



Universidad de Valladolid

Facultad de Educación de Palencia

Campus La Yutera

TRABAJO DE FIN DE GRADO CURSO 2013 – 2014

**LA ORIENTACIÓN Y SU
PUESTA EN PRÁCTICA EN
EDUCACIÓN PRIMARIA.**

AUTORA: ESTER HERNANDO GÓMEZ

TUTOR ACADÉMICO: ALFREDO MIGUEL AGUADO

RESUMEN:

He decidido elaborar este TFG con la intención de acercar la práctica de orientación al alumnado de Educación Primaria. El trabajo posee una introducción, objetivos, justificación del tema, entre otros. Todo esto sirve de enlace para dar paso a la fundamentación teórica, donde se han plasmado los conceptos básicos sobre orientación, necesarios para poder llevar a cabo la propuesta práctica del trabajo. Y para finalizar, se ha realizado una propuesta didáctica sobre la práctica de orientación, dirigida para el alumnado de 6º de Primaria perteneciente a un colegio de la provincia de Palencia. Para su puesta en práctica se ha elaborado material específico, en ocasiones lo ha realizado el propio alumnado.

PALABRAS CLAVE:

Orientación, mapas, cooperación, compañerismo, Educación Física, Educación Primaria.

ABSTRACT

I have decided to elaborate this TFG with the intention of bringing the practice of orientation over to the pupils of primary education. The work has an introduction, aims and a justification of the topic, between others. All that uses as link to give step to the theoretical foundation, where the basic concepts have taken form on orientation, that we necessary to be able to carry out the practical offer of the work. Finally, a didactic offer has been realized on the practice of orientation, directed for the pupils of 6º of Primary belonging to a college of the province of Palencia. For his putting in practice specific material has been elaborated, some times it has realized it the own pupils.

KEYWORDS

Orientation, maps, cooperation, fellowship, physical education, primary education.

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN	6
2. OBJETIVOS	7
3. JUSTIFICACIÓN DEL TEMA ELEGIDO	8
4. RELACIÓN DE LAS COMPETENCIAS BÁSICAS DE EDUCACIÓN PRIMARIA CON EL PRESENTE TRABAJO.	9
5. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA.....	11
5.1 RELACIÓN DE LAS ACTIVIDADES FÍSICAS EN EL MEDIO NATURAL CON EL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA	11
5.2 LA ORIENTACIÓN:	12
5.2.1 ¿Qué es?	12
5.2.2 Diferentes usos de la orientación:	13
5.3 LA ORIENTACIÓN EN EDUCACIÓN PRIMARIA.	15
5.3.1 La orientación llevada a cabo en Educación Primaria:	15
5.3.2 La aportación educativa que ofrece la orientación:	17
5.3.3 ¿Cómo llevar a cabo la orientación en las clases de Educación Física?.....	22
5.4 EL DEPORTE DE ORIENTACIÓN	23
5.4.1 ¿Dónde llevarlo a cabo?	24
5.4.2 Conocimientos básicos que debemos de saber sobre el material empleado en el deporte de orientación.	24
5.5 ELEMENTOS QUE FACILITAN LA PRÁCTICA DE ORIENTACIÓN: LOS MAPAS. CREACIÓN DE MAPAS MEDIANTE EL PROGRAMA OCAD.....	27
6. PROPUESTA DE UNIDAD DIDÁCTICA: “LA ORIENTACIÓN LLEVADA A CABO EN EDUCACIÓN FÍSICA EN PRIMARIA”.	28
6.1 INTRODUCCIÓN	28
6.2 JUSTIFICACIÓN	28
6.3 CONTEXTO	29

6.4 OBJETIVOS	30
6.5 CONTENIDOS	31
6.6 METODOLOGÍA	34
6.7 TEMPORALIZACIÓN.....	36
6.8 DESARROLLO Y PUESTA EN PRÁCTICA DE LAS SESIONES	36
6.9 ANÁLISIS DEL PROCESO EDUCATIVO.....	43
6.9.1 Dificultades de enseñanza por parte del docente durante la puesta en práctica.	43
6.9.2 Dificultades de aprendizaje por parte del alumnado durante la puesta en práctica.	43
6.10 EVALUACIÓN.....	44
6.11 ANÁLISIS Y CONCLUSIONES DEL TFG	45
6.12 REFLEXIÓN FINAL.....	47
7. LISTADO DE REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	47
7.1 RECURSOS ELECTRÓNICOS	48
7.2 DISPOSICIONES LEGALES.....	51
8. ANEXOS.....	52
ANEXO 1: FLORA DEL PARQUE DE “LA CAROLINA”.	53
ANEXO 2: LEYENDA DE UN MAPA DE ORIENTACIÓN.....	55
ANEXO 3: LA BRÚJULA Y SUS DIFERENTES PARTES.	56
ANEXO 4: TÉCNICAS BÁSICAS QUE DEBEMOS DE SABER LLEVAR A CABO EN EL DEPORTE DE ORIENTACIÓN.	57
ANEXO 5: PROGRAMA OCAD.....	59
ANEXO 6: POWER POINT SOBRE LOS ELEMENTOS ESENCIALES DE ORIENTACIÓN	60
ANEXO 7: PLANO DEL PABELLÓN REALIZADO POR EL ALUMNO.	61
ANEXO 8: PLANO DEL PABELLÓN ELABORADO PARA CADA GRUPO.....	62
ANEXO 9: PLANO DEL PATIO DEL COLEGIO ELABORADO POR EL ALUMNO.	64

ANEXO 10: MATERIAL ELABORADO PARA HACER LA PRÁCTICA DE ORIENTACIÓN MÁS REAL.	65
ANEXO 11: MAPA Y HOJA DE CONTROL.	67
ANEXO 12: EXAMEN FINAL DE ORIENTACIÓN	69

1. INTRODUCCIÓN

El presente trabajo se ha realizado con la intención de desarrollar y fomentar la práctica de orientación en el ámbito educativo.

Personalmente creo que se trata de unas de las actividades físicas más completas que forman parte de las Actividades Físicas en el Medio Natural (AFMN), ya que ayudan al desarrollo tanto físico como cognitivo del alumnado.

Considero oportuno mencionar una breve definición sobre la actividad física de orientación, como: “aquella actividad llevada a cabo en un medio natural en concreto, que consiste en la búsqueda de una serie de elementos, utilizando para ello diferentes materiales y pistas orientativas”.

En este TFG se tendrán en cuenta diferentes conceptos del término de orientación, así como todo aquello que la propia actividad engloba. En la fundamentación teórica se explicarán cuáles son los principales usos que se pueden hacer de dicha actividad física y cuáles son los aspectos a tener en cuenta de la orientación como competición. Teniendo presente en todo momento al alumnado de Educación Primaria.

Debo destacar que, la parte de este Trabajo Fin de Grado sobre el que gira todo, es la propuesta de Unidad Didáctica, la cual tuve oportunidad de llevar a cabo durante mi estancia en el colegio donde realice mi Prácticum II. En dicha propuesta se explicará cuales son los elementos fundamentales para la puesta en práctica de la actividad de orientación. El entorno utilizado es el centro escolar y alrededores, todo ello conocido por el alumnado, lo que considero importante para favorecer su confianza y compromiso con la actividad.

A través de este trabajo se pretende concienciar a la comunidad educativa, de la importancia de la orientación, pues se trata de una actividad física llevada a cabo en un medio natural, que ayuda al aprendizaje de otros aspectos, relacionados con la naturaleza, pudiéndose tratar de manera interdisciplinar con otras áreas como, Conocimiento del Medio y Educación Artística. Por tanto, se pretende realizar un

llamamiento desde el área de Educación Física hacía el resto de áreas, reclamando su apoyo y compromiso.

Para concluir, decir que de forma general, todos los apartados del presente TFG pretenden justificar los beneficios que ofrece la práctica de la actividad física de orientación, así como, la consecución del objetivo general del trabajo.

2. OBJETIVOS

Este Trabajo Fin de Grado está regido por una serie de objetivos que se quieren conseguir. El objetivo principal es que el alumnado consiga entender la importancia de la orientación como actividad física llevada a cabo en el entorno natural en el que nos encontramos. Además de este, se persiguen otra serie de objetivos relacionados con el compañerismo, respeto por el medio que nos rodea y reconocimiento de los diferentes elementos específicos de la actividad física que se está llevando a cabo.

Considero oportuno hacer referencia primeramente a los objetivos generales que se encuentra en el currículum oficial (BOE nº 173), relacionados con el tema de Educación Física. He tomado como referencia el DECRETO 1513/2006, de 7 de diciembre, por el que se establece el Currículo de la Educación Primaria, para las distintas áreas en la Comunidad de Castilla y León.

-Utilizar sus capacidades físicas, habilidades motrices y su conocimiento de la estructura y funcionamiento del cuerpo para adaptar el movimiento a las circunstancias y condiciones de cada situación.

-Participar en actividades físicas compartiendo proyectos, estableciendo relaciones de cooperación para alcanzar objetivos comunes, resolviendo mediante el diálogo los conflictos que pudieran surgir y evitando discriminaciones por características personales, de género, sociales y culturales.

Los objetivos anteriores están íntimamente relacionados con los objetivos específicos del trabajo, pues en todo momento se le pide al alumno que sea consciente del medio

natural en el que se encuentra, cuidándolo y respetándolo. Así como también, debe de respetar las opiniones de sus compañeros, consensuando entre todos los miembros del grupo la decisión más acertada.

Los objetivos específicos fijados en el presente trabajo, son los siguientes:

- ✓ Plasmar la variedad de tipos de orientación existentes, ayudando así al alumnado a decantarse por aquella que se ajusta más a sus expectativas deportivas.
- ✓ Explicar y acercar al alumnado los principales elementos existentes en orientación, favoreciendo su conocimiento sobre el tema.
- ✓ Llevar a la práctica las actividades diseñadas sobre orientación, adaptándolas al contexto donde se van a desenvolver.
- ✓ Acercar al aula el uso de las nuevas tecnologías en relación con el tema de orientación.
- ✓ Diseñar mapas, utilizando para ello un programa específico llamado OCAD.
- ✓ Fomentar el ambiente de respeto y compañerismo durante el desarrollo de la actividad física propuesta, la orientación.
- ✓ Valorar la importancia de las Actividades Físicas en el Medio Natural (AFMN), así como su participación e involucración activa en el desarrollo de ellas.

3. JUSTIFICACIÓN DEL TEMA ELEGIDO

No puedo mentir si digo que no me costó mucho decidirme sobre el tema a elegir de mi TFG. Una cosa tenía clara, trataría sobre algún aspecto relacionado con la formación que he recibido durante los dos últimos años de carrera, contenidos de Educación relacionados con la mención de Educación Física.

Partiendo de lo anterior, quería escoger un tema del cual tuviera algún conocimiento previo, además de que me produjese intriga y por consiguiente, lo hubiese practicado alguna vez en mi vida. Tras todos estos requisitos necesarios, decidí decantarme por el tema de “Orientación deportiva en la Educación Física Escolar”.

La orientación es uno de los temas principales que hemos abordado, tanto de forma teórica como práctica, en la asignatura cursada este 4º año de carrera, llamada “Educación Física en el Medio Natural”. Fue en el desarrollo de estas prácticas cuando me di cuenta que esta actividad física me llamaba la atención y necesitaba indagar más sobre ella, conocer más técnicas y aspectos específicos, para poder llevarla a cabo de una forma más efectiva y satisfactoria. Por este motivo, en cuanto se me brindó la oportunidad de elegir este tema para llevar a cabo mi Trabajo Fin de Grado, acepté sin pensármelo dos veces.

Decir también que tras la elección del tema, la idea que tenía desde un primer momento era llevar a cabo una propuesta de Unidad Didáctica destinada al alumnado de Educación Primaria. Considero que no hay mejor forma de confirmar y asegurarse que la propuesta planteada es buena, que llevándola a la práctica, siendo en ese momento cuando te percatas de los fallos y problemas surgidos, mejorándolos para la siguiente vez.

4. RELACIÓN DE LAS COMPETENCIAS BÁSICAS DE EDUCACIÓN PRIMARIA CON EL PRESENTE TRABAJO.

En el presente TFG se pretenden conseguir de una forma u otra menos visible las 8 competencias. Considero inoportuno mencionar y explicar todas. Puesto que muchas de ellas, como la Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico, Competencia social y ciudadana, Competencia para aprender a aprender, Autonomía e

iniciativa personal, se sobreentiende que se tienen en cuenta a la hora de llevar a cabo la puesta en práctica de la Unidad Didáctica.

A continuación me centraré en explicar detalladamente las competencias que, de forma más específica persigue el presente trabajo. Son las siguientes:

➤ Competencia en comunicación lingüística.

La competencia en comunicación lingüística se desarrolla a la hora de interpretar y comprender los diferentes mapas de orientación, con los que el alumnado debe de trabajar a la hora de poner en práctica la actividad física. Ya no sólo se desarrolla simple y meramente en relación a la comprensión de mapas, sino también a la hora de comprender, asimilar y saber comunicarse a través del uso de vocabulario específico de orientación.

➤ Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico.

Dicha competencia se desarrolla en el momento en el que el alumno toma contacto directo con el medio que le rodea. En ese preciso momento, el alumnado establece un mecanismo de defensa ante el espacio natural en el que se está desarrollando. Puede surgir en un principio miedo, ante el entorno desconocido en el que se desenvuelve. Pero dicho contacto hace que, el alumnado se familiarice con el entorno y desarrolle la práctica satisfactoriamente.

➤ Competencia matemática.

