

# PROPUESTA PARA EL FOMENTO DE ACTIVIDAD FÍSICA EN LA NATURALEZA



**Iván Román Hierro**

**TFG**

Facultad de  
Educación y Trabajo  
Social  
Grado en Educación  
Primaria  
Tutor Académico:  
Carmen Hernández  
González



---

**Universidad de Valladolid**

TFG

Las actividades en el medio natural nos ofrecen *“la novedad, las vivencias diferentes, el placer de jugar, el probarse, el relacionarse, el descubrir y dominar el medio y la libertad percibida durante su desarrollo”*

(Arribas, 2008).

## AGRADECIMIENTOS

A mis padres, porque sin ellos no habría llegado hasta aquí. Por inculcarme desde pequeño los valores que hoy me hacen ser como soy. Por apoyarme en los momentos más complicados y darme siempre los mejores consejos.

A mis abuelos, los que están y los que ya no, por ser el impulso que me ayuda a levantarme cada día. Para que podáis sentir el mismo orgullo que yo siento por vosotros.

Al resto de mi familia, especialmente a mis tías: Belén, Titas, Resu, Carmina y Esme. Siempre pendientes de mí, acompañándome desde que nací.

A Quico, que se ha convertido en un miembro más de la familia. Por sus consejos, su sacrificio y su entrega siempre que lo he necesitado. Más que un profesor, un referente, un espejo en el que mirarme, un padre académico, y, por supuesto, un apoyo fundamental para sacar adelante este trabajo. Sin él, mi paso por la universidad no tendría sentido.

A María, pilar fundamental en mi vida. Sin su ayuda habría abandonado en mitad del camino. Siempre a mi lado dando lo mejor sí misma y apoyándome en todos mis proyectos. Por cumplir nuestros sueños y brindarnos el uno al otro todos los éxitos que obtengamos.

Al resto de personas que han hecho posible que haya llegado hasta aquí: amigos, compañeros, profesores... Y también a los que lo han puesto un poco difícil, porque gracias a ellos he aprendido a no rendirme.

**TÍTULO:** Propuesta para el fomento de actividad física en la naturaleza

**AUTOR:** Iván Román Hierro

## **RESUMEN**

En el siguiente trabajo se presenta un planteamiento para la promoción de actividad física en el medio natural llevada a cabo a través de la puesta en práctica de la unidad didáctica "Deporte y Naturaleza". Todo ello desarrollado con el cuarto curso de Educación Primaria del CEIP Miguel Delibes ubicado en la ciudad de Valladolid. La iniciación a la orientación, los juegos populares o el manejo de la bicicleta son los elementos más destacados de las actividades que se llevan a cabo durante la propuesta. Todos ellos analizados, tras su puesta en práctica, con el fin de encontrar tanto los puntos más favorables como los que peor han funcionado. Siendo la salida a un entorno cercano al centro la actividad más destacable, aportando a los niños nuevos recursos y posibilidades.

## **ABSTRACT**

In the following work is going to be presented an approach for the promotion of physical activity in the natural environment carried out through the implementation of the lesson plan whose name is "Sport and Nature". All this was developed with the fourth graders of Primary Education of the CEIP Miguel Delibes located in Valladolid. Initiations to orienteering, popular games or bicycle management are the most important elements of the activities carried out during the proposal. All the topics have been analyzed after its implementation in order to find both, the most favorable and the worst points. Being the exit to a natural environment near the center the most outstanding activity, contributing to the children new resources and possibilities.

**PALABRAS CLAVE:** Educación Física, Medio Natural, unidad didáctica, actividad física.

**KEY WORDS:** Physical Education, Natural Environment, teaching unit, physical activity.

## ÍNDICE

<b>1. INTRODUCCIÓN.....</b>	<b>Pág. 6.</b>
<b>2. OBJETIVOS.....</b>	<b>Pág. 7.</b>
<b>3. JUSTIFICACIÓN DEL TEMA ELEGIDO.....</b>	<b>Pág. 8.</b>
3.1 Relevancia del tema.....	Pág. 9.
3.2 Vinculación con las competencias del título.....	Pág. 11.
<b>4. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA Y ANTECEDENTES.....</b>	<b>Pág. 12.</b>
4.1 Educar en la Naturaleza.....	Pág. 12.
4.2 Actividades en el Medio Natural.....	Pág. 13.
4.2.1 Características de las AFMN.....	Pág. 15.
4.3 La Motricidad en el Medio Natural.....	Pág. 16.
<b>5. METODOLOGÍA.....</b>	<b>Pág. 17.</b>
5.1 Contexto.....	Pág. 17.
5.1.1 Contexto del Centro Educativo (C.E.I.P Miguel Delibes).....	Pág. 17.
5.1.2 El Alumnado.....	Pág. 18.
5.1.3 Contexto para la propuesta.....	Pág. 20.
5.1.4 Experiencias previas.....	Pág. 21.
5.2 Diseño del Plan de Intervención.....	Pág. 22.
5.2.1 Plan de Actuación.....	Pág. 22.
5.2.1.1 Idea.....	Pág. 22.
5.2.1.2 Organización.....	Pág. 24.
5.2.1.3 Gestión.....	Pág. 25.
5.2.2 Temporalización.....	Pág. 26.
5.2.3 Instrumentos de Evaluación.....	Pág. 27.
<b>6. VALORACIÓN DE LA PROPUESTA DE INTERVENCIÓN.....</b>	<b>Pág. 28.</b>
6.1 Narración, Reflexión y Reformulación de la intervención.....	Pág. 28.
6.1.1 Unidad Didáctica.....	Pág. 28.
6.2 Resultados y Evaluación Global.....	Pág. 46.
6.2.1 Consecución de los Objetivos.....	Pág. 47.
6.2.2 Resultados y Valoraciones como Docente.....	Pág. 48.
6.2.3 Evaluación Global en base a los Instrumentos.....	Pág. 49.
<b>7. CONSIDERACIONES FINALES.....</b>	<b>Pág. 51.</b>
<b>8. BIBLIOGRAFÍA.....</b>	<b>Pág. 52.</b>
<b>9. ANEXOS</b>	

## 1. INTRODUCCIÓN

En el siguiente documento se detallan las distintas partes de análisis llevadas a cabo durante el periodo de prácticas del 4º curso del Grado en Educación Primaria en relación al tema principal puesto en práctica: las Actividades Físicas en el Medio Natural (AFMN). A lo largo de diez semanas se van examinando y recopilando los datos necesarios para la creación de un informe final donde se plasma tanto el trabajo realizado como los resultados obtenidos y las reflexiones tras dicho trabajo.

En primer lugar, tras los objetivos marcados para esta propuesta y una justificación teórica del porqué y para qué de este trabajo, se detalla el contexto educativo, donde se muestra la ubicación del centro, las características principales del entorno, su alumnado y las implicaciones pedagógicas del mismo.

En segundo lugar se versa sobre la Educación Física dentro del centro escolar. Aquí se tienen en cuenta tanto el estatus del área dentro del centro como el papel de los docentes especialistas de dicha materia, los espacios y materiales disponibles, etc. Finalizando con un análisis del tutor del centro con el que se realizan las actividades de la propuesta y donde se muestra la metodología empleada y las particularidades de los métodos de enseñanza.

Seguidamente se narra mi propia actuación como docente, en prácticas, detallando las vivencias de cada sesión y buscando la mejora y solución a los errores en las reformulaciones con el fin de crear una unidad perfeccionada donde todos los errores comentados durante este planteamiento se subsanen en el futuro. En este apartado se mencionan actividades de la unidad didáctica creada para la ocasión, que podemos ver en los anexos de este mismo documento, así como otras sesiones similares ajenas a dicha unidad que también se han llevado a cabo durante estas semanas.

Para finalizar, se reflexiona sobre los aprendizajes adquiridos a lo largo de este periodo, breve aunque intenso, y se muestra una valoración personal de todo el proceso, tanto dentro como fuera de la escuela.

En la última parte se pueden encontrar los anexos relacionados con todo lo mencionado dentro del documento; imágenes, unidad didáctica (con anexos propios), observaciones, notas de campo propias...

## 2. OBJETIVOS

El principal objetivo de la propuesta es fomentar la práctica de actividades físicas diferentes a las habituales, desarrollándose estas nuevas en un entorno natural.

También se pretende ampliar el repertorio de juegos y mostrar las posibilidades que pueden ofrecer los ya conocidos, para la educación del ocio de los escolares, todo ello enmarcado en el contexto de la Educación Física escolar en 4º de Primaria.

Estos dos grandes objetivos se desarrollan en el marco de una intervención didáctica que pretende:

- Desarrollar habilidades motrices básicas y específicas en entornos naturales.
- Conocer y vivenciar juegos relacionados con el medio natural y la orientación.
- Conocer y respetar el entorno natural, contribuyendo a su conservación y mejora, y disfrutar de él en el desarrollo de prácticas motrices.

### 3. JUSTIFICACIÓN DEL TEMA ELEGIDO

Se trata de un trabajo fin de grado que gira en torno a la temática del deporte y la naturaleza, fomentando la práctica de actividades fundamentalmente motrices en un entorno natural, a partir de la promoción y práctica de estas a lo largo de las sesiones diseñadas.

El objetivo, tras la puesta en práctica de esta propuesta, es que los participantes amplíen su repertorio de actividades, sobre todo las realizadas al aire libre, y puedan llevarlas a cabo durante su jornada extraescolar, ya que durante el periodo lectivo los juegos que se llevan a cabo suelen ser repetitivos y poco variados, centrando la atención en deportes hegemónicos, como el fútbol. Tras esta propuesta, se pretende que, una vez tratados, temas nuevos u otros juegos y actividades rescatados del olvido puedan llevarlos a cabo modificando así la rutina que se repite en los momentos motrices de los niños.

A través de las sesiones de esta unidad diseñada para la ocasión “Deporte y Naturaleza”, los alumnos podrán ampliar ese abanico de posibilidades con el que completar sus momentos de ocio y recreo practicando actividades como la orientación, -que puede derivar en carreras o competiciones-, juegos populares, -amoldados a nuestras circunstancias que podrán llevarse a cabo en cualquier lugar independientemente del material que dispongamos-, el uso y manejo de transportes no contaminantes como la bicicleta o el monopatín, -donde la práctica y el fomento de estos elementos jugarán un papel muy importante-, así como otras actividades para la mejora de habilidades motrices básicas (trepa/escalada, carreras/relevos, etc.).

La salida fuera del centro escolar que se lleva a cabo durante una de las sesiones de la unidad es uno de los puntos fuertes de la propuesta. Durante esta sesión los alumnos bajo supervisión de los docentes, visitan un parque cercano al colegio y realizan distintas actividades que giran en torno a una red de pistas que deben seguir para encontrar las diferentes zonas de juego. Con ello se pretende hacerles ver que no solo dentro del colegio se pueden llevar a cabo actividades y juegos de ese tipo, sino que durante su tiempo libre pueden practicar otras cosas que no sean el fútbol o la consola, con el valor añadido que supone el contacto con el medio natural.

### 3.1 Relevancia del tema

La motivación por la práctica de ejercicio físico es muy compleja y diversa, explicándose desde enfoques muy diferentes (Roberts y Treasure, 2012). Sin embargo, sobre la necesidad del niño y del adolescente por relacionarse con sus compañeros y amigos no hay ninguna duda.

Según Pérez y Archilla (2015) La promoción de la salud se debe desarrollar de manera vivencial, más allá del libro de texto o de las recomendaciones teóricas. Tampoco puede darse por sentada la idea de que el deporte educa por sí mismo para la salud. Esto es importante en aquellos niños y adolescentes que no se sienten motivados por la práctica deportiva. Los bien cualificados físicamente, cuya competencia percibida es positiva, tienen más fácil encontrar la motivación. Por tanto, aprender a quererse y a cuidarse, buscando unos hábitos de vida activos y saludables, pueden ser uno de los mejores anclajes para la incorporación a la práctica deportiva a lo largo de toda su vida.

Algunas autoras como Freire (2011) opinan que las actividades al aire libre están en contraposición con las actividades en espacios cerrados en los que los alumnos están acostumbrados a realizar sus tareas. A lo largo de las sesiones propuestas se ve cómo el medio se puede adaptar a las posibilidades de cada momento, haciendo posible la realización de actividades que normalmente se dan en el medio natural dentro de la escuela para después llevarlas a cabo fuera de esta. *Educación en verde* (2011), de esta misma autora, nos muestra la importancia que toma una educación en la naturaleza para los niños. La pérdida de miedos, o lo que es lo mismo, el desarrollo de la confianza y el sentimiento de liberación se tratan con términos como *biofobia* o *biofilia*; el miedo por la vida, por lo natural, y el impulso de atracción por la vida como contraste. Esto hace que los niños que reciben este tipo de educación "alternativa", como lo llaman, crezcan en un ambiente de libertad de espacios, de conocimientos y de actividades; lo que supone dejar de lado miedos y una dependencia tanto de materiales como de zonas fijas para el estudio o la realización de tareas.

A partir de estas premisas se podría crear un decálogo con los aspectos de las AFMN que más influyen en la educación que llamaremos “10 indicadores de calidad en las EFMN en Primaria” que surge a partir de una reflexión propia con base en las lecturas y conocimientos adquiridos a lo largo de la asignatura con ese mismo nombre.

- 1) Son motivadoras para el alumnado.
- 2) Los aprendizajes se viven, no se leen solamente en libros.
- 3) Acercan a los niños a la naturaleza.
- 4) Crean aprendizajes duraderos, que no se olvidan.
- 5) Fomentan el respeto por el entorno cercano (y el que está por conocer).
- 6) Aportan conocimientos y habilidades que otras materias no alcanzan.
- 7) Ofrecen un mundo de posibilidades distintas a los alumnos.
- 8) Contribuyen a la práctica de un estilo de vida activo.
- 9) Fomentan la relación entre compañeros, no sólo con el de pupitre.
- 10) Relación profesor-alumno más distendida, por tanto trabajo más eficaz.

La motivación del alumnado juega un papel fundamental dentro de esta propuesta ya que, al introducir un tema novedoso y actividades que después van a poder desarrollar fuera de las horas que para ellos son obligatorias, supone un valor añadido. El hecho de que sean actividades libres y que se desarrollan fuera del contexto escolar crea en el alumnado una predisposición activa y motivadora hacia lo que se va a realizar.

Desde el área de Educación Física en Primaria, se deben buscar actividades que desarrollen al alumnado en su totalidad, proporcionándole retos que le provoquen multitud de experiencias, para que, a la larga, estas actividades se conviertan en parte de su vida diaria, construyendo con ellas un ocio activo y saludable. Se debe tener presente que “la calidad de las experiencias motrices vividas y los éxitos o los fracasos encontrados durante las mismas se encuentran entre los determinantes críticos de la percepción del alumno en relación con una actividad deportiva” (Pieron, García y Ruiz, 2007: 22). Por tanto, hay que buscar actividades motivadoras y satisfactorias, sabiendo que el mero hecho de realizar actividades fuera del aula favorece esta motivación ya que carga a la actividad de simbolismo y diversión (Gómez Palacios, 1991).

### 3.2 Vinculación con las competencias del título

A continuación, señalaré las competencias que he adquirido en relación a los estudios cursados y que tienen especial relevancia en el desarrollo de este proyecto (Maestro en Educación Primaria) recogidas en la ORDEN ECI/3857/2007:

- Ser capaz de reconocer, planificar, llevar a cabo y valorar buenas prácticas de enseñanza-aprendizaje.
- Ser capaz de interpretar datos derivados de las observaciones en contextos educativos para juzgar su relevancia en una adecuada praxis educativa.
- Capacidades y habilidades interpersonales, asociadas a la capacidad de relación con otras personas y de trabajo en grupo.
- Adquisición de estrategias y técnicas de aprendizaje autónomo, así como de la formación en la disposición para el aprendizaje continuo a lo largo de la vida.
- Fomentar el espíritu de la iniciativa y de una actitud de innovación y creatividad en el ejercicio de su profesión.
- Diseñar y regular espacios de aprendizaje en contextos de diversidad y que atiendan a la igualdad de género, a la equidad y al respeto a los derechos humanos que conformen los valores de la formación ciudadana.
- Potenciar la formación personal facilitando el auto conocimiento, fomentando la convivencia en el aula, el fomento de valores democráticos y el desarrollo de actitudes de respeto, tolerancia y solidaridad, rechazando toda forma de discriminación.

