



Universidad de Valladolid



FACULTAD DE EDUCACIÓN DE PALENCIA

TRABAJO DE FIN DE GRADO

**PRIMER CONTACTO CON LA ORIENTACIÓN DE LOS
ESCOLARES: PROPUESTA DE UNIDAD DIDÁCTICA
FUNDAMENTADA**

Autor: Adrián Yon García

Mención: Educación Física

Tutor de TFG: Alfredo Miguel Aguado

Curso 2019/2020

RESUMEN

El Trabajo de Fin de Grado que desarrollo en este documento corresponde a la mención de Educación Física de Educación Primaria. En este, expondré una Unidad Didáctica de Orientación Deportiva adaptada al primer contacto de los escolares con esta modalidad. La unidad será un “supuesto práctico” ya que esta no se ha llegado a desarrollar. Se ha contextualizado en la clase de 3.º de Primaria del Colegio San José de Palencia, adaptándose a las características de este colegio (espacios, material, alumnado, etc.). Los primeros contactos de un alumno con las diferentes áreas, deportes y juegos condicionan la aceptación del alumnado a las diferentes experiencias y por tanto debemos de tener un especial cuidado en cómo proponemos y programamos la sucesión de actividades.

PALABRAS CLAVE

Educación Física, Educación Primaria, Orientación deportiva, Cooperación

ABSTRACT

The Final Degree Project that I develop in this document corresponds to the mention of Physical Education in Primary Education. In this I will expose a Sports Orientation Teaching Unit adapted to the first contact of schoolchildren with this modality. The unit will be a “practical assumption” since it has not been developed yet. It has been contextualized in the 3rd grade class of the San José de Palencia School, adapting to the characteristics of this school (spaces, material, students, etc.). The first contacts of a student with the different areas, sports and games condition the acceptance of the students to the different experiences and therefore we must take special care in how we propose and program the succession of activities.

KEYWORDS

Physical Education, Primary Education, Sports orientation, Cooperation

ÍNDICE

1.-INTRODUCCIÓN.....	5
1.1. ¿QUÉ ES LA ORIENTACIÓN?.....	5
1.2. ¿QUÉ SUPONE LA ORIENTACIÓN?.....	6
1.3. ¿QUÉ DESARROLLO DURANTE EL TRABAJO?.....	6
2.-JUSTIFICACIÓN DEL TFG.....	7
3.-OBJETIVOS DEL TFG.....	9
4.-FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA DEL TFG.....	10
5.-METODOLOGÍA DEL TFG	17
6.-UNIDAD DIDÁCTICA	18
6.1.-EJEMPLO DE UNIDAD DIDÁCTICA CONTEXTUALIZADA.....	18
6.1.1.-TÍTULO	18
6.1.2.-JUSTIFICACIÓN DE LA UNIDAD	18
6.1.3.-OBJETIVOS.....	20
6.1.4.-CONTENIDOS	21
6.1.5.-METODOLOGÍA	24
6.1.6.-PREVISIONES PARA LA REGULACIÓN DE LA PRÁCTICA	26
6.1.7.-TEMPORALIZACIÓN DE LA UNIDAD	26
6.1.8.-SESIONES	27
6.2.9.-COMPETENCIAS	37
6.2.10.-EVALUACIÓN.....	38
6.2.11.-ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD.....	39
6.2.12.-INTERDISCIPLINARIDAD DEL PROYECTO	39
7.-CONCLUSIONES.....	40
8.-LISTA DE REFERENCIAS.....	42
9.-ANEXOS	44
9.1.-CALENDARIO SESIONES	44

9.2.-FICHAS SESIÓN 1 Y SESIÓN 2	47
9.3.-FICHAS SESIÓN 3, PLAN A	52
9.4.-FICHAS SESIÓN 3, PLAN B	57
9.5.-FICHAS SESIÓN 4, PLAN A	60
9.6.-FICHAS SESIÓN 4, PLAN B	62
9.7.-FICHAS SESIÓN 5, PLAN A	64
9.8.-FICHAS SESIÓN 5, PLAN B	67
9.9.-FICHAS SESIÓN 5, PLAN C	69
9.10.-FICHAS CARÁCTER EVALUATIVO	71
9.11.-FICHAS DE CARÁCTER CONCEPTUAL	73
9.12.-TRABAJO DE BLOQUES DE LA UNIDAD.	75
9.13.-TRABAJO DE COMPETENCIAS DE LA UNIDAD.	76

1.-INTRODUCCIÓN

1.1. ¿QUÉ ES LA ORIENTACIÓN?

La *Real Academia Española* contempla dos acepciones para definir la orientación:

- La primera “acción o efecto de orientar u orientarse”
- La segunda “posición o dirección de algo respecto a un punto cardinal”

Si buscamos una definición orientada a la modalidad deportiva, podemos atender a la dada por la Federación del deporte de la Orientación de la Comunidad Valenciana (FEDOCV) en su página web:

La Orientación es una modalidad deportiva en la que el objetivo del participante es realizar en el menor tiempo posible un recorrido marcado en el plano y sobre el terreno por puntos de control. La carrera se realiza desde la salida hasta la meta visitando los puntos de control en el orden indicado sobre el plano, de manera individual y con la brújula como único instrumento válido de ayuda (FEDOCV, 2003)

Por último, presentar una definición más vinculada a lo educativo. “Orientarse es conocer dónde estamos y cómo llegar a otros puntos o destinos” (Miguel, 2001, p.90)

1.2. ¿QUÉ SUPONE LA ORIENTACIÓN?

Cuando hablamos de orientación deportiva no nos referimos solo a una actividad física que pone en funcionamiento a nuestro cuerpo evaluando nuestras capacidades físicas básicas (premiando la resistencia aeróbica). Sin menospreciar los beneficios a nivel de salud física, resulta interesante destacar la implicación del factor cognitivo, puesto que la ejecución física va a depender de cómo se interpreta el mapa, escogiendo el itinerario de un punto A a un punto B buscando la eficiencia en el desplazamiento. De hecho, el éxito en dicha modalidad radica más en el factor cognitivo que en el relacionado con la capacidad física del participante. La suma del trabajo de la resistencia y el trabajo cognitivo hacen de esta actividad algo interesante y educativo para los escolares.

Destacar también el factor de acercamiento al medio natural de esta actividad, lo cual apremia su importancia y utilidad con escolares. Trataremos estos aspectos de una manera más detallada en la fundamentación teórica.

1.3. ¿QUÉ DESARROLLO DURANTE EL TRABAJO?

A lo largo de este TFG expondré una Unidad Didáctica contextualizada en el Colegio San José de Palencia con alumnado de 3.º de Educación Primaria. Se irá detallando y argumentando el porqué de cada actividad de primer contacto con la orientación. Se atenderá a una fundamentación teórica, tanto de aspectos técnicos como de psicológicos, referidos a diferentes autores que presentaré más adelante.

2.-JUSTIFICACIÓN DEL TFG

El haber elegido este tema no es fruto del azar, sino que se debe a varios aspectos que personalmente me han hecho decantarme por la orientación. Antes de acceder a la carrera universitaria, de Educación Primaria, no conocía la modalidad deportiva de la Orientación, a pesar de considerarme un forofo de la actividad física en todas sus vertientes.

Me encontré con esta modalidad en 2020, en la asignatura de *Educación Física en el Medio Natural* impartida en la Facultad de Educación de Palencia (Universidad de Valladolid).

A través de la asignatura y diversas prácticas relacionadas con la orientación en el gimnasio del Campus de la Yutera, sus alrededores, el Monte el Viejo y Dueñas, adquirí una devoción por este deporte. La suma de trabajo físico y mental que proporciona la orientación me resultaron, como futuro docente, de gran potencial educativo y, por tanto, decidí adentrarme más en está.

Mis experiencias con las actividades de orientación en la asignatura de *Actividades Físicas en el Medio Natural* en la Universidad me hicieron apuntarme a todas las propuestas del docente relacionadas con la orientación. Son ejemplo de ello, un entrenamiento en el Monte el Viejo de orientación organizado por el Club de Orientación Río Carrión (ORCA) o una competición de Orientación Urbana en Dueñas (Palencia). Siendo grata la experiencia en las actividades citadas decidí informarme más sobre la orientación accediendo a páginas webs de federaciones de orientación, artículos, libros y publicaciones relacionadas con las actividades físicas en el medio natural (AFMN), etc., para de esta manera poder realizar una adaptación de la orientación deportiva a los escolares demostrando a través de otros autores y mis ideas su multitud de beneficios.

Para finalizar este apartado presento citas de varios autores que denotan los beneficios educativos de la Orientación debido a diversos factores.

La orientación en el primer contacto se desarrolla en los alrededores del centro, haciéndole conocedor de este entorno al alumno. Según Freire (2011), el objetivo principal de los niños de 5 a 12 años es descubrir su entorno explorando sus alrededores (escuela, pueblo, vivienda, provincia, etc.), incorporando a través de actividades en estos lugares una comprensión intuitiva de conceptos relacionados con la física, matemáticas y el medio ambiente.

En concreto, la orientación pretende acercar al alumno al medio natural, lugar de gran interés educativo. “Considerar el medio Natural y las actividades físicas desarrolladas en él desde el punto de vista educativo no es una idea novedosa, al contrario, es una tesis que nos viene legada desde hace siglos.” (Miguel, 2001, p.26). Son varias las corrientes y pedagogos que atribuyen propiedades educativas al medio natural, dando, por tanto, fundamentación educativa a la orientación.

Miguel, en 2001 considera que la orientación permite al alumnado trabajar en conceptos como son: interpretar referencias, decidir recorridos y desplazarse dominando las emociones. Observamos pues, que en dichas implicaciones destaca un factor cognitivo por encima de lo físico a la hora de interpretar el plano tomando decisiones para así desplazarse de manera eficiente y eficaz. Es la suma de estas implicaciones con el trabajo físico y el acercamiento al medio natural lo que hace en resumidas cuentas la orientación de sumo interés educativo. Adjuntar que a mayores permite una gran interdisciplinariedad dotando al alumno de diferentes conocimientos y valores.