Esta competencia se desarrolla a la hora de llevar a cabo la representación gráfica de mapas y el cálculo de distancias, que deberán de realizar para poder fijar y establecer la leyenda de dicho mapa.

➤ Tratamiento de la información y competencia digital.

Con la intención de acercar las T.I.C's (Tecnologías de la Información y la Comunicación) al aula de Educación Física, se les ha explicado muy brevemente el funcionamiento del programa OCAD (programa que ofrece diferentes formas

de realizar una gran variedad de mapas de orientación), con la finalidad de que entendiesen la forma de realizar los mapas que iban a utilizar en las siguientes sesiones. Además de esto, también utilizarán en sesiones concretas el programa de Microsoft Paint para realizar mapas del entorno.

➤ Competencia cultural y artística.

Para llevar a cabo la práctica de orientación en algún caso específico, el alumnado deberá de ser el creador de los diferentes mapas a usar en dicha práctica. Desarrollando y potenciando así, su capacidad creativa y artística.

5. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

5.1 RELACIÓN DE LAS ACTIVIDADES FÍSICAS EN EL MEDIO NATURAL CON EL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA

Según afirma Miguel Aguado (2001, p. 47), en su libro *Actividades Físicas en el Medio Natural*, las AFMN son “Aquellas actividades eminentemente motrices llevadas a cabo en un medio natural con una clara intención educativa”.

Tras la anterior definición, puedo afirmar el curioso detalle que presentan las AFMN, pues sólo se las llama así a aquellas actividades físicas que poseen cierta intencionalidad educativa a la hora de su puesta en práctica. Por supuesto, todas ellas cumplen el requisito fundamental de utilizar el medio natural como elemento principal para llevarlas a cabo.

Como es lógico, además de llevar a cabo en el medio natural actividades de tipo educativo, también se pueden practicar actividades puramente de ocio y disfrute personal. Siendo así estas actividades ya no pertenecerían al grupo de AFMN.

Este contacto con la naturaleza nos brinda numerosos factores positivos, pero no solo eso, sino que también tiene algún que otro efecto negativo.

A continuación explicare de forma breve alguno de ellos. En cuanto a los factores positivos destacar los siguientes:

- El Espacio Natural es ilimitado, poseemos todo el que queramos para llevar a cabo nuestra actividad; por tanto no existe condicionante de espacio.
- Ofrece la oportunidad a las personas de conocer la riqueza de conocimientos variados que nos brinda. Aprendiendo por tanto diferentes normas y leyes que hay que respetar en todo momento.
- Brinda un amplio abanico de posibilidades a la hora de poder realizar diferentes actividades físicas.
- En plena naturaleza, los condicionantes externos a los que se ve sometida la escuela desaparecen, pudiéndose llevar proyectos pedagógicos con gran autonomía y libertad entre grupos.

Respecto a los factores negativos mencionar los siguientes:

- El miedo a lo desconocido es algo inevitable y existente, pero aún así, ante situaciones que nos produzcan emoción y aventura el alumno se siente motivado. Hay que evitar en todo momento estas sensaciones de temor.
- La puesta en práctica de estas actividades físicas, requieren de disponibilidad de tiempo y dinero, ya que los espacios para llevarlas a cabo se encuentran alejados del centro escolar y su puesta en práctica requiere de un material específico.

5.2 LA ORIENTACIÓN:

5.2.1 ¿Qué es?

Para poder elaborar una definición exacta y adecuada, primero voy a analizar las definiciones realizadas por diferentes autores. De ellas, me han llamado la atención las siguientes:

- Los autores Kronlund, M., Gómez Encinas, V., Zorrilla, P., Borrero Álvarez, M., Rodríguez Menéndez, J.A. (1987) afirman lo siguiente sobre la orientación:

Consiste en un recorrido de longitud y dificultad variable, siempre acorde con el nivel del corredor. Dibujado en un mapa y materializado en el terreno por unas balizas blancas y naranjas, el objetivo de la carrera es realizar este recorrido en el menor tiempo posible con la información que extraigamos del mapa y la ayuda de la brújula como único instrumento. Para garantizar nuestro paso por los puntos marcados llevaremos una tarjeta de control con la cual habrá que fichar en cada control, de forma que al final del recorrido tengamos todas las marcas de los diferentes controles. (p. 13)

- La página web oficial de la Federación Española de Orientación (FEDO) define la Orientación como “una carrera individual sobre terreno variado con un recorrido determinado por una serie de controles que el deportista debe descubrir por itinerarios elegidos por él mismo, sirviéndose únicamente de un mapa y una brújula. Los controles (punto de paso obligatorio) dispuestos en el recorrido están marcados sobre el mapa con círculos rojos. La salida por un triángulo y la llegada por dos círculos concéntricos.”

Tras asimilar y comprender las anteriores definiciones, puedo decir que entiendo la orientación como “aquella actividad física llevada a cabo en un entorno determinado, que consiste en encontrar una serie de balizas escondidas a lo largo del recorrido. Para facilitar la búsqueda se utiliza un mapa y una brújula”.

La orientación no tiene un solo fin, aparte de realizar el recorrido fijado lo antes posible, te brinda la posibilidad de disfrutar del entorno en el que te encuentres.

5.2.2 Diferentes usos de la orientación:

En base a la clasificación elaborada por la Asociación de Clubes de Carreras de Orientación (ACCO), de los autores Kronlund et al. (1987), he elaborado la

siguiente clasificación donde se explica detalladamente cuáles son las características fundamentales de las diferentes formas existentes de practicar orientación y que están relacionadas con el presente trabajo.

- ✓ La Orientación como actividad en la naturaleza: se lleva a cabo con el objetivo de disfrutar de la naturaleza que nos rodea. Para asegurarnos un mayor placer en el momento que desarrollamos la práctica, se debe de tener un conocimiento mínimo sobre la interpretación de mapas y utilización de la brújula.
- ✓ La Orientación como deporte competitivo: La aventura es el aspecto principal que atrae a las personas que se decantan por este tipo de práctica. Distintos terrenos, dificultades, altitudes, considerables distancias y problemas para avanzar en el terreno, son los principales hándicaps que se puede encontrar en el transcurso de la prueba cualquier participante. Para finalizar con éxito es necesario que, posea un cuerpo resistente e inteligente para poder enfrentarse a las adversidades, además de presentar en todo momento un espíritu competitivo.
- ✓ La Orientación como actividad de ocio y aire libre: Debido a que no todo el mundo tiene las mismas aspiraciones, también se llevan a cabo competiciones donde el principal objetivo no es la consecución del primer puesto, sino el simple hecho de disfrutar del contacto con la naturaleza. Estas personas también sienten atracción hacia la aventura que supone la orientación.
- ✓ La Orientación como una actividad para disfrutar: El pleno contacto con la naturaleza provoca en muchas personas bienestar, alegría y una sensación placentera. Utilizando la orientación como medio para conseguir todo ello, pues en cualquier prueba de orientación se pueden encontrar personas de distintas edades, persiguiendo un mismo objetivo, el pleno disfrute de la naturaleza.

Como se ha podido comprobar los usos que se pueden hacer de la actividad física de orientación son muy amplios. Se pueden abarcar diferentes ámbitos, niveles de exigencia personal por parte de los participantes, deportistas y aficionados de la orientación.

Puedo decir por tanto que, la orientación se trata de un deporte que se encuentra al alcance de todas las personas que sientan el deseo de practicarlo, entre ellos se encuentra el alumnado de primaria, eje central de este trabajo.

5.3 LA ORIENTACIÓN EN EDUCACIÓN PRIMARIA.

5.3.1 La orientación llevada a cabo en Educación Primaria:

Como ya he dicho anteriormente, la orientación es una actividad física que ayuda tanto al desarrollo físico como cognitivo del alumnado. Por este motivo, con el fin de desarrollar dicho aprendizaje, la actividad física de orientación debe de trascender las clases de Educación Física, trabajándose de manera interdisciplinar en otras áreas; estas son:

- El área de matemáticas: influye en la interpretación de mapas, escalas o cálculos de distancias llevadas a cabo en orientación.
- El área de conocimiento del medio: relación directa, pues muchos contenidos llevados a cabo en orientación, están presentes y se trabajan de continuo en este área.
- El área de lengua: también está relacionado, ya que nos podemos encontrar con léxico que no conocemos y debemos de comprender y adquirir este nuevo vocabulario específico de esta actividad física que estamos practicando.
- El área de Educación Artística: existe relación ya que el alumnado es el encargado de construir por sí solo, gran parte del material utilizado durante las sesiones, referido a dibujar mapas, esbozos y aproximaciones de diferentes espacios, diferentes elementos y detalles existentes en estos.

-Sin duda alguna no se puede llevar a cabo ningún tipo de actividad física en el medio natural sino se fomenta y se inculca anteriormente en el alumnado la Educación Ambiental. Como es obvio, se trata del respeto y cuidado del medio natural que nos rodea, en el cual se llevan a cabo las actividades físicas.

Cuando nos encontremos en el medio natural con el alumnado, hay que recordarle que no debe de ensuciarlo ni dañarlo, pues podría hacer inviable en un futuro la práctica de AFMN.

A parte de las anteriores áreas, hay que tener en cuenta también el entorno en el que nos desenvolvemos, así como el uso cultural que este tiene.

- Uso cultural del entorno donde se lleva a cabo la práctica de orientación: Uno de los entornos utilizados para la puesta en práctica de alguna de las sesiones es el Parque de “La Carolina”.

El parque de “La Carolina” se trata de un parque público, situado en el centro del pueblo de Baltanás. Se utiliza como zona de recreo para todo tipo de públicos, acuden a él tanto personas mayores, como jóvenes y niños. Existen diferentes espacios en él, una zona destinada al descanso, donde suelen estar los adultos dando pequeños paseos, otra zona de disfrute y ocio para los niños y niñas.

Este parque llama la atención por la cantidad de flora que posee. A continuación haremos una muy breve descripción de la flora y vegetación que hay allí presente. Para llevar a cabo estas definiciones se ha cotejado información con el personal encargado del parque y la página web de la Real Academia Española (**ANEXO 1**)

En el parque encontramos la siguiente flora:

-Rosal.

-Aligustres.

- Serbal.
- Olmos.
- Hilera de castaño.
- Hilera de álamos.
- Encinas
- Robles.

Además de la flora, el parque también cuenta con una representación en piedra de un chozo, que realizó un pastor. Encima del chozo se encuentra un cordero, símbolo característico de esta zona geográfica palentina. Además de esto, cabe destacar la presencia en el parque de la estatua de un sembrador, en homenaje a los agricultores del pueblo, que corresponden a una gran parte de población total.

Tras el desarrollo de este apartado me doy cuenta de que para llevar a cabo la interdisciplinariedad de la actividad de orientación de una forma adecuada y satisfactoria con el resto de áreas, se necesita la completa entrega y colaboración de todo el profesorado.

5.3.2 La aportación educativa que ofrece la orientación:

El docente debe de tener en cuenta y barajar las distintas posibilidades que ofrece al desarrollo educativo el deporte de orientación.

Se trata de un deporte que contribuye al desarrollo de varios procesos y provoca ciertas actitudes en el alumnado, en relación con el medio en el que se encuentra, su adaptación a él, su forma de enfrentarse ante las adversidades que se le presentan. Me centrare en analizar aquellas que se trabajarán más adelante en la sucesión de actividades propuestas.

➤ La actitud del alumnado ante la práctica de orientación:

Las actitudes pueden ser diversas y variadas, todas ellas influyen en el desarrollo de la actividad. Ante determinadas situaciones el alumnado puede actuar de una manera u otra, todo esto varía dependiendo de su forma de ser y personalidad.

Lo mismo que con la actitud, ocurre con los valores que adquiere el alumnado a través de la práctica de este deporte.

Analizando la clasificación elaborada por Blázquez (1999, p. 54), que aparece en el libro “*La Orientación Deportiva en el Marco Escolar*” de Timón Benítez, L.M., Hormigo Gamarro, F. (2010), he decidido elaborar mi propia clasificación de actitudes, teniendo en cuenta aquellas que se pretenden conseguir mediante el desarrollo de este TFG.

ACTITUDES:

Actitud de placer del movimiento.
Actitud de valoración de la parte no competitiva de la actividad física.
Actitud de integración, convivencia.
Actitud de valoración de la orientación como fuente de recreación y calidad de vida.
Actitud de colaboración, respeto por las normas y por los compañeros.

Tabla 1. Tabla adaptada sobre las actitudes presentes en el alumnado.

Las anteriores actitudes son aquellas que se quieren apreciar y notar en los alumnos a los que va dirigido este TFG. Todas son esenciales y si el alumnado no transmite alguna de ellas, la Unidad Didáctica pierde parte de su efectividad. Pero sin duda alguna, las actitudes más importantes son aquellas que están totalmente relacionadas con la temática del trabajo, la orientación. Deben de demostrar en todo momento

una actitud positiva ante la actividad física que están realizando, así como hacia el medio natural en que se encuentran, cuidándolo y respetándolo.

Al igual que con las actitudes, he tomado como referencia la tabla de valores llevada a cabo por Blázquez (1999, p. 54), que aparece en el libro “*La Orientación Deportiva en el Marco Escolar*” de Timón Benítez, L.M., Hormigo Gamarro, F. (2010), para realizar una tabla concreta incluyendo los valores que se pretende que el alumnado adquiera durante la práctica de orientación.

VALORES:

Deportividad.
Nobleza.
Espíritu de lucha y sacrificio.
Cooperación.
Colaboración.
Compañerismo.

Tabla 2. Selección de valores susceptibles de ser transmitidos por el deporte de orientación.