## 4. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA Y ANTECEDENTES

En este apartado se muestra la base teórica sobre la que se sustenta la propuesta tomando como referencia autores especialistas en actividades dentro del medio natural, mostrando distintas clasificaciones de dichas actividades así como definiciones y características de éstas.

### 4.1 Educar en la Naturaleza

Varios autores hablan sobre la importancia de la educación en la naturaleza, aportando fundamentos que defienden esa idea. Según Freire (2010) estas son las ventajas de educar a los niños al aire libre:

- Beneficios físicos, emocionales e intelectuales.
- El comportamiento y los resultados de los alumnos mejoran con salidas regulares al campo o plantando huertos y árboles en los patios de las escuelas.
- En la mayoría de los países más desarrollados la educación se orienta al verde: Skogsmulle en Escandinavia, Wldkindergarten en Alemania, Forestschool y Naturekindergarten en la zona Anglosajona.
- Según las diferentes zonas existen diferentes enfoques: algunos pasan todo el día fuera, otros salen solo unas horas al trimestre. Dependiendo de la edad de los alumnos se estructuran estas sesiones.

Dadas estas ventajas la misma autora propone un cambio en los sistemas educativos donde se conviertan los patios de los colegios e incluso las aulas en huertos, jardines o granjas.

### 4.2 Actividades en el Medio Natural

Son varios los autores que dan una definición sobre este concepto, así; Arribas (2008, 79-80) dice: “Aquellas actividades de tipo motriz que se llevan a cabo en un terreno no modificado por la acción humana; pero también pudiera entenderse como las actividades físicas que necesitan de ese lugar para llevarse a cabo”.

Otros autores como Granero y Baena (2010: 19) la definen como: “práctica social caracterizada por la relación que se establece entre la actividad física y el Medio Natural, adquiriendo este último una función más utilitaria y funcional.”

Arribas (2008) ofrecen una clasificación en la que el criterio fundamental es su interés formativo y la aplicabilidad en el contexto educativo. Con esta clasificación pretenden servir de referencia y de guía para programar actividades en diferentes contextos educativos:

• Características del espacio de práctica: En función de dónde se realice la actividad:

- En el medio natural: siendo esencial el medio natural para la puesta en práctica de una determinada actividad, como, por ejemplo, realizar rutas en bicicleta de montaña, senderismo, escalada en roca, acampadas, etc.
- De aproximación al medio natural: pueden ser realizadas en entornos artificiales adaptados, como, por ejemplo, gimnasios, patios de colegios u otros espacios urbanos, con el fin de iniciar al alumnado en determinadas actividades del medio natural. Por tanto, son actividades de iniciación, preparatorias y facilitadoras, que no buscan sustituir a las AFMN. Entre algunas de las posibles actividades de iniciación se encuentran la trepa en espalderas, juegos de orientación en el patio del colegio, etc.

• Características de la actividad: En función de su componente motriz o no motriz:

- Específicas: son aquellas actividades cuya realización es fundamental para llevarse a cabo una propuesta de AFMN. Estas actividades poseen un marcado carácter motriz, como, por ejemplo, el senderismo, los juegos motrices aprovechando el entorno, la escalada, el piragüismo, la bicicleta de montaña, la orientación, etc.
- Complementarias o paralelas: son actividades que pueden requerir o no motricidad, pero son necesarias para el aprendizaje de aspectos básicos en relación a las posibilidades de acción, permanencia, conocimiento y valoración del medio natural. Permiten reforzar y complementar el valor educativo de las actividades específicas, pudiendo utilizarlas de forma interdisciplinar, por ejemplo, para trabajar la geografía, la concienciación ambiental, la ecología, etc.

• Facilidad o dificultad de aplicación y/o adaptación al contexto: Hay una serie de recursos que son fundamentales y necesarios para realizar una determinada AFMN; además, hay que saber adaptar las AFMN a las características del alumnado y el profesorado debe valorar pedagógicamente la actividad.

- Recursos necesarios: destacan los materiales que son imprescindibles para la realización de una AFMN, que pueden diferenciarse por su fácil o difícil manejo y obtención; también, son relevantes los recursos económicos de la AFMN por su alto o bajo coste de organización de la actividad. Pero también son necesarios los recursos humanos, considerando el número de alumnos que realizan la actividad, para que haya profesorado o especialistas suficientes, sin olvidar la ratio profesor/alumnos.

- Adaptación a las características del alumnado: hay que considerar si cierta actividad es idónea, teniendo en cuenta la edad y las capacidades del alumnado; al mismo tiempo, se debe adaptar los contenidos para que el aprendizaje no sea lo suficientemente fácil o demasiado complejo; la actividad que se va a realizar debe ser significativa, para que el alumnado muestre interés y participe de forma activa en la misma.

- Accesibilidad: valorando las posibilidades que nos ofrece el entorno próximo (realizando salidas de unas pocas horas o de un día) o bien optando por actividades en un entorno lejano (realizando la salida de más de un día, siendo necesario pernoctar).

- Valoración pedagógica: el profesorado deberá examinar los siguientes aspectos a la hora de diseñar y desarrollar una AFMN con su alumnado:

→Capacidades desarrolladas y relación con los contenidos de la Educación Física escolar.

→Adaptación a diferentes ritmos y capacidades.

→Posibilidades para el trabajo complementario, interdisciplinar y transversal.

→Respeto y valoración ético-ambiental.

### 4.2.1 Características de las AFMN

A continuación observamos la clasificación propuesta por Casterad, Guillén y Lapetra (2000) para agrupar las distintas características de las AFMN:

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

6.-Características cognitivo-motrices:

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

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

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

### **4.3 La Motricidad en el Medio Natural**

Lapetra y Guillén (2005) señalan que el desplazamiento por la naturaleza provoca una motricidad especial a través de su carácter cambiante y su incertidumbre, ofreciendo la exploración de las posibilidades personales a través de los procesos de percepción y sensación. Trasladando esto al ámbito de la educación nos encontramos con Arnat (1994), citado en Retamal & Luci (2006), quien señala que las actividades en la Naturaleza potencian aptitudes y actitudes del alumno a través de la motivación por superarse a sí mismos, desarrollando su propio auto-concepto y valorando las diferentes capacidades de sus iguales. Motivación que se buscará en cada una de las sesiones creadas a través de la novedad que fomente esa incertidumbre emulando una puesta en práctica como si tratase de verdadera naturaleza.

Según Víctor Alonso Gil (1998: 89) las actividades motrices en contacto con la naturaleza son aquellas que se realizan en el campo, bajo un punto de vista educativo y utilitario, ayudadas por el desarrollo de la actividad física, incluyendo las de aula que nos proporcionen conocimiento y materiales que se puedan aplicar antes o después en el desarrollo de las mismas. Siendo esta base la que se utilice durante la propuesta, dado que la mayoría de actividades no serán en plena naturaleza, sino en un marco simulado que imite esta situación de naturaleza donde los alumnos aprenderán nuevas actividades y recursos, y los podrán llevar a cabo más tarde, entonces sí, en autentico medio natural.

## 5. METODOLOGÍA

En este apartado se narran tanto el contexto del centro educativo incluyendo alumnado, familias, profesorado, espacios, etc., como el proceso de la puesta en práctica de la propuesta "Deporte y Naturaleza", su evaluación y conclusiones finales.

### 5.1 Contexto

En este sub-apartado se describen la zona donde se ubica el centro educativo, sus características más relevantes y las del alumnado y familias que acuden a él; así como los precedentes de este tipo de actividades, tanto personales como de los alumnos.

#### 5.1.1 Contexto del Centro Educativo (C.E.I.P Miguel Delibes)

El Colegio es un Centro de Educación Infantil y Primaria que se define como Centro educativo, pluralista, integrador y coeducador que se regula por la legislación oficial del Estado Constitucional Español y por la normativa de la Comunidad de Castilla y León.

El Colegio se encuentra en el barrio de la Victoria, en un área en plena expansión urbanística: Puente Jardín. La mayoría de residentes son familias jóvenes (35-45 años) con uno o dos hijos y con un nivel cultural y adquisitivo medio/alto. Generalmente trabajan tanto el padre como la madre, aunque en estos momentos se nota la incidencia del paro y del trabajo esporádico; como consecuencia de ello, la demanda, cada vez mayor, de los servicios de comedor y madrugadores. La forma de construcción de los nuevos edificios, con zonas delimitadas, y los espacios con que cuenta el barrio, parque e instalaciones deportivas..., permite que muchas familias mantengan una relación más allá de la estrictamente escolar, que repercute favorablemente en la convivencia de los alumnos del centro (no se aprecia mal ambiente ni tensiones entre alumnos, más allá de lo que puedan ser “discusiones de recreo”).

Se inauguró en el curso 1976/77, por lo que se encuentra muy arraigado e integrado en el barrio. La jornada es continua (9:00-14:00) y presta servicio de madrugadores (desde las 7:00), comedor escolar (al que asisten alumnos del propio centro, del CEIP Gonzalo de Córdoba y del CEIP Gómez Bosque) y una amplia oferta de actividades extraescolares de 16:00 a 18:00 horas programadas por el AMPA del centro.

Entre las notas de identidad cabe destacar un proyecto de educación bilingüe según convenio realizado entre el MEC y British Council, que se sigue desde el curso 1996/97, y un amplio espacio ajardinado que le proporciona un carácter especial y

permite desarrollar actividades ambientales y de contacto con la naturaleza, como son el huerto escolar y actividades fuera del aula (elementos que podemos integrar en nuestras programaciones didácticas).

El Centro es de línea tres, formado por veintisiete unidades; nueve de Educación Infantil y dieciocho de Educación Primaria.

La plantilla es de 44 docentes entre los que se encuentran tres de Educación Física.

Se dispone del apoyo semanal de un Equipo de Atención Temprana (EAT) y un Equipo de Orientación Educativa y Psicopedagógica (EOEP). Además cuenta con una funcionaria administrativa dependiente de la Junta y un conserje empleado del Ayuntamiento. El personal que atiende los servicios de madrugadores, comedor, transporte y limpieza depende de empresas adjudicatarias aunque la responsabilidad de todos los servicios recae en la dirección del centro.

### **5.1.2 El Alumnado**

El número de alumnos es de 665. La ratio profesor/alumno es de 25 alumnos por unidad. El centro recibe fundamentalmente alumnado del propio barrio y escolares de La Overuela y Fuente Berrocal que utilizan el transporte escolar y abandonan la clase a 5 minutos de la hora de salida.

El alumnado tiene un perfil uniforme. La mayoría de los alumnos tienen una buena motivación por el estudio y un nivel satisfactorio de respeto a las normas de convivencia (plan redactado y consensuado tanto por profesorado como por alumnado y familias). Los alumnos que presentan dificultades de aprendizaje son evaluados por el equipo de orientación y atendidos por las maestras especialistas de Pedagogía Terapéutica y/o Audición y Lenguaje, o, según sea su diagnóstico reciben un refuerzo educativo por los maestros. Los que presentan algún tipo de dificultad a la hora de integrarse (casos muy aislados) son socorridos por los equipos de ayuda compuestos por compañeros del propio centro.

En las familias, el perfil más común, es el de unos padres implicados responsablemente en la educación de sus hijos. Cabe considerar que hay un número determinado de familias con algún tipo de problemática, por exceso o falta de trabajo o interés, o por desestructuración, que no actúan firmemente con sus hijos ante el requerimiento en la

realización de las tareas escolares. En estos casos la prioridad es tratar con dichos alumnos e intentar reconducir la situación de la manera menos traumática posible.

Las actividades extraescolares son variadas, aunque predominan las deportivas; por lo que una intervención en este ámbito no supondría un cambio importante. El AMPA del centro, en estrecha relación con el equipo directivo, es el que las oferta anualmente, en los meses de junio y septiembre, y se encarga de su organización a lo largo del curso. Dependiendo de la actividad, se exige un número determinado de solicitudes para que se realice. Están dirigidas a todo el alumnado, pero es en educación primaria donde se concentran un mayor número de ellas. Se desarrollan todos los días de la semana de 16:00 a 18:00 dentro del centro educativo. El coste económico es asumido por las familias y cuentan con subvenciones de la Fundación Municipal de Deportes.

La actividad sin coste económico es la denominada “biblioteca abierta”, dirigida por padres y madres voluntarios. Este recurso es utilizado si es necesario en algún momento para la búsqueda de información del alumnado a la hora de realizar trabajos (de nuestra asignatura) y también para apoyar el plan de lectura que llevan a cabo en el centro recogiendo o aportando documentos relacionados con los trabajos diseñados.

El AMPA colabora estrechamente con el centro para la puesta en marcha de las actividades que se programan. Además de las actividades extraescolares dirigidas al alumnado, oferta charlas puntuales dirigidas a padres y madres sobre temas de interés para las familias en relación con sus hijos. También participa activamente en las actividades puntuales de fin de trimestre y de fin de etapa. Punto aprovechado para hacer una salida fuera del recinto escolar a un entorno cercano como culminación al trabajo en el centro, pudiendo contar con el pleno apoyo de las familias y el respaldo del Centro.

En el centro se realiza desde el curso escolar 1996/97 el programa bilingüe “British”. Este proyecto confiere una particularidad especial al centro educativo, ya que imparte un currículo integrado por el que el alumnado adquiere, además de los conocimientos y competencias propias del sistema educativo español, conocimientos del ambiente y cultura inglesa. Para ello, aproximadamente un 35% del currículo es en inglés. No estando incluido dentro de este porcentaje las clases de EF; por lo que nuestra labor se impartirá en castellano (aunque se nos aconseja siempre que podamos introducir algún apunte en inglés para que los alumnos no frenen su proyección).

Al no ser todos los componentes del claustro especialistas en lengua inglesa y para poder hacer posible ese 35% del currículo en inglés, se aumenta el número de horas de aquellas materias que pueden ser impartidas por los especialistas y asesores de inglés, disminuyendo el tiempo de Educación Física a dos horas semanales en todos los cursos de Primaria. Punto en el que se podría intervenir haciendo no obligatoria, pero sí aconsejando la asistencia a las actividades extraescolares deportivas a los niños para así alcanzar el mínimo de 60 minutos de actividad física diaria recomendada (OMS, 2003).

Siguiendo esta línea, los profesores de Educación Física, en colaboración con el resto de profesorado, han creado un sistema de recreos semidirigidos donde se pueden completar estos tiempos de actividad física para llegar al mínimo saludable por medio de torneos deportivos (voleibol, baloncesto...) y coreografías grupales, que tienen lugar en el gimnasio del centro a lo largo de las semanas en horario 12:00-12:30.

Nuestro tutor dentro del centro es responsable de las nuevas tecnologías y el manejo de la página web del centro, para lo que son necesarias nociones básicas en informática. Se encarga de los equipos informáticos existentes en el centro. Es aquí donde se han podido tomar referencias de otro tipo de trabajo paralelo, así como contactar o informar a las familias de las distintas actividades que han ido surgiendo y dejar constancia de nuestra labor diaria.

