).

- Desarrollo:

Esta actividad consistía en la realización de un recorrido punto a punto en parejas por el entorno del Campus Miguel Delibes de Valladolid. Para esto anteriormente se puso una serie de balizas de pegatina con las cuales deberían de seguir el mismo proceso que el realizado con las balizas del recorrido permanente de la anterior progresión. Debían de escribir el código indicado en la pegatina en



la hoja de control.



- Conclusión:

Esta actividad se puede enlazar de manera directa con la progresión realizada en este trabajo pues esta es muy similar a la Actividad 2 de 6º de primaria, con la única diferencia de que esta se realizó en parejas por la diferencia de edades y la falta de confianza al no haber trabajado anteriormente la orientación con ellos.

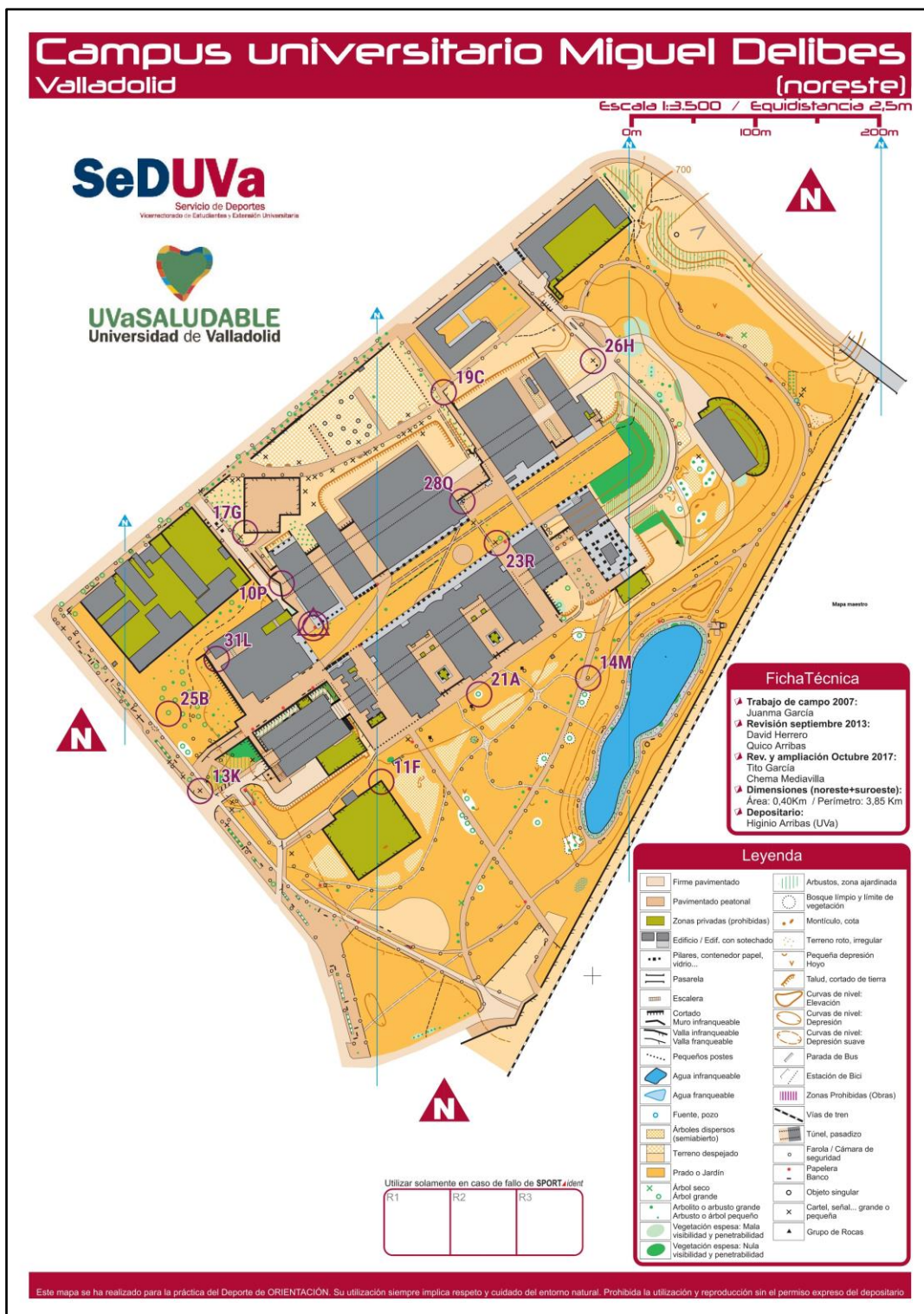
En esta pude comprobar la importancia de realizar una correcta progresión, pues había casos en los cuales la lectura e interpretación de los diferentes símbolos, junto con la realización correcta de las diferentes técnicas, como la de orientar el mapa, no se hacían de manera correcta. Esto hacía que la dificultad para encontrar el control aumentara y tuvieran así, que acudir a la ayuda de los diferentes monitores para poder encontrar el elemento indicado.