A través de la puesta en práctica de este trabajo, se pretende que el alumnado adquiera una serie de valores, varios de ellos como la deportividad, espíritu de lucha y sacrificio o compañerismo, se sobreentiende que se adquieren con el simple hecho de la puesta en práctica.

Sin embargo, gran parte de las actividades propuestas pretenden conseguir la adquisición de valores como, la cooperación y colaboración entre los miembros del

grupo creado. Creo que se puede aprovechar mucho mejor el aprendizaje que ofrece la práctica de orientación trabajando por grupos y ayudándose unos a otros, que de forma individual.

En cuanto al análisis y clasificación que realizan Le Boulch, J., (2001, p. 58) y Silvestre, J.C., (1987, p. 58), en el libro “*La Orientación Deportiva en el Marco Escolar*” de Timón Benítez, L.M., Hormigo Gamarro, F. (2010), sobre los elementos que contribuyen a mejorar el esquema motor del alumnado, desde el punto de vista de procesar la información que le llega de todo lo que le rodea. He decidido sistematizar esa información, aportando a mayores mi opinión a pesar de que poseo una breve y joven experiencia sobre el tema a tratar.

En cuanto a la percepción decir que, mediante la práctica de la orientación deportiva el docente debe de buscar en la mayoría de los casos un terreno que sea desconocido para el alumnado; con el fin de desarrollar su capacidad perceptiva.

A nivel personal me ha ocurrido, cuando estaba en un lugar que desconocía, me ha costado mucho más asimilar e interiorizar la información que el medio me transmitía. Seguramente la inseguridad y los miedos existentes en ese momento fuesen los que me impedían asimilar correctamente dicha información.

La decisión, se trata de otro aspecto importante para desenvolverte de manera eficaz y segura en el medio. Para acertar en cuanto a la decisión debes de tener un conocimiento mínimo del entorno, así como credibilidad en nosotros mismos y en nuestros conocimientos para interpretar el mapa, etc.

Personalmente creo que es el aspecto fundamental, pues en base a la decisión que elijas y como la elijas, dependerá el rumbo que tomes.

Por último la ejecución podría ser el resultado satisfactorio de los elementos anteriores, si se han realizado correctamente, la ejecución de las acciones de orientación serán un éxito rotundo.

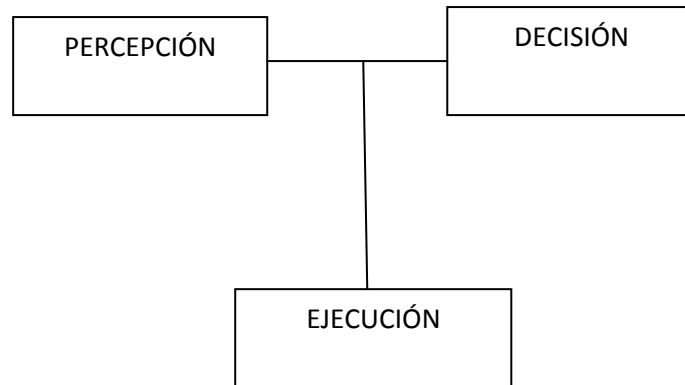


Figura 1. Elementos que contribuyen al desarrollo de los procesos motores del niño.

La explicación anterior, me ayuda a llegar a la conclusión de aquello que solicitamos y exigimos al alumnado cada vez que le exponemos ante la práctica de una nueva actividad sobre orientación.

Basándome en Miguel Aguado, A., (2001, p. 92), puedo decir que son tres aspectos a tener en cuenta:

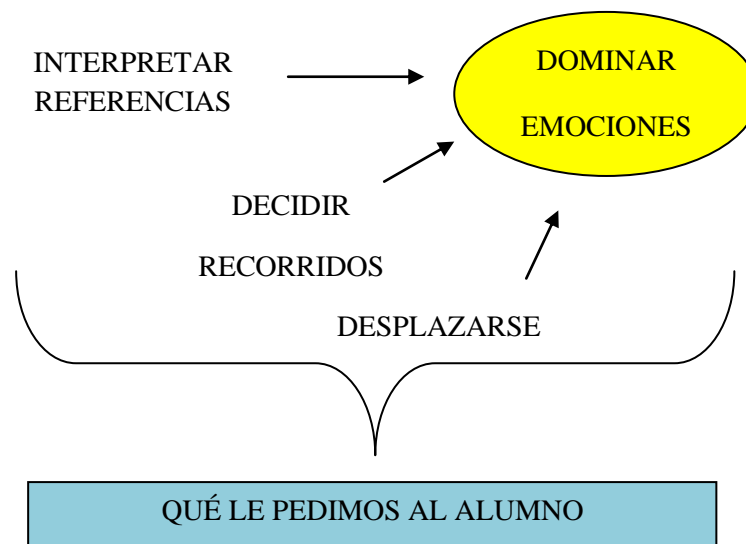


Figura 2. Implicación de la actividad de orientación.

Cada una de las acciones que aparecen en la anterior representación gráfica, el alumnado debe de asimilarlas, comprenderlas y saber llevarlas a cabo para que finalmente, pueda llegar a dominar las emociones que la práctica de orientación le transmite.

Dichas emociones pueden variar en base a como se lleve a cabo la actividad, me refiero a como se establezca la organización de los grupos de acción; si es por parejas, grupos de más personas, si la persona que nos ha tocado como pareja nos transmite seguridad, tranquilidad y ayuda a la hora de orientarnos. Otro elemento a tener en cuenta es el tiempo establecido para realizar la actividad, el alumnado debe de conocer el tiempo del que dispone, para así organizar su manera de actuación. Y para finalizar, un aspecto a tener en cuenta y que condiciona nuestra seguridad y control personal, es el espacio y la limitación de este a la hora de realizar el recorrido fijado.

5.3.3 ¿Cómo llevar a cabo la orientación en las clases de Educación Física?

El deporte de orientación proporciona al alumnado una herramienta muy útil para el desarrollo de sus capacidades físicas. La mayoría de las veces la enseñanza de la orientación se planteará como un juego, en el que el alumno debe encontrar la solución a los problemas planteados por el docente.

Sin duda alguna, uno de los aspectos más interesantes que ofrece la orientación a la hora de llevarla a cabo como contenido educativo, es la motivación que proporciona al alumnado durante el tiempo de acción.

Mediante la puesta en práctica de la orientación en el área de Educación Física, vamos a tener en cuenta los dos tipos de orientación existente; la orientación básica y la orientación precisa. Pues en el momento de la puesta en práctica se usarán elementos pertenecientes a los dos tipos mencionados.

La definición realizada por Rabadán de Cos (2008, p.44), que aparece en el libro *“La Orientación Deportiva en el Marco Escolar”* de Timón Benítez, L.M., Hormigo Gamarro, F. (2010), afirma que: “La Orientación precisa sería el segundo contenido

a tratar, siguiendo una progresión lógica, aunque siempre debe darse a conocer y practicar, como información previa, algunos elementos de la orientación básica”.

Por tanto, primeramente se realizará una breve explicación de los elementos pertenecientes a la orientación básica, definiendo dicha orientación como aquella que se basa en el uso y conocimiento de elementos tradicionales (el sol, las estrellas, la luna), elaborando así mapas sencillos, croquis básicos.

Respecto a la orientación precisa, decir que hace hincapié en elementos más precisos y exactos como mapas topográficos, mapas de orientación, brújulas y demás materiales, es decir, los elementos que se utilizan cuando posees unos conocimientos sobre orientación mucho más amplios.

Tanto los elementos pertenecientes a la orientación básica como aquellos pertenecientes a la orientación precisa se van a trabajar, utilizar y llevar a cabo durante el desarrollo y puesta en práctica de la Unidad Didáctica diseñada en el presente TFG.

5.4 EL DEPORTE DE ORIENTACIÓN

A simple vista ante el espectador, el deporte de orientación puede ser un deporte “no observable”. Se cree que este deporte requiere poco desgaste físico, pero esto no es así, pues en el momento que lo estas practicando vas notando el cansancio en tu cuerpo. Dicho cansancio depende de la intensidad con la que desempeñes la prueba.

Como es lógico existen diferentes tipos de carreras de orientación, atendiendo a la edad y sexo de los participantes, cada orientador participa en una prueba adaptada a sus necesidades y características personales. En una prueba de orientación se debe de atender a varios aspectos para determinar el puesto de llegada. No sólo se tiene en cuenta la velocidad y tiempo invertido en el desarrollo de la prueba, sino que también se observan aspectos como saber interpretar el plano para determinar así los rumbos adecuados hacia los puntos de control. Ser capaz de tomar decisiones rápidamente ante situaciones de fatiga y agobio en momentos de desorientación, entre otros aspectos esos son los que se tienen en cuenta para puntuar al deportista y así determinar su posición.

Sin duda alguna, el deporte de orientación destaca porque requiere un esfuerzo mental importante a diferencia de otros deportes. Se trata de un deporte en el que debemos de pensar primero, para posteriormente poder ejecutar la acción. Debemos de analizar bien el mapa que tenemos entre manos, en relación con el terreno en el que nos encontramos. Posteriormente, es cuándo tendremos que decidimos por tomar un rumbo en la ruta.

5.4.1 ¿Dónde llevarlo a cabo?

El deporte de orientación tiene como fin principal orientarse, así como la consecución de una serie objetivos intrínsecos que dicho deporte persigue y que son los siguientes: conocer, observar, disfrutar y respetar el medio natural.

El deporte de orientación tiene el beneficio de que se puede practicar en cualquier espacio, ya sea urbano, rural, conocido o desconocido. Posee una característica especial este deporte, es su contacto con la naturaleza. Por este motivo el espacio ideal para ponerlo en práctica es el Medio Natural.

Además de esto, la orientación se trata de un deporte completo ya que favorece el desarrollo de la capacidad cognitiva de la persona. Es decir es necesario ese desarrollo para poder interpretar un mapa, orientarse, identificar el camino correcto, intuición y otra serie de destrezas que van surgiendo en el transcurso de la carrera.

No hay centrarse en la dimensión espacial, debemos de atender también a la dimensión temporal pues contamos con un tiempo determinado para completar el recorrido total.

5.4.2 Conocimientos básicos que debemos de saber sobre el material empleado en el deporte de orientación.

Basándonos en las palabras de Kronlund et al. (1987), Abad Herrero, J., Martín Tamayo, C., (2006), además del conocimiento propio adquirido gracias a las clases teóricas recibidas en la asignatura *Educación Física en el Medio Natural* llevada a cabo en el 4º curso, me atrevo a realizar las siguientes definiciones:

El mapa: representación del terreno donde se encuentran todos y cada uno de sus accidentes geográficos. La lectura e interpretación correcta de estos nos permite en todo momento saber donde nos encontramos, para ello es necesario tener un conocimiento previo de los siguientes elementos que componen el mapa:

- Orientación del mapa y direcciones: de forma general, en la parte superior de los mapas de orientación aparecen situado el denominado Norte geográfico.
- Escala: se trata de la relación constante entre las dimensiones existentes en el mapa y las que existen realmente en la realidad del terreno. Existen dos tipos de escala: gráfica y numérica.
- Curvas de nivel: son líneas imaginarias que unen todos los puntos que tienen la misma altitud en el terreno, como si fueran cortes horizontales. Son cerradas y no se cortan. Suelen ser de color marrón, distinguiéndose así de otros elementos representados en el mapa.
- Control y baliza.

-Baliza: se trata de una tela con forma de prisma triangular. Cada lado está dividido diagonalmente en dos partes, una de color naranja y otra blanca.

-Control: marcan los lugares en los que se encuentran las balizas. Representados en color rojo poseen las siguientes características:

- ✓ La salida se representa con un triángulo.
- ✓ Los controles se representan con un círculo.
- ✓ La meta se representa con dos círculos concéntricos.

- ✓ Todo el recorrido se une con líneas rectas.
- ✓ Todos los controles se enumeran correlativamente.

La leyenda: se trata de una breve explicación del significado de los diferentes símbolos que figuran en el mapa. La leyenda aparece en el margen, junto con el mapa. (ANEXO 2)

- Simbología: con el fin de diferenciar los distintos elementos del terreno representado en el mapa, los símbolos suelen aparecer en diferentes colores, estos son los siguientes:
 - ✓ Marrón: utilizado para representar todo lo referente al relieve (curvas de nivel, hoyos en el terreno, taludes, etc.)
 - ✓ Negro: Empleado para los detalles artificiales. Además en los mapas de orientación se representan con este color las piedras, cortados, etc.
 - ✓ Azul: usado para representar las zonas de agua (lagos, ríos, pantanos, fuentes, etc.)
 - ✓ Verde: empleado para zonas de vegetación. En los mapas de orientación cuanto mayor intensidad tenga el verde, más espesa y poblada será la vegetación. Las zonas de bosque accesible se colorean de color blanco.
 - ✓ Rojo: utilizado en orientación para marcar las zonas prohibidas, además de para señalar las carreteras importantes y las zonas urbanas.

Brújula: se trata de un instrumento sencillo formado por una aguja imantada, donde uno de sus extremos siempre señala el Norte Magnético. (ANEXO 3). La brújula es uno de los instrumentos fundamentales para realizar la orientación, de forma más segura y eficaz.