3.-OBJETIVOS DEL TFG

Los objetivos que persigue este trabajo son cuatro:

- Profundizar en la utilidad de la orientación deportiva adaptada a escolares.
- Conocer las variantes de una actividad de orientación para adaptarse a la diversidad del alumnado.
- Diseñar actividades que permitan trabajar la orientación de una manera progresiva.
- Diseñar una unidad didáctica de primer contacto con la orientación, haciendo hincapié en la importancia del contexto y fundamentación teórica para desarrollar esta de una manera exitosa.

4.-FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA DEL TFG

Ya sobre el siglo XVIII se escuchaba la famosa frase “La práctica sin teoría es ciega y la teoría sin práctica es estéril”, frase que popularmente es atribuida al filósofo Immanuel Kant a pesar de no existir una evidencia al respecto. Aplico esta frase por tanto a mi Unidad Didáctica fundamentado su desarrollo.

Debido a lo comentado anteriormente, iré exponiendo las claves de desarrollo de la Unidad Didáctica fundamentando estas con diferentes citas. La Federación Española de Orientación expone la historia de la orientación, de la cual resumo que en 1980 el capitán del ejército sueco y scout Enest Killander asentó las bases de lo que conocemos hoy como el deporte de orientación. Killander se dio cuenta que utilizando los mapas y la brújula como entrenamiento de sus soldados para desplazarse por el bosque resultaba un método de instrucción excepcional y, lo más importante, vio como la resolución de estos problemas les dotaba de una personalidad y un carácter diferentes: seguridad en sí mismos, autocontrol en las situaciones difíciles y capacidad de decisión. Así tuvo lugar la primera competición oficial organizada por el club nórdico de Tjalve en 1897. Desde 1942 es asignatura obligatoria en todas las escuelas de Suecia.

Analizando esto, observamos que los materiales básicos de mapa y brújula no han cambiado y que ya desde los inicios de esta modalidad el capitán del ejército sueco denotaba en esta un valor educativo para sus tropas. Argumentaba que les daba personalidad y carácter, haciendo hincapié en la seguridad, autocontrol y capacidad de decisión. Observamos también la inteligente decisión de Suecia al establecer la orientación como una asignatura obligatoria, fruto de apreciar su potencial educativo.

Teniendo en cuenta que la Unidad que desarrollo es para alumnos que no conocen aún la Orientación se debe procurar una progresión de dificultad en las actividades. Teniendo en cuenta que el gusto hacia una actividad es condicionado en gran medida por la primera experiencia o contacto del alumnado con esta debemos de prestar especial atención, proponiendo situaciones de éxito.

Siendo un criterio de éxito la dificultad de las actividades propuestas, destaco, por tanto, la importancia de conocer los factores que influyen en esta. “Los espacios y las referencias pueden ser más o menos sencillas, o complejas, pero esto, sólo será un criterio para establecer su nivel de dificultad” (Miguel, 2001, p.91). Apunta también que existe un espacio sencillo el cual no

provoca ningún problema para desplazarse por este y un espacio complejo el cual es desconocido y por tanto más complejo para el alumnado (Miguel, 2001).

Atendiendo a estos factores, mi unidad didáctica se iniciará en el gimnasio, espacio sencillo debido a ser conocido por todo el alumnado. A lo largo de la Unidad vamos accediendo a espacios más grandes como el patio y una última sesión aproximándonos a un medio natural “semiconocido” por la mayoría del alumnado (*Parque Ribera Sur*). Al ser un primer contacto es utilizado también en los planos una simbología clara, que se asocia fácilmente a la realidad, facilitando la tarea en este primer contacto, generando situaciones de éxito.

Para variar la dificultad debemos de conocer qué solicitamos al alumno cada vez que le solicitamos realizar un recorrido de orientación.

Cuando le damos a nuestro alumnado un mapa, croquis o plano, y le pedimos que se dirija a un lugar pintado en dicho mapa, lo que se le solicita es:

- a) Que interprete que las referencias que le damos –mapa, plano y su simbología- y que sea capaz de cotejarlas con la realidad.
- b) Que elija el recorrido a seguir, basándose en la interpretación anterior.
- c) Que sea capaz de desplazarse por el terreno indicado, de acuerdo con la actividad.
- d) Que domine la actividad, en lo que respecta al plano emocional. (Miguel, 2001, p.92)

En la Unidad Didáctica utilizo estos apartados para generar una progresión en cuanto a dificultad. Serán cada vez los desplazamientos más complicados debido al número de controles, el espacio en el que nos encontremos, la dificultad del desplazamiento, etc. Estos ítems también son utilizados para generar actividades multinivel adaptándose así de manera automática al funcionamiento de cada grupo.

A pesar de ser la brújula un elemento clave de la orientación deportiva, prescindiremos de esta en la primera toma de contacto debido a su complejidad de uso, edad del alumnado y su innecesariedad en espacios tan reducidos como lo son el gimnasio o patio. La brújula sería un elemento a incorporar más adelante, en espacios más amplios. Considerando a pesar de esto la brújula un elemento clave, se trabajará como concepto en la unidad expuesta, para que vayan conociendo esta herramienta de manera teórica.

Para ir accediendo a la orientación hay que ir dominando varios pasos:

Los pasos para ir dominando esta abstracción, que es el mapa y sus elementos, van a ir enfocados hacia la simplicidad de estos datos y de esta realidad.

-Trabajar las Nociones Topológicas Básicas. Constituyen las referencias más sencillas y debemos empezar por ellas, cuando trabajamos con niños de educación infantil o primer ciclo de primaria; a la derecha de, detrás de, entre esto, aquello... Son nociones que ayudan en el conocimiento del espacio. Tiene nombre y finalidad propia y no se definen como actividades de orientación, pero son la base de una adecuada estructuración espacio-temporal y es extraño encontrar niños con dificultad para situarse dentro del mapa por no tener afianzado este aprendizaje.

-Trabajar con referencias sencillas utilizando los diversos sentidos corporales. Realizar desplazamiento siguiendo la voz, atendiendo a la presión que sobre mí hace un compañero, son ejemplos sencillos que se puede complicar introduciendo variables del tipo de: cuando escuches la palabra “cuadro” debes de dirigirte a la espaldera.... Al igual que el punto anterior, son situaciones propias de la EFE; en este caso, estamos introduciendo poco a poco, la relación entre recorrido que debo realizar y una terminología o símbolo para expresarlo.

-Iniciar el trabajo con planos o croquis elaborados por ellos mismos, y donde los símbolos también sean de su creación. El plasmar la realidad sobre un papel y utilizar una simbología propia para designar elementos de la realidad ayuda a motivar y a hacer suya la actividad, además de iniciar el camino hacia la comprensión del necesario consenso en la construcción de símbolos.

-Trabajar con planos y mapas comunes, convencionales. Se inicia con sus propios mapas puestos en común y se continua en mapas habituales. La utilización de referencias dependerá de los conocimientos que se tengan en relación con el tema, por tanto, será imprescindible hacerlos correlacionar. De nada servirá indicarle que vaya al “*”, si no conoce que ese símbolo significa, por ejemplo, una encina; y tampoco servirá si no es capaz de reconocer la encina al verla. (Miguel, 2001, pp. 97-98)

La Unidad Didáctica presenta una primera toma de contacto en la cual se tienen en cuenta las nociones topológicas básicas para arrancar el contacto, el uso de grupos fomenta el uso oral de dichas nociones comentando a los compañeros el siguiente desplazamiento a realizar, poniéndose de acuerdo en cuanto a la orientación del mapa, etc.

Se utilizarán referencias sencillas, fácilmente descifrables al formar parte de su entorno cercano (gimnasio y patio). En el caso del Ribera Sur, contarán con una leyenda ya que Miguel en 2001 apunta

que de nada sirve pedir que el alumno vaya a un punto si no sabe qué simboliza este. En muchas actividades de la Unidad serán ellos quienes coloquen los puntos de control en el espacio y mapa, haciéndoles protagonistas y motivándoles. Antes de iniciar las actividades habrá un momento de explicación y reflexión para así comprender el plano, cómo orientarlo, etc.

“En los recorridos siempre tenemos dos datos: el lugar donde estamos y al que nos dirigimos” (Miguel, 2001, p.98). Esta referencia teórica será explicada al alumnado a través de conceptos y de una metodología de aprendizaje por descubrimiento ya que para orientar el plano en cualquier actividad deberán de darse cuenta de dónde se encuentran, al igual que al descubrir el recorrido hacia el siguiente control.

Remarcando de nuevo que estamos en una primera toma de contacto, destaco la importancia del plano emocional buscando reducir este limitando espacios, ajustando normas, etc. “El realizar las acciones en un espacio conocido o desconocido hace variar sustancialmente la actividad” (Miguel, p.99, 2001). Por ello, usaremos el gimnasio en las dos primeras sesiones, espacio conocido y simple. Tras estas actividades realizaremos otras en el patio, lugar más grande y por tanto más complejo. En la última sesión accederemos pues al Ribera Sur, acercándonos de cierto modo al medio natural, con los beneficios de este.

Son indicaciones para el primer contacto la realización de actividades en grupo, limitación de tiempo y espacio, poner normas, etc. (Miguel, 2001). Durante la unidad didáctica se irán disminuyendo el número de alumnos por grupo en función del progreso. Considerando que el trabajo en grupo resulta favorable para el éxito de las actividades, será utilizado para regular el progreso a modo de variante. Los grupos no serán fijos en las actividades, podrán ser modificados por el docente dependiendo de los resultados de cada sesión. Se mantiene la tendencia de ir disminuyendo miembros al ir progresando. El área y las normas de cada actividad estarán marcadas en todo momento, siendo claras y limitando cada juego, recorrido o posta a la zona delimitada por el plano o croquis.