### **5.1.3 Contexto para la propuesta**

Los espacios de los que se ha dispuesto para la realización de las clases son: el gimnasio, espacio bastante pequeño (unos 40m<sup>2</sup>), que se encuentra equipado con espalderas en ambos extremos de la sala y varios bancos, así como colchonetas pequeñas y quitamiedos. Debido al poco espacio y al elevado número de alumnos por clase, no se suele utilizar el gimnasio, salvo inclemencias meteorológicas o necesidades muy concretas (coreografías, actividades de trepa, etc.).

La otra zona destinada a la realización de las clases es el patio, muy amplio y con grandes áreas para realizar gran variedad de actividades (arenero, pistas de hormigón, porches...) aunque poco equipadas (no hay ni porterías, ni canastas, ni bases para la red de voleibol / tenis...innecesarias por otra parte para nuestras actividades).

En cuanto a los recursos utilizados por el docente siempre se busca la optimización. El uso del mínimo material posible (ya que también es escaso) por lo que los juegos de equipo se realizan sin peto; las actividades de suelo se delimitan por las líneas ya pintadas (sin conos) y se reparten por pequeños grupos los materiales para actividades, como lanzamientos o pases (balones, discos, vórtex...). A la hora de realizar actividades que requieren de los elementos antes mencionados (porterías, canastas, etc.) se adaptan los recursos existentes (árboles, escaleras, etc.) para llevar a cabo todo lo previsto sin mayores problemas.

Por tanto, los materiales empleados han sido adaptados en función de las necesidades de cada momento sin exigir nada más a los alumnos (no tienen cuaderno ni realizan fichas diarias ni tampoco tienen que llevar ningún material de juego específico, salvo la bolsa de aseo y ropa de recambio indispensable para poder participar en las clases). Por ello forma parte de los objetivos de este planteamiento que sean los alumnos capaces de crear sus recursos a partir de lo disponible y no depender de materiales ya previstos.

#### **5.1.4 Experiencias Previas**

Los precedentes que tenemos de este tipo de tareas en el centro son bastante abundantes ya que durante cursos pasados varios compañeros de carrera ya han puesto en práctica propuestas muy diversas sobre actividades en la naturaleza, centrados en la temática de senderismo escolar principalmente.

En el caso de los alumnos de 4º curso, los que nos ocupan en esta propuesta, he de decir que no han tenido la suerte de haber podido participar en las experiencias de años anteriores, por lo que la de este trimestre ha sido su primera vivencia de actividades en la naturaleza dentro de la asignatura y, por tanto, en horario escolar.

Ya desde niño me llamaba la atención todo lo relacionado con la naturaleza, poder jugar libremente sin preocupaciones por el espacio o el tráfico. Salir de casa y tener todo el sitio del mundo para esparcirte es la mejor sensación que un niño puede tener, sin lazos que te aten, incluyendo los tecnológicos; poder gozar de un entorno natural es una maravilla que, por suerte, pude vivir. Y es por esto, el disfrute personal que he vivido y vivo, lo que me lleva a intentar transmitir a los niños esas sensaciones para que las puedan descubrir ellos también e introduzcan variantes en sus métodos de entretenimiento, dejando de lado las actuales consolas o evitando las aglomeraciones en

centros comerciales los fines de semana para llevar a cabo nuevas actividades que les supongan tanto beneficio físico como emocional.

La asignatura de la titulación Educación Física en el Medio Natural ha supuesto un antes y un después a la hora de tomar una decisión en cuanto al tema de este trabajo. Las propuestas realizadas y el abanico de recursos ofrecido, junto con varias puestas en práctica de actividades similares a las creadas, han hecho que el tema de la actividad física y la naturaleza se unan para ofrecer a los niños lo mejor de ambas.

## **5.2 Diseño del Plan de Intervención**

Para llevar a cabo tanto el diseño, la creación, como la puesta en práctica y evaluación de la propuesta se ha seguido una línea progresiva que se detalla en el siguiente apartado, en el que podemos encontrar el cómo se ha ideado y realizado la unidad en torno a la que gira este fomento de actividad física en la naturaleza y también los pasos seguidos para su organización y gestión. La temporalización de las sesiones y las tareas desarrolladas dentro de éstas también se detallan a continuación. Concluyendo con los métodos de evaluación empleados, que nos servirán para sellar el informe final, comprobando la superación con éxito (o no) de las actividades y de la propia propuesta.

### **5.2.1 Plan de Actuación**

#### **5.2.1.1 Idea**

La idea previa a la creación de esta propuesta ya se enmarcaba en un contexto de naturaleza y actividades motrices. Si nos remontamos al inicio del grado, la primera idea de todas era una modificación curricular en la que se incluirían contenidos de natación, a mi parecer imprescindibles en edad escolar, tema bastante complicado que ni siquiera se trataría en las asignaturas de mención, por lo que quedó descartado. Siguiendo el hilo de los contenidos propuestos en la asignatura de cuarto curso, Educación Física en el Medio Natural, pude reflexionar sobre qué sería lo más interesante para poner en práctica con niños de Primaria.

Una vez en el centro de prácticas, durante las primeras semanas pude observar cómo la mayoría de niños y niñas practicaban siempre los mismos juegos o pedían las mismas actividades durante las clases de educación física.

Fue esto lo que determinó que el tema de la propuesta incluyese aspectos nuevos para ellos con el fin de abrirles la puerta a nuevos recursos y que pudieran cambiar alguna rutina de juego.

Visto el contexto del centro, las posiciones económicas de las familias pero sin conocer aún los precedentes de los alumnos en relación al tema “actividades en la naturaleza” comencé a plantear las posibles actividades que se podrían realizar. Más tarde supe que los alumnos de 5º curso el año anterior habían puesto en práctica una unidad didáctica sobre senderos escolares, lo cual habría servido como base para continuar con ese tema y bien profundizar o, a partir de él, tomar nuevos caminos. Como estaba casi todo planeado y el curso elegido era el de 4º (las tres clases), decidí continuar y finalizar el planteamiento para ese nivel, ya que de ese modo también tendrían la oportunidad de disfrutar y aprender temas “nuevos” para ellos.

Una salida lejos del centro se antojaba bastante complicada, en aspectos diferentes, sobre todo para los alumnos porque el tema principal elegido era la orientación y, sin haber trabajado nada anteriormente, se corría el riesgo de que no funcionase la actividad. La intención de incluir más contenidos a parte de la orientación dentro de la propuesta, para así abrir el abanico de práctica, hizo inviable que se pudieran añadir más sesiones de profundización en este tema para completar con éxito la salida al entorno natural lejano. Por lo que decidí, dada la cercanía del parque contiguo al colegio, realizar una salida a un entorno más próximo, pequeño y conocido. Así, aunque con un proyecto menos ambicioso, se podría plantear una excursión de manera realista y sin aparentes riesgos ya que una salida a cualquier zona de la ciudad más lejana como el Parque de la Fuente del Sol o Contiendas implicaba desplazamiento y una inversión de tiempo importante (seguramente toda la mañana).

Una vez diseñadas las sesiones de orientación, tema inicial de la unidad, se incluyeron contenidos de relevancia, como el reciclaje, donde pude mezclar juegos motrices con aprendizaje vivencial y juegos tradicionales con el fin de abrir ese abanico de recursos a

los niños, y que pudieran ampliar sus repertorios a la hora de los recreos o en su tiempo libre extraescolar. Fue en esto último donde decidí introducirme, con bastante cautela, proponiendo dentro de la unidad una actividad en la que cada niño contase qué actividades realiza en su tiempo libre relacionadas con la naturaleza; las de ese mismo fin de semana, las que tiene planeadas...cualquier opción se toma como válida. De este modo los niños podrían poner en práctica lo aprendido durante las sesiones y mostrarlo o dar nuevos recursos a sus compañeros: si, por ejemplo, alguno realiza una ruta con su familia durante el fin de semana, la narra en clase y a sus compañeros les gusta, se lo pueden proponer a sus respectivas familias y, de este modo, entre ellos fomentan este tipo de actividades.

Para completar la unidad decidí añadir dos de los contenidos estrella tratados: la escalada y la bicicleta. Ambas actividades por separado podrían abarcar varias unidades didácticas, por lo que las dinámicas propuestas para las sesiones son bastante básicas y no se profundiza demasiado, dado que la idea era mostrar recursos (los máximos posibles).

Una vez elegidos todos los contenidos, habría que distribuirlos en las sesiones y después ubicar todas estas tareas en el calendario.

### **5.2.1.2 Organización**

La ausencia justificada y con previo aviso del tutor de prácticas permitió que pudiera organizar las sesiones de manera que los tres docentes (tutor, compañero de prácticas y yo) pudiéramos estar presentes en las cinco. Fue esta la razón de comenzar la unidad en la segunda sesión semanal de los alumnos, ya que de manera lógica se habría iniciado en la primera sesión semanal y finalizado también en la primera, teniendo margen de una sesión dentro de la última semana como comodín (ver temporalización Pág. 26).

El orden de las clases venía ya dado por el horario escolar, por lo que no se movió nada más; la salida ocuparía una hora y se realizaría tres veces dentro de la misma jornada con cada clase. Ese mismo día los docentes nos encargamos de vigilar los puntos más “peligrosos” y nos coordinamos para actuar en caso de emergencia.

El aspecto organizativo más complicado fue el de aviso y recogida de material para la sesión de bicicletas. Semanas antes previne a los alumnos de dicha actividad y días más tarde me entregaron la lista con los materiales que llevaría cada uno. Una vez revisados y dado el visto bueno, el día de la sesión tuvimos que acudir unos minutos antes a la entrada para recoger y “aparcar” todas las bicicletas y demás materiales que iban llevando los alumnos. El conserje y los compañeros de educación física del centro prestaron su ayuda para acotar la zona de aparcamiento. El orden de aparcamiento fue el inverso al de turno de clase de ese día, por lo que los primeros en aparcar fueron los que tenían la última clase y los últimos fueron los que tenían educación física en la siguiente hora.

Para la puesta en práctica de todas las sesiones se descartó la salida del centro, salvo en la del parque, por motivos de horario. Ya que si se acudía a un rocódromo real se debería invertir una mañana entera; así como una salida en bicicleta supondría una inversión de tiempo mayor del que se disponía. La presencia en la naturaleza sería simulada en la mayoría de los casos, con el objetivo de que llevarsen todo lo aprendido fuera del aula. Introducir la calle en el aula y sacar el aula a la calle fue la idea.

### 5.2.1.3 Gestión

En cuanto a temas de papeleo, se evitaron, como se ha mencionado anteriormente, sustituyendo la idea de salida lejana por una salida al parque contiguo. Se dio el consiguiente aviso a la Dirección del centro, que apoyó la idea sin objeciones y facilitó la puesta en práctica de esta sesión habilitando la salida de docentes (distinta a la de alumnado) para hacer más corto el trayecto.

Para la actividad del parque acudí personalmente días antes para comprobar las estaciones que iba a utilizar, y el mismo día de la salida minutos antes de iniciar la sesión para colocar las instrucciones de los juegos en cada estación (planes que se vieron modificados desde el principio del día ya que los aspersores estaban funcionando a primera hora y durante el resto de mañana los operarios de jardinería se encontraban podando los distintos sectores del parque, por lo que las ubicaciones de las fichas variaron levemente).

En relación a la sesión de reciclaje para la impresión y plastificado de las fichas en el centro, no hubo que pedir ningún permiso especial ya que no se trataba de una gran cantidad de material pero sí nos informaron que, de ser cantidades importantes de fichas a color, habría que dejar constancia en reprografía.

En cuanto a la información del alumnado, tan solo fueron informados del material que tenían que llevar el día de la sesión de bicicleta, de manera oral, sin escrito a las familias. Tema que tal vez habría sido oportuno para contactar con ellas y explicarles la misión, tanto de la sesión como de la unidad.

Por último, para la presentación audiovisual de la primera sesión tampoco se han requerido permisos especiales ya que se han llevado a cabo en el aula de cada curso. De haberse presentado en la biblioteca, nos habríamos tenido que coordinar con el resto de profesores que lo utilizan y habernos apuntado en la “lista de espera” para utilizar la nueva pantalla HD.

### 5.2.2 Temporalización

Como se ha mencionado, la unidad creada para la ocasión está dirigida a los alumnos de 4º de Primaria y enmarcada en los meses de abril (finales) y mayo (principios); del 27 de abril al 16 de mayo, se reparte en cinco sesiones más una final de “evaluación” descritas a continuación en las tablas 1 y 2.

#### ABRIL

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
					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	26	1ª sesión	28	29	30

Tabla 1

**MAYO**

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
Regreso del tutor	2ª sesión	3	3ª sesión	5	6	7
8	4ª sesión	10	5ª sesión	12	13	14
15	Sesión Ev.	17	Presentaciones	Fin de prácticas	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

Tabla 2

**5.2.3 Instrumentos de Evaluación**

A lo largo de la puesta en práctica de esta propuesta he llevado a cabo un método de evaluación de observación directa y anotación en el diario de sesiones, tanto de los distintos logros conseguidos por los alumnos como de sus actitudes y comportamientos, que suponen un porcentaje de la nota final de la asignatura.

Otros elementos empleados para evaluar a los alumnos han sido las fichas de actividades recogidas tanto en la primera como en la última sesión de “evaluación”, y la presentación del día 18/05 como método de puntuación extra. (Ver ejemplos en Anexos)

Además del aprendizaje de los niños (punto 6.2.1), también se valoran aspectos como mi propio bagaje en el papel de docente (6.2.2) que sirve para reflexionar y obtener información aplicable en el futuro.

Los objetivos propuestos para este TFG (analizados en el punto 7) sirven como método de autoevaluación al comprobar de qué modo se han cumplido y si ha sido de forma positiva o no.

## **6. VALORACIÓN DE LA PROPUESTA DE INTERVENCIÓN**

A lo largo de este apartado se describe la puesta en práctica de la unidad didáctica creada para la ocasión “Deporte y Naturaleza”, en la que se detallan las sesiones llevadas a cabo mostrando los detalles más relevantes acontecidos. Después de cada narración de sesión, creada a partir de una observación externa y notas propias tomadas durante el desarrollo de estas, se muestra una reflexión que se une a un replanteamiento de los aspectos que aparentemente no han resultado como se esperaba, creando de este modo, sesión a sesión, una unidad más pulida y perfeccionada, lista para poner en práctica en cualquier lugar. Se concluye con una reflexión final sobre el producto de la unidad en general, los resultados y la evaluación de esta.

### **6.1 Narración, Reflexión y Reformulación de la intervención.**

A continuación se describe la unidad y se narran las sesiones junto con sus reflexiones, que servirán para crear una unidad “perfeccionada”, la cual permitirá llevar a cabo todas las sesiones replanteadas en cualquier momento y lugar por otros docentes especialistas. Los detalles sobre explicaciones de los juegos desarrollados se encuentran con mayor detalle en el anexo de este documento, dentro de la propia unidad didáctica.

#### **6.1.1 Unidad Didáctica**

El propósito de esta UD es dar nociones básicas de orientación y mostrar el mayor número de recursos posibles para que los alumnos puedan realizar actividades en un entorno de naturaleza y sean capaces de ampliar su repertorio de juegos, así como una realización de actividad física saludable de la manera menos perjudicial para el medio. Para ello trabajamos tanto en el patio del colegio como fuera de este y utilizamos materiales poco comunes en clase de educación física, como son la bicicleta o el monopatín, así como el Slackline.

### Sesión 1 - 27/04/2017

Se inicia la clase a las 10:00, antes de que se levanten y se pongan todos en fila para bajar según acostumbran, ya que la introducción de la unidad será con un video y deben estar sentados.

Utilizo la pizarra electrónica para el video exposición y todos atienden con expectación. Les llaman bastante la atención todas las imágenes utilizadas. Recalco, al finalizar, que algunos de los deportes que han aparecido en el vídeo no los vamos a practicar en el colegio (como Snow o paracaidismo) pero sí aproximaciones, como equilibrios en monopatín.