Además de utilizar todos estos materiales para llevar a cabo la orientación, existen una serie de Técnicas de orientación utilizadas para facilitar su práctica. En la presente Unidad Didáctica se pondrán en práctica dos tipos de técnicas, para llevarlas a cabo es necesario el uso de la brújula. Se trata de las técnicas de orientar el mapa y determinar un rumbo o dirección a seguir. **(ANEXO 4)**

Está claro que para poder llevar a cabo una práctica efectiva, el dominio y control del mapa de orientación es esencial. La lectura adecuada de mapas topográficos es una garantía de avance en el medio en el que nos encontramos. En cuanto perdamos la orientación del mapa, nosotros nos sentimos desorientados automáticamente. Es en ese momento cuando los aspectos explicados anteriormente sobre qué decisión tomar en el camino y la ejecución de esta se vuelven confusas y trae consigo, que no lleguemos donde pretendíamos, nos hemos perdido.

5.5 ELEMENTOS QUE FACILITAN LA PRÁCTICA DE ORIENTACIÓN: LOS MAPAS. CREACIÓN DE MAPAS MEDIANTE EL PROGRAMA OCAD.

El programa OCAD según lo define su página web oficial “es un programa para dibujar mapas, que ofrece un conjunto extenso de símbolos para dibujar; como mapas de ciudades, mapas de calles, mapas geológicos y por supuesto mapa de orientación, etc.”

Mi tutor del Trabajo Fin de Grado, me propuso la idea de utilizar este programa y acepté. Por consiguiente he decidido incluir este apartado en el trabajo porque está relacionado con una parte de la propuesta de la Unidad Didáctica, en la cual se realizarán diferentes mapas, empleando para ello el programa OCAD.

La elaboración de mapas mediante el programa OCAD se trata de un trabajo complejo y laborioso a la hora de llevarlo a cabo, pues es un programa que utilizan los creadores profesionales de mapas de orientación.

Los mapas realizados aparecen en varios anexos. **(ANEXO 5).**

6. PROPUESTA DE UNIDAD DIDÁCTICA: “LA ORIENTACIÓN LLEVADA A CABO EN EDUCACIÓN FÍSICA EN PRIMARIA”.

6.1 INTRODUCCIÓN

La presente Unidad Didáctica se lleva a cabo con el fin de fomentar el contacto con la naturaleza, a través de la puesta en práctica de la actividad física de orientación. Se llevará a cabo con el alumnado perteneciente a 6º de Primaria.

He decidido proponer esta Unidad Didáctica a este grupo en concreto, ya que es una clase bastante competitiva y un poco egoísta. A través de la actividad de orientación, pretendo fomentar la admiración y el gusto por la naturaleza que nos rodea, así como por el medio natural en el que nos desenvolvemos. También mediante esta práctica se pretende desarrollar valores de cooperación y compañerismo entre todos.

Esta Unidad Didáctica he tenido la suerte de poder llevarla a cabo en el centro escolar donde he realizado mi Prácticum II. Por tanto la Unidad está llevada a cabo por distintos entornos, todos ellos cercanos al centro escolar.

6.2 JUSTIFICACIÓN

La Unidad Didáctica “nos orientamos” se lleva a cabo con el objetivo de que el alumnado aprenda diferentes aspectos y elementos propios del deporte de orientación. No se va a pedir un control y conocimiento muy exhaustivo del tema, sino lo esencial para que el alumno sea capaz de orientarse en el medio en el que se encuentra. No es la primera vez que el alumnado de 6º de Primaria aborda el tema de orientación, por este motivo, en algunos aspectos he tenido la suerte de no partir de cero, y así poder avanzar.

He querido elaborar una Unidad Didáctica un poco diferente a la que posiblemente se haya llevado a cabo años anteriores por mi tutor. Para conseguirlo, he propuesto actividades diferentes, he elaborado mapas de orientación, material complementario

para mejorar y completar las sesiones, todo esto adaptándolo al espacio del que he podido disponer.

Esta Unidad Didáctica se trabaja durante estas fechas del curso puesto que las condiciones meteorológicas son más favorables para poder llevar a cabo la práctica en el exterior del pabellón.

6.3 CONTEXTO

El CEIP “San Pedro” se trata de un colegio situado en la localidad de Baltanás (Palencia). A este colegio acuden niños de distintos pueblos, pertenecientes a la comarca del “cerrato palentino”. En el centro hay un total de 111 alumnos. De los cuales, la presente propuesta didáctica irá dirigida a 17 alumnos de ellos, pertenecientes a 6º de Primaria.

- El alumnado y sus características:

Como ya he comentado anteriormente, se va a llevar a cabo dicha Unidad Didáctica con 17 alumnos pertenecientes a 6º de Primaria. Destacar que este grupo es extremadamente competitivo, aspecto que se ha tenido en cuenta a la hora de plantear las sesiones. Muchas veces se ha tenido más en cuenta e importancia el compañerismo y el trato hacia el resto de sus compañeros, que el resultado final obtenido. El compañerismo y respeto es un valor que se ha intentado inculcar, pues esta competitividad hace que exista mucha rivalidad entre ellos.

- Zona geográfica disponible para la puesta en práctica:

Se llevará a cabo gran parte de la propuesta didáctica dentro del centro escolar, cuenta con un pabellón amplio, además de un patio grande. En definitiva el centro dispone de una variedad de espacios para practicar la actividad de orientación de manera completa, variando las actividades para incrementar la motivación del alumnado.

6.4 OBJETIVOS

Antes de llevar a cabo cada una de las sesiones planteadas, se deben de fijar una serie de objetivos. Estos están relacionados estrechamente con los objetivos específicos del presente TFG. Además de esto, he querido relacionarlos también con los objetivos del BOE (nº173) y los objetivos del B.O.C.Y.L (nº 89), con la intención de dar una mayor coherencia y relación a todo el trabajo.

Objetivos Generales del BOE (nº 173)

- Utilizar sus capacidades físicas, habilidades motrices y su conocimiento de la estructura y funcionamiento del cuerpo para adaptar el movimiento a las circunstancias y condiciones de cada situación.
- Participar en actividades físicas compartiendo proyectos, estableciendo relaciones de cooperación para alcanzar objetivos comunes, resolviendo mediante el diálogo los conflictos que pudieran surgir y evitando discriminaciones por características personales, de género, sociales y culturales.

Objetivos Generales del B.O.C.Y.L (nº 89)

- Participar en actividades físicas compartiendo proyectos, estableciendo relaciones de cooperación para alcanzar objetivos comunes, resolviendo mediante el diálogo los conflictos que pudieran surgir y evitando discriminaciones por características personales, de género, sociales y culturales.
- Realizar actividades en el medio natural, de forma creativa y responsable, que tengan bajo impacto en el ecosistema, conociendo el valor del medio natural y la importancia de contribuir a su conservación, protección y mejora.
- Desarrollar la iniciativa individual y el hábito de trabajo en equipo, aceptando las normas y reglas que previamente se establezcan.

Los Objetivos específicos fijados en esta Unidad Didáctica son:

- ✓ Conocer y entender el desarrollo de la puesta en práctica de las diferentes formas de llevar a cabo la orientación.
- ✓ Comprender y saber utilizar los diferentes elementos de orientación para evitar desorientarse en el medio natural.
- ✓ Elaborar mapas de dificultad mínima, teniendo en cuenta los principales elementos del entorno.
- ✓ Identificar los distintos elementos de un mapa para favorecer su orientación.
- ✓ Conocer el funcionamiento de la brújula y las partes que la componen.
- ✓ Orientar el mapa y determinar rumbos entre dos puntos del mapa, usando la brújula.
- ✓ Valorar un ambiente de respeto y de cooperación entre compañeros durante el desarrollo de las actividades físicas.

6.5 CONTENIDOS

Primeramente se plasmarán aquellos contenidos establecidos por el BOE (nº173) y que están relacionados con la presente Unidad Didáctica. Se realizará lo mismo con aquellos contenidos del B.O.C.Y.L (nº 89) que tengan relación con dicha Unidad. Finalmente citaré los contenidos específicos establecidos para la Unidad Didáctica, obviamente estarán relacionados con los contenidos mencionados anteriormente.

Contenidos Generales del BOE (nº 173):

TERCER CICLO

B2: Habilidades motrices:

-Adaptación de la ejecución de las habilidades motrices a contextos de práctica de complejidad creciente, con eficiencia y creatividad.

-Implicación activa en actividades motrices diversas, reconociendo y aceptando las diferencias individuales en el nivel de habilidad.

B4: Actividad física y salud:

-Medidas de seguridad en la práctica de la actividad física, con relación al entorno. Uso correcto de materiales y espacios.

- *B5: Juegos y actividades deportivas:*

-Juegos y actividades deportivas en el medio natural. Práctica de juegos de orientación. Respeto del medio ambiente y sensibilización por su cuidado y mantenimiento sostenible.

-Aprecio del juego y las actividades deportivas como medio de disfrute, de relación y de empleo satisfactorio del tiempo de ocio.

Contenidos Generales del B.O.C.Y.L (nº89):

TECER CICLO:

B1: El cuerpo: imagen y percepción.

-Direccionalidad del espacio: dominio de los cambios de orientación y de las posiciones relativas derivados de desplazamientos propios o ajenos.

B2: Habilidades motrices.

-Asimilación de nuevas habilidades o combinaciones de las mismas y adaptación de las habilidades motrices adquiridas a contextos de práctica de complejidad creciente, lúdicos o deportivos, con eficiencia y creatividad.

-Disposición favorable a participar en actividades diversas aceptando las diferencias en el nivel de habilidad

B5: Juegos y actividades deportivas.

-Valoración del esfuerzo personal y colectivo en los diferentes tipos de juegos y actividades deportivas al margen de preferencias y prejuicios.

-Aceptación y respeto hacia las normas, reglas, estrategias y personas que participan en el juego. Elaboración y cumplimiento de un código de juego limpio.

-Valoración, disfrute y respeto consciente del medio ambiente a través de la realización de actividades en el medio natural.

-Aprecio del juego y las actividades deportivas como medio de disfrute, relación y empleo satisfactorio del tiempo de ocio.

Contenidos específicos de la Unidad Didáctica:

Conceptuales:

- ✓ Conocimiento básico de los elementos de orientación: Mapas, brújula.
- ✓ Percepción del espacio.
- ✓ Asimilación de varios métodos de orientación.

Procedimentales:

- ✓ Elaboración de mapas simples.
- ✓ Utilización del mapa y la brújula para orientarse en un lugar determinado.

Actitudinales:

- ✓ Colaboración y cooperación con los compañeros a la hora de poner en práctica las actividades propuestas.
- ✓ Respeto por el entorno que les rodea y medio ambiente.

6.6 METODOLOGÍA

Se pretende que el alumnado durante el desarrollo de las diferentes sesiones, sea un miembro de la clase participativo, comunicativo, cooperativo con los demás y además que posea una capacidad de decisión ante las diferentes incógnitas y dificultades que se le planteen.

Contreras Jordán (1998) trata en su libro “*Didáctica de la Educación Física. Un enfoque constructivista*” varios estilos de enseñanza en el ámbito de la Educación Física que vienen de la mano de Mosston (1982, pp. 282-290) en su obra *La enseñanza de la Educación Física*, describe varios estilos de enseñanza:

- Mando directo.
- Asignación de Tareas.
- Enseñanza Reciproca.
- Grupos Reducidos.
- Programas Individuales.
- Descubrimiento Guiado.
- Resolución de Problemas.
- Creatividad.

Para elaborar la metodología que se va a llevar a cabo en el desarrollo de esta unidad, he decidido elegir algunos de los estilos de enseñanza propuestos anteriormente.

Un tipo de enseñanza que se lleva a cabo a lo largo de las sesiones es aquel basado en un aprendizaje a través del mando directo. Información transmitida por el docente, en varias actividades sobre como orientarse y qué dirección tomar. El alumnado debe de reaccionar de forma inmediata a dicha información, para así saber si controla las nociones espaciales y su orientación.

Además para ir construyendo un aprendizaje sólido y fuerte considero que el aprendizaje mediante la asignación de tareas es fundamental, desarrollando la autonomía e iniciativa personal del alumnado. Es en las carreras de orientación propuestas donde se establece este tipo de aprendizaje. Puesto que es el alumnado, el que sigue las pautas prefijadas por el docente para llevar a cabo de manera independiente la tarea encomendada. Siendo el docente el que guía el aprendizaje, vigilando al alumnado y corrigiendo aquello que no se está realizando correctamente, mejorando así, su aprendizaje.

Sin duda alguna, el punto fuerte de la propuesta de Unidad Didáctica es el trabajo colaborativo y cooperativo por parte de todo el alumnado. Por este motivo, se estructurarán la mayoría de las actividades por grupos.

Por tanto otra forma de enseñanza que se va a llevar a cabo es la llamada enseñanza recíproca entre sus compañeros, se formarán grupos de 2 o 3 personas solamente. Este tipo enseñanza se caracteriza por el reparto de tareas. Por ejemplo, un miembro del grupo se dedicará a dibujar el mapa del colegio, mientras otros miembros del grupo se dedican a observar cada detalle del terreno que les rodea para comunicárselo al compañero que dibuja, realizando así una tarea conjunta entre todos los miembros.

Para finalizar mencionar ya el último tipo de aprendizaje que se va a llevar a cabo a través de la puesta en práctica de las sesiones, se trata del descubrimiento guiado por parte del docente hacia sus alumnos. Se llevará a cabo mediante las distintas indicaciones o pistas ofrecidas por el docente a la hora de llevar a cabo las carreras de orientación. El alumno a través de los indicios propuestos por el docente, deberá de darle una respuesta, sin ningún tipo de ayuda por parte del docente para dar esa respuesta.

Los anteriores modelos de aprendizaje serán los que se lleven a cabo durante el proceso de enseñanza - aprendizaje abordado en las diferentes sesiones propuestas de la Unidad Didáctica.