Los objetivos cuando iniciamos orientación con niños son:

- “-Aprendizaje del pensamiento simbólico: relación entre el significante (el medio) y el significado (el mapa, el plano)
- Descubrimiento y estructuración del espacio de acción.
- Acceso a la autonomía intelectual y de comportamiento, a la responsabilidad.” (Kronlund, et al., p.36, 1987)

Esta serie de objetivos expuestos por los diferentes autores son tenidos en cuenta en la Unidad didáctica, trabajando con actividades de reflexión para el pensamiento simbólico, dejándoles explorar el espacio de acción a través de la colocación de controles, dotándoles de cierta autonomía grupal en el transcurso de la actividad, etc.

Uno de los propósitos de la progresión es acercar al alumno al medio natural. “Las actividades al aire libre en espacios naturales reducen el riesgo de padecer enfermedades mentales, aumentan la sensación de bienestar y autoestima”. (Freire, 2011, p.39) “El juego en la naturaleza es fundamental para el equilibrio emocional y energético, así como en el desarrollo de las capacidades intelectuales, sociales y creativas de los niños y niñas” (Freire 2011, p.50).

Existen tres niveles de enseñanza del deporte de orientación en la escuela según (Gómez Encina, Luna Torres y Zorrilla Sanz, 1996, p.21)

-1º Nivel, Iniciación: destaca un enfoque lúdico y de esparcimiento adaptándose totalmente a una metodología jugada, con participación plena y simultánea en el entorno educativo (gimnasio, centro escolar). El trabajo en equipo, la participación activa, la solidaridad, el respeto por el otro, la curiosidad y, sobre todo, el gusto y la motivación por esta actividad conforman el conjunto de actitudes y valores que se van a desarrollar.

-2º Nivel, Especialización: buscamos seguir utilizando el enfoque lúdico y, a la vez, el descubrimiento guiado. Trasladamos nuestro espacio educativo al entorno cercano conocido, es decir, el parque o zona natural próxima a la escuela. Aquí introducimos algunos aspectos más específicos del deporte, haciendo especialmente hincapié en el mapa y en la brújula. Respecto a las actitudes y valores destacan: el gusto y motivación por las actividades físicas y deportivas realizadas en el medio natural, la protección y el cuidado de la naturaleza, el afán por superar los obstáculos y las dificultades, y el trabajo en equipo.

-3º Nivel, Perfeccionamiento: es el nivel más específico y real del deporte de la orientación en todas sus dimensiones. Sin embargo, nos referimos más bien a una cuestión de forma, estructura y organización. Eso es así puesto que, en este deporte, todo participante decide autónomamente: ¿qué hacer?, ¿cómo hacerlo? y ¿a qué ritmo hacerlo? Estamos, por tanto, en el cénit de un aprendizaje en el que la decisión final es tomada libremente, después de haber observado, analizado y comparado los Trabajo Fin de Grado en Educación Primaria 26 datos disponibles. Ciertamente, no pensamos que haya un final con mejores perspectivas para un proceso de enseñanza y aprendizaje. En cuanto a los valores y actitudes de esta etapa destacamos: gusto y motivación por las actividades físicas y deportivas realizadas en la naturaleza, uso correcto y

respeto del medio natural, autonomía personal, capacidad para superar los obstáculos, trabajo en equipo toma de decisiones libre y responsable

La unidad didáctica se halla contextualizada en el primer nivel al ser una primera toma de contacto. Atendiendo a las indicaciones de los autores todas las actividades se desarrollan en grupos y su dinámica gira en torno al juego (escondiendo cosas, resolviendo problemas, recogiendo rotuladores, etc.).

McNeill, Cory.Wright, Renfrew (p.135, 2006) exponen lo que la orientación ofrece a la educación física dentro del currículum educativo. Estos aportes son los siguientes:

- Evaluación del entrenamiento y de la actuación en el bosque.
- Desafío al introducir cambios de entorno.
- Habilidades más complicadas y técnicas avanzadas con el mapa y brújula.
- Uso de habilidades/destrezas en situaciones nuevas.
- Variedad de modelos.
- Resolución de problemas.
- Arreglárselas en situaciones peligrosas.
- Respeto del entorno.
- Desarrollo de la excelencia: identificación de estrategias y debilidades, programa de entrenamiento, actuación para conseguir los objetivos.
- Propicia cálculos precisos.
- Educación social: enlaces de grupo, oportunidades de ocio local.
- Liderazgo y cooperación con otros: actividades de equipo o grupo, discusiones, comentarios, explicaciones, promoción.
- Desarrollo y mejora de las habilidades de orientación.
- Salud y ejercicio: incrementar la condición física, cómo trabaja el cuerpo.
- Aventura en la puerta de casa.
- Necesidades especiales.
- Creación, planificación y organización de actividades para otros.

-Hacer frente al éxito y al fracaso: juego limpio y respeto de normas y reglas.

-Equipamiento especializado.

-Enlaces curriculares transversales: geografía, matemáticas, lengua, historia y tecnología.

Quiero argumentar con estos aportes el trabajo competencial expuesto en la unidad didáctica en el punto 6.2.9, al igual que justificar también con estos aportes la utilidad de la orientación.

5.-METODOLOGÍA DEL TFG

Siendo el objetivo de mi TFG realizar una Unidad Didáctica fundamentada teóricamente, convirtiéndose en un buen ejemplo a seguir para un primer contacto con la modalidad de orientación adaptada a los escolares he seguido diversos pasos. El trabajo se inicia en el momento en el que yo oigo por primera vez la palabra orientación y empiezo a entender y experimentar esta modalidad deportiva en la carrera universitaria. Iba adquiriendo de esta manera una base conceptual que me ayudaría a generar ideas y gestionar de este modo el trabajo. Siendo mi decisión realizar este trabajo, comencé a buscar información en bases de datos (dialnet, google académico, etc.), libros de biblioteca, apuntes y otros. Iba adquiriendo de esta manera ideas de otros autores y subrayando aquello que podía tener una transposición a mi trabajo.

No solo fueron importantes esta serie de libros y apuntes, sino que también tuve que acudir a informarme de los apartados que debía de tener mi trabajo y en qué consistían estos, ajustándome a la normativa APA.

Comencé a desarrollar ideas y seleccionar información relevante para así desarrollar los diferentes apartados de mi trabajo. Tras la realización de cada apartado releía este para así estar conforme con su redacción. Apuntando en una hoja ideas de la trasposición de la orientación a los escolares de diferentes autores empecé a desarrollar la unidad teniendo en gran consideración el contexto y los diferentes factores de éxito que había aprendido. En su desarrollo tuve en cuenta imprevistos que podían suceder proponiendo planes alternativos, actividades extra, etc. Finalmente conseguí ajustar todo el trabajo siendo protagonista una Unidad con un buen fundamento teórico, rica en variantes y actividades multinivel que ofrecen una progresión en el espacio y referencias acercándose poco a poco al espacio complejo y ofreciendo al alumnado conocimientos que les den la seguridad que se requiere para poder seguir avanzando en unidades futuras.

El ajustarme a las diferentes fechas de entrega para sucesivas correcciones me permitió atender a los consejos de mi tutor para así seguir perfilando este trabajo, obteniendo de esta manera el mejor resultado posible.

6.-UNIDAD DIDÁCTICA

6.1.-EJEMPLO DE UNIDAD DIDÁCTICA CONTEXTUALIZADA

En este apartado expondré una Unidad didáctica contextualizada en el colegio San José de Palencia para el curso de tercero. Expongo una situación en la cual el docente cuenta con alumnado en prácticas y los discentes no han tenido aún un primer contacto con la orientación.

6.1.1.-TÍTULO

“MI PRIMER CONTACTO CON LA ORIENTACIÓN”

6.1.2.-JUSTIFICACIÓN DE LA UNIDAD

El tema que trabajaremos en esta unidad didáctica será la orientación. Orientarse es conocer dónde estamos y como llegar a otros puntos o destinos. Buscamos a lo largo del desarrollo de esta unidad dotar al alumnado de capacidades que les permitan, en un futuro, llegar a ser autónomos y sentirse seguros en el medio natural desconocido, espacio complejo.

La orientación dentro del ámbito deportivo sería la referida a la efectuación de un recorrido, normalmente individual por una zona de bosque o montaña con el objetivo de encontrar unas balizas colocadas por el terreno en el menor tiempo posible. Este trabajo será realizado a través del uso de un mapa topográfico y una brújula, elemento del cual prescindiremos en esta unidad debido a la edad del alumnado y los espacios de desarrollo de las diferentes actividades. La brújula se incorporará conceptualmente para hacer uso de ella en unidades posteriores.

En la unidad didáctica adaptaremos el ámbito deportivo al contexto escolar, desarrollando actividades en dificultad gradiente para llegar a los objetivos propuestos, que definiremos más adelante.

Empezaremos trabajando con el espacio sencillo, que podemos definir como el espacio conocido por el alumnado (área del centro como puede ser gimnasio y patio) y acabaremos la unidad aproximándonos a las características del espacio complejo, en el Ribera Sur, que, aunque puede ser conocido no es un entorno habitual para ellos. Este se delimitará y adaptará al curso para resultar una experiencia exitosa. Este medio es un medio natural, conocido por la amplia mayoría del alumnado dotando a estos de cierta seguridad debido a esta realidad y la

realización de actividades de las sesiones anteriores que les permiten conocer en que consiste la orientación y tener ya unas capacidades de interpretación del plano, toma de decisiones, etc.

Los conocimientos previos serán mínimos y estos serán referidos a orientación urbana o doméstica como pueden ser expresiones como “al fondo, a la izquierda, a la derecha, arriba, etc.” (nociones topológicas básicas). También contaremos con que conocen el espacio escolar del gimnasio y patio, así como su capacidad interpretativa de los elementos de estos espacios en los planos de patio y gimnasio que adaptamos a las actividades referidas a la orientación que desarrollaremos en las diferentes sesiones.

Esta unidad didáctica será abordada con el curso de 3.º de Educación Primaria del Colegio San José de Palencia. La unidad didáctica albergará cinco sesiones con una estructura similar conformada por una introducción, que llamaremos momento de encuentro, en el cual se trabajarán aspectos conceptuales y se explicará la dinámica de la sesión. Tras esto el momento de construcción del aprendizaje, realizando las actividades propuestas y un momento de despedida, que incluirá una reflexión sobre lo ocurrido durante la sesión.