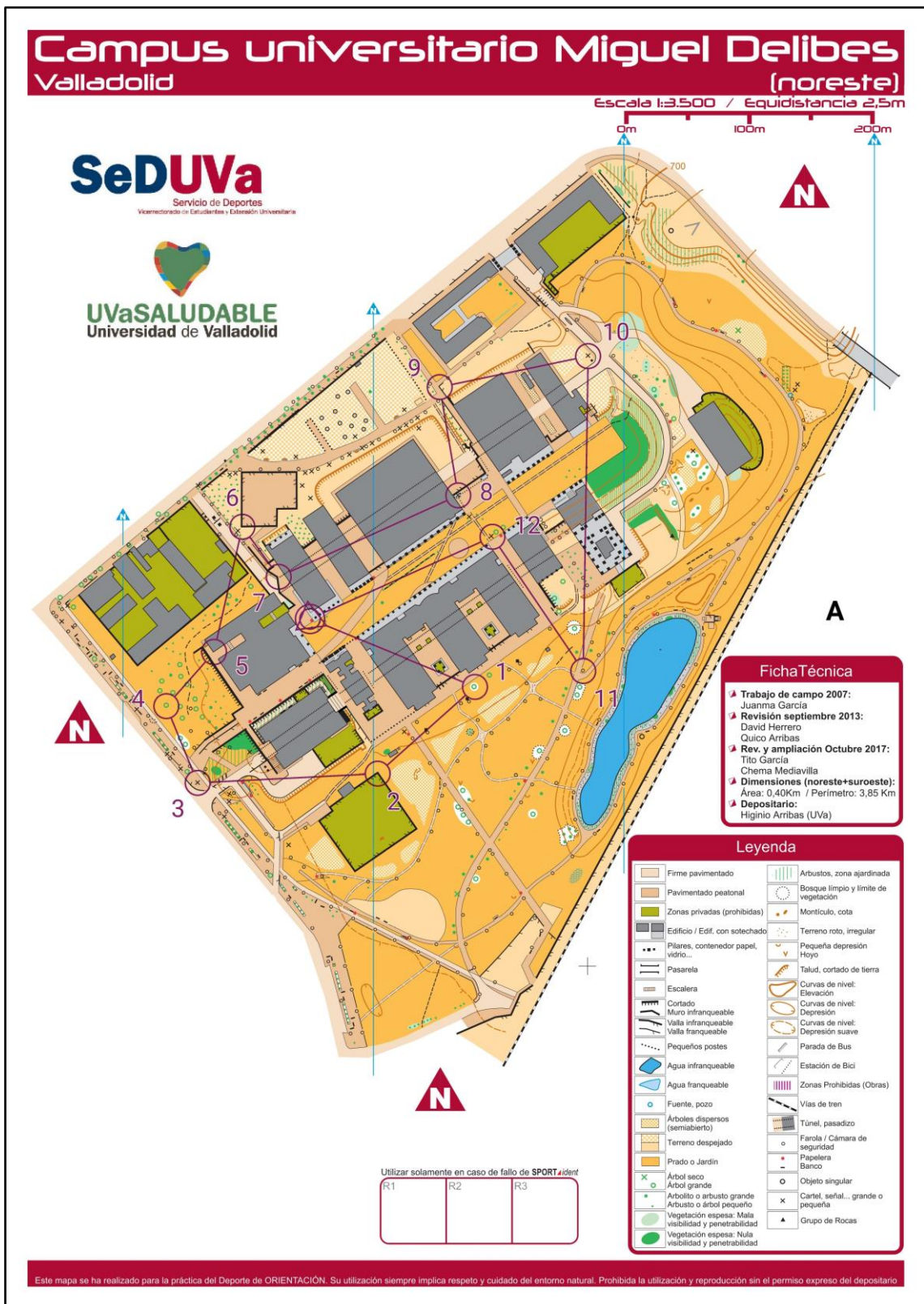
Aun así, el contacto con entornos naturales hace que los comportamientos de los niños cambien. Haciendo que podamos observar conductas poco frecuentes en diferentes niños las cuales no pensábamos posibles.