6.7 TEMPORALIZACIÓN

Teniendo en cuenta el tiempo atmosférico y en base a que la puesta en práctica de la Unidad Didáctica se va a llevar a cabo en su mayoría fuera del pabellón cubierto. Se decide llevar a cabo la Unidad en unas fechas en las que el tiempo sea lo más probable “bueno” para estar en la calle, es decir que las precipitaciones sean escasas o nulas.

La puesta en práctica de la Unidad Didáctica “Nos orientamos” se lleva a cabo del 21/04/2014 al 15/05/2014. Las clases de Educación Física con este grupo son los lunes y jueves de cada semana. La duración de cada sesión llevaba a cabo es de 1 hora.

6.8 DESARROLLO Y PUESTA EN PRÁCTICA DE LAS SESIONES

El desarrollo de todas las sesiones propuestas estarán estructuradas en tres momentos fundamentales: momento de encuentro, momento de construcción del aprendizaje y momento de despedida.

○ **Primera sesión (21 / 04 / 2014)**

● Momento de encuentro:

El profesor antes de comenzar cada sesión sigue la siguiente rutina:

1. El docente se dirige al aula de referencia.
2. Tanto el docente como el alumnado se quedan en el aula de referencia de dicho curso.
3. El profesor explica la sesión que a continuación se va a llevar a cabo.

● Momento de construcción del aprendizaje:

Durante la primera sesión se explicará la Unidad Didáctica que se va a llevar a cabo durante las siguientes sesiones, cuáles son los objetivos a conseguir y los conceptos a impartir. La presente sesión se llevará a cabo en el aula de referencia de 6º de Primaria. Además de todo esto durante esta sesión se realizará lo siguiente:

1. Se proyectará en la pizarra digital del aula un Power Point elaborado por mí, sobre orientación. Explicando en él, cuáles son los principales tipos, elementos, características sobre orientación. El alumnado tendrá una primera toma de contacto sobre algunos de los contenidos que adquirirán a lo largo de la Unidad Didáctica. **(ANEXO 6)**
2. Posteriormente dibujarán de forma común en la pizarra digital, todo el grupo de clase, un plano del pabellón por dentro. Posteriormente tendrán que dibujarle de forma individual. Teniendo en cuenta detalles que a nivel común igual habían pasado desapercibidos. **(ANEXO 7)**

- Momento de despedida:

El alumnado recoge todo el material utilizado durante la sesión para dejar el aula como se encontraba antes de comenzar dicha sesión.

- **Segunda sesión (24 / 04 / 2014)**

- Momento de encuentro:

El profesor antes de comenzar cada sesión sigue la siguiente rutina:

1. El docente se dirige al aula de referencia a por alumnos, les manda coger las zapatillas de recambio y que se pongan la cazadora.
2. Tanto el docente como los alumnos se dirigen al polideportivo.
3. Los alumnos se cambian de calzado sentados en los bancos.
4. El profesor explica la sesión que a continuación se va a llevar a cabo.

- Momento de construcción del aprendizaje:

Durante la segunda sesión se llevarán a cabo las siguientes actividades:

1. “Carrera de Orientación”. Una vez que estén en el pabellón deberán de dibujar de forma individual el plano del pabellón y todos los elementos colocados intencionadamente en él. A continuación se dividirá el grupo de clase en 3 grupos, de cinco personas cada uno aproximadamente. A cada grupo le corresponderá un mapa con unos controles diferentes. En cada control habrá escondido una letra escrita en un post-it, tras pasar por todos los controles deberán de formar una palabra. Posteriormente deberán de escribir en un folio todo lo que sepan relacionado con esa palabra (qué es, para qué sirve, como se utiliza, todo esto está explicado en sesión anterior).

Gana el equipo que antes realice todo el recorrido y escriba la explicación de su palabra. Para finalizar la sesión, cada grupo dará pistas de la palabra que le ha tocado, el resto de grupos deberá de adivinarlo. **(ANEXO 8)**

- Momento de despedida:

Tras la sesión se manda al alumnado recoger el material utilizado para el desarrollo de dicha sesión, dejando el pabellón tan cual como se encontraba antes de realizar la sesión. Y cada uno de los alumnos se cambia el calzado, hacen una fila y se marchan a su respectiva clase de referencia, todo esto acompañados por los profesores de Educación Física.

- **Tercera sesión (28 / 04 / 2014)**

- Momento de encuentro:

El profesor antes de comenzar cada sesión sigue la siguiente rutina:

1. El docente se dirige al aula de referencia a por alumnos.
2. Tanto el docente como los alumnos se dirigen al patio del colegio para comenzar ahí la sesión de hoy.
3. El profesor explica la sesión que a continuación se va a llevar a cabo.

- Momento de construcción del aprendizaje:

1. Primeramente se colocan por grupos, los mismos que en la sesión anterior. Deberán de realizar el plano del colegio por fuera. Se les mandará dibujar los edificios y elementos característicos, para así facilitar su orientación. Pues para llevar a cabo el desarrollo de la siguiente sesión usarán dichos mapas. Por lo tanto, dependiendo de la cantidad de detalles plasmados en el mapa dibujado, facilitará o no la búsqueda de los controles de orientación. **(ANEXO 9)**

- Momento de despedida:

Tras la sesión se habla de lo visto en la sesión, se comentan las posibles dudas existentes en el alumnado. A continuación el docente recoge los mapas elaborados por los diferentes grupos. El docente acompaña a los alumnos al aula de referencia.

- **Cuarta sesión (05 / 05 / 2014)**

- Momento de encuentro:

El profesor antes de comenzar cada sesión sigue la siguiente rutina:

1. El docente se dirige al aula de referencia a por alumnos.
2. En un primer momento de la sesión tanto el docente como los alumnos permanecen en el aula de referencia, a continuación se saldrá al patio.
3. El profesor explica la sesión que a continuación se va a llevar a cabo.

- Momento de construcción del aprendizaje:

En la cuarta sesión se llevará a cabo lo siguiente:

1. Primeramente se les enseñará unas balizas de orientación y unas pinzas reales, puesto que fueron los elementos que más les llamó la atención.

2. Posteriormente se les mandará realizar una carrera de orientación por el patio del colegio. El mapa tendrá 12 controles, que contará cada uno de ellos con una pieza de un puzle, tras encontrar las 12 piezas deberán de formar el puzle.

Para la puesta en práctica de estas sesiones he elaborado una serie de material para hacer la práctica de orientación un poco más real, este material aparece en los anexos. **(ANEXO 10)**

- Momento de despedida:

Tras comentar la sesión y preguntar dudas, recogen el material y regresan todos al aula de referencia.

- **Quinta sesión (08 / 05 / 2014)**

- Momento de encuentro:

El profesor antes de comenzar cada sesión sigue la siguiente rutina:

1. El docente se dirige al aula de referencia a por alumnos.
2. En un primer momento de la sesión tanto el docente como los alumnos permanecen en el aula de referencia, a continuación se saldrá al patio.
3. El profesor explica la sesión que a continuación se va a llevar a cabo.

- Momento de construcción del aprendizaje:

Durante la quinta sesión, las primeras actividades planteadas se llevarán a cabo en el aula de referencia.

1. En esta sesión se enseñará al alumnado la puesta en práctica del programa de orientación OCAD, utilizado para realizar mapas de orientación. Primeramente se les mostrará el mapa del colegio elaborado por este programa, se les explicará cuales son los diferentes elementos representados. A parte de este mapa, también

se les mostrará el mapa sobre el parque de “La Carolina”, emblemático en el pueblo, con el objetivo de fomentar la educación ambiental y cultural del entorno que nos rodea.

2. En el aula de referencia se explica cómo se realiza la escala de un mapa. Relacionando mediante una regla de tres, la distancia real en el terreno con la distancia en el mapa. Se colocan en grupos de tres, a cada grupo se le da un mapa y deberán de poner la escala en el mapa de orientación que tienen entre manos.
3. Posteriormente se les explicará la utilización de una brújula, así también como orientar el mapa de orientación utilizando para ello la brújula.
4. Para finalizar se dividieron por grupos, los de las anteriores sesiones. Saldrán al patio del colegio y deberán de orientar el mapa utilizando la brújula. Deberán de realizarlo los 3 miembros del grupo.

- Momento de despedida:

Tras la sesión se habla de lo visto en ese día, posteriormente recogen el material para dirigirse al aula de referencia.

- **Sexta sesión (12 / 05 / 2014)**

- Momento de encuentro:

El profesor antes de comenzar cada sesión sigue la siguiente rutina:

1. Va al aula de referencia a por alumnos, para dirigirse al patio
2. El profesor explica la sesión que a continuación se va a llevar a cabo.

- Momento de construcción del aprendizaje:

Durante la sexta sesión se llevará a cabo lo siguiente:

1. Se dividirán por equipos, cada equipo llevará un mapa, una ficha de control y una brújula. Primeramente deberán de orientar el mapa hacia el norte, utilizando para ello la brújula. A continuación, deberán de fijar un rumbo del punto de salida al primer control. Tendrán que realizar el mismo proceso hasta encontrar todos los controles. En cada control se da instrucciones de cómo llegar al siguiente. Para seguir las instrucciones se debe de tener en cuenta siempre la referencia inicial desde donde se ha salido.

En cada control habrá una cartulina con un símbolo dentro, deberán de dibujar dicho símbolo en la ficha de control.

Gana el equipo que antes encuentre todos los controles. **(ANEXO 11)**

- Momento de despedida:

Tras la sesión, se habla de lo visto ese día. A continuación recogen el material para dirigirse al aula de referencia.

- **Séptima sesión (15 / 05 / 2014)**

- Momento de encuentro:

1. El profesor antes de comenzar cada sesión sigue la siguiente rutina:
2. El docente se dirige al aula de referencia del alumnado.

- Momento de construcción del aprendizaje:

Durante la séptima sesión se llevará a cabo lo siguiente:

1. La séptima sesión se trata de la última de la Unidad Didáctica, por este motivo considero oportuno realizar un examen individual de todos los aspectos teóricos trabajados durante la unidad. Además también se preguntará algún aspecto práctico, con el objetivo de cerciorarme de su atención durante las prácticas realizadas en las sesiones anteriores. **(ANEXO 12)**

La nota del examen se sumará a todo lo realizado durante la Unidad Didáctica.

- Momento de despedida:

Tras la sesión, se habla de lo visto en ese día. A continuación, recogen el material para dirigirse al aula de referencia.

6.9 ANÁLISIS DEL PROCESO EDUCATIVO

6.9.1 Dificultades de enseñanza por parte del docente durante la puesta en práctica.

La principal dificultad que encontré a la hora de llevar a cabo la unidad, fue la organización del tiempo disponible para cada sesión. Pues me desorientaban bastante los alumnos. Por ejemplo, un día la sesión se llevaba a cabo perfectamente en la hora de clase y otro día me faltaba bastante tiempo para poder llevarla a cabo como estaba prevista.

Considero oportuno comentar que debido a la falta de tiempo para realizar todas las actividades previstas de la unidad, he dejado sin llevar a cabo la práctica prevista en el parque de “La Carolina”. Dicho parque ofrece un enorme interés ambiental, pues posee una gran cantidad de flora, a parte de un interés cultural también a tener en cuenta. Por el contrario, en cuanto a aspectos sobre orientación es un poco pobre, pues no tiene muchos lugares estratégicos ni interesantes para llevar a cabo dicha práctica. Por este motivo, decidí realizar durante una sesión un breve comentario común de todas estas “riquezas” con las que cuenta el parque.

6.9.2 Dificultades de aprendizaje por parte del alumnado durante la puesta en práctica.

La orientación se trataba de un tema que estos alumnos ya habían trabajado el curso pasado, es decir no era nuevo para ellos.

La orientación no se trata de un deporte muy conocido ni admirado entre el alumnado. Al principio mostraron cierto rechazo, pero según iban transcurriendo las sesiones su motivación aumentaba y su implicación en el aula también.

Al alumnado le motivaba que desarrollaras las sesiones lejos del ambiente cotidiano, como era el aula o el pabellón. Por eso, en el momento que se propuso la práctica en el patio del colegio, su motivación y sus ganas de llevar a cabo la sesión aumentaron.

6.10 EVALUACIÓN

En cuanto a la evaluación llevada a cabo en esta Unidad Didáctica, se realizará mediante la observación de varios aspectos desarrollados durante la Unidad Didáctica.

El docente en todo momento estará pendiente de las actuaciones que realiza el alumnado, para así poder ir realizando una evaluación continua.

Además del día a día, también se tendrán en cuenta aspectos relacionados con los contenidos abordados durante la unidad, explicados por el docente. Por tanto, el alumno deberá de estar atento a dichas explicaciones.

Al llevarse a cabo la mayoría de las actividades planteadas en grupos, se tiene muy en cuenta el compañerismo y la cooperación a la hora de poner en práctica las actividades.

También serán objeto de evaluación, el conocimiento y control a la hora de saber utilizar los diferentes elementos explicados en las prácticas de orientación. Así como saber orientar el mapa sobre el terreno, orientar la brújula y por supuesto saber orientarse uno mismo.

En un momento puntual, durante la última sesión de la unidad se llevará a cabo un examen teórico, el cual será otro elemento más a tener en cuenta. Pero en general, la evaluación será la suma de las diferentes anotaciones tomadas y recogidas durante el desarrollo de la Unidad Didáctica.

Antes de fijar los criterios de evaluación específicos de la unidad, se han tenido en cuenta los criterios de evaluación del currículo (BOE nº 173).