6.1.3.-OBJETIVOS

De carácter conceptual y procedimental:

- 1.-Conocer la orientación deportiva y en qué consiste.
- 2.-Interpretar referencias de los planos de gimnasio, patio y Ribera Sur, cotejando referencias con la realidad, encontrando así los diferentes controles.
- 3.-Orientar los planos de la unidad haciendo uso de las referencias de estos (canchas, puerta de acceso, edificaciones, canal, etc.).
- 4.-Conocer los materiales de las actividades, así como su definición (planos, balizas, fichas de control).
- 5.-Tomar decisiones en cuanto a la realización de un recorrido eficaz interpretando un mapa.
- 6.-Desarrollar estrategias para efectuar en el menor tiempo posible el recorrido de un punto A a un punto B manteniendo el rumbo.

De carácter actitudinal

- 1.-Respetar el material en todas las actividades, así como las instalaciones.
- 2.-Trabajar en grupo, respetando a los compañeros manteniendo por tanto una actitud colaborativa para resolver conflictos o realizar con éxito las actividades propuestas.
- 3.-Aceptar y cumplir las normas de cada actividad.
- 4.-Mostrar una actitud de interés por las actividades propuestas.
- 5.-Tener una actitud de respeto hacia el medio natural buscando la preservación de dicho del mismo.

6.1.4.-CONTENIDOS

Primero presentaré los que se trabajarán parcialmente de los diferentes bloques del currículum (BOCYL) y tras esto los específicos de la unidad.

CONTENIDOS DEL CURRÍCULUM POR BLOQUES

Bloque 1: Contenidos comunes

- Técnicas de trabajo individual y en grupo con atención a los diferentes roles y a la responsabilidad individual y colectiva.
- Estrategias para la resolución de conflictos: utilización de normas de convivencia, conocimiento y respeto de las normas y reglas de juego, y valoración del respeto a los demás, evitando estereotipos y prejuicios racistas.
- Uso adecuado y responsable de los materiales de Educación física orientados a su conservación y a la prevención de lesiones o accidentes.
- Lectura, análisis e interpretación de textos relacionados con el área de Educación física.

Bloque 2: Conocimiento corporal

- Consolidación de la lateralidad y su proyección en el espacio. Reconocimiento de la izquierda y la derecha en los demás y en los objetos. Orientación de personas y objetos en relación a un tercero.
- Organización del espacio de acción: medida de intervalos en unidades de acción asociados a las habilidades básicas; ajuste de trayectorias en la impulsión o proyección del propio cuerpo o de otros objetos.
- Percepción, organización y estructuración espacio-temporal del movimiento en acciones y situaciones de complejidad crecientes: Ajuste de movimientos a diferentes ritmos de ejecución. Coordinación de trayectorias. Intercepción y golpeo-intercepción.

Bloque 3: Habilidades motrices.

- Formas y posibilidades del movimiento. Ajuste de los esquemas motores básicos en la ejecución de desplazamientos, saltos, giros y equilibrios y manejo de objetos. Control motor y dominio corporal.
- Mantenimiento de la flexibilidad y ejercitación globalizada de la fuerza, la velocidad y la resistencia.
- Mejora de las capacidades físicas básicas orientada a la ejecución motriz. Frecuencia cardíaca.

Bloque 4: Juegos y actividades deportivas.

- Iniciación a la práctica de juegos y actividades predeportivas y de desarrollo de habilidades motrices específicas.
- Iniciación a la práctica de juegos y deportes alternativos.
- Juegos en el medio natural.
- Desarrollo de estrategias básicas de juego relacionadas con la cooperación, la oposición y la cooperación/oposición.
- Comprensión, aceptación, cumplimiento y valoración de las reglas y normas de juego. - Aceptación como propios de los valores fundamentales del juego: el esfuerzo personal, la relación con los demás y la aceptación del resultado.
- Desarrollo y reflexión de actitudes y valores relacionados con el juego limpio.
- Aceptación, dentro del equipo, del papel que le corresponde a uno como jugador y de la necesidad de intercambio de papeles para que todos experimenten diferentes posibilidades.
- Valoración del juego como medio de disfrute, relación y empleo del tiempo de ocio. Sedentarismo y obesidad.

Bloque 5: Actividades físicas artístico-expresivas.

- Participación en situaciones que supongan comunicación corporal. Valoración y respeto de las diferencias en el modo de expresarse.

Bloque 6: Actividad física y salud.

- Pautas de respeto a la integridad física propia y de los demás.
- Reconocimiento de los beneficios de la actividad física en la salud y en el desarrollo corporal.
- Mejora general de la condición física orientada a la salud.
- Adecuación de las posibilidades corporales a la actividad física.
- Medidas de seguridad y prevención de accidentes: identificación y valoración de las actividades de riesgo que se derivan de la práctica de la actividad física habitual.

CONTENIDOS ESPECÍFICOS DE LA UNIDAD

- 1.-La orientación como modalidad deportiva.
- 2.- Definición y principios básicos de orientación.
- 3.-Desarrollo de las capacidades físicas, dosificando la intensidad y duración del esfuerzo.
- 4.- Planos y referencias.

Estos contenidos se desglosan en las diferentes sesiones en contenidos conceptuales más específicos que se trabajarán a través de la práctica, fichas, reflexión, etc.

6.1.5.-METODOLOGÍA

1.-Aprendizaje por descubrimiento: en gran parte de la unidad irán aprendiendo los contenidos conceptuales referidos a la orientación a través del descubrimiento, dándose cuenta por ejemplo de la manera más sencilla de llegar de un punto A a un punto B o indagando en cómo orientar el mapa en función de las referencias.

2.-Aprendizaje guiado: los alumnos irán adquiriendo los conocimientos a través de actividades estratégicamente diseñadas por el docente y siendo este, el guía de las explicaciones construidas entre todo el alumnado. El protagonismo reside en gran parte por tanto en los alumnos, siendo el docente un regulador de imprevistos y un moderador de situaciones.

3.-Cooperativa: las actividades que se propondrán en esta unidad didáctica se realizarán en grupos, más o menos grandes en función del desarrollo y éxito de las actividades propuestas. Los vínculos del grupo y su diálogo serán parte esencial del aprendizaje y desarrollo de la tarea encomendada.

4.-Coevaluación: a través de este método es el alumnado quien debe autoevaluarse en escalas de nivel de ejecución, la consecución de diversos factores expuestos en una tabla tanto de sus compañeros, como ellos mismo. La finalidad al margen de desarrollar la capacidad crítica será generar un conocimiento de los errores cometidos para así en la siguiente sesión tenerlos más presentes y lograr una mejora en base a esos errores, es decir un aprendizaje significativo.

5.-Gamificación: alguna de las actividades propuestas se tematiza a través del juego, pudiendo ser ejemplo un mapa del tesoro (mapa de orientación). Buscamos de este modo que dichas actividades sean más atractivas para el alumnado, generando en este una mayor predisposición a la tarea.

6.-Moderación de las actividades: las actividades que se proponen durante las sesiones son modificables a través de variantes que regulan la dificultad (número de controles, distancia, etc.). Ajustaremos de este modo las actividades continuamente para lograr la máxima efectividad.

Por último, destacar el uso de una rutina de funcionamiento durante las sesiones que ayudará a organizar al alumnado y que estos sepan de antemano que partes engloba cada sesión. El resumen general de funcionamiento metodológico se dividirá en momento de encuentro, momento de desarrollo del aprendizaje y momento final.

-Momento de encuentro: las clases serán los lunes y miércoles en el aula y por tanto el momento de encuentro será en el aula. En el aula explicaremos las bases de la sesión para que así el alumnado sepa que debe de hacer al llegar al gimnasio y que vamos a trabajar. Aprovecharemos el traslado del aula al gimnasio para desarrollar alguna dinámica relacionada con la unidad (por ejemplo, que cada vaya señalando a un punto cardinal aprendiendo así estos, relacionándolos con la brújula).

-Momento de construcción del aprendizaje: en el aula o gimnasio haremos un repaso de que es la orientación añadiendo los conceptos necesarios y explicando las actividades que se realizarán en el día. Tras esto organizamos el alumnado por el espacio en función de la actividad que se tenga que realizar.

Las actividades serán de trabajo en grupo y se desarrollarán de diversas maneras:

-Por postas: el alumnado será dividido en equipos realizados por los docentes de manera estratégica, evitando discusiones en la medida de lo posible. En la posta se encontrarán el material necesario para realizar la actividad, al igual que la explicación más extendida de esta. Los docentes irán resolviendo conflictos y dudas por las postas y ordenarán el cambio de posta según las previsiones.

-Actividad grupal: la actividad ocupará todo el gimnasio, patio o parque y se realizará por lo general en equipos o parejas (de nuevo realizadas estratégicamente por los docentes). La explicación en este caso será para todo el grupo, aunque es posible exista una ficha explicativa en la actividad.

Las actividades estarán escalonadas en dificultad en las sucesivas sesiones, construyendo los aprendizajes expuestos en los contenidos, atendiendo a los factores psicológicos que influyen al alumnado en la actividad (sensación de pérdida o desorientación, miedo a espacios más amplios, etc.).

-Momento de despedida: al terminar las actividades que competan a la sesión que se esté desarrollando los docentes repartirán las fichas convenientes con carácter de autoevaluación. Se dará un poco de tiempo para rellenar estas fichas y tras esto nos juntaremos en un círculo al final de la sesión, este encuentro de despedida tendrá un carácter reflexivo analizando los problemas que han ocurrido (conflictos entre alumnos, problemas en el desarrollo de la actividad, etc.) y concluyendo que se puede mejorar en la siguiente sesión. Son ejemplos la actitud hacia la tarea o la de respeto a los compañeros, para poder realizar mejor las propuestas.

Los alumnos finalmente se levantarán del círculo recogiendo sus pertenencias y realizando una fila para así dirigirse al patio ya que la siguiente hora será la del recreo.