Les explico que la primera actividad que vamos a realizar será de orientación. Algunos parecen ilusionados y otros no tanto; puede que se esperasen empezar con algo más “extremo”. Para motivarles en esto les cuento que uno de los institutos de la ciudad va a participar en un campeonato de Europa de esta modalidad y que si se nos da bien, tal vez algún día podremos participar en eventos similares.

Los grupos para el juego serán los que utilizarán a lo largo de todas las sesiones, por orden de lista, repartidos en el aula previamente, ya que durante una sesión se hizo en el patio y la pérdida de tiempo fue excesiva.

A las 10:17 inician en el patio la primera actividad de aproximación a la orientación con el juego “Gallinita ciega” o “Guías”. Aquí surge el primer problema múltiple: en primer lugar los pañuelos eran demasiado grandes y tardaban demasiado en atárselos; en segundo lugar no quedó demasiado claro que se trataba de guiar al compañero y no llevarlo a lugares peligrosos, como la zona de árboles donde uno de los participantes chocó sin mayores consecuencias.

La dispersión de los grupos también supuso cierto inconveniente ya que se deja de controlar a todo el mundo, aun marcando los espacios que delimitan la zona de juego se salen.

Cuando todos han pasado por el papel de “gallinita ciega”, se da fin a la actividad. Pregunto si creen que todos lo han hecho de manera correcta y si han tenido dificultades. Algunos confiesan directamente las trampas (han mirado o han guiado mal).

A las 10:34 inicio la explicación de la actividad principal de orientación, grupo por grupo. Es necesario localizar los puntos cardinales en el patio al no tener brújula, utilizamos, mi reloj que hace las funciones de ésta, les entrego su ficha de grupo,

dándoles las explicaciones oportunas para que lo realicen correctamente; todos comprenden aparentemente lo que se les dice. Les recalco a todos que lean atentamente las instrucciones, que son bastante claras, y, si lo hacen con calma, seguro que realizan bien el recorrido.

Durante la actividad algunos miembros de ciertos grupos dejan de participar, su trabajo en equipo es bastante malo en general. No abandonan la zona de juego pero se mantienen al margen sin aportar nada. (De aquí surge la idea de hacer una evaluación final individual, que se explicará más tarde)

Cuando un miembro dice “es en esta dirección” y el equipo le lleva la contraria llegar a un acuerdo es bastante complicado. La consigna fue que si durante el recorrido se pierden, empezamos desde el punto inicial (ningún grupo lo hizo).

10:52 nos reunimos todos en el centro del patio para una puesta en común. Van leyendo las instrucciones y muestran el circuito que han recorrido, y, después han dibujado. Cuando vemos algún fallo lo corregimos, son los propios compañeros los que dicen; “esa puerta del patio no era” o “desde el comedor había que volver no quedarse allí”. Algunos compañeros se han alejado durante las explicaciones de los grupos y no se han enterado de lo que hemos corregido (otro incentivo para la evaluación individual).

10:59 finaliza la clase y reparto positivos entre los alumnos que más y mejor han participado para motivarles, tanto a ellos como al resto de compañeros, para que sigan trabajando durante la unidad.

### **Reflexiones y reformulación:**

Desde el principio el tema de la unidad les ha resultado bastante atractivo, más, si cabe, con el visionado del vídeo introductorio. Fue por esto por lo que decidí ponerlo en la primera sesión y no en una intermedia. Ya que me serviría de presentación y como gancho para los alumnos menos involucrados. Puede que el montaje sea demasiado fantasioso y podría haber creado otra versión más “infantil” en la que solo aparezcan deportes que podamos practicar en edad escolar para que no se creen falsas expectativas.

A la hora del reparto por grupos, se podría haber dejado libertad, pero eso supone un gasto de tiempo excesivo, muy necesario para poder realizar todas las actividades con comodidad y no a la carrera. El sorteo conlleva también bastante tiempo, por lo que una distribución por orden de lista me pareció lo más rápido y justo, evitando siempre tener en el mismo grupo a compañeros que trabajen mal juntos (piques, rivalidades...).

Todo esto llevado a cabo dentro del aula con los alumnos atentos para que no queden dudas de quién son sus compañeros de trabajo.

Durante la explicación de toda la unidad sería bueno tener un guion para no olvidar cosas ya que después me iba dando cuenta que me había dejado detalles en el tintero. Esto se podría arreglar con una breve presentación de Power Point aunque supondría robarles más minutos de motricidad, por lo que descarté la idea rápidamente.

Una vez en el patio, a la hora del reparto de pañuelos, lo ideal sería que un solo miembro de cada grupo coja uno de la caja, por lo que, estando ya en el centro de la pista y con los grupos separados, escogería al azar un “capitán” que sería el encargado de coger y devolver el pañuelo de su grupo, así como de vigilar durante la actividad que no hagan trampas y que todos pasen por el papel de gallinita ciega. (Durante la sesión todos eran responsables de todo y, al final, se descuidan muchas cosas)

Una vez van finalizando los grupos el primer juego, para entregar las fichas con pistas nos reunimos en el centro y vamos localizando los puntos cardinales. Aquí sería interesante que cada grupo dispusiera de, al menos, una brújula. Para esta actividad ya se contaba con que no había ninguna brújula disponible por lo que utilizamos mi reloj que tiene esta función.

Esto solo al inicio del recorrido, después debían seguir con las indicaciones iniciales y si se perdían, volver al punto de partida.

Al tratarse de recorridos bastante cortos, no había problema en reiniciar el circuito pero si se pretende hacer actividades más complejas, el uso de la brújula durante todo el recorrido se haría imprescindible.

El control de los grupos durante la actividad se hace imposible ya que cada uno va por una zona del patio distinta y seguir a uno supone dejar más alejados a los otros. La ubicación que tomé fue la del centro del patio como ensayo para la siguiente sesión en el parque denominada punto inicial o de encuentro a la que acudirían si se pierden en las indicaciones o si surgiera algún problema. No acudiendo allí ningún grupo hasta finalizar sus recorridos y mostrando alguna disconformidad con los trabajos de los compañeros (algunos leen siempre o quieren dibujar solos el plano del patio). El papel del capitán ayudaría a solucionar estos conflictos durante la actividad dejando claro que no por ser capitanes deben hacer todo sino mediar con el resto para repartir equitativamente el trabajo. Aun así recalcar que si hay algún problema ese es el punto al que acudir y donde me pueden encontrar.

Una vez realizados los recorridos, la exposición final es muy necesaria ya que de este modo todos ven el camino que han seguido sus compañeros y pueden compararlo con el suyo y ver otras indicaciones distintas a las que llevaban en su hoja (la variante del intercambio de fichas no se realizó en ninguna sesión ya que no dio tiempo nada más que a realizar un recorrido por grupo).

Durante las correcciones siempre se debe comprobar si es correcto lo que proponen los demás compañeros de manera visual; mostrando la brújula y las direcciones que se deben seguir para que todos lo vean. En alguna ocasión se dieron las explicaciones sentados en círculo (para evitar distracciones e interrupciones) pero solo al pequeño grupo que estaba más próximo para leer su plano y no al resto de la clase.

Las fichas las recogí para evaluar a los grupos pero decidí durante esta sesión crear una sexta en la que realizarán estas mismas tareas de manera individual y que también corregiré para comprobar que todos han comprendido lo trabajado. Dado que dentro de los grupos había miembros que participaban siempre y otros no tanto, es difícil saber si todos han alcanzado la meta propuesta.

### **Sesión 2 - 02/05/2017**

La sesión se inicia en el aula a las 10:00 con la explicación de las actividades que vamos a realizar. Cuesta que guarden silencio ya que acaban de terminar una clase y estaban preparándose para bajar, como siempre, al patio.

Les recuerdo que vamos a ir al parque próximo al colegio y que debemos guardar normas básicas de seguridad, como no salir a la carretera, no separarnos del grupo y no molestar a los viandantes ni trabajadores que nos encontremos.

Procedemos a la salida y el trayecto transcurre con total normalidad. En fila con bastante orden, cada grupillo va hablando de sus cosas y algunos preguntan qué juegos vamos a hacer y si está muy lejos.

Una vez en el parque, explico que el punto en el que nos situamos será el punto de encuentro donde acudir cada vez que se dé la llamada de fin de juego o si ocurre algún problema (caída de un compañero, dudas sobre alguna norma...). Mediante preguntas sencillas van descubriendo los puntos cardinales que serán clave para seguir con la actividad. Algunos lo tienen más claro que otros. Uno comenta que lo sabía porque el sol sale por el Este, consejo que sirve para todos.

10:10 Reparto las fichas a cada uno de los tres grupos con las instrucciones que deben seguir. Recuerdo que no pueden perderlo, pues esa misma hoja servirá para los siguientes compañeros.

Nada más empezar algún grupo discute por quién es el que va a leer. Otros comienzan a caminar sin pensar ni leer con demasiada atención, preocupados por llegar a la estación del juego (a la que sea). Cuando llegan a una de las estaciones y ven que están numeradas y que el número debe coincidir con el de su ficha de instrucciones, saben que lo han hecho mal. Vuelven al punto de inicio y les ayudo a llegar a su estación esta vez leyendo despacio y razonando las pistas.

Voy revisando por las estaciones que todos están cumpliendo con lo establecido y realizan los juegos correctamente. Pregunto si hay problemas de organización o para comprender las normas. Todos están pendientes de su juego.

A las 10:20 doy el aviso para que todos dejen su estación y vayan al punto de encuentro. Ahí intercambiamos las fichas con indicaciones y recalco que lo importante es leer despacio e ir comprendiendo lo que pone. Si no entiendo algo me paro y pregunto no sigo hasta salir del parque.

Algún grupo hace caso omiso a las indicaciones y salen corriendo y leyendo a la vez. Otros comentan lo que han hecho en su estación. Un comentario de la estación de canastas llama mi atención “tirar piedras a la papelera, un rollo”. Por lo que durante esa rotación me uno al grupo de canastas y les doy otras opciones diferentes que podrían haberse inventado ellos mismos o el grupo anterior.

En el juego de la araña hay bastante caos ya que mientras lee el responsable, los demás están jugando. No hacen caso a sus explicaciones y tengo que intervenir para que se organicen y puedan jugar todos.

A las 10:31 están reunidos de nuevo en el punto de encuentro para la última rotación. Ya tienen la experiencia de las dos rotaciones anteriores por lo que en esta les digo que la organización debería ser mejor. Alguno pregunta si puede leer porque no ha leído indicaciones, les repito que la organización queda de su mano, que lea el que no lo haya hecho hasta el momento.

Todos encuentran su estación aunque algún grupo se salta pistas para llegar más directos. No intervengo y les dejo seguir. Me coloco junto a ese grupo y observo cómo juegan. Las trampas se suceden; a uno le pillan y no la quiere quedar, otro no toca al compañero y dice que sí está pillado...

A las 10:45 nos reunimos en el centro del parque. Se recogen las fichas y volvemos al colegio. Por el camino comentan alguna jugada de la clase entre risas. A las 10:57 están listos para la siguiente clase.

### **Reflexiones y reformulación:**

Desde la presentación de la Unidad Didáctica se ha recalcado la importancia de mantener pautas de seguridad durante esta sesión. Una vez finalizada, se puede decir que no ha ocurrido nada fuera de lo normal.

En la primera sesión habíamos trabajado con las fichas de pistas siguiendo indicaciones por lo que durante esta sesión ya lo conocían, y la orientación, aunque en un medio desconocido, les ha supuesto una dificultad menor a la del otro día.

La idea inicial era trabajar por todo el parque colocando estaciones bastante separadas pero se perdía seguridad; no tendríamos a la vista a todos los niños a la vez. Por esto decidí plantear estaciones cercanas al punto central e introducir pistas que les llevaran a recorrer gran parte del parque. El mayor problema que ha aparecido aquí ha sido que, una vez que descubrían dónde estaba la estación de juego, iban directamente a ella, saltándose indicaciones y no cumpliendo con las normas. Para evitar esto se podrían variar los juegos de las paradas y no decirlos hasta que el grupo haya llegado al punto indicado, así evitamos que vayan directamente a jugar y se salten el paso de la orientación.

Otro punto de conflicto surge a la hora del reparto de fichas y lectura de éstas. Siempre quieren leer los mismos y si no intervienes, no dejan participar al resto. Se debe dejar claro desde el inicio que cada vez será uno el encargado y que cuando lea, todos los demás deberán atender como si del profesor se tratase. De este modo, los turnos estarán mejor organizados y los grupos no se separarán tanto. Esta figura de encargado por turnos ayudará también a que las normas se cumplan durante los juegos ya que otorga cierta responsabilidad a los alumnos que deben “defender”.

Los juegos de cada estación quedarían como están a falta de alguna explicación verbal más para añadir posibilidades de juego. Que sean libres y jueguen como ellos quieran sin demasiadas normas (las que ellos pongan) ya que la misión no es el juego en sí, sino que estén en un entorno poco habitual, sepan orientarse y disfruten jugando.

En relación con lo anterior, en otra sesión distinta a la descrita, tuve que felicitar ante toda la clase a uno de los alumnos que nada más llegar a su zona de juego, tras seguir las pistas, comenzó a dar volteretas y rodar por el césped. Ejemplo de disfrute personal

y de cómo aprovechar una salida fuera del cemento del patio. Siempre que se den situaciones espontáneas como estas, deberían ser reconocidas. Después, algunos compañeros, al ver que era felicitado, le imitaron buscando esa recompensa, es aquí donde habrá que tener cuidado y marcar el límite entre disfrute personal y niñerías sin sentido.

En cuanto a los grupos de trabajo de los alumnos no hubo ningún problema ni supuso pérdida de tiempo en absoluto ya que venían hechos de la sesión anterior. En alguno faltaron miembros pero las actividades se pudieron desarrollar sin problemas. Es importante en las descripciones dejar detallada la subdivisión de los equipos para los juegos ya que si son impares en el grupo pueden crearse dudas de cómo lo hacen o directamente apartan a alguien para cuadrar las cuentas.

La coordinación entre los docentes durante toda la actividad fue bastante buena porque mientras yo daba las explicaciones o atendía a alguno de los pequeños grupos, ellos estaban pendientes del resto de niños por si era necesaria la intervención. Esto a la hora de llevarlo a cabo en una clase como único profesor, sería más complicado con un número tan elevado de alumnos. La presencia del tutor de la clase como apoyo durante este tipo de salidas sería imprescindible y, por tanto, su información y previa explicación de la sesión para que pueda ayudar el máximo posible.

Su papel también fue muy importante a la hora de colocar materiales (fichas con descripciones de los juegos), dado que a primera hora en el parque estaban los aspersores puestos y no pude colocar nada hasta que estaban todos los alumnos reunidos minutos después. Durante la última sesión estaban los jardineros, lo que impidió que se utilizara uno de los sectores de césped más grandes durante un buen rato. Todos estos factores han de ser tenidos en cuenta a la hora de realizar salidas ya que el más mínimo imprevisto puede arruinar toda la sesión. Para ello es bueno tener alternativas y describir con detalle a los acompañantes cuáles son las pautas de cada actividad para que estén al tanto.

### **Sesión 3 - 04/05/2017**

Salimos del aula y nos detenemos en las escaleras para explicar la sesión de hoy. Comienzo con algo de prisa pues hay muchas cosas que contar y hacer. Les formulo varias preguntas enlazadas con el tema de la naturaleza y su cuidado, hasta que

llegamos el tema del reciclaje. Son ellos los que describen qué es y comentan que alguna vez ya han trabajado ese tema.

Una vez en el porche, lo primero que hacemos son los equipos para el día del deporte (viernes 5) función de los profesores de educación física. Elijo 4 capitanes al azar y ellos van formando por orden sus equipos. Aconsejo que no solo elijan a sus amigos ya que habrá que practicar distintos deportes; es bueno elegir a los mejores en baloncesto, vóleibol....