Criterios de evaluación generales del (BOE nº 173):

- Adaptar los desplazamientos y saltos a diferentes tipos de entornos que puedan ser desconocidos y presenten cierto grado de incertidumbre.
- Mostrar en los juegos y la práctica de actividades deportivas una actitud de esfuerzo personal y de valoración de las relaciones que se establecen en el grupo.
- Manifestar respeto hacia el medio natural en los juegos y actividades al aire libre, identificando y realizando acciones concretas dirigidas a su preservación.

Criterios de evaluación específicos de la Unidad Didáctica:

- ✓ Conocer los distintos elementos básicos para desarrollar la actividad de orientación.
- ✓ Elaborar un mapa simple y situar en él los elementos más significativos.
- ✓ Saber orientar un mapa y utilizar la brújula para ello.
- ✓ Tener una actitud cooperativa y comprensiva con sus compañeros durante el transcurso de la práctica.

6.11 ANÁLISIS Y CONCLUSIONES DEL TFG

La realización de las conclusiones de un trabajo de esta índole son difíciles de realizar. Sinceramente no sé por dónde empezar, pues cada uno de los apartados incluidos en este trabajo han sido elaborados a conciencia y consensuando diferentes fuentes.

Desde siempre he sentido cierta debilidad y sensibilidad hacia el contacto directo con la naturaleza y es perfecto si además de esto, se le suma la realización de una actividad física en ella. Por eso decidí llevar a cabo un TFG relacionado con las AFMN, para poder fomentar el gusto por la naturaleza al alumnado de Educación Primaria, a través de la puesta en práctica de diferentes actividades en contacto pleno con ella. Pues es en ese momento, cuando aprecias y sientes todo aquello que te transmite la naturaleza a través de sus paisajes, en definitiva te dejas llevar por el encanto natural que te rodea.

Me centraré en comentar el momento de la elaboración y puesta en práctica de la Unidad Didáctica de este TFG, se puede considerar como la primera vez que he tenido oportunidad de llevar a cabo un trabajo sobre un tema perteneciente al área de Educación Física.

He de decir que estoy muy satisfecha con la realización de dicha Unidad Didáctica y por supuesto de su puesta en práctica. En un primer momento su planteamiento fue llevado a cabo con cierto miedo e inseguridad. Ciertos motivos fueron los causantes, como la estructuración inadecuada del tiempo de trabajo y que los niveles establecidos para cada una de las actividades fueran los correctos para conseguir los resultados esperados. Todas estas incógnitas se aclararon tras la puesta en práctica de la Unidad Didáctica. Pude comprobar que dependiendo de la dinámica que tenga la actividad planteada, aumenta o disminuye el tiempo empleado en ella. Respecto a los niveles establecidos para cada actividad, decir que al principio me encontraba un poco desorientada, pero con el paso de los días y observando al alumnado, fui relacionando y asignando diferentes niveles a las actividades dependiendo del momento de acción en el que nos encontrásemos. Todo esto desembocó en unos resultados muy satisfactorios, incluso por encima de lo planteado inicialmente.

En cuanto a aspectos a mejorar, decir que si tuviese que plantear de nuevo la Unidad Didáctica, realizaría más variedad de actividades. Pues tras observar los resultados, me he dado cuenta de que en ocasiones no era necesario repetir las actividades, sino introducir nuevas y más variadas.

Para finalizar, decir que no hay mejor cosa que hacer aquello que te gusta, porque las ganas, entusiasmo e ímpetu que pones al realizarlo se transmite al resto.

Como ya he dicho a lo largo de este Trabajo Fin de Grado y para finalizar, debo recalcar la importancia de transmitir y fomentar al alumnado de Educación Primaria el gusto por la naturaleza.

6.12 REFLEXIÓN FINAL

Cuatro años hace que comencé la universidad y este Proyecto Fin de Grado (TFG) muy posiblemente se tratará del último trabajo que voy a tener que llevar a cabo como alumna de este Grado de Educación Primaria con mención en Educación Física.

Muy orgullosa me encuentro tras la elaboración de este TFG pues me he dado cuenta que muchos de los conocimientos adquiridos durante esta andadura universitaria me han sido de gran utilidad para llevar a cabo dicho trabajo. La temática de orientación me hace sentir especial, pues soy feliz trabajando con aquello que me apasiona, el deporte. Y que mejor oportunidad que la realización de este trabajo para transmitir a los demás la importancia de la naturaleza, su cuidado, el beneficio en varios sentidos que tiene la práctica de AFMN.

En cada trabajo personal realizado entrego un poquito de mí y en el desarrollo de este, así ha sido.

7. LISTADO DE REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Abad Herrero, J., Martín Tamayo, C. (2006). *El deporte de orientación. Actividades en la naturaleza*. Burgos: Instituto para el deporte y juventud de burgos.

Contreras Jordán, O.R. (1998). *Didáctica de la Educación Física*. Barcelona: INDE.

Corbellini, G. (2002). *Guía de orientación* (3º Ed.). Madrid: TUTOR.

Kronlund, M., L., Gómez Encinas, V., Zorrilla, P., Borrero Álvarez, M., Rodríguez Menéndez, J.A. (1987). *Carrera de orientación. Deporte y aventura en la naturaleza*. Madrid: Ediciones Penthalón.

Miguel Aguado, M. (2001). *Actividades físicas en el medio natural*. Palencia: Patronato municipal de deportes.

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

Timón Benítez, L.M., Hormigo Gamarro, F. (2010) *La orientación deportiva en el marco escolar*. Sevilla: Wanceulen Editorial Deportiva.

7.1 RECURSOS ELECTRÓNICOS

Definición de brújula.

<http://www.labrujulaverde.com/2005/05/la-brujula-que-es-y-como-funciona>

(Consulta: 24 de abril de 2014).

Definición de mapa y su uso.

<http://www.ieslasllamas.com/orientacion/plano.htm>

(Consulta: 24 de abril de 2014).

Federación Española de Orientación (FEDO)

<http://www.fedo.org/web/ficheros/federacion/orientacion/Historia-FEDO.pdf>

(Consulta: 29 de abril de 2014)

Guía de inicio a OCAD.

http://lazarus.elte.hu/~zetur/map-clinic/chile/OCAD9_GettingStarted_esp.pdf

(Consulta: 15 de mayo de 2014).

Partes de la brújula.

https://www.google.es/search?q=partes+de+una+br%C3%BAjula&newwindow=1&tbm=isch&imgil=lo6HoESAF9tDdM%253A%253Bhttps%253A%252F%252Fencrypted-tbn3.gstatic.com%252Fimages%253Fq%253Dtbn%253AANd9GcQGGJo5E2iAL-rhomMvqGB2-W7-lr7q72jVU1hQCxHhNP2B3yyDEA%253B519%253B332%253BN1OZOrSSUkJuM%253Bhttp%25253A%25252F%25252Fwww.etitudela.com%25252Fprofesores%25252Fgcf%25252Forientacionycartografia%25252F02e5c29c8e0ff3209%25252F02e5c29c8e10e661b%25252Findex.html&source=iu&usg=__s90hNio5H01RU27fuyU3ehLIFSE%3D&sa=X&ei=vb_HU5XDCKaq0QW84YDIDg&ved=0CCgQ9QEwAg&biw=1280&bih=699#facrc=_&imgdii=_&imgrc=lo6HoESAF9tDdM%253A%3BN1OZOrSSUkJuM%3Bhttp%253A%252F%252Fwww.etitudela.com%252Fprofesores%252Fgcf%252Forientacionycartografia%252Fimages%252Fpartesdelabrujula.jpg%3Bhttp%253A%252F%252Fwww.etitudela.com%252Fprofesores%252Fgcf%252Forientacionycartografi a%252F02e5c29c8e0ff3209%252F02e5c29c8e10e661b%252Findex.html%3B519%3B332

(Consulta: 16 de abril de 2014).

Real Academia Española. Definición de álamos.

<http://lema.rae.es/drae/?val=%C3%A1lamos>

(Consulta: 20 de mayo de 2014).

Real Academia Española. Definición de aligustres.

<http://lema.rae.es/drae/?val=aligustres>

(Consulta: 20 de mayo de 2014).

Real Academia Española. Definición de castaño.

<http://lema.rae.es/drae/?val=casta%C3%B1o>

(Consulta: 20 de mayo de 2014).

Real Academia Española. Definición de encinas.

<http://lema.rae.es/drae/?val=encinas>

(Consulta: 20 de mayo de 2014).

Real Academia Española. Definición de olmos.

<http://lema.rae.es/drae/?val=olmos>

(Consulta: 20 de mayo de 2014).

Real Academia Española. Definición de roble.

<http://lema.rae.es/drae/?val=roble>

(Consulta: 20 de mayo de 2014).

Real Academia Española. Definición de rosal.

<http://lema.rae.es/drae/?val=rosal>

(Consulta: 20 de mayo de 2014).

Real Academia Española. Definición de serbal.

<http://lema.rae.es/drae/?val=serbal>

(Consulta: 20 de mayo de 2014).

7.2 DISPOSICIONES LEGALES

DECRETO 40/2007, de 3 de mayo, por el que se establecen el Currículo de la Educación Primaria en la Comunidad de Castilla y León (BOCyL nº 89).

REAL DECRETO 1513/2006, de 7 de diciembre, por el que se establecen las enseñanzas mínimas de la Educación Primaria (BOE nº 173).

8. ANEXOS

ANEXO 1: FLORA DEL PARQUE DE “LA CAROLINA”.

ANEXO 2: LEYENDA DE UN MAPA DE ORIENTACIÓN.

ANEXO 3: LA BRÚJULA Y SUS DIFERENTES PARTES.

ANEXO 4: TÉCNICAS BÁSICAS QUE DEBEMOS DE SABER LLEVAR A CABO EN EL DEPORTE DE ORIENTACIÓN.

ANEXO 5: PROGRAMA OCAD. ELABORACIÓN DEL PARQUE DE “LA CAROLINA”.

ANEXO 6: POWER POINT SOBRE LOS ELEMENTOS ESENCIALES DE ORIENTACIÓN.

ANEXO 7: PLANO DEL PABELLÓN REALIZADO POR EL ALUMNO.

ANEXO 8: PLANO DEL PABELLÓN ELABORADO PARA EL ALUMNADO.

ANEXO 9: PLANO DEL PATIO DEL COLEGIO ELABORADO POR EL ALUMNO.

ANEXO 10: MATERIAL ELABORADO PARA HACER LA PRÁCTICA DE ORIENTACIÓN MÁS REAL.

ANEXO 11: MAPA Y HOJA DE CONTROL.

ANEXO 12: EXAMEN FINAL DE ORIENTACIÓN.

ANEXO 1: FLORA DEL PARQUE DE “LA CAROLINA”.

La información sobre el parque ha sido cotejada entre el personal encargado de las tareas de jardinería del ayuntamiento de Baltanás, así como con la página de la Real Academia Española.

Rosal: arbusto, con tallos ramosos, generalmente llenos de agujones, hojas alternas, ásperas, formados por un número impar de hojuelas elípticas aserradas por el margen. Tienen una corona de cinco pétalos redondos o acorazonados con muchos estambres y pistilos. Su fruto se trata de una baya carnosa. Entre los diferentes tipos de rosales que existen, los que se encuentran plantados en el Parque de la Carolina son los siguientes:

-Rosal rojo.

-Rosal amarillo.

-Rosal blanco.

-Rosal castellano.

Los rosales son los arbustos mayoritarios existentes en el parque, alegrándolo con su enorme colorido.

Aligustres: arbusto de la familia de las Oleáceas, de unos dos metros de altura, ramoso, con hojas persistentes, lisas y lustrosas. Posee flores pequeñas, blancas y olorosas. Sus frutos son bayas negras, redondas y del tamaño de un guisante.

Serbal: árbol de seis a ocho metros de altura, con tronco recto y liso, ramas gruesas y copa abierta, sus hojas están compuestas de hojuelas elípticas, dentadas y lampiñas. Sus flores son blancas y pequeñas, su fruto es la serba.

Olmos: árbol que aproximadamente posee una altura de 20 metros, su tronco es robusto y derecho, de corteza gruesa y resquebrajada. Su copa es ancha y espesa, tiene unas hojas elípticas, aserradas por el margen, ásperas y verdes por ambas caras. Sus flores

son de color blanco rojizo y sus frutos secos, con una semilla oval, aplastada, verde al principio y amarillenta después.

Hilera de Castaños: árbol de unos 20 metros de altura, su tronco es grueso, copa ancha y redonda, sus hojas grandes y aserradas. Su fruto es espinoso como un erizo, donde se encuentra la castaña.

Hilera de álamos: árbol que presenta una altura considerable, sus hojas son anchas, sus flores laterales y colgantes. Crecen rápidamente, su madera es blanca ligera y muy resistente al agua.

Encinas: árboles con una altura de unos diez a doce metros de altura, con tronco grueso, su copa es grande y redonda y sus hojas algo apuntadas y espinosa y duras. Su fruto son las bellotas.

Robles: árboles que presentan una altura de unos quince o veinte metros de altura, su tronco es grueso y sus hojas son perennes. Sus flores son de color verde amarillento y su fruto son las bellotas.

ANEXO 2: LEYENDA DE UN MAPA DE ORIENTACIÓN.

Leyenda

Vegetación

- Bosque limpio
- Más lento
- Limpio en una dirección
- Bosque Lento
- Impenetrable
- Suelo con arbustos
- Árboles dispersos
- Terrenos cultivados

Claros Cultivos

- Prado
- Claro
- Claros dispersos

Elementos humanos

- Carreteras
- Pista
- Caminos
- Sendas
- Construcciones
- Vallas franqueables
- Muros
- Vía de tren
- Tendidos eléctricos
- Hito, Mojón
- Torres, antenas
- Ruinas
- Elemento humano especial: puestos de caza, colmenas, barbacoas...