6.1.6.-PREVISIONES PARA LA REGULACIÓN DE LA PRÁCTICA

Previas

- Uso del contexto para el desarrollo de ideas y activadas.
- Fotocopiar todos los documentos para las diferentes sesiones.
- Conocer el material disponible.
- Tener varios planes ante imprevistos meteorológicos.
- Utilizar variantes para generar diversidad de niveles ya que no todos los grupos van a trabajar igual y una actividad que no plantea un reto al alumnado no supondrá un aprendizaje.
- Tener actividades extra.
- Dividir la clase en grupos o parejas de manera estratégica atendiendo a sus características buscando la disminución de conflictos.

En el desarrollo

- Controlar el tiempo de las actividades.
- Contar con un modo de resolución de conflictos entre alumnos (diálogo con moderador, docente).
- Observar el funcionamiento de la clase para analizar la toma de medidas como el aumento de dificultad o aumento de tiempo de alguna parte de la sesión.
- Tener en cuenta los errores más comunes del alumnado para sesiones posteriores.

6.1.7.-TEMPORALIZACIÓN DE LA UNIDAD

Constará pues de 5 sesiones. Presentaré el calendario de sesiones en los anexos. (anexo 9.1)

6.1.8.-SESIONES

SESIÓN 1 (A)
LUGAR DE DESARROLLO: gimnasio
<p>FUNCIONAMIENTO: nos encontramos este miércoles con los alumnos de 3.º de Primaria en el aula, presentamos en esta la nueva unidad y a través de las ideas de los alumnos y la guía del docente extraeremos una definición de la orientación. Explicaremos en que consiste la orientación deportiva, los materiales que competen a este (brújula, balizas y plano) y dividiremos la clase en 4 grupos (pensados de manera previa). Explicaremos que se va a realizar en el gimnasio para que nada más llegar se coloquen en las postas. Realizaremos una dinámica relacionada con la orientación (irán hacia el gimnasio en los grupos creados agarrados por los hombros, el primero de la fila irá con los ojos abiertos y el resto con los ojos cerrados. Los alumnos con los ojos cerrados tendrán que ir imaginándose dónde se encuentran, a cuánto están de las escaleras, etc.).</p> <p>El gimnasio se encontrará dividido en 4 sectores con 4 actividades (2 iguales y 2 iguales). En anexos se hayan estas, el modo de rotación y su breve explicación (anexo 9.2). El tiempo de rotación será regulado por el docente en función del desarrollo y éxito. Una actividad consistirá en realizar diferentes recorridos apuntando el número de los controles sacando un código secreto a modo de ficha de control y la otra actividad consistirá en colocar los <i>chinos</i> en la posición que indica el plano y realizar a través del lanzamiento de un ovillo de lana un dibujo siguiendo diversas secuencias. El dibujo que forma el hilo será el control.</p> <p>Al finalizar recogeremos entre todo el material y realizaremos un corro repartiendo fichas a rellenar y reflexionando sobre lo ocurrido en las actividades. Tras esto realizaremos una fila para dirigirnos al patio.</p>
<p>CONTENIDOS TRABAJADOS:</p> <p>1.-La orientación como modalidad deportiva.</p> <p>1.1.- ¿Qué es orientarse?</p> <p>1.2.- ¿En qué consiste la orientación deportiva?</p>

1.3.- Materiales de la orientación deportiva y breve descripción (brújula, baliza y plano).

4.- Planos y referencias, interpretación y orientación.

4.1.- ¿Cómo orientar un mapa?

4.2.- ¿Qué son las referencias del plano?

SESIÓN 2 (A)
LUGAR DE DESARROLLO: gimnasio
<p>FUNCIONAMIENTO: nos encontramos este lunes con los alumnos de 3.º de Primaria en el aula, recordando entre todos los conceptos trabajados durante la sesión 1 (en qué consiste la orientación deportiva, los materiales que competen a este, etc.). Explicaremos que se va a realizar en el gimnasio para nada más llegar se coloquen en las postas, la forma de trabajo y actividades serán las mismas que en la sesión buscando un mejor resultado, llegando a una dificultad mayor y asentando conocimientos. Realizaremos la misma dinámica de traslado que en la sesión 1 cambiando el primero de la fila de cada grupo.</p> <p>El gimnasio se encontrará dividido en 4 sectores con 4 actividades (2 iguales y 2 iguales). En anexos se hallan estas, el modo de rotación y su breve explicación (anexo 9.2).</p> <p>Al finalizar recogeremos entre todos el material y realizaremos un corro repartiendo fichas a rellenar y reflexionando sobre lo ocurrido en las actividades y que cambios notan respecto a la sesión anterior.</p>
<p>CONTENIDOS TRABAJADOS:</p> <p>1.-La orientación como modalidad deportiva.</p> <p>1.1.- ¿Qué es orientarse?</p> <p>1.2.- ¿En qué consiste la orientación deportiva?</p> <p>1.3.- Materiales de la orientación deportiva y breve descripción (brújula, baliza y plano).</p> <p>4.- Planos y referencias, interpretación y orientación.</p> <p>4.1.- ¿Cómo orientar un mapa?</p> <p>4.2.- ¿Qué son las referencias del plano?</p>

SESIÓN 3 (A)

LUGAR DE DESARROLLO: patio, es el plan A. Si la meteorología fuese desfavorable se cuenta con una adaptación al gimnasio.

FUNCIONAMIENTO: nos encontramos este miércoles con los alumnos de 3.º de Primaria en el aula recordando entre todos los conceptos trabajados durante la sesión 1 y 2 (en qué consiste la orientación deportiva, los materiales que competen a este, etc.) e incorporando nuevos relacionados con la dosificación de esfuerzos en la orientación (reflexionaremos si se debe ir corriendo a sprint todo el rato o sino etc.). Explicaremos que se va a realizar en el patio para nada más llegar sepan la forma de trabajo. Realizaremos la misma dinámica de traslado que en la sesión 1 y 2 cambiando el primero de la fila de cada grupo.

En el patio mirarán la ficha y la explicación, cada grupo tendrá un objeto-control (chinos, conos, aros y ladrillos). La actividad en cuestión estará reflejada en anexos (anexo 9.3) contando con una explicación en la misma ficha. Habrá 4 grupos y 4 recorridos. junto al docente reflexionaremos sobre el plano y referencias trazando una estrategia y numerando los controles. Contaremos con una actividad extra por sí sobra tiempo, igualmente reflejada en anexos, consistirá en elegir una palabra de 6 letras y colocar controles en el mapa y luego en el patio. El docente comprobará la exactitud de la colocación realizando el recorrido que ellos proponen y descubriendo su palabra.

Al finalizar recogeremos entre todo el material y realizaremos un corro repartiendo fichas a rellenar y reflexionando sobre lo ocurrido en las actividades y que han aprendidos. Esta reflexión ayudará a fijar los conocimientos del alumnado.

CONTENIDOS TRABAJADOS: (repaso de contenidos s1 y s2 y...)

2.- Definición y principios básicos de orientación.

2.1.-Errores comunes en el manejo del plano.

2.2.-Trucos orientativos.

3.-Desarrollo de las capacidades físicas, dosificando la intensidad y duración del esfuerzo.

3.1.- ¿Cómo debo de afrontar un recorrido de orientación en cuanto a la carrera?

SESIÓN 3 (B)
LUGAR DE DESARROLLO: gimnasio
<p>FUNCIONAMIENTO: nos encontramos este miércoles con los alumnos de 3º de Primaria en el aula. Explicaremos que se va a realizar en el gimnasio para nada más llegar sepan la forma de trabajo y actividad. Realizaremos la misma dinámica de traslado que en la sesión 1 y 2 cambiando el primero de la fila de cada grupo.</p> <p>El gimnasio contará con dos espacios uno dedicado a la actividad y otro dedicado a las explicaciones que no damos en la clase debido a la adaptación que realizamos al gimnasio. Los grupos irán pasando uno por uno por la actividad (anexo 9.4), debido al reducido espacio. La actividad será un recorrido común de varios controles (dependiendo de resultados en s1 y s2 el docente podrá variar la dificultad) en cada control habrá una letra que les dará la palabra secreta. El resto mientras recibirán explicaciones y fichas. Las explicaciones serán las mismas que las del plan a solo que en el gimnasio. Si sobra tiempo se cuenta con una actividad extra de colocar sus propios controles formando una palabra al igual que en el plan a. (anexo 9.4)</p> <p>Al finalizar recogeremos entre todo el material y realizaremos un corro reflexionando sobre lo ocurrido en las actividades y que han aprendido. Esta reflexión ayudará a fijar los conocimientos del alumnado.</p>
<p>CONTENIDOS TRABAJADOS: (repaso de contenidos s1 y s2 y...)</p> <ul style="list-style-type: none">2.- Definición y principios básicos de orientación.<ul style="list-style-type: none">2.1.-Errores comunes en el manejo del plano.2.2.-Trucos orientativos.3.-Desarrollo de las capacidades físicas, dosificando la intensidad y duración del esfuerzo.<ul style="list-style-type: none">3.1.- ¿Cómo debo de afrontar un recorrido de orientación en cuanto a la carrera?

SESIÓN 4 (A)

LUGAR DE DESARROLLO: patio, es el plan A. Si la meteorología fuese desfavorable se cuenta con una adaptación al gimnasio.

FUNCIONAMIENTO: nos encontramos este lunes con los alumnos de 3.º de Primaria en el aula, recordando entre todos los conceptos trabajados durante todas las sesiones anteriores (1,2 y 3). Explicaremos las actividades a el patio para que nada más llegar conozcan la forma de trabajo. Realizaremos la misma dinámica de traslado que en las sesiones anteriores cambiando el primero de la fila de cada grupo.

En el patio miraran la ficha y la explicación, cada grupo tendrá 8 objetos iguales (esta información puede ser variable) que serán los de la sesión anterior (chinos, conos, aros y ladrillos). Contarán también con rotuladores de colores para formar una ficha de control-arcoíris La actividad en cuestión estará reflejada en anexos contando con una explicación en la misma ficha. Consistirá en la colocación de los controles y de los rotuladores formando el arcoíris del correcto recorrido. Después de colocarlos en el plano y patio realizarán los recorridos de los otros grupos formando los diferentes arcoíris. (anexo 9.5)

Al finalizar recogeremos entre todo el material y realizaremos un corro repartiendo fichas a rellenar y reflexionando sobre lo ocurrido en las actividades y aprendizajes.