Transcurren 20 minutos de clase y los equipos ya están creados y todos listos para iniciar el primer juego. No sin haber discutido durante un rato por ver a qué equipo iban los últimos elegidos, que siempre parecen ser los mismos y suelen crear conflicto en todos los grupos.

Las filas para el juego se crean a partir de los equipos del viernes para no perder más tiempo. Y cuando están en orden, les muestro las fichas del juego. Voy preguntando si reconocen los distintos contenedores. Alguno, extrañado, pregunta que de dónde van a recoger vidrio. Les enseño las imágenes de desperdicios que van junto con las fichas de los contenedores y todos comprenden que no serán desechos reales.

La mayoría acierta cuando les pregunto dónde colocarían cierta basura... el juego se inicia aparentemente como algo muy sencillo, según dicen.

Van saliendo miembros de las dos filas hasta el montón de imágenes de residuos donde me sitúo para comprobar que cogen de una en una. Todos cumplen con lo establecido en cada turno sin que les dé ninguna indicación más y continúan el juego hasta que se acaba el montón.

Cuando vuelvo a las filas, alguno se queja de que han salido antes de tiempo en la otra fila, sin dar el relevo. Les repito que es importante dejar bien el material en su contenedor y dar el relevo al compañero como en cualquier otro juego.

Vamos analizando cada contenedor. Cuesta que todos estén en silencio y tengo que parar un par de veces para que se callen.

Cuando encontramos unas pilas en el contenedor del vidrio..., pregunto que si eso va ahí. Alguno dice que sí. Otros que no... Hasta que descubren que el contenedor de las pilas no está. ¡No va en ninguno de estos 4! Les aconsejo que nunca tiren a la basura normal las pilas y que las lleven a un punto donde puedan reciclarlas (supermercado, farmacia...).

La siguiente parte, como repaso, será igual: ida y vuelta por relevos. Pero esta vez los dos que salgan deberán ir juntos y encontrar en el montón la pareja del residuo, la que vaya al mismo contenedor; si no, no valdrá.

Van saliendo de dos en dos y cuando llegan al montón, la mayoría busca con ansia la pareja de la imagen que primero levantan. Yo me mantengo cerca para comprobar que van bien y que no hacen trampas. Parece que la mayoría se ayuda y cuando llegan a los contenedores, los de las filas les aconsejan para que no fallen.

Se da el caso de alguno que, mientras explicaba, no se ha enterado y sale cuando le apetece. Durante un relevo van tres personas al montón por lo que están más tiempo hasta que encuentran otra imagen que valga. Esto descuadra el último relevo en el que solo queda una imagen, pues eran pares. No pasa nada se coloca de nuevo en su contenedor y hacemos el recuento final. En las filas alguna queja de que se cuelan y empujan. No estaba cerca y se han descontrolado.

En la última parte de la clase entramos al gimnasio para el último juego. Con los mismos equipos jugamos a “barre tu campo”. La condición será que el equipo que pierda tendrá que recoger un desecho real del patio y colocarlo en el contenedor del juego. Recalco que no valen desperdicios como plátanos pisados (después del recreo suele haber bastantes) y demás orgánicos, nada de ensuciarse. Sí podremos recoger plásticos, papeles, etc.

El juego tarda en iniciarse ya que dentro del gimnasio todos empiezan a coger balones, incluso los que no les toca jugar. Hasta que se colocan y empieza el juego transcurren varios minutos. Las partidas son rápidas y los cambios de equipo también. Da tiempo a jugar 4 partidas; cada equipo en un campo distinto ya que varios decían que el campo de las escaleras tiene ventaja respecto al de la pared.

Fuera observan que los que salen van corriendo por el patio buscando residuos. Unos con más esmero que otros. Se dan bastante prisa para volver y jugar. Colocan bien en cada contenedor los materiales que recogen.

A falta de 5 minutos para acabar la clase salimos y revisamos los contenedores. El papel de aluminio ha creado bastante confusión. Después colocamos todo lo recogido en contenedores reales para que sea efectivo el reciclaje y subimos al aseo y a clase.

**Reflexiones y reformulación:**

En esta sesión contaba con varios juegos “comodín” por si no se alcanzaba el tiempo previsto. Pero con la formación de grupos del día siguiente y la organización de estos para los juegos se ha ido bastante tiempo y no ha sido necesario introducir nada más.

Desde el inicio la mayoría parecía conocer el tema y no les ha resultado difícil. Lo más complicado quizás haya sido distinguir algunas imágenes que han creado confusión; como la de la bolsa de basura que puede parecer una bolsa vacía y, en vez de a orgánico, la enviaban a plástico. Se pueden dibujar nuevas imágenes más claras para no crear dudas. Las pilas ha sido una pequeña trampa introducida a posta para ver cómo respondían, y en todas las clases parece que han tomado conciencia de este detalle.

Respecto a los equipos: ha estado bien poder aprovechar los de la actividad del viernes. Perdemos bastante tiempo a la hora de hacer grupos en los que todos estén contentos y aún así surgen conflictos con los últimos, los que siempre quedan sin equipo. Se plantea la posibilidad de tomarlos como capitanes y así no quedarán sin elegir (alguna vez se ha probado) pero se forman equipos bastante descompensados y los juegos quedan desequilibrados.

El orden de las filas es un tema bastante complicado ya que si no estás encima, no son capaces de guardar la posición durante más de un minuto. Al ser tantos, las esperas son elevadas. Se barajó la posibilidad de crear más fichas para hacer más montones y así mas filas, pero se descartó porque supone la impresión y plastificado de excesivos folios (gasto innecesario).

Una vez revisados los contenedores, me he detenido bastante en los errores, ya que si fallan en el juego, no pasa nada; pero si lo hacen así todos los días en casa, lo estarán haciendo mal. Puede que en una “carrera” no sea el mejor lugar para que se fijen en los materiales pero es la manera más directa de mezclar motricidad y algo didáctico. Por ello revisamos al final con calma y con las pulsaciones en reposo, y recolocamos los materiales en su sitio, reflexionando por qué van ahí y no en otro sitio. Acto necesario al finalizar la actividad y que la dota de sentido.

Lo mismo sucede después del juego de “barre tu casa”. Cuando un equipo pierde, debe recoger desechos. No se debe tomar como castigo ni penitencia, es mero aprendizaje y así pueden ver que el patio de su propio cole está bastante sucio, y mentalizarse de que eso no debería ser así. Esta sesión en cualquier otro colegio, plaza o parque se podría desarrollar del mismo modo.

#### Sesión 4 - 09/05/2017

La sesión empieza con unos minutos de retraso acumulados de la anterior que hemos finalizado tarde. Con todos reunidos, explico el trabajo voluntario que presentarán el último día de clase que estemos con ellos. Previamente se les ha explicado otro trabajo, de teatro, relacionado con la materia que sí es obligatorio y parecen más centrados en ese.

Aprovechando que están tomando nota (algunos, no todos) les cuento lo del material de la siguiente sesión. Los que lleven bicicleta la dejarán debajo de las escaleras, y los demás subirán su material al aula. Todos a la vez comentan lo que van a llevar.

A las 10:20, ya en el patio, comienzo a explicarles los distintos juegos que vamos a realizar. Las tres estaciones de juego una por una. Las dos primeras son las que utilizamos en la primera parte de la clase. Se dividen mitad y mitad, para no perder tiempo, y comienzan a jugar.

Voy pasando por las estaciones y compruebo que todos juegan y nadie queda aislado. Surgen algunos problemas a raíz de las normas que interpreta cada uno. Son libres de elegir si, por ejemplo, vale pisar la línea de la rayuela al saltar, pero no se ponen de acuerdo. Voy cerrando normas por los grupos para que no discutan ni pierdan tiempo de juego debatiendo sobre lo que sí vale y lo que no.

En la zona de canicas se tarda demasiado en hacer los circuitos con piedras y palos. Los hacen bastante largos y les digo que no van a tener tiempo para completarlos. Algunos con circuito corto ya casi están acabando.

Las subdivisiones dentro de las dos mitades han sido libres y no se mezclan más. Las parejas o tríos que hay jugando rotan juntos a otros circuitos o rayuelas. Alguno decide jugar solo, no intervengo ya que si está bien y hace la tarea, todo correcto. No tardan en acercarse compañeros para jugar juntos.

A los 10 minutos se da el cambio y los grupos rotan de estación. Los de canicas hacen por romper sus circuitos pero les digo que los dejen hechos para los siguientes, que los modifiquen ellos si quieren. De este modo la segunda rotación tiene más tiempo para jugar.

Las normas de los dos juegos van quedando claras y no se dan discusiones, solo preguntan si se juega de esta manera o de la otra. Se les deja la opción de elegir pero que estén todos de acuerdo.

A las 10:40 todos juntos vamos al slackline que hemos colocado durante la primera sesión. Rápidamente forman una fila; saben que cuanto antes estén ordenados, más turnos podrán caminar sobre la cinta.

Van pasando uno a uno. Primero con ayuda; se pueden apoyar si pierden el equilibrio. La mayoría busca un agarre y va con cautela. Algún lanzado, nada más empezar, se cae porque pensaba que era más fácil.

En la segunda ronda se les deja solos que avancen hasta donde lleguen. La mayoría, a los dos pasos, cae. Alguno consigue varios pasos y llega casi hasta el final. Los que están esperando arman bastante jaleo, no se rompe la fila pero se crean grupillos y se acercan demasiado a las colchonetas. Se finaliza la segunda ronda y no da tiempo a más, acabamos con varios pidiendo repetir.

### **Reflexiones y reformulación:**

Desde el inicio de la primera sesión a primera hora ya se llevaban varios minutos de retraso acumulados. Al inicio de esta segunda clase, esos minutos que arrastramos desde el inicio de la mañana pesan. La previsión es más o menos flexible pero si se quita tiempo de todas las actividades, no se puede hacer nada al completo.

Para la primera parte de explicaciones, elegí el aula como lugar para darlas. Aprovechando que había que presentar otro trabajo para el final del trimestre, introduje mi trabajo de fin de unidad. Puede que algo tarde ya que, a falta de una semana, pocos recursos pueden buscar. Ese trabajo de fin de trimestre es posible que haya hecho sombra al de fin de unidad, por lo que han prestado más atención al primero que al último. Es por esto que en el futuro el trabajo final sería bueno proponerlo el primer día e ir recordándolo a lo largo de las sesiones para ver cómo evoluciona.

Las explicaciones de los juegos fueron bastante escuetas ya que pretendía que fueran ellos los que se organizaran, pero la ausencia de alguna norma provocó en una de las tres sesiones una pelea entre dos alumnos que discutían sobre cómo era el juego. Se pueden dejar claras las normas o favorecer y asegurarnos de que hay un acuerdo entre todos los miembros del grupo antes de empezar en cada estación para evitar estos problemas.

A la hora de crear los circuitos de canicas se ha visto que pierden mucho tiempo. Es una opción que los dibujen en el suelo, pero en el momento en el que no tengan tiza, un suelo que se pueda dibujar o cualquier otro elemento imprescindible, no jugarán.

La misión es que tomen como recurso este juego y puedan practicarlo en cualquier sitio. Si crean sus circuitos, les será más fácil en el futuro que si se los damos hechos.

En cuanto a los grupos de juego, no se le ha dado quizás la importancia que tienen ya que todo ha ido bastante bien. Son alumnos que se llevan bien entre ellos y no tienen mayores problemas de trabajar todos con todos. En otras situaciones la formación de grupos sería un punto que debería introducirse para que no haya problemas durante el desarrollo de la sesión (piques, peleas...).

Para la parte final del slackline se colocaron varios elementos de seguridad, como la colchoneta, y se dieron instrucciones previas para que nadie se hiciera daño. En todo momento dos maestros estábamos cerca ayudando y, a ratos, incluso tres. En el caso de estar uno solo, la proximidad con el grupo debe ser mayor para evitar que se pueda despistar algún niño y hacerse daño.

El orden de la fila en esta actividad final es importante pero muy difícil de mantener ya que, en este caso, una vez que alguien termina, debe esperar que pasen otros 24 compañeros. Colocar dos cintas es inviable ya que su vigilancia se hace imposible y dividir la clase en dos grupos, como al principio, (propuesta inicial en la plantilla de la Unidad Didáctica) no se pudo realizar porque había que crear los circuitos de escalada dentro del gimnasio y se iba de tiempo completamente.

Mantener al grupo unido en este tipo de actividades es muy importante para mantener la organización y supervisar las ejecuciones. Con mayor edad y mayor autonomía se podría probar a hacer la última parte de la sesión separados en slackline y zona de escalada pero en este curso se decidió que no era viable.

En cuanto a las reflexiones finales me habría gustado reforzarles la idea de los juegos de esa sesión; que pueden realizar en cualquier momento, en cualquier lugar y no repetir los mismos de siempre o recurrir a las tecnologías a todas horas. Bajo mi punto de vista, la mayoría se divirtió jugando y haciendo equilibrios pero no tengo tan claro que vayan a seguir practicando después de esta unidad ya que tienen demasiado arraigados otros juegos y otras actividades. Seguir practicando sería fundamental.

### **Sesión 5 - 11/05/2017**

Tras dejar colocado el material de la sesión anterior, se pasa a recoger a una nueva clase; se les explica el orden de bajada para hacerlo de la forma más ordenada posible. Son los de patines quienes bajan primero para ir cambiándose de calzado. Los de

patinete van los siguientes y, por último, con los profesores, los de bicicleta ya que están aparcadas en el hueco de la escalera y hay que recogerlas.

Con todo el material en el patio y los alumnos ordenados por filas según su material, procedo a explicar cómo va a funcionar la clase de hoy. Llevamos 13 minutos consumidos.

El tiempo está bastante inestable y apuro las explicaciones al máximo para no extenderme y que puedan empezar cuanto antes. Recalco los elementos de seguridad y propongo a dos niños que no han llevado nada que se coloquen en la fila que deseen para esta ronda. Ambos se colocan en la fila de patinete y comienzan los relevos.

El primero de bicicleta comienza haciendo zigzag, así no era y le corrijo. El resto continúan bien, les voy repitiendo que no es necesario correr sino tener el control.

En la fila de patinetes se van turnando ellos solos para que todos puedan hacerlo, no intervengo, dado que parecen manejarse bien. Sí controlo que todos lleguen hasta el final de los conos situados en el suelo y que no haya varios del mismo material circulando al mismo tiempo hasta que hayan practicado antes.

Se van sucediendo los ejercicios de habilidad en los conos. Las explicaciones las doy lo más brevemente posibles. Paro cuando llega el último de cada fila, doy las indicaciones necesarias y dejo que continúen si cortar más.

Han transcurrido 31 minutos de sesión, llega la circulación libre. Reúno a todos en el centro, cada uno con su material, y cuento las normas de circulación. Qué deberán hacer mientras circulan libres por el patio. Los ejercicios son similares a los de habilidad con los conos, y todos parecen comprenderlo.

Justo antes de iniciar, dos se acercan y comprueban que entre bicis se saludan y entre patines se chocan la mano, “igual que antes” dicen.

La mayoría va circulando por todo el patio sin problemas, algunos más deprisa que otros. No se detiene la actividad en ningún momento, pero se llama la atención de quien va deprisa todo el tiempo.

Los que no tienen material me van ayudando a vigilar que todas las normas se cumplan y si ven alguna infracción actúan como policías; dan el alto y hacen cumplir las reglas. Todos hacen su papel bastante bien aunque es muy complicado ver a los 25 a la vez.

A los 10 minutos de actividad se pone a llover. Quedan 20 de clase y nos vamos al porche. Los materiales quedan aparcados y varios parecen esperar a ver si deja de

llover. Les informo que vamos a hacer la última actividad de partes de la bicicleta en el porche, sentados. Ellos preferían seguir por el patio.