Tierra

- Curvas de Nivel
- Talud franqueable
- Foso
- Pequeña depresión
- Depresión
- Surco
- franqueable
- Terreno roto
- Elemento especial de tierra: carbonera...

Roca

- Piedras grandes
- Grupos rocosos
- Terreno pedregoso
- Cortados franqueables
- Cortados infranqueables
- Cueva
- Aguja rocosa
- Suelo de roca
- Pilar de roca

Agua

- Pozo
- Arroyo estacionario
- Lagos
- Río
- Foso con agua
- Depresión con agua
- Manantial
- Zonas pantanosas
- pasable
- impasable

Árbol aislado

Arbusto aislado

Tronco, Árbol característico (árbol caído, tocón, leña, etc.)

Límites de vegetación.

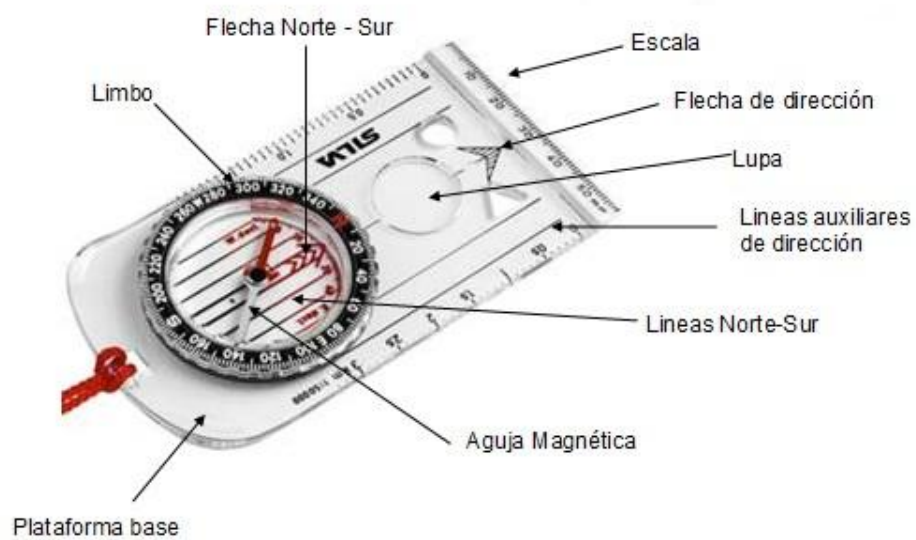
Zona privada

Paso, zona prohibida

Disfruta y respeta el entorno, recuerda que estás en un Espacio Natural Protegido.

Como medidas de seguridad: 1) Haz caso a las indicaciones del profesorado 2) Recuerda la Hora Límite de la actividad 3) En caso de perderte o tener alguna incidencia, debes dirigirte hacia el Norte o NorOeste, terminarás encontrando la carretera.

ANEXO 3: LA BRÚJULA Y SUS DIFERENTES PARTES.



ANEXO 4: TÉCNICAS BÁSICAS QUE DEBEMOS DE SABER LLEVAR A CABO EN EL DEPORTE DE ORIENTACIÓN.

Existen numerosas técnicas para facilitar el deporte de orientación, de todas ellas, las que vamos a llevar a cabo con nuestro alumnado de primaria son las siguientes:

-Diferentes usos de la brújula:

a) Orientar el mapa: se trata de un proceso que consiste en colocar el mapa de tal forma que desde el lugar donde estemos situados los detalles del mapa estén alineados con los del terreno. Para ello debemos de situar la brújula de la siguiente forma:

1. Colocar la brújula sobre el mapa, frente a nosotros, con la aguja magnética próxima a un meridiano del mapa. La brújula y el mapa deberán estar colocados paralelos al suelo, para que la aguja se mueva libremente.
2. A continuación giramos la brújula y el mapa juntos hasta que la brújula se encuentre paralela con los meridianos y el norte del mapa.
3. Levantamos la brújula sin mover el mapa de la posición en que estaba y este queda ya orientado.

El mapa debe de estar en todo momento orientado con el terreno.

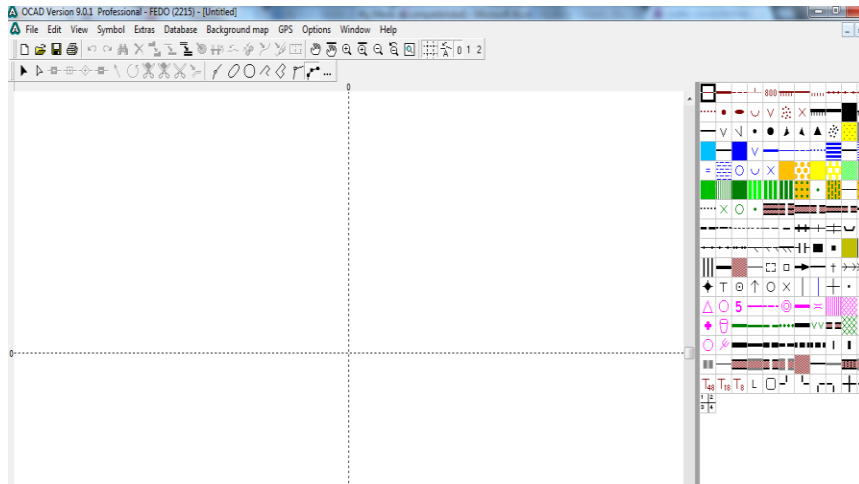
b) Determinar un rumbo o dirección a seguir: Se realiza en tres pasos:

1. Se elige una ruta, por ejemplo, de la salida de la prueba al control nº1. Posteriormente colocamos una línea de dirección uniendo los dos puntos.
2. La base de la brújula se encuentra firmemente apoyada, giramos el limbo hasta que las líneas norte-sur de su interior sean paralelas a los meridianos norte-sur del mapa.

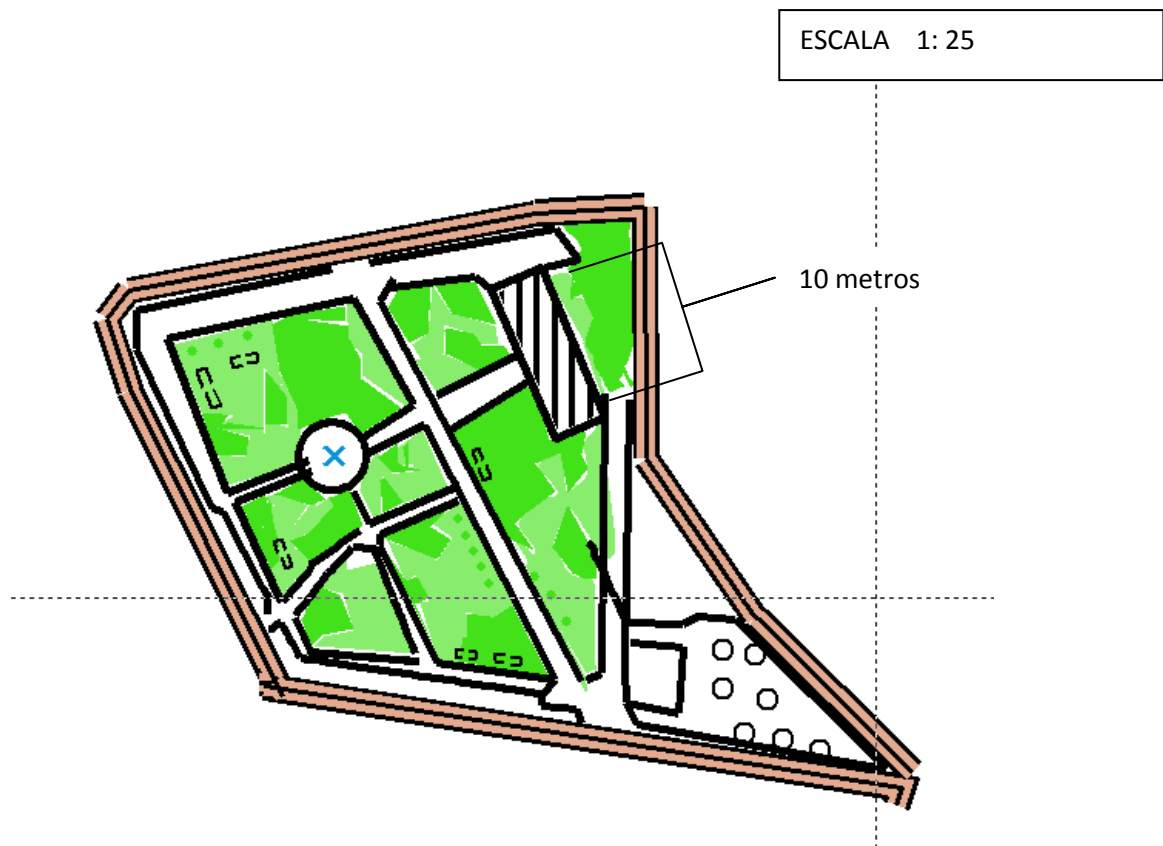
3. Se levanta la brújula del mapa y se mantiene fija en nuestra mano. A continuación giramos sobre nosotros mismos hasta que el norte de la aguja coincida con la flecha norte del limbo.

La dirección que debemos tomar será aquella que nos indique la flecha de dirección.

ANEXO 5: PROGRAMA OCAD



Plano de “La Carolina”



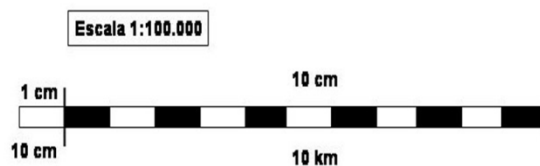
ANEXO 6: POWER POINT SOBRE LOS ELEMENTOS ESENCIALES DE ORIENTACIÓN

LOS CONTROLES

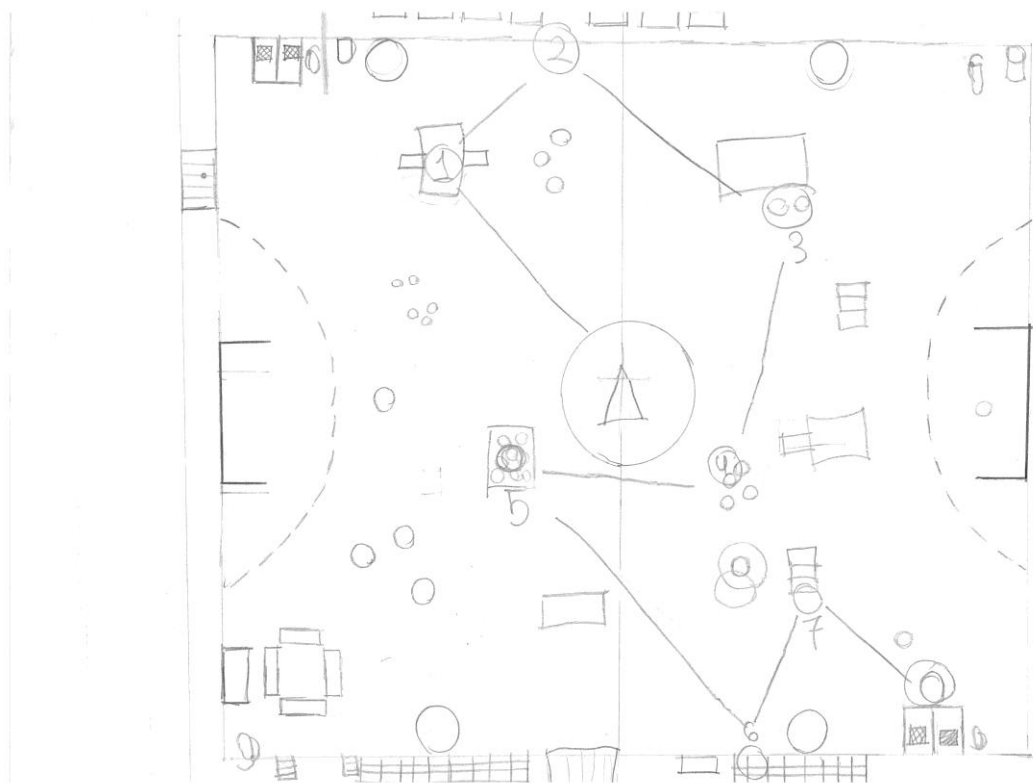
- Los controles marcan los lugares en los que están situadas las balizas. Se representan con el color rojo y tienen las siguientes características:
 - La salida se representa por un triángulo.
 - Los controles se representan con un círculo.
 - La meta se representa por dos círculos concéntricos.
 - Todo el recorrido se une mediante líneas rectas.
 - Los controles se enumeran correlativamente.
 - Cada control esta marcado por una baliza.