CONTENIDOS TRABAJADOS:

Asentamiento conceptual de s1, s2 y s3 en relación a los siguientes bloques conceptuales:

- 1.-La orientación como modalidad deportiva.
- 2.- Definición y principios básicos de orientación.
- 3.-Desarrollo de las capacidades físicas, dosificando la intensidad y duración del esfuerzo.
- 4.- Planos y referencias, interpretación y orientación.

SESIÓN 4 (B)
LUGAR DE DESARROLLO: gimnasio
<p>FUNCIONAMIENTO: nos encontramos este lunes con los alumnos de 3.º de Primaria en el aula, recordando entre todos los conceptos trabajados durante todas las sesiones anteriores (1,2 y 3). Explicaremos que se va a realizar en el gimnasio para que nada más llegar sepan la forma de trabajo. Realizaremos la misma dinámica de traslado que en las sesiones anteriores cambiando el primero de la fila de cada grupo.</p> <p>En el gimnasio miraran la ficha y la explicación cada grupo tendrá 6 objetos iguales, los de la sesión anterior (chinos, conos, aros y ladrillos) y rotuladores de colores para formar una ficha de control-arcoíris La actividad en cuestión estará reflejada en anexos contando con una explicación en la misma ficha. Contaran con menos objetos ya que se requiere de una mayor precisión debido al espacio limitado del gimnasio. (anexo 9.6)</p> <p>Al finalizar recogeremos entre todo el material y realizaremos un corro repartiendo fichas a rellenar y reflexionando sobre lo ocurrido en las actividades y qué han aprendido. Esta reflexión ayudará a fijar los conocimientos del alumnado.</p>
<p>CONTENIDOS TRABAJADOS:</p> <p>Asentamiento conceptual de s1, s2 y s3 en relación a los siguientes bloques conceptuales:</p> <ol style="list-style-type: none">1.-La orientación como modalidad deportiva.2.- Definición y principios básicos de orientación.3.-Desarrollo de las capacidades físicas, dosificando la intensidad y duración del esfuerzo.4.- Planos y referencias, interpretación y orientación.

SESIÓN 5 (A)**LUGAR DE DESARROLLO:** Parque Ribera Sur.**FUNCIONAMIENTO:** nos encontramos este miércoles con los alumnos de 3.º de Primaria en el aula a primera hora (las tres primeras horas corresponden a la tutora, a su vez maestra de educación física), recordando entre todos los conceptos trabajados durante todas las sesiones anteriores. Explicaremos las actividades a realizar con antelación a la salida del centro.

En el traslado andando al parque se realizarán pequeñas paradas en puntos estratégicos completando una ficha reflejada en anexos. La actividad consistirá en una captura del entramado de calles que une colegio y parque presentada en un folio. Deberán trazar con rotulador rojo por dónde van y dónde se encuentran trazando una línea entre colegio y parque. En el parque realizaremos un acercamiento a la orientación deportiva por parejas o pequeños grupos dependiendo de las anteriores sesiones. Contamos con un espacio más grande y varias balizas repartidas por dicho, la ficha de control será rellenada con las preguntas que estas balizas tengan. Irán en relación a otras áreas (matemáticas y lengua). En anexos están las fichas correspondientes. (anexo 9.7)

Al finalizar recogeremos entre todos el material. Después realizaremos un corro repartiendo fichas a rellenar y reflexionando sobre lo ocurrido en las actividades y aprendizajes. Esta reflexión ayudará a fijar los conocimientos del alumnado y dar por finalizada la unidad. Nos dirigiremos al colegio de nuevo llegando a la hora del recreo, aunque es posible plantear una merienda-recreo en el mismo parque.

CONTENIDOS TRABAJADOS:

Asentamiento conceptual de s1, s2, s3 y s4 en relación a los siguientes bloques conceptuales:

- 1.-La orientación como modalidad deportiva.
- 2.- Definición y principios básicos de orientación.
- 3.-Desarrollo de las capacidades físicas, dosificando la intensidad y duración del esfuerzo.
- 4.- Planos y referencias, interpretación y orientación.

SESIÓN 5 (B)
LUGAR DE DESARROLLO: patio
<p>FUNCIONAMIENTO: nos encontramos este miércoles con los alumnos de 3.º de Primaria en el aula a mitad de la segunda hora (las tres primeras horas corresponden a la tutora, a su vez maestra de educación). Recordaremos entre todos los conceptos trabajados durante todas las sesiones anteriores. Explicaremos que se va a realizar en el patio para que nada más llegar conozcan la forma de trabajo. Realizaremos la misma dinámica de traslado que en las sesiones anteriores cambiando el primero de la fila de cada grupo.</p> <p>En el patio por grupos o parejas realizarán el recorrido. Las balizas serán aprovechadas para trabajar otras áreas (matemáticas y lengua). En esta sesión la dinámica será similar a la de una carrera de orientación. Se dará el recorrido más complejo que hubieran podido realizar hasta el momento en las posibilidades que el patio concede. Presento en anexos las fichas correspondientes. (anexo 9.8)</p> <p>Al finalizar recogeremos entre todo el material y realizaremos un corro repartiendo fichas a rellenar y reflexionando sobre lo ocurrido en las actividades y qué han aprendido. Esta reflexión ayudará a fijar los conocimientos del alumnado.</p>
<p>CONTENIDOS TRABAJADOS:</p> <p>Asentamiento conceptual de s1, s2, s3 y s4 en relación a los siguientes bloques conceptuales:</p> <ol style="list-style-type: none">1.-La orientación como modalidad deportiva.2.- Definición y principios básicos de orientación.3.-Desarrollo de las capacidades físicas, dosificando la intensidad y duración del esfuerzo.4.- Planos y referencias, interpretación y orientación.

SESIÓN 5 (C)

LUGAR DE DESARROLLO: gimnasio, esta última sesión se realizará en el gimnasio si la meteorología fuera desfavorable y resultase imposible alargar la sesión un día más.

FUNCIONAMIENTO: nos encontramos este miércoles con los alumnos de 3º de Primaria en el aula a mitad de la segunda hora (las tres primeras horas corresponden a la tutora, a su vez maestra de educación). Recordaremos entre todos los conceptos trabajados durante todas las sesiones anteriores. Explicaremos que se va a realizar en el gimnasio para que nada más llegar conozcan la forma de trabajo. Realizaremos la misma dinámica de traslado que en las sesiones anteriores cambiando el primero de la fila de cada grupo.

En el gimnasio por grupos realizarán el recorrido, los *chinos* (controles) serán aprovechados para trabajar otras áreas (matemáticas y lengua). En esta sesión la dinámica será similar a la de una carrera de orientación, se utilizará el espacio del gimnasio procurando darle complejidad al recorrido dentro de las posibilidades que este concede. Presento en anexos las fichas correspondientes. (anexo 9.9)

Al finalizar recogeremos entre todo el material y realizaremos un corro repartiendo fichas a rellenar y reflexionando sobre lo ocurrido en las actividades y qué han aprendido. Esta reflexión ayudará a fijar los conocimientos del alumnado.

CONTENIDOS TRABAJADOS:

Asentamiento conceptual de s1, s2, s3 y s4 en relación a los siguientes bloques conceptuales:

- 1.-La orientación como modalidad deportiva.
- 2.- Definición y principios básicos de orientación.
- 3.-Desarrollo de las capacidades físicas, dosificando la intensidad y duración del esfuerzo.
- 4.- Planos y referencias, interpretación y orientación.

6.2.9.-COMPETENCIAS

Las competencias que establece el orden ECD 65/2015 del 21 de enero dictan las siguientes competencias:

a) Comunicación lingüística: la dinámica de todas las actividades reside en el trabajo por grupos mayores o menores siendo por tanto la comunicación entre los compañeros fundamental. Será premiada por tanto la correcta expresión oral. Se trabajarán también contenidos relacionados con lengua en los controles de la sesión 5.

b) Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología: trabajaremos la matemática a través del concepto de la distancia, tiempo y escala referido a los mapas y planos. A mayores comentar que el uso de los puntos de control ofrece gran versatilidad para trabajar diferentes áreas con preguntas de dichas relacionadas con su temario, pudiendo de esta manera utilizar estas en la sesión 5.

d) Aprender a aprender: la metodología seguida en esta unidad primará el aprendizaje por descubrimiento y la consolidación de aprendizajes por la reflexión y puesta en práctica de los conceptos en prácticas reales relacionadas con la orientación.

e) Competencias sociales y cívicas: el trabajo continuo por grupos favorecerá debates pacíficos, el pensamiento crítico y el saber convivir en grupo (“en sociedad”). Se premiarán comportamientos de escucha, argumentación, etc.

f) Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor: las ideas que surgen de la interpretación del plano se tienen que transformar en actos, en comunicación con los componentes del grupo y desplazamientos.

Finalizar este apartado comentando que se dedicara un documento en anexos presentando una gráfica del trabajo por competencias de esta unidad. (anexo 9.13)

6.2.10.-EVALUACIÓN

Evaluremos a través de una metodología de observación y recogida de documentos durante todo el proceso de la unidad didáctica para ir comprobando que se van cumpliendo los objetivos previstos de cada uno de los alumnos y del grupo en su totalidad. Esto se llevará a cabo a través de fichas en las que aparecerá si el alumnado ha fijado sus conocimientos sobre la orientación en primaria, si conoce y define los principios básicos de orientación, si comprende la dosificación de la intensidad y duración del esfuerzo en la orientación, si conoce los planos y referencias con los que se va a trabajar en las actividades orientándolos correctamente y utilizando puntos significativos, etc...

Además, el alumnado obtendrá otra ficha con variables en las que deberá realizarse una coevaluación de la sesión. En dichas fichas la actitud también tendrá cabida, es decir, será evaluada pues se verá reflejada en la forma de trabajar de los grupos creados en cada una de las sesiones y en sus resultados. Los mapas y fichas de control a realizar y de recogida también serán elementos que evaluar como pruebas del nivel e interés de ejecución de cada sesión.