Mientras se van cambiando de calzado y colocando, reparto las fichas del juego. Es difícil que todos atiendan, por lo que doy explicaciones individuales mientras entrego la tarjeta a cada uno.

No alcanzan para todos; por ello, los que se han quedado sin ficha deben buscar a alguien con una roja, ya que son más complicadas y necesitaran ayuda.

Una vez que están todos listos en círculo, coloco una bici en el centro y van saliendo en orden, uno por uno, a colocar la tarjeta en la parte que les ha tocado. Hay bastantes dudas con las partes difíciles. Se intentan ayudar entre todos aunque alguno no participa nada.

Si sale una etiqueta y hay otra que tenga relación (freno delantero-freno trasero pongo por ejemplo), invito a que salgan juntos para colocarlas a la vez. Cuando se da la situación, soy yo el que tiene que preguntar si no hay otra etiqueta con algo relacionado; parece que cuesta un poco aunque, si soy yo el que pregunta, las respuestas van saliendo.

Para recordar nombres busco relaciones visuales que les ayuden a aprender partes nuevas; platos como un plato grande y redondo, horquilla como una del pelo en forma de “V” (aquí dicen que como una nave de Star Wars; si así lo recuerdan mejor, estupendo, y les animo).

Una vez que están colocadas todas las partes, los que primero han intervenido se encuentran algo más distraídos y mando recoger en vez de hacer un repaso general. Varios preguntan si podrán usar luego esos materiales en el patio y les invito a jugar con ellos por la tarde fuera del cole.

Colocamos todo el material y dejamos listo el de la siguiente sesión. Todo finaliza sin percances y con los alumnos bastante animados aunque con ganas de más.

### **Reflexiones y reformulación:**

Esta sesión, sin duda, ha sido la más esperada por los alumnos. Todos, las tres clases, estaban ansiosos desde el primer día que les avise (hace semanas) para que fueran buscando un medio de transporte para este día y organizando la logística familiar (cómo ir al cole con ello, cómo llevarlo, si no tengo a quién se lo pido...).

Bajo mi punto de vista se han cumplido las expectativas y la gran mayoría ha disfrutado y aprendido cosas, aunque alguno esperase ir por libre toda la hora, hacer caballitos, derrapes y saltos incluso a la hora del recreo.

Han podido comprobar cómo en la hora de educación física se pueden hacer más cosas que correr y jugar a lo de siempre. Una sesión diferente que ha supuesto el doble de trabajo para todos (padres, niños y nosotros, como profesores, incluidos los tutores).

La sesión se comienza a gestarse antes de las vacaciones de Semana Santa, mes de marzo, para informarles de que en abril se inicia una unidad nueva y en una de sus sesiones, allá por el mes de mayo, utilizaremos bicicletas, patines, skate... para que lo vayan asimilando y preparando.

A la vuelta de vacaciones se les recuerda el plan. Si aquí hubiera habido algún problema por falta de materiales, por falta de permisos del colegio, por desacuerdo con los tutores o familias, la sesión debería haber sido modificada. No siendo así, seguimos con lo establecido y la semana en la que arrancamos la unidad cerramos fechas y plazos para informarme de los materiales que elige cada uno.

La previsión ha sido fundamental durante toda la unidad pero más aún para esta sesión donde la colaboración de tutores y compañeros ha sido muy importante. Cuando esta unidad se repita, los plazos de aviso y recordatorios deberán ser, al menos, con esta antelación para poder preparar todo con suficiente comodidad.

El desarrollo final es cuestión de cuadrar materiales con los niños y organizar las funciones de cada uno. En las tres clases no ha habido ningún caso extraño, por lo que todas las actividades se han llevado a cabo según lo previsto. En el caso de que un niño proponga llevar, por ejemplo, un coche de pedales, se le asignaría un papel distinto o se crearía alguna variante dentro de las actividades ya propuestas para que participe de la misma manera; de aquí la importancia de conocer qué llevará cada uno.

Hemos visto que tener alternativas es fundamental ya que, cuando menos te lo esperas, el tiempo cambia y puede arruinar una sesión que lleva planeada meses. Por ello se diseñó un plan B para realizar en caso de lluvia ininterrumpida.

Como en cualquier otra sesión, recordar pautas de seguridad es fundamental; más en esta en la que una caída o choque pueden ser más aparatosas. Aunque al final depende de los propios alumnos si cumplen con lo establecido o eligen no hacer caso y correr ciertos riesgos quedando de la mano del docente sancionar o apartar de la sesión a

dichos alumnos si no cumplen con las normas (a punto de darse el caso tras repetidas faltas de seguridad de uno de los participantes de otra sesión distinta a la descrita).

El juego final, que en un principio iba al comienzo de la sesión pero después se trasladó al final para aprovechar los momentos sin lluvia, quita bastante tiempo de motricidad (prácticamente  $\frac{1}{4}$  de la sesión), pero se hace fundamental para evaluar ciertos conocimientos necesarios.

De funcionar correctamente esta sesión, y en un centro donde se pueda dar continuidad a las programaciones (de un año para otro por ejemplo), se podría diseñar una unidad completa de bicicleta para que los alumnos conozcan más y puedan disfrutar y aprender con calma sobre este elemento.

La idea, tanto de la sesión como de la unidad al completo, era que los alumnos probasen cosas distintas, que pueden hacer en su día a día pero que seguramente no hacen y así comprueben que es fácil y divertido jugar de otra forma aprovechando todo lo que tenemos a nuestro alrededor; moviéndonos, desplazándonos, sin dañar al medio y por nosotros mismos, sin recursos externos como los videojuegos. Esta idea se ha visto reflejada en sus actividades bien ejecutadas y en el interés mostrado por las nuevas propuestas, en ellos mismos queda la labor de seguir trabajándolas.

\*\*\*

Como “última sesión” se utilizó uno de los días de la última semana en los que previsiblemente habríamos acabado nuestras unidades didácticas. Este día (**16/05/17**) fue empleado para la evaluación.

No había ejercicios propuestos ni una estructura prediseñada, tan solo la explicación inicial para la creación de una ficha propia con instrucciones y posterior intercambio con un compañero para elaborar el mapa con ese mismo recorrido.

Fue llevada a cabo por las tres clases en el patio, sin mayores complicaciones, y las fichas se recogieron al finalizar cada una de ellas y se corrigieron después para comprobar los posibles fallos.

De este modo evalué el nivel de los alumnos para orientarse en un medio conocido y ellos practican dentro del propio colegio actividades diferentes, aunque esta sea muy parecida a la primera sesión de la unidad.

Los resultados fueron buenos y, salvo algún rezagado al inicio, todos completaron a tiempo la tarea. Es por esto que el uso de una hora entera se prevé suficiente para casos

similares y la adaptación a casos particulares se hace necesaria con ayudas o trabajos por parejas para facilitar y agilizar la tarea.

La sesión final de despedida es el **18/05/17**, en la que las tres alumnas, que llevaban preparada su presentación, exponen sus actividades al resto de compañeros de 4º curso en la pantalla de la biblioteca, y damos por concluida la UD y nuestra estancia en el centro.

## **6.2 Resultados y Evaluación Global**

En este punto se describirán tanto los objetivos iniciales logrados como los que más ha costado conseguir o en los que se deberían buscar otras estrategias para futuras presentaciones. También se describe la evaluación en función de los métodos utilizados y los resultados obtenidos.

### **6.2.1 Consecución de los Objetivos**

Como resultados finales, se puede decir que en lo cuantitativo la nota general de las tres clases ha rondado el notable alto, en torno al 8 de media, por lo que se puede decir que se han cumplido la mayoría de objetivos propuestos.

Dichos objetivos iban reflejados en los estándares de aprendizaje creados exclusivamente para esta unidad y que se han ido evaluando a lo largo de las sesiones, bien mediante observación directa o bien mediante la recogida de fichas, como las de la primera y última sesión; así como a través de las notas del observador externo que ayudan a captar detalles que no se ven durante las clases y que decantan la balanza a la hora de poner las notas finales de la actitud y el comportamiento.

En relación a lo cualitativo, estoy bastante satisfecho con el trabajo y el interés mostrado por los alumnos. Es cierto que no todos se han adaptado al mismo ritmo a las diferentes actividades, muy variadas a lo largo de las sesiones, pero han trabajado bien y realizado todas las tareas satisfactoriamente. Esto nos dice también, una vez finalizada la puesta en práctica de la unidad, que el nivel estaba ajustado a la edad y conocimientos del alumnado, y no se ha sido ni demasiado ambicioso y tampoco permisivo o transigente. Las escasas diferencias se pueden salvar reajustando pequeñas partes de las

actividades o formando grupos a conciencia para equilibrar lo máximo posible estas disparidades.

Para finalizar, como aspecto destacable, aunque no se destacara lo suficiente durante el desarrollo de la unidad, sería la presentación de la actividad final propuesta a los alumnos en la que tendrían que relatar a sus compañeros un día de actividad física en el medio natural. Dicha actividad solo fue presentada por tres alumnas de una de las clases. Tres de setenta y cinco dice muchas cosas; al no ser obligatoria, no le dieron ninguna importancia; el tiempo desde que se avisó hasta la presentación fue escaso, se hicieron pocos recordatorios antes de la presentación... Todos estos puntos se deberían tener en cuenta con vistas a la próxima puesta en práctica para no fallar y conseguir una mayor participación del alumnado en actividades extra como esta. (Las alumnas que han presentado este trabajo han sido recompensadas con la máxima nota, dado que cumplieron correctamente con el resto de criterios marcados dentro de la unidad)

Tanto los tutores como otros docentes del centro, padres y alumnos han aprovechado esta unidad para ampliar el repertorio de actividades motrices posibles de realizar dentro y fuera de la escuela, objetivo principal que se da por cumplido.

Cabe decir que siempre es bueno reforzar lo ya aprendido, como en cualquier materia; por lo que sería útil, aquí y en un futuro, reforzar este tipo de unidades con otras de similar temática (unidades completas de bicicleta o escalada por ejemplo) y no dejar una serie de sesiones aisladas entre el resto de contenidos de la materia, pues quedarían “en un saco” mezcladas con todas las demás.

A partir de lo observado y de los resultados obtenidos, se modificarán pequeños puntos de las sesiones para mejorar en un futuro. No tanto de las actividades en sí, ya que han funcionado bastante bien, pero sí de algunas explicaciones, métodos de agrupamiento y algún ítem de evaluación que supone gran esfuerzo, dado que, siendo la mayoría observación directa con un número elevado de alumnos, se pierden datos continuamente.

Por ejemplo, la exposición de recursos variados a la hora de realizar actividades en la naturaleza se ha podido evaluar en pocos alumnos, ya que no se puede observar a la vez si todos aportan recursos dentro de sus grupos. De modo que este ítem se podría evaluar dentro de la ficha de orientación haciendo que expongan un juego o actividad final

distinta a los tratados como meta para su compañero y, así, comprobar su abanico de recursos.

El estándar de las partes de la bicicleta se le ha dado por bueno a la mayoría, aun no sabiendo colocar el día del juego la tarjeta que le correspondía: no saber un nombre de los muchos que existen no indica que no sepan ninguno, sino que esa parte es muy difícil o desconocida para ese alumno. Más si cabe si no se les ha mostrado con anterioridad datos sobre el tema (estaba prevista la muestra de una imagen con todas las partes de la bicicleta en el video de la primera sesión y hablar sobre ello, pero no fue posible). Por lo que sería bueno durante la última sesión hacer un repaso con los alumnos que van terminando su actividad para tomar notas de los que han avanzado en este tema y los que no.

Por último, otros puntos de la evaluación, como, por ejemplo, el de no ensuciar ni causar daños al medio, se dan por cumplidos en todos los alumnos (punto regalado). Siendo restado este punto, si se diera el caso, a aquel que no cumpla con lo mencionado.

### **6.2.2 Resultados y Valoraciones como Docente**

Como ya se ha mencionado anteriormente, durante este periodo, todos de acuerdo que breve, ha servido para poder situarnos dentro del contexto real en el que se desarrolla la profesión para la que nos estamos preparando.

Durante toda la carrera se suceden las simulaciones y los casos "prácticos", que tienen de práctico lo mismo que de reales, bastante poco. Es ahora cuando de verdad se ven situaciones que pueden suceder, respuestas que te pueden dar, y, de hecho, te dan los niños; cuando realmente se aprende.

Aunque inicialmente se cometan errores es bueno llevar cuenta de ello para formular replanteamientos y poder mejorar. También es cierto que muchos temas escapan del control de uno mismo y se dan situaciones diferentes a cada momento; por ejemplo, con el comportamiento de los niños: cada clase es diferente y dentro de estas, cada niño es diferente, aunque en esta propuesta ha sido extraordinario durante todas las sesiones. Puedes aprender a encontrar tu punto fuerte para mostrar autoridad y crear calma dentro del caos, pero no siempre funciona igual el mismo juego con clases diferentes. Encontrar ese punto de control es el reto más difícil para seguir trabajándolo.

En otros aspectos más académicos, una vez advertidos, he salvado bien el tema de la exigencia en cuanto a objetivos marcados para conseguir al final de los temas trabajados; así como el número de actividades por sesión, que se han ajustado al tiempo, haciendo una estimación aproximada bastante precisa desde el inicio, por lo que los replanteamientos no han sido muy revolucionarios. Esto no siempre es ni será así ya que, como hemos visto, cada clase es un mundo y lo que un día funciona y se ajusta, al día siguiente puede ser todo lo contrario.

La formación continua supone un punto imprescindible en la educación actual; formación útil y no de lecciones aburridas de aula que sirven de poco o nada. Para ello, un modelo de seminarios estaría bastante cerca de la idea de aprendizaje compartido donde se muestren experiencias y, a partir de ese punto, se generen aprendizajes tanto prácticos como teóricos. Es necesario dar el máximo de minutos motrices a los niños durante sus horas de educación física, aspecto que se podría mejorar en futuras puestas en práctica, ya que por momentos se les ha “robado” ese tiempo.

### 6.2.3 Evaluación Global en Base a los Instrumentos

**Observación directa:** La mayor parte de los estándares (hasta 9) han sido evaluados de este modo. Con tal cantidad de alumnos a los que observar, prácticamente ni entre tres docentes se pueden captar todos los detalles. Aun con esto, se aprecian lo superado o no superado en la mayoría de ellos, siendo el no superado el determinante que marca la diferencia a la hora de destacar: siempre se ve antes el fallo en la ejecución de una actividad que los numerosos aciertos simultáneos que se producen. Es por esto que la mayoría, a simple vista, supera todo lo propuesto (sin ser lo que se pide demasiado exigente).

Aunque lo más destacado de este tipo de análisis es el detalle de que siempre los mismos son los que reclaman y, a la vez, reciben la atención principal, siendo éstos los mas observados y dejando a otros compañeros más al margen. En este aspecto se debe prestar especial atención ya que si siempre caemos en esa “trampa”, dejaremos de observar una gran mayoría de alumnos y por tanto nos privaremos de información útil para nuestros replanteamientos y evaluaciones.

La figura del observador externo es fundamental, más en el inicio de la práctica, ya que sin él se perdería infinidad de información. La revisión conjunta e inmediata de las

sesiones se antoja fundamental para no perder detalles, tanto de la práctica como de las actitudes de los niños; los distintos papeles que van tomando durante las sesiones y se pueden perder entre tanta información deben quedar reflejados.

**Ficha primera sesión:** Elemento que todos completaron por grupos. Sin mayores problemas, la sesión se desarrolló correctamente y todos entregaron a tiempo lo requerido. Al tratarse de un trabajo grupal, la nota, en principio, sería la misma para todos, por lo que se decidió crear el siguiente elemento con el fin de comprobar los conocimientos adquiridos por cada uno de los participantes de forma individual.