LA ESCALA

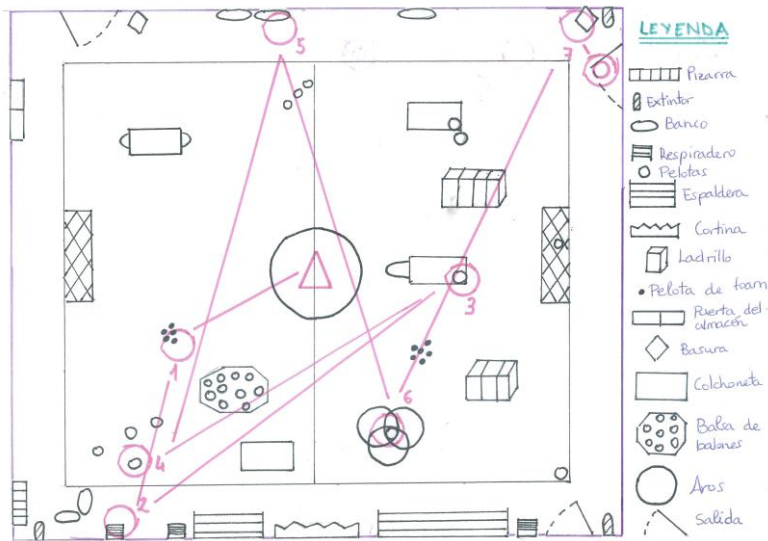
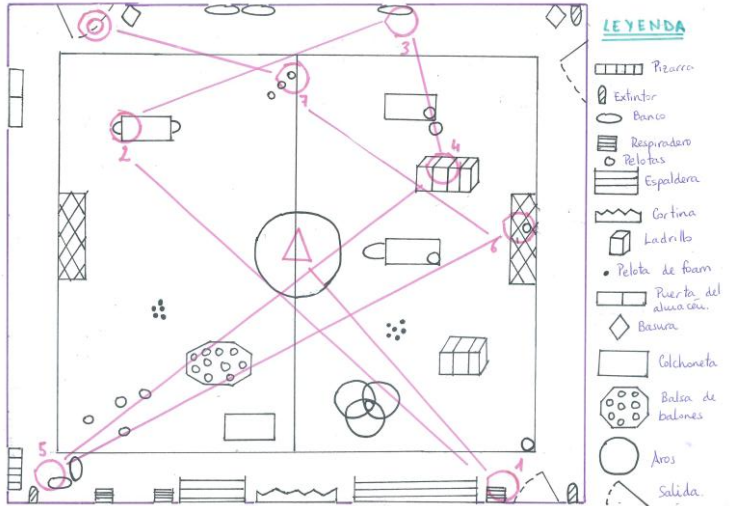
- La escala es la relación constante entre las distancias medidas en el plano y las correspondientes en el terreno real.



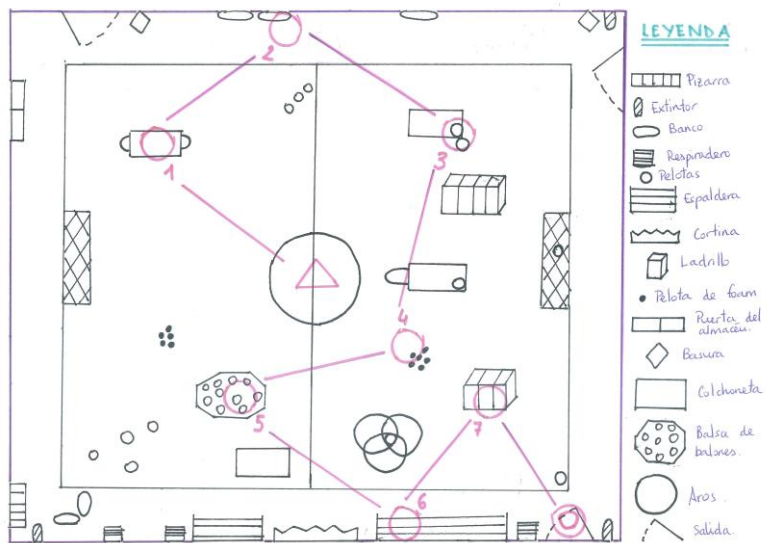
ANEXO 7: PLANO DEL PABELLÓN REALIZADO POR EL ALUMNO.



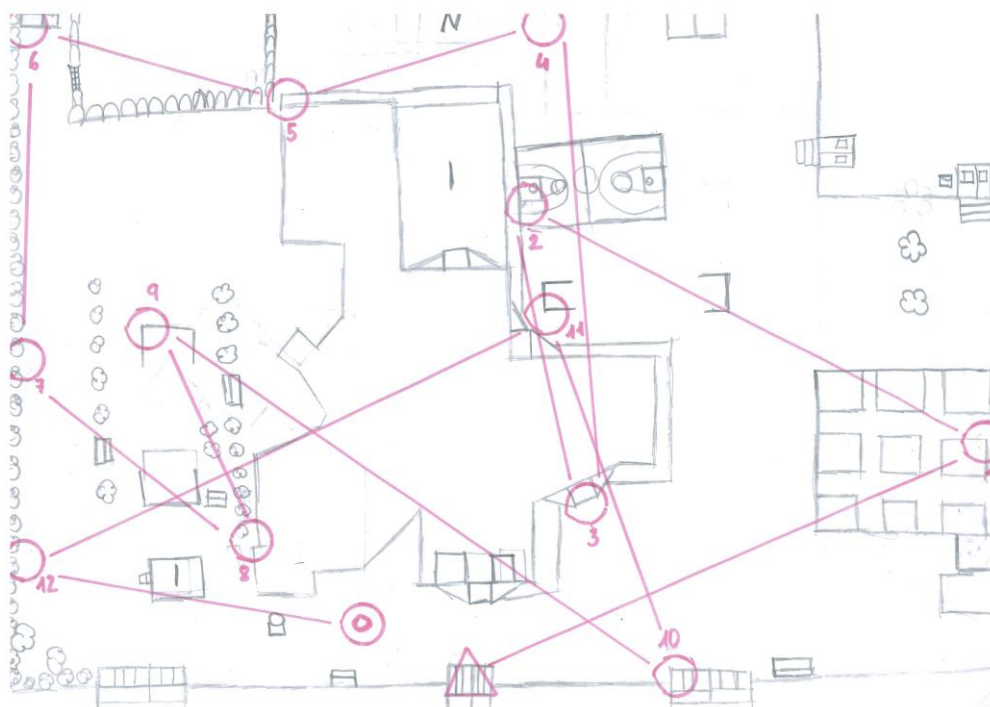
ANEXO 8: PLANO DEL PABELLÓN ELABORADO PARA CADA GRUPO.



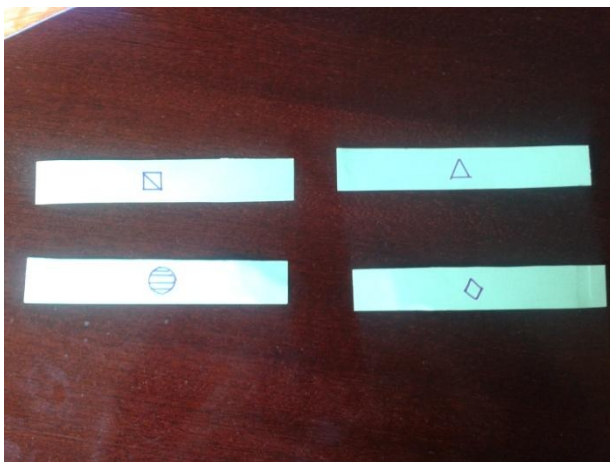
Trabajo Fin de Grado

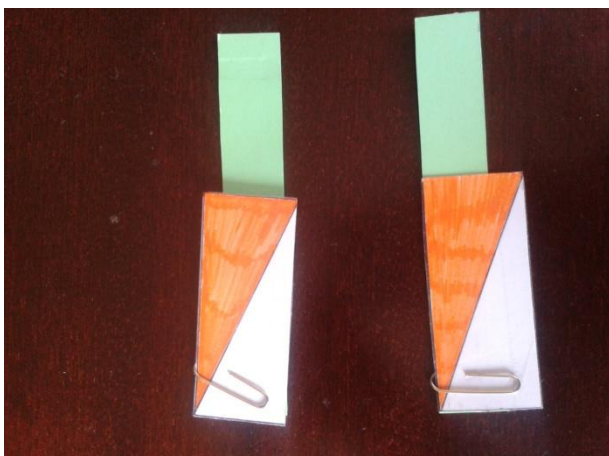


ANEXO 9: PLANO DEL PATIO DEL COLEGIO ELABORADO POR EL ALUMNO.



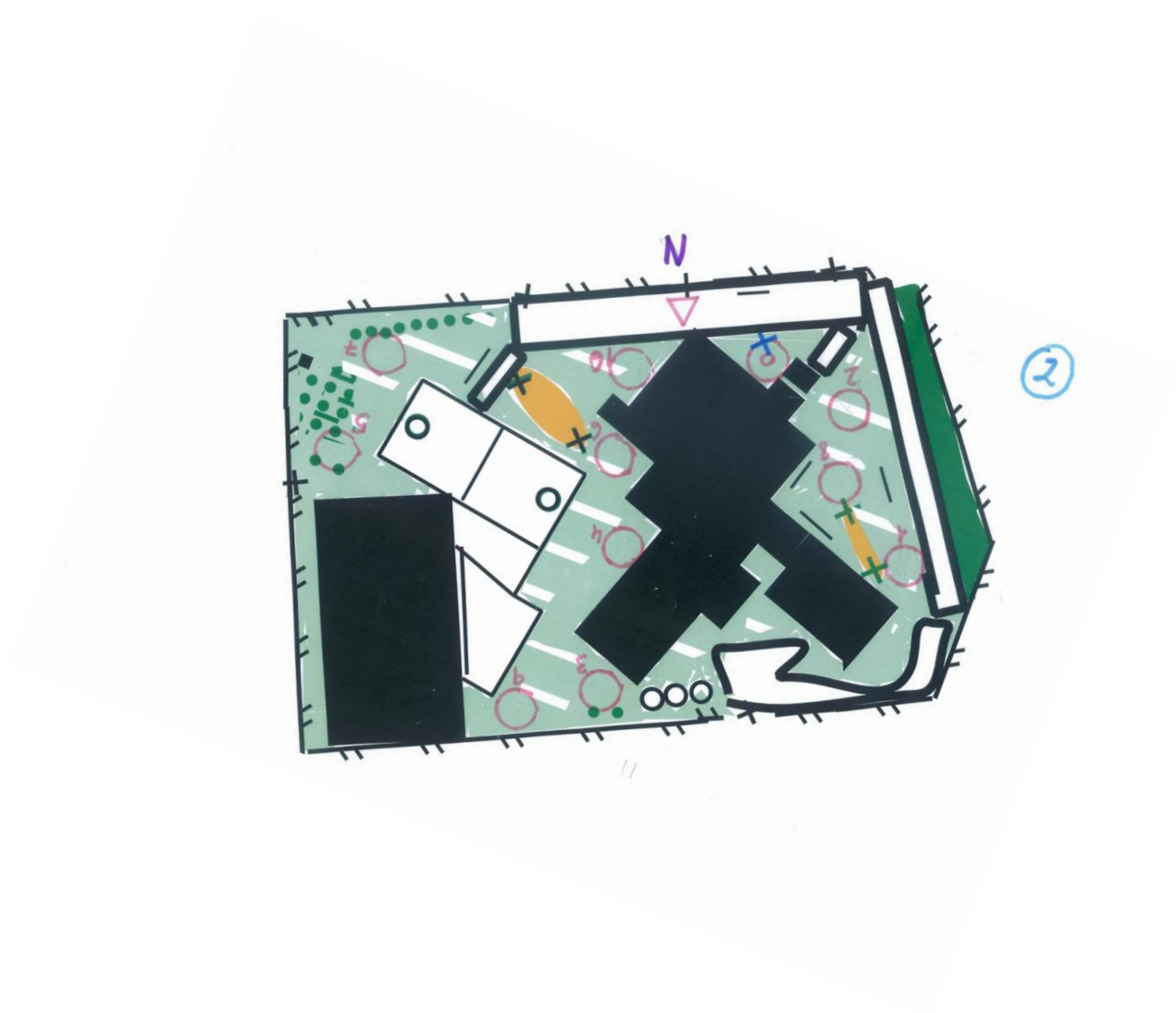
ANEXO 10: MATERIAL ELABORADO PARA HACER LA PRÁCTICA DE ORIENTACIÓN MÁS REAL.





ANEXO 11: MAPA Y HOJA DE CONTROL.

Mapa y hoja de control del grupo número 2



Trabajo Fin de Grado

NOMBRES: Esther, Alejandra, Aisac, Carlos y Alberto Mapa 2

Controles	Descripción	Símbolo
1.	Da 130 pasos 100° Sureste	
2.	Da 40 pasos 60° Noreste	
3.	Da 170 pasos 210° Suroeste	
4.	Da 45 pasos 10° Noreste	
5.	Da 78 pasos 280° Noroeste	
6.	Da 54 pasos 80° Noreste	
7.	Da 49 pasos 325° Noroeste	
8.	Da 120 pasos 85° Noreste	
9.	Da 190 pasos 230° Suroeste	
10.	Da 160 pasos 340° Noroeste	

ANEXO 12: EXAMEN FINAL DE ORIENTACIÓN

En el siguiente anexo se incluye el examen teórico que realice al alumnado el último día que se impartió la Unidad Didáctica “nos orientamos”.

Nombre y apellidos:

1. Sitúa el nombre de las siguientes partes de la brújula:



2. Escribe todo lo que sepas sobre los siguientes elementos de orientación:
 - ✓ Leyenda:
 - ✓ Controles:
 - ✓ Baliza:
 - ✓ Brújula:
3. Realiza el mapa del pabellón colocando 5 elementos extra a parte de los que hay, ya pueden ser bancos, colchonetas, balones, aros. Sitúa 5 controles y realiza un recorrido. Dibuja la correspondiente leyenda.
4. Sitúa varios controles en el siguiente mapa aproximadamente utilizando para ello la brújula, sus coordenadas y grados.
 - 313° Noroeste.
 - 105° Sureste.
 - 67° Noreste
 - 233° Suroeste