En esta evaluación no se marcan porcentajes ya que estos dependerán del desarrollo de la unidad y del criterio del docente en función de dicho desarrollo. Las fichas serán reflejadas en el anexo 9.10.

6.2.11.-ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD

La forma de plantear las actividades y la utilización de variantes contempla la diversidad de ritmos. La utilización de grupos, el aprendizaje entre iguales ayuda a dar un empujón al alumnado que presente una mayor dificultad.

Todas y cada una de las actividades se adaptarán al nivel de ejecución de cada grupo y sus resultados, consiguiendo la grata sensación del éxito grupal y el llegar al nivel de que las actividades supongan un reto generando por tanto aprendizajes de la experiencia.

6.2.12.-INTERDISCIPLINARIDAD DEL PROYECTO

En las diferentes actividades el alumnado trabajará tanto de manera cooperativa, siguiendo las normas establecidas en cada actividad o posta. Mejorarán con estas actividades su capacidad de orientarse reconociendo el espacio, saber dónde se encuentran y dónde desean llegar. Para que el alumnado pueda adquirir dichas capacidades, es importante que además de su esfuerzo, el profesorado les ayude brindándoles oportunidades que fomenten dichos aspectos y por tanto las actividades y su coherencia estructural se convierten en una prioridad. Esta unidad requiere para su correcto desarrollo de la utilización de diversos espacios, son estos el gimnasio, el patio y el parque Ribera Sur. A lo largo de la unidad abordaremos de manera transversal contenidos de otras áreas como será Matemáticas a la hora de acercarse a conocer el concepto de escala, Lengua Castellana en lo referido a la expresión oral al comunicarse con compañeros en la toma de decisiones, Ciencias Naturales en el acercamiento al medio natural desarrollando conciencia medioambiental, etc. También aprovecharemos las balizas de la actividad final para contenidos relacionados con otras asignaturas destacando matemáticas y lengua.

7.-CONCLUSIONES

Dando por finalizado el trabajo me paro a realizar una breve reflexión de sí se han cumplido o no los objetivos. Me propuse los siguientes cuatro:

- Profundizar en la utilidad de la orientación deportiva adaptada a escolares.
- Conocer las variantes de una actividad de orientación para adaptarse a la diversidad del alumnado.
- Diseñar actividades que permitan trabajar la orientación de una manera progresiva.
- Diseñar una unidad didáctica de primer contacto con la orientación, haciendo hincapié en la importancia del contexto y fundamentación teórica para desarrollar esta de una manera exitosa.

Gracias a la documentación recopilada y a mi experiencia en la orientación deportiva he podido profundizar en la utilidad de esta modalidad en la escuela. Nutriéndome de diversos artículos, libros, webs, etc., y seleccionando la información adquirí una base conceptual que presento aplicada a este trabajo. Echar en falta debido a la pandemia la posibilidad de poder ampliar mis lecturas a través de bibliotecas, que se encontraban cerradas. A pesar de esta ligera apreciación, considero este primer objetivo satisfecho

Desde el principio, consideraba que el conocer la forma de establecer la dificultad de una actividad dependería de diversas variantes las cuales obtuve a través de lecturas y la reflexión personal. Considerando cumplido este objetivo solo faltaba aplicar este conocimiento al diseño de actividades para conseguir así el trabajo de una manera progresiva en cuanto a dificultad. Aplicando los conocimientos referidos a los diferentes espacios, la complejidad de las referencias, el número de controles y otros, desarrollé diversas actividades con subniveles demostrando mi capacidad para desarrollar una progresión y adaptarse al funcionamiento de cualquier grupo que se enfrentase a la propuesta.

Por último, considerar el cuarto y último objetivo también satisfecho, ya que finalmente desarrollé una Unidad completa fundamentada a través de diferentes autores, referidos a las lecturas que pude tener a mi alcance debido a la compleja situación que atravesaba el país. En esta unidad didáctica aproveche el entorno del centro, las características del alumno, los diferentes materiales del centro, los conceptos de teoría didáctica de la modalidad y un cúmulo de factores de menor importancia para obtener un gran producto final. Resumiendo, considero mi unidad rica en actividades, variantes, previsiones, capacidad ante imprevistos, adaptada a la

diversidad del alumnado y por la suma de todas estas características, eficaz. Sentirme orgulloso por tanto del trabajo realizado poniendo a este trabajo punto y final.

8.-LISTA DE REFERENCIAS

- Decreto 26/2016, de 21 de julio, por el que se establece el currículo y se regula la implantación, evaluación y desarrollo de la Educación Primaria en la Comunidad de Castilla y León.

- FEDOCV: Federación del deporte de la Orientación de la Comunidad Valenciana, “¿Qué es la orientación” Recuperado: <https://www.fedocv.org/orientacion/que-es> (Consulta el 3 de mayo de 2020)

- Freire, H. (2011). *Educación en verde. Ideas para acercar a niños y niñas a la naturaleza.*, Barcelona, España: Graó

- Gómez, V., Luna, J. y Zorrilla, P. (1996). *Deporte de orientación. La actividad física y deportiva extraescolar en los centros educativos.* Madrid: MEC.

- Kronlund, M., Gómez Encinas. V., Zorrilla, P., Borrero Álvarez, M., Rodríguez Menéndez, J. A., (1987) *Carrera de Orientación, deporte y aventura en la naturaleza.* Madrid, España: Editorial Pentathlon.

- McNeill C., Cory-Wright J. y Tom Renfrew (2006). *Carreteras de orientación. Guía de aprendizaje.* Badalona: España, Editorial: Paidotribo.

- Miguel Aguado, A. (2001). *Actividades Físicas en el Medio Natural en la Educación Física Escolar. Cuadernos técnicos.* Palencia, España, Edita, Patronato Municipal de Deportes, Ayuntamiento de Palencia.

-REAL ACADEMIA ESPAÑOLA: *Diccionario de la lengua española*, 23.^a ed., [versión 23.3 en línea]. Recuperado: <<https://dle.rae.es>> (Consulta el 7 de mayo de 2020)

-Orden ECD/65/2015, de 21 de enero, por la que establece la descripción de las relaciones entre las competencias, los contenidos y los criterios de evaluación en la Educación Primaria.

9.-ANEXOS**9.1.-CALENDARIO SESIONES**SEMANA 1

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
9:00- 10:00					
10:00- 11:00					
11:00- 12:00	EF (3.º)		EF (3.º) SESIÓN 1		
12:00- 12:30	RECREO				
12:30- 13:30					
13:30- 14:00					

SEMANA 2

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
9:00- 10:00					
10:00- 11:00					
11:00- 12:00	EF (3.º) SESIÓN 2		EF (3.º) SESIÓN 3		
12:00- 12:30	RECREO				
12:30- 13:30					
13:30- 14:00					

SEMANA 3

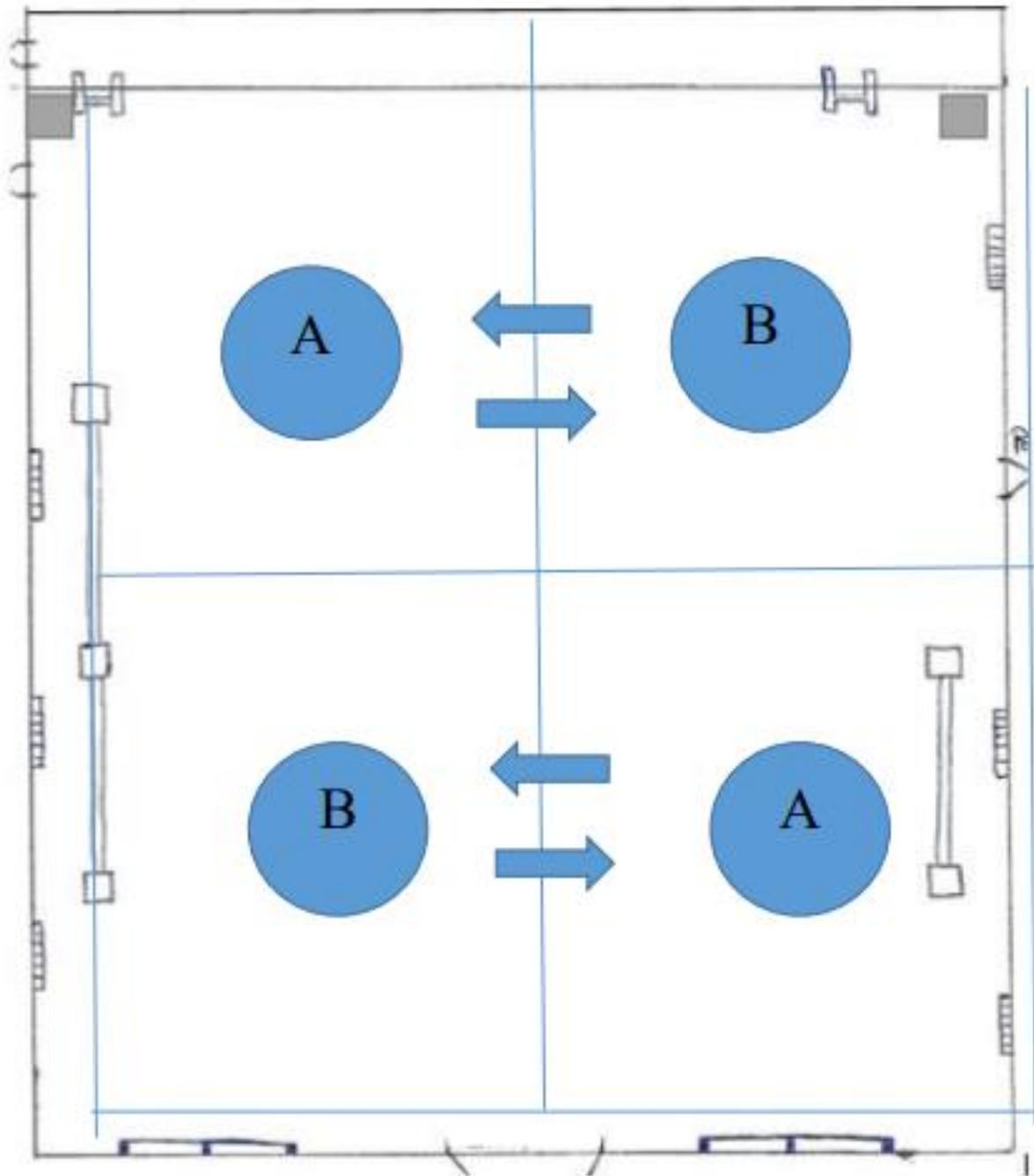
La sesión 5 tendrá una duración variable en función del plan desarrollado. Plan A (3h) y Plan B o C (1h 30min)