**Ficha última sesión de “evaluación”:** Mediante este elemento pude comprobar cómo en la primera sesión habían sido los alumnos más “hábiles” quienes habían “tirado del carro” y rellenado las fichas. En el momento individual aparecen las dudas personales y los alumnos que tienen más problemas para solucionar lo propuesto. Para poder completar el aprendizaje sería necesaria otra sesión previa para introducir el tema con más calma o posterior para analizar los errores, corregirlos y asegurarnos de que el aprendizaje es eficaz y no se ha tratado de una actividad inútil.

En cualquier caso, la mayoría de alumnos superó con éxito esta pequeña evaluación que revisaron por parejas y entregaron, unos más clara y ordenadamente que otros. Como es lógico, los mejores recibieron mayor puntuación en su calificación.

**Presentación de actividad alternativa:** Recurso que ha servido para subir la nota final de las tres alumnas que lo han presentado. No existían criterios definidos para puntuar esta presentación, ya que la idea era que diesen a conocer sus actividades al resto de compañeros de cualquier forma que se les ocurriese.

Para evitar futuras situaciones como la dada en este caso, se considerará como actividad de evaluación y deberán presentarla todos los alumnos durante una sesión completa, o un compañero cada día.

## 7. CONSIDERACIONES FINALES

El principal objetivo de la propuesta era fomentar la práctica de actividades físicas diferentes a las habituales. En este aspecto se ha cumplido ya que la gran mayoría de actividades que se han realizado eran "nuevas", al menos dentro del horario escolar: bicicleta, slackline, etc. Y también las visualizadas durante la presentación que se ofrecen como recursos distintos a los más comunes; carreras por montaña o de orientación, surf, esquí, natación, buceo...

También se pretendía ampliar el repertorio de juegos y mostrar las posibilidades que pueden ofrecer los ya conocidos en el contexto escolar de 4º de Primaria. En este punto se puede decir que los juegos realizados eran conocidos por la mayoría (chapas, rayuela, araña, barre tu campo...), pero se les ha dado otra visión utilizando diferentes maneras de juego como, por ejemplo, creando los propios recorridos con palos, jugando en lugares menos habituales, etc.; por lo que este objetivo se marca como cumplido.

Otros de los objetivos marcados para esta propuesta eran:

- Desarrollar habilidades motrices básicas y específicas en entornos naturales: Habilidades que sí se han desarrollado pero no lo suficientemente en entornos naturales. De ahí la importancia de llevar a cabo todo lo aprendido durante la jornada extraescolar y poder completar objetivos de este tipo.

- Conocer y vivenciar juegos relacionados con el medio natural y la orientación: Durante las primeras sesiones se ha hecho una introducción a este tema con actividades centradas en la orientación tanto en medio conocido como desconocido que servirá como base para que sigan trabajando con esto en el futuro.

- Conocer y respetar el entorno natural, contribuyendo a su conservación y mejora y disfrutar de él en el desarrollo de prácticas motrices:

Sobre todo durante la sesión de reciclaje, razón por la que se ha mantenido íntegra, haciéndose hincapié en el respeto por nuestro entorno. También en la salida al parque cercano vimos y comprobamos cómo se debe tratar con respeto todo lo que nos rodea, cumpliendo satisfactoriamente el objetivo.

## 8. BIBLIOGRAFÍA

Alonso, V. (1998). *Las actividades en la Naturaleza. Manual del monitor*. Madrid. Penthalon Ediciones.

Arribas, H. (2008) *El pensamiento y la biografía del profesorado de Actividad Física en el medio natural: un estudio multicaso en la formación universitaria orientado a la comprensión de modelos formativos*. Tesis Doctoral. Universidad de Valladolid. Facultad de Educación y trabajo social.

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

Freire, H. (2010). “La escuela es el bosque”. *Cuadernos de pedagogía*, 407, 72-75.

Freire, H. (2011). *Educar en verde. Ideas para acercar a niños y niñas a la Naturaleza*. Barcelona: Grao.

Gómez Palacios, J. J. (1991). *Al encuentro con la naturaleza. Plan de formación de animadores*. Madrid: CCD.

Granero, A. y Baena, A. (2010). *Actividades físicas en el medio natural. Teorípráctica para la educación física actual*. Sevilla: Wanceulen.

OMS (2003). *Informe sobre la salud en el Mundo 2003: forjemos el futuro*. Ginebra, Organización Mundial de la Salud.

Pérez-Brunicardi, D. y Archilla Prat, M. T. (2015). *Corremontes. Correr por montaña con escolares*. Espiral. Cuadernos del Profesorado, 8(16), 74-83.

Pieron, M., García, M<sup>a</sup>.E. y Ruiz, F. (2007). *Algunos correlatos de la actividad físico-deportiva en una perspectiva de salud*. Tándem, 24 (9-24).

Retamal, F. C., & Luci, A. R. (2006). "Motricidad y medio natural". *Pensamiento Educativo*, 38, 231-246.

Roberts, G.C. y Treasure, D.C. (Eds.) (2012). *Advances in motivation in sport and exercise*. Human Kinetics: Champaign, IL.

# **UNIDAD DIDÁCTICA: DEPORTE Y NATURALEZA**

**PRÁCTICUM II – Universidad de Valladolid**

**Iván Román Hierro**



## 1. ÍNDICE

- Introducción..... Pág. 3
  
- Fundamentación legal..... Pág.3
  
- Contexto..... Pág. 4
  
- Contenidos ..... Pág.5
  
- Criterios de evaluación y estándares de aprendizaje evaluables..... Pág.5
  
- Metodología..... Pág.7
  
- Sesiones..... Pág.8
  
- Técnicas e instrumentos de evaluación..... Pág. 11
  
- Contribución al desarrollo de las competencias básicas..... Pág.11

## **2. INTRODUCCIÓN**

Con esta Unidad Didáctica (UD) se pretende dar nociones básicas de orientación y mostrar el mayor número de recursos posibles para que los alumnos puedan realizar actividades en un entorno de naturaleza y sean capaces de ampliar su repertorio de juegos así como una realización de actividad física saludable de la manera menos perjudicial para el medio.

Por medio de una presentación audiovisual, como gancho para atraer a los alumnos, se mostrarán varias actividades a realizar durante las sesiones. Si bien todas las que aparezcan no se van a ejecutar sí se harán aproximaciones a nivel escolar de deportes como por ejemplo la escalada.

A lo largo de las sesiones se suceden gran variedad de actividades que van desde la orientación hasta la práctica y manejo de la bicicleta o los patines pasando por juegos populares y actividades de concienciación para el reciclaje. Todos ellos propuestos como un recurso susceptible de usar en cualquier momento, tanto escolar; recreo, como extraescolar; con amigos, familia etc.

Al tratarse de un tema nuevo y en principio bastante atractivo se proponen actividades sencillas, sin mayor grado de complicación con el fin de que todo fluya correctamente y se desarrolle sin inconvenientes. Si bien es cierto que cada actividad se puede variar e incrementar el nivel de dificultad en función del nivel mostrado por el alumnado una vez iniciada la unidad.

## **3. FUNDAMENTACIÓN LEGAL**

- Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa (LOMCE), publicada en el Boletín Oficial del Estado el 10 de diciembre de 2013.
- Real Decreto 126/2014, de 28 de febrero, por el que se establece el currículo básico de Educación Primaria.
- Decreto 26/2016, de 21 de julio, por el cual se establece el currículo y se regula la implantación, evaluación y desarrollo de la educación primaria en la Comunidad de Castilla y León.

#### **4. CONTEXTO**

El CEIP Miguel Delibes se encuentra en el barrio de la Victoria, donde la mayoría de residentes son familias jóvenes (35-45 años) con uno o dos hijos y con un nivel cultural y adquisitivo medio/alto. El barrio cuenta con un parque e instalaciones deportivas lo que permite que muchas familias mantengan una relación más allá de la estrictamente escolar que repercute favorablemente en la convivencia de los alumnos del centro y ayuda a la ejecución de esta unidad ya que en una de sus sesiones se efectuará una salida del centro escolar.

El Centro es de línea tres, formado por veintisiete unidades; nueve de Educación Infantil y dieciocho de Educación Primaria y cuenta con una plantilla de 44 docentes: entre los que encontramos tres de Educación Física.

El curso al que va dirigida esta UD es 4º de Primaria, compuesta por tres clases de 25 alumnos cada una, centrándonos en 4ºB; como casos más destacables; un niño con un soplo en el corazón (regular su esfuerzo), un diabético (llevar control de cómo se va encontrando) y una niña con operación reciente de tímpano, por lo que como hasta ahora las clases se realizarán en espacio abierto para evitar aglomeraciones y gritos en un espacio cerrado.

Se deberán tener en cuenta las divisiones en grupos ya que al ser número impar puede que algún juego o actividad se vean afectados.

No existen adaptaciones curriculares en ningún área de la tutoría por lo que se espera que todos alcancen el nivel de comprensión de las actividades sin problemas. En cuanto al nivel de ejecución motriz no se vislumbra ninguna dificultad por lo que todos realizarán las actividades según lo previsto, aunque siempre se pueden modificar al momento.

## **5. CONTENIDOS**

- Iniciación al deporte adaptado al espacio, al tiempo y los recursos.
- Preparación y realización de actividades en diferentes entornos, aprendiendo a conocer y valorar, disfrutar y respetar el medio natural.
- Recogida y limpieza de espacios utilizados en la práctica de actividades al aire libre.
- Conocimiento de los comportamientos como usuario de las vías públicas en calidad de peatón y/ o conductor de patines, bicicletas...

## **6. CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE**

### Criterios de evaluación:

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.
4. Conocer y valorar la diversidad de actividades físicas, lúdicas, deportivas y artísticas.
5. Manifestar respeto hacia el entorno y el medio natural en los juegos y actividades al aire libre, identificando y realizando acciones concretas dirigidas a su preservación.
6. Demostrar un comportamiento personal y social responsable, respetándose a sí mismo y a los otros en las actividades físicas y en los juegos, aceptando las normas y reglas establecidas y actuando con interés e iniciativa individual y trabajo en equipo.

### Estándares de aprendizaje:

- 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.
- 4.1. Expone las diferencias, características y/o relaciones entre juegos populares, deportes colectivos, deportes individuales y actividades en la naturaleza.
- 5.1. Se hace responsable de la eliminación de los residuos que se genera en las actividades en el medio natural.
- 5.2. Utiliza los espacios naturales respetando la flora y la fauna del lugar.
- 6.3. Incorpora en sus rutinas el cuidado e higiene del cuerpo.
- 6.4. Participa en la recogida y organización de material utilizado en las clases.
- 6.5. Acepta formar parte del grupo que le corresponda y el resultado de las competiciones con deportividad.

Si bien es cierto que todos estos aspectos van a aparecer de una forma u otra dentro de la puesta en práctica de la Propuesta Didáctica, no considero que estos sean algo definitorio de lo que se pretende conseguir con el desarrollo de esta propuesta, por lo que mis intenciones aparecen en la siguiente tabla de forma más concreta:

Contenidos	Criterios de evaluación	Estándares	Actividades
Actividades adaptadas al entorno	Crea actividades y se adapta al entorno para realizar las propuestas	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Se orienta en un medio conocido.</li> <li>2. Se orienta en un medio no habitual.</li> <li>3. Expone recursos variados para realizar actividades en cualquier entorno.</li> </ol>	<b>1,2,3,4,9</b>
Deportes en la naturaleza	Es capaz de identificar y realizar deportes en un medio natural	<ol style="list-style-type: none"> <li>4. Identifica actividades que se pueden realizar en la naturaleza.</li> <li>5. Realiza correctamente itinerarios adaptados al medio.</li> </ol>	<b>2,3,4,9,11</b>
Cuidado del medio ambiente	Cuida y respeta el medio ambiente	<ol style="list-style-type: none"> <li>6. Sitúa materiales para su reciclaje en los contenedores correctos.</li> <li>7. No ensucia ni causa desperfectos en el entorno natural.</li> </ol>	<b>3,5,6</b>
Medios de transporte “verdes”	Conoce y utiliza medios de transporte ecológicos	<ol style="list-style-type: none"> <li>8. Expone medios de transporte no contaminantes.</li> <li>9. Maneja con soltura elementos de transporte no motorizados.</li> <li>10. Identifica las partes de la bicicleta.</li> </ol>	<b>3,8,9,10</b>

Listado de actividades:

1. Gallinita ciega / Guías
2. Gymkana de pistas; parque cercano
3. Quién es quién por relevos
4. Rayuela / Castro / Avioncito
5. Canastas de reciclaje
6. Basuras a la caja
7. El pañuelito de la naturaleza
8. Practicamos con nuestros.... (patines, bicis...)
9. Circuito de la naturaleza y slackline
10. Conocer la bicicleta (juego de cartas con nombres, mecánica básica...)
11. Actividad de evaluación final (sólo explicación, la realizan hasta final de las sesiones con las familias en su tiempo libre).

## **7. METODOLOGÍA**

Siguiendo como patrón la metodología empleada por el tutor utilizaremos procesos similares a la hora de dar las clases; estructura de sesión: activación-juegos-actividad principal-vuelta a la calma. Así como la participación activa en las actividades y la guía del alumno hacia las tareas bien hechas, haciendo partícipe en todo momento de su aprendizaje al niño y sirviendo como modelo en los momentos que lo requieran.

El papel del docente durante estas sesiones será de orientador o guía. Tras las explicaciones la libertad de los alumnos para explorar y descubrir será la mayor posible. Dentro de los límites que ellos mismos se marquen. Siempre dirigiendo la sesión desde un lugar visible y con el control de ésta para evitar que la libertad se convierta en un trabajo no realizado. Se les proporcionará el material necesario y ellos mismos serán quienes lo gestionen a la hora de utilizarlo durante las actividades; formación de un circuito por el patio, por ejemplo. El resto de materiales como el slackline será colocado y retirado también por los docentes, así como las fichas de orientación en el parque.

El uso de materiales didácticos estará presente siempre de una forma controlada; para ciertas actividades, ya que si se pretende fomentar la reproducción de estas actividades fuera del aula en su tiempo libre cuanto menos material necesiten mejor.

## 8. SESIONES

<b>Sesión</b>	1 – Orientación en el medio conocido (27/04/17)
<b>Activación</b>	Calentamiento general
<b>Juego(s)</b>	Gallinita ciega / Guías
<b>Actividad principal</b>	Situamos en el patio N,S,E,O
<b>Material:</b> Fichas, folios, lapiceros.	<p>Repartir por grupos (de 5 aprox) fichas con instrucciones que van indicando cambios de dirección para seguir un itinerario.</p> <p>Una vez lo hayan realizado dibujan el plano del patio y el recorrido que han hecho.</p> <p>Intercambio de fichas entre grupos y comprueban con el mapa de los compañeros si han realizado bien el itinerario. (También pueden corregirse entre grupos).</p>

<b>Sesión</b>	2 – Orientación en el medio no conocido (02/05/17)
<b>Activación</b>	Ida al parque
<b>Juego(s)</b>	<p>Los que se realizan en cada estación dentro del parque (1,2y3)</p> <p>Estación 1: pañuelito de la naturaleza</p> <p>Estación 2: canastas de reciclaje</p> <p>Estación 3: la araña</p>
<b>Actividad principal</b>	(OJO, No superar los 25 min.)
<b>Material:</b> Fichas con pistas, fichas con descripción de los juegos. Los materiales para jugar se aprovechan del parque; ramas del suelo, hojas, papeleras...	<p>Reconocer N,S,E,O</p> <p>Identificar los elementos más característicos del parque.</p> <p>Se reparten fichas con pistas a los grupos (3 de 8 alumn@s aprox), cada pista lleva a un lugar del parque donde hay un juego descrito. Juegan y rotan. (3 estaciones en las que estarán unos 7/8 min). Cuanto antes lleguen más tiempo juegan.</p> <p>(La descripción de cada juego se sitúa en una ficha en el lugar indicado al cual llegarán siguiendo la pista de la ficha inicial: “estoy cansado, necesito sentarme al sur” (banco del sur del parque), “tengo sed, beberé agua al norte” (fuente del norte)...etc.) *Para ahorrar fichas de pistas se pueden decir de palabra a cada grupo.</p>

<b>Sesión</b>	3 - Fase de reciclaje (09/05/17)
<b>Activación</b>	Series de desplazamientos por el espacio
<b>Juego(s)</b>  <b>Material:</b> Fichas con dibujos sobre reciclaje.	Con fichas-dibujos sobre reciclaje; varias de contenedores y varias de desechos: 1º Relevos con las fichas a la vista van llevando de una fila a otra la basura a su contenedor. 2º Se mezclan todas y del revés se van levantando de 2 en 2 hasta encontrar la pareja basura-contenedor y vuelta a la fila.
<b>Actividad principal</b>  <b>Material:</b> El mayor nº de balones posible (30)	Basuras a la caja (igual que balones a la caja) 2 equipos, quien meta todos los balones al equipo contrario en su campo gana. El equipo que pierde recoge un desperdicio del patio y rápidamente se reanuda el juego. (No somos los basureros del cole pero hay que concienciar para que no se tire nada al suelo, ya que siempre hay envoltorios, papeles...)