- Material utilizado

Mapa maestro



Mapas de los diferentes recorridos



Campus universitario Miguel Delibes Valladolid (noreste)

Escala 1:3.500 / Equidistancia 2,5m

SeDUVa
Servicio de Deportes
Vicerrectorado de Estudiantes y Extensión Universitaria



UVaSALUDABLE
Universidad de Valladolid



Ficha Técnica

- ▲ Trabajo de campo 2007: Juanma García
- ▲ Revisión septiembre 2013: David Herrero, Quiico Arribas
- ▲ Rev. y ampliación Octubre 2017: Tito García, Chema Mediavilla
- ▲ Dimensiones (noreste+suroeste): Área: 0,40Km / Perímetro: 3,85 Km
- ▲ Depositario: Higinio Arribas (UVa)

Leyenda

	Firme pavimentado		Arbustos, zona ajardinada
	Pavimentado peatonal		Bosque limpio y límite de vegetación
	Zonas privadas (prohibidas)		Montículo, cota
	Edificio / Edif. con sotechado		Terreno roto, irregular
	Pilares, contenedor papel, vidrio...		Pequeña depresión
	Pasarela		Hoyo
	Escalera		Talud, cortado de tierra
	Cortado		Curvas de nivel: Elevación
	Muro infranqueable		Curvas de nivel: Depresión
	Valla infranqueable		Curvas de nivel: Depresión suave
	Valla franqueable		Parada de Bus
	Pequeños postes		Estación de Bici
	Agua infranqueable		Zonas Prohibidas (Obras)
	Agua franqueable		Vías de tren
	Fuente, pozo		Túnel, pasadizo
	Árboles dispersos (semibierto)		Farola / Cámara de seguridad
	Terreno despejado		Papelera Banco
	Prado o Jardín		Objeto singular
	Árbol seco		Cartel, señal... grande o pequeña
	Árbol grande		Grupo de Rocas
	Arbolito o arbusto grande		
	Arbusto o árbol pequeño		
	Vegetación espesa: Mala visibilidad y penetrabilidad		
	Vegetación espesa: Nula visibilidad y penetrabilidad		

Utilizar solamente en caso de fallo de SPORTident

R1	R2	R3
----	----	----

Este mapa se ha realizado para la práctica del Deporte de ORIENTACIÓN. Su utilización siempre implica respeto y cuidado del entorno natural. Prohibida la utilización y reproducción sin el permiso expreso del depositario.

Campus universitario Miguel Delibes Valladolid (noreste)

Escala 1:3.500 / Equidistancia 2,5m

SeDUVa
Servicio de Deportes
Vicerrectorado de Estudiantes y Extensión Universitaria



UVaSALUDABLE
Universidad de Valladolid



Ficha Técnica

- ▲ Trabajo de campo 2007: Juanma García
- ▲ Revisión septiembre 2013: David Herrero, Quico Arribas
- ▲ Rev. y ampliación Octubre 2017: Tito García, Chema Mediavilla
- ▲ Dimensiones (noreste+suroeste): Área: 0,40Km / Perímetro: 3,85 Km
- ▲ Depositario: Higinio Arribas (UVa)