<b>Sesión</b>	4 – Actividades en la naturaleza; recursos (04/05/17)
<b>Activación</b>	Presentación en clase sobre las actividades que se pueden realizar en el medio natural (video? Buscar meterles el gusanillo y que les despierte interés) Propuesta de actividad final? Para que vayan pensando / haciendo durante esos días.
<b>Juego(s)</b>	Juegos populares en el arenero o dentro del gimnasio: Canicas, 3 en raya escalada (temático y/o por relevos) Quién es quién por relevos (se puede usar las fichas de la siguiente sesión sobre reciclaje).
<b>Actividad principal</b> <b>Material:</b> Aros y cuerdas para el circuito, slackline, colchonetas Para juegos populares utilizar palos, piedras, etc.	Cómo adaptamos nuestros recursos para convertirlos en “naturaleza”: 2 grupos; -Escalada en el gimnasio-circuito de la naturaleza por las espalderas. - Slackline en el porche.

<b>Sesión</b>	5 – Transporte limpio (11/05/17)
<b>Activación</b>	Calentamiento general antes de iniciar la actividad principal
<b>Juego(s)</b> <b>Materiales:</b> Aportación individual de transportes. Tarjetas partes de la bici.	Aporte de medios de transporte ecológicos, no motorizados... Cada uno lleva patines, bici, skate... o se reparten o cada uno usa el suyo. Si se reparten proponer dinámica: lo que más uso y mejor se me da / lo que nunca he usado y me gustaría aprender. El más popular, la bicicleta, jugamos a identificar y colocar sus partes con tarjetas de cartulina. (El día de la presentación ya han visto imágenes con las distintas partes, a ver cuántas recuerdan).
<b>Actividad principal</b>  <b>Material:</b> Conos	Con el medio de transporte que cada uno haya elegido en la parte anterior se crea un circuito por el patio y cada uno practica, primero siguiendo conos (eslalon), líneas rectas... y después libremente. Introducir; cuando bici se cruza con patines la bici cambia de sentido. Cuando los patines se cruzan con skate se chocan la mano. Cuando unos patines pasan al lado de otros patines parados continúan de la mano.....etc. Retorno del material a sus dueños.

Como actividad final se propone (durante la 4ª sesión) que los alumnos realicen en su tiempo libre cualquiera de las actividades que hayan aprendido durante las clases (en familia, con amigos...). Deberán plasmarlo de la manera que quieran; con una foto, un video, recogiendo hojas de la ruta que hagan y acompañándolas de una descripción, un dibujo del mapa de la zona que han visitado.... Cualquier cosa que se les ocurra.

Nada obligatorio ya que es su tiempo de ocio pero sí muy recomendable que servirá para subir la nota final de la unidad.

Para la evaluación de orientación se añade una actividad el día 16/05/17 que consistirá en la redacción de una ficha con instrucciones como las de la primera sesión, el intercambio de estas entre los compañeros y la posterior ejecución y dibujo del itinerario realizado. Necesaria otra sesión para exposiciones que será la del 18/05/17.

## **9. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN**

El método de evaluación será la observación directa durante las sesiones donde se anotará si los alumnos van superando con éxito los ejercicios propuestos. Si se van cumpliendo los estándares de aprendizaje marcados se anotará en la lista de seguimiento (listado de alumnos donde figura nombre y los 10 estándares así como un espacio para actitud y otro para aseo personal) un SÍ y si no los consiguen se hará hincapié en ellos reforzando con actividades similares. Son varios los estándares que se repiten en varias actividades como está marcado anteriormente y hay varios que no solamente se evalúan mediante la observación directa sino también mediante la recogida de “pruebas escritas”, fichas que ellos mismos realizarán y entregarán tras haber comprobado en grupos y parejas los posibles fallos. Se buscará que todos aprendan y que lo hagan de manera conjunta por lo que si algún error se repite (no se consigue el estándar) se propondrá como aspecto a modificar en la futura reformulación.

## **10. CONTRIBUCIÓN AL DESARROLLO DE LAS COMPETENCIAS BÁSICAS**

Los alumnos van a poder aprender a aprender por ellos mismos ya que durante varias actividades la libertad para descubrir será total, así como la organización dentro de los grupos de trabajo hará que ocupen roles diferentes a los habituales, donde las relaciones sociales juegan un papel importante.

El vocabulario tendrá peso en ciertas actividades como la de la bicicleta donde podrán adquirir nuevas palabras para su propio diccionario y practicar hábitos matemáticos jugando a las canicas o la rayuela.

La concienciación para la mejora de hábitos diarios tanto en el tema del reciclaje presente en esta unidad como el aseo personal presente durante toda la etapa escolar también toman relevancia y se buscará que todos adquieran estos valores.



## FICHA 1

CAMINA HASTA EL **NORTE** TODO LO QUE PUEDAS, NO CAMBIES EL RUMBO.

CONTINUA HACIA EL **ESTE**, PERO... ¡NO TE SALGAS DEL COLEGIO! CUANDO NO PUEDAS AVANZAR MÁS...

BAJA HACIA EL **SUR**, LLEGARÁS JUSTO CUANDO ESTÉN HACIENDO LA COMIDA, NO ENTRES. ECHA UN TRAGO DE AGUA SI LO NECESITAS Y CONTINUA.

BUSCA UNA RAMPA POR EL **OESTE** Y BAJA HASTA QUE SE TERMINE.

SI TIENES UNAS ESCALERAS A TU IZQUIERDA: SIÉNTATE Y DESCANSA; ¡LO HABÉIS CONSEGUIDO! SI NO ES ASÍ, VUELVE AL INICIO Y PRUEBA OTRA VEZ...

---

## FICHA 2

CAMINA HACIA EL **SUR** HASTA QUE NO PUEDAS CONTINUAR. SI VES UNAS ESCALERAS VAS BIEN, PERO ¡NO TE SIENTES! CONTINÚA....

SIGUE PARALELO A ESAS ESCALERAS HACIA EL **ESTE**, HASTA QUE ESTÉS DE NUEVO A CUBIERTO. SI TIENES SED PUEDES BEBER AGUA, ¡APROVECHA!

DESDE AHÍ CAMINA HACIA EL **NORTE**, SI LLEGAS A UNA GRAN PUERTA VAS BIEN, PERO ¡NO TE SALGAS DEL COLE!

DESDE LA PUERTA CAMINA HACIA EL **OESTE** Y LLEGARÁS AL PUNTO INICIAL, ENHORABUENA LO HABÉIS CONSEGUIDO.

SI NO ES ASÍ... ¡ALGO HA FALLADO! REVISA EL RECORRIDO.

----

### FICHA 3

INICIA EL CAMINO HACIA EL **OESTE** HASTA QUE NO PUEDAS AVANZAR MÁS. SI LLEGAS A LA FRONTERA DE UN PATIO QUE NO ES EL TUYO VAS BIEN, PERO NO PASES... CONTINÚA

SIGUE PARALELO POR ESA VALLA HACIA EL **SUR**, HASTA UN LUGAR DONDE PUEDAS SENTARTE, PERO NO LO HAGAS, QUEDA UN TRECHO.

SI ESTÁS SITUADO EN LAS ESCALERAS PRINCIPALES VAS BIEN, SI NO HAS DE REINICIAR EL CAMINO PARA COMPROBAR DÓNDE ESTÁ EL FALLO.

AHORA CONTINÚA HACIA EL **ESTE** PARALELO A ESAS ESCALERAS HASTA LLEGAR AL LUGAR DONDE PODRÁS REFRESCARTE UN MOMENTO, SI TIENES SED ¡APROVECHA!

SI GIRAS Y CONTINÚAS HACIA EL ESTE ES POSIBLE QUE TE PONGAN A PELAR PATATAS, ES MEJOR QUE VUELVAS EN DIRECCIÓN CONTRARIA ( \_\_\_\_\_ ) PARA LLEGAR AL PUNTO DESDE DONDE PARTIMOS.

¡HABÉIS LLEGADO! ENHORABUENA

-----



Google

Imágenes ©2017 Google Datos del mapa ©2017 Google Int. Geogr. Nacional Condiciones Enviar comentarios 10 m

CEP Miguel Delibes

## **RUTA 1**

CAMINANDO HACIA EL **NORTE** DOS CAMINOS VAS A ENCONTRAR, DE LOS DOS EL QUE MÁS AL **ESTE** SE ENCUENTRA HAS DE TOMAR.

CUANDO LLEGUES AL FINAL DE ESE CAMINO GIRA HACIA EL **OESTE** Y TOMA DE NUEVO EL PRIMER CAMINO QUE ENCUENTRES QUE LLEVE HACIA EL **SUR**.

CAMINA EN ESA DIRECCIÓN, CRUZA EL PUNTO DE REUNIÓN Y LLEGARÁS A LA ZONA DE JUEGO NÚMERO 1.

LEED CON ATENCIÓN Y ¡A JUGAR!

## **RUTA 2**

SI CAMINAS HACIA EL **SUR** A UNA ZONA DE JUEGO VAS A LLEGAR.

PERO ESA NO ES LA TUYA AÚN, DESDE AHÍ DOS SECTORES AL **OESTE** HAS DE CAMINAR.

CUANDO LLEGUES VAS A ESTAR JUSTO EN LA OTRA PUNTA DE TU ZONA DE JUEGO.

SIN PERDER EL **NORTE**, CAMINA HACIA EL **ESTE** CRUZANDO EL PUNTO DE ENCUENTRO Y LLEGARÁS A TU JUEGO.

LEED CON ATENCIÓN Y ¡A JUGAR!

## **RUTA 3**

CAMINA HACIA EL **ESTE** HASTA ENCONTRAR UNA ZONA DE JUEGO.

ESTA NO ES LA TUYA, PERO NO TE PREOCUPES QUE LUEGO VOLVERÁS.

DESDE AHÍ CAMINA HASTA EL SECTOR QUE MÁS AL **NORTE** SE ENCUENTRA.

BAJA HACIA EL **SUR** Y DETENTE EN EL PUNTO DE ENCUTRO.

BUSCA EL **OESTE** Y CAMINA HASTA ESE SECTOR. AHÍ ENCONTRARÁS TU JUEGO.

LEED CON ATENCIÓN Y ¡A JUGAR!

# JUEGO 1

VAMOS A JUGAR AL **PAÑUELITO**

COMO TODOS SABÉIS SE NECESITAN 2 EQUIPOS Y UN VOLUNTARIO QUE SUJETE EL PAÑUELO EN MEDIO Y DIGA LOS NÚMEROS.

EL “PAÑUELO” QUE VAMOS A UTILIZAR SERÁ ALGO QUE PODAMOS ENCONTRAR EN LA NATURALEZA; UN PALO DEL SUELO, UNA HOJA CAÍDA...

(¡A BUSCAR!)

NOS DIVIDIMOS EN 2 EQUIPOS IGUALES. DE SER IMPARES UN EQUIPO TENDRÁ 1 MIEMBRO MÁS Y EL OTRO EQUIPO UN MIEMBRO CON DOS NÚMEROS.

AMBOS EQUIPOS SEPARADOS A LA MISMA DISTANCIA DEL CENTRO SE REPARTEN LOS NÚMEROS DEL 1 AL 4.

EL ENCARGADO DE SUJETAR EL “PAÑUELO” SITUADO EN EL CENTRO DIRÁ UN NÚMERO DEL 1 AL 4 Y UN MIEMBRO DE CADA EQUIPO, EL QUE TENGA ESE NÚMERO, SALDRÁ A POR EL PAÑUELO.

SE ANOTA UN PUNTO EL QUE LLEVA EL PAÑUELO A SU CAMPO SIN SER PILLADO. NO HAY ELIMINADOS.

## **JUEGO 2**

VAMOS A REPASAR LOS LANZAMIENTOS. JUGAREMOS A **CANASTAS EN LA NATURALEZA**.

LO PRIMERO QUE VAMOS A NECESITAR SON LAS CANASTAS (QUE PUEDEN SER DIBUJADAS EN EL SUELO CON RAMAS POR EJEMPLO). ¡RAMAS YA CAÍDAS! PROHIBIDO ARRANCAR NADA DE LOS ÁRBOLES Y ARBUSTOS.

LO SEGUNDO QUE NECESITAMOS SON LOS OBJETOS PARA LANZAR. (PIEDRECITAS, PALOS...)

A UNA DISTANCIA PRUDENTE Y POR ORDEN VAMOS LANZANDO A LAS CANASTAS QUE HEMOS CREADO LOS OBJETOS QUE TENEMOS. PODEMOS DARLES UNA PUNTUACIÓN Y SUMAR AL FINAL. (PALOS GRANDES 1 PUNTO, PIEDRAS PEQUEÑAS 2 PUNTOS....)

LANZAMOS TANTAS RONDAS COMO MANERAS DISTINTAS DE LANZAMIENTO SE NOS OCURRAN. (CON LA DERECHA, CON LA IZQUIERDA, CON UN OJO TAPADO, ENTRE LAS PIERNAS...)

## **JUEGO 3**

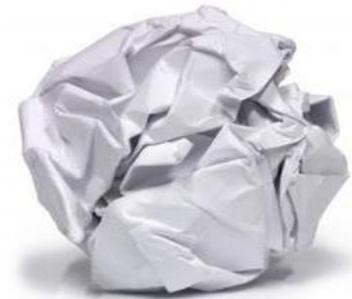
EN ESTA PARTE VAMOS A JUGAR A **LA ARAÑA.**

DIVIDIMOS EL SECTOR EN DOS PARTES Y EN EL CENTRO QUEDA UNO DE ARAÑA. (HAY VARIAS PARTIDAS CADA VEZ UNO DISTINTO)

TODO EL EQUIPO SE SITÚA EN UNA PARTE DEL SECTOR Y DEBE ATRAVESAR HASTA LA OTRA PARTE SIN QUE LA ARAÑA LE ATRAPE.

SI TE PILLA TE UNES A LA ARAÑA FORMANDO UNA FILA INDIVISIBLE QUE SOLO SE PUEDE DESPLAZAR POR LA ZONA DEL CENTRO DEL SECTOR DE JUEGO.

CUANDO LA ARAÑA TENGA ATRAPADOS A TODOS LOS MIEMBROS DEL GRUPO SE ACABA LA PARTIDA Y QUEDARÁ COMO ARAÑA OTRO MIEMBRO DISTINTO.





[www.educapèques.ca](http://www.educapèques.ca)



[www.educapèques.ca](http://www.educapèques.ca)







Ministerio de Medio Ambiente  
Comunidad de Madrid

SOLO PAPEL Y CARTON  
Tu papel  
es importante