Leyenda

	Firme pavimentado		Arbustos, zona ajardinada
	Pavimentado peatonal		Bosque limpio y límite de vegetación
	Zonas privadas (prohibidas)		Montículo, cota
	Edificio / Edif. con sotechado		Terreno roto, irregular
	Pilares, contenedor papel, vidrio...		Pequeña depresión
	Pasarela		Hoyo
	Escalera		Talud, cortado de tierra
	Cortado		Curvas de nivel: Elevación
	Muro infranqueable		Curvas de nivel: Depresión
	Valla infranqueable		Curvas de nivel: Depresión suave
	Valla franqueable		Parada de Bus
	Pequeños postes		Estación de Bici
	Agua infranqueable		Zonas Prohibidas (Obras)
	Agua franqueable		Vías de tren
	Fuente, pozo		Túnel, pasadizo
	Árboles dispersos (semibierto)		Farola / Cámara de seguridad
	Terreno despejado		Papelera Banco
	Prado o Jardín		Objeto singular
	Árbol seco		Cartel, señal... grande o pequeña
	Árbol grande		Grupo de Rocas
	Arbolito o arbusto grande		
	Arbusto o árbol pequeño		
	Vegetación espesa: Mala visibilidad y penetrabilidad		
	Vegetación espesa: Nula visibilidad y penetrabilidad		

Utilizar solamente en caso de fallo de SPORTident

R1	R2	R3
----	----	----

Este mapa se ha realizado para la práctica del Deporte de ORIENTACIÓN. Su utilización siempre implica respeto y cuidado del entorno natural. Prohibida la utilización y reproducción sin el permiso expreso del depositario.

Campus universitario Miguel Delibes Valladolid (noreste)

Escala 1:3.500 / Equidistancia 2,5m

SeDUVa
Servicio de Deportes
Vicerrectorado de Estudiantes y Extensión Universitaria



UVaSALUDABLE
Universidad de Valladolid



Ficha Técnica

- ▲ Trabajo de campo 2007:
Juanma García
- ▲ Revisión septiembre 2013:
David Herrero
Quico Arribas
- ▲ Rev. y ampliación Octubre 2017:
Tito García
Chema Mediavilla
- ▲ Dimensiones (noreste+suroeste):
Área: 0,40Km / Perímetro: 3,85 Km
- ▲ Depositario:
Higinio Arribas (UVa)

Leyenda

	Firme pavimentado		Arbustos, zona ajardinada
	Pavimentado peatonal		Bosque limpio y límite de vegetación
	Zonas privadas (prohibidas)		Montículo, cota
	Edificio / Edif. con sotechado		Terreno roto, irregular
	Pilares, contenedor papel, vidrio...		Pequeña depresión
	Pasarela		Hoyo
	Escalera		Talud, cortado de tierra
	Cortado		Curvas de nivel: Elevación
	Muro infranqueable		Curvas de nivel: Depresión
	Valla infranqueable		Curvas de nivel: Depresión suave
	Valla franqueable		Parada de Bus
	Pequeños postes		Estación de Bici
	Agua infranqueable		Zonas Prohibidas (Obras)
	Agua franqueable		Vías de tren
	Fuente, pozo		Túnel, pasadizo
	Árboles dispersos (semibierto)		Farola / Cámara de seguridad
	Terreno despejado		Papelera
	Prado o Jardín		Banco
	Árbol seco		Objeto singular
	Árbol grande		Cartel, señal... grande o pequeña
	Arbolito o arbusto grande		Grupo de Rocas
	Arbusto o árbol pequeño		
	Vegetación espesa: Mala visibilidad y penetrabilidad		
	Vegetación espesa: Nula visibilidad y penetrabilidad		

Utilizar solamente en caso de fallo de SPORTident

R1	R2	R3
----	----	----

Este mapa se ha realizado para la práctica del Deporte de ORIENTACIÓN. Su utilización siempre implica respeto y cuidado del entorno natural. Prohibida la utilización y reproducción sin el permiso expreso del depositario.