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
9:00- 10:00			EF (3.º) SESIÓN 5*		
10:00- 11:00					
11:00- 12:00	EF (3.º) SESIÓN 4				
12:00- 12:30	RECREO				
12:30- 13:30					
13:30- 14:00					

9.2.-FICHAS SESIÓN 1 Y SESIÓN 2

DIVISIÓN DEL GIMNASIO POR POSTAS Y ROTACIÓN (S1 Y S2)

PLANO DEL GIMNASIO



ACTIVIDAD A DE LA SESIÓN 1 Y SESIÓN 2

ACTIVIDAD A

DESCRIPCIÓN: el equipo debe seguir la secuencia de chinos observando el número secreto de cada uno (que se puede ver por el agujero) completando la contraseña. Si se acaba debéis inventaros una secuencia nueva y apuntar su contraseña.

SECUENCIAS POR NIVEL
(S1)

- A)1,2,3,4
- B)1,7,4,8
- C)1,8,4,6,5

SECUENCIAS POR NIVEL
(S2)

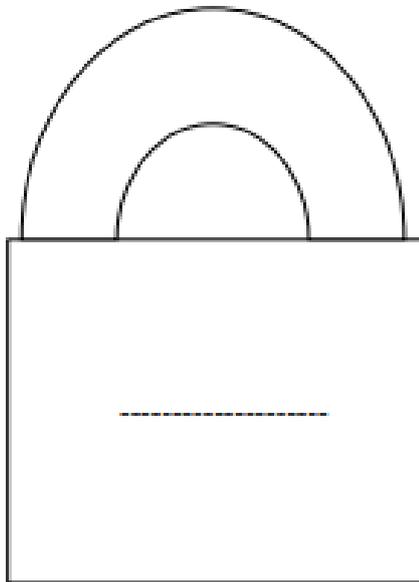
- A)1,5,7,6,8,2
- B)1,7,6,8,2,4,3
- C)1,2,3,4,5,6,7,8

FICHA DE CONTROL DE LA ACTIVIDAD A GRUPAL

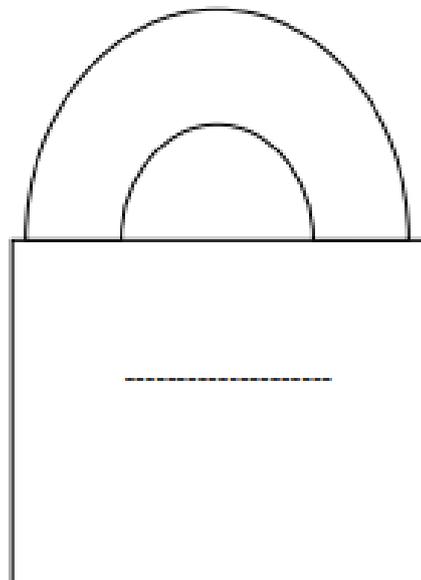
FICHA SEGUIMIENTO ACTIVIDAD A

SESIÓN: _____

GRUPO: _____



CONTRASEÑA 1



CONTRASEÑA 2

NUEVA SECUENCIA:

NUEVA CONTRASEÑA:

ACTIVIDAD B DE LA SESIÓN 1 Y SESIÓN 2

DESCRIPCIÓN: el equipo debe de colocar los chinicos numerados en el lugar que se indica. Tras colocarlos deben de ir desenrollando un ovillo de lana siguiendo los órdenes marcados. Tras realizar el primer dibujo debéis de ir a la caja 1 y si el dibujo de la caja 1 es el que habéis conseguido recogeréis el ovillo y empezareis con el orden 2.

SECUENCIAS POR NIVEL
(S1)

A) 1,8,4,6,5

B) A) 1,5,7,6,8,2

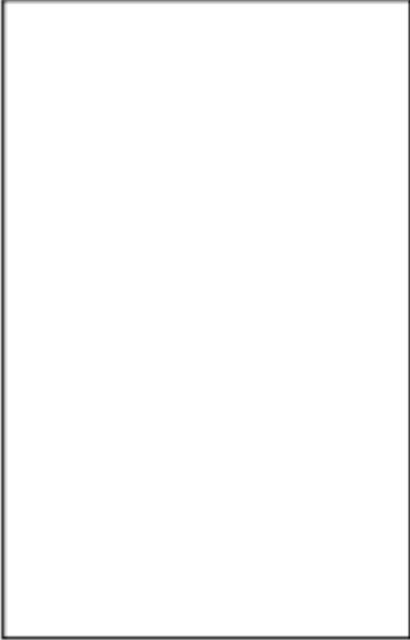
SECUENCIAS POR NIVEL
(S2)

A) 1,7,6,8,2,4,3

B) 1,2,3,4,5,6,7,8

FICHA DE CONTROL DE LA ACTIVIDAD B GRUPAL

FICHA SEGUIMIENTO ACTIVIDAD B

SESIÓN: _____		GRUPO: _____	
			
DIBUJO 1		DIBUJO 2	

9.3.-FICHAS SESIÓN 3, PLAN A

PATIO PARA GRUPO DE AROS-FICHA DE CONTROL



EXPLICACIÓN: numera atendiendo a las indicaciones del docente los círculos e inicia el recorrido con tu grupo tras haber reflexionado sobre las referencias presentes en el plano y cómo orientarlo.

PATIO PARA GRUPO DE CHINOS-FICHA DE CONTROL



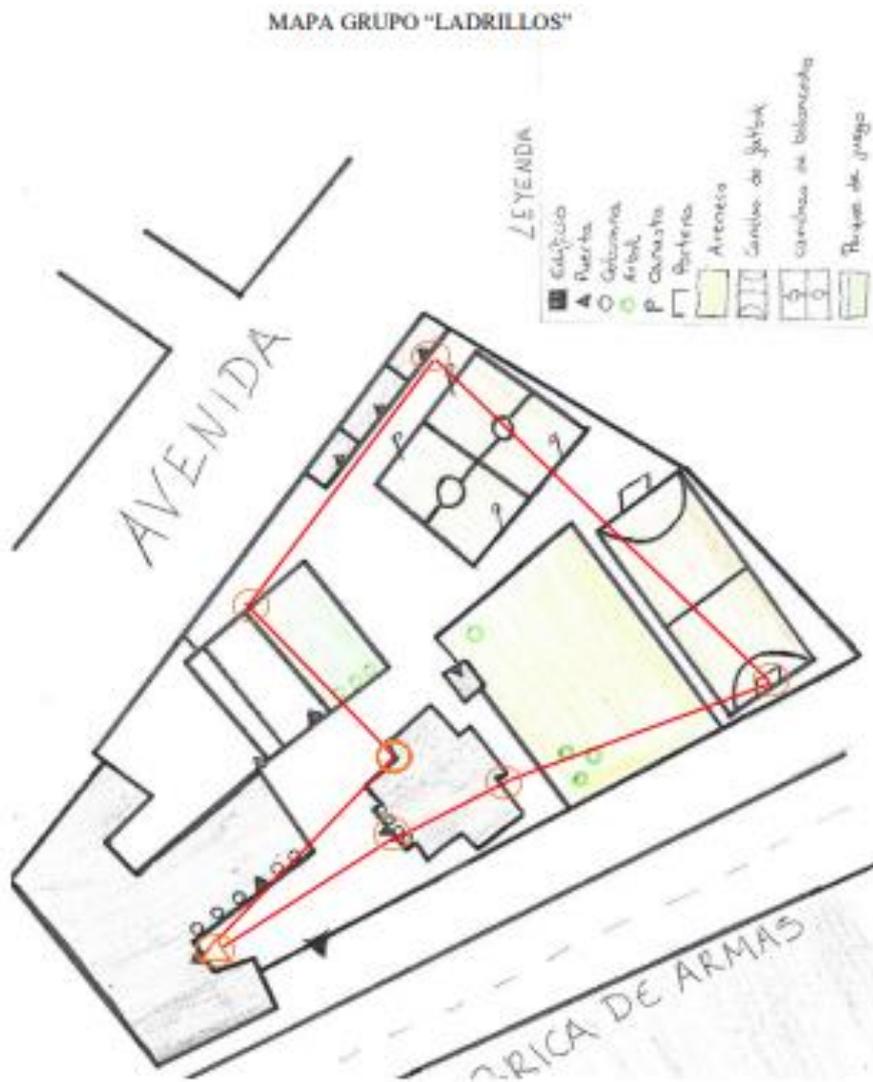
EXPLICACIÓN: numera atendiendo a las indicaciones del docente los círculos e inicia el recorrido con tu grupo tras haber reflexionado sobre las referencias presentes en el plano y cómo orientarlo.

PATIO PARA GRUPO DE CONOS-FICHA DE CONTROL



EXPLICACIÓN: numera atendiendo a las indicaciones del docente los círculos e inicia el recorrido con tu grupo tras haber reflexionado sobre las referencias presentes en el plano y cómo orientarlo.

PATIO PARA GRUPO DE LADRILLOS-FICHA DE CONTROL



APUNTA LAS LETRAS POR ORDEN:

EXPLICACIÓN: numera atendiendo a las indicaciones del docente los círculos e inicia el recorrido con tu grupo tras haber reflexionado sobre las referencias presentes en el plano y cómo orientarlo

ACTIVIDAD EXTRA DE PATIO (por si sobra tiempo)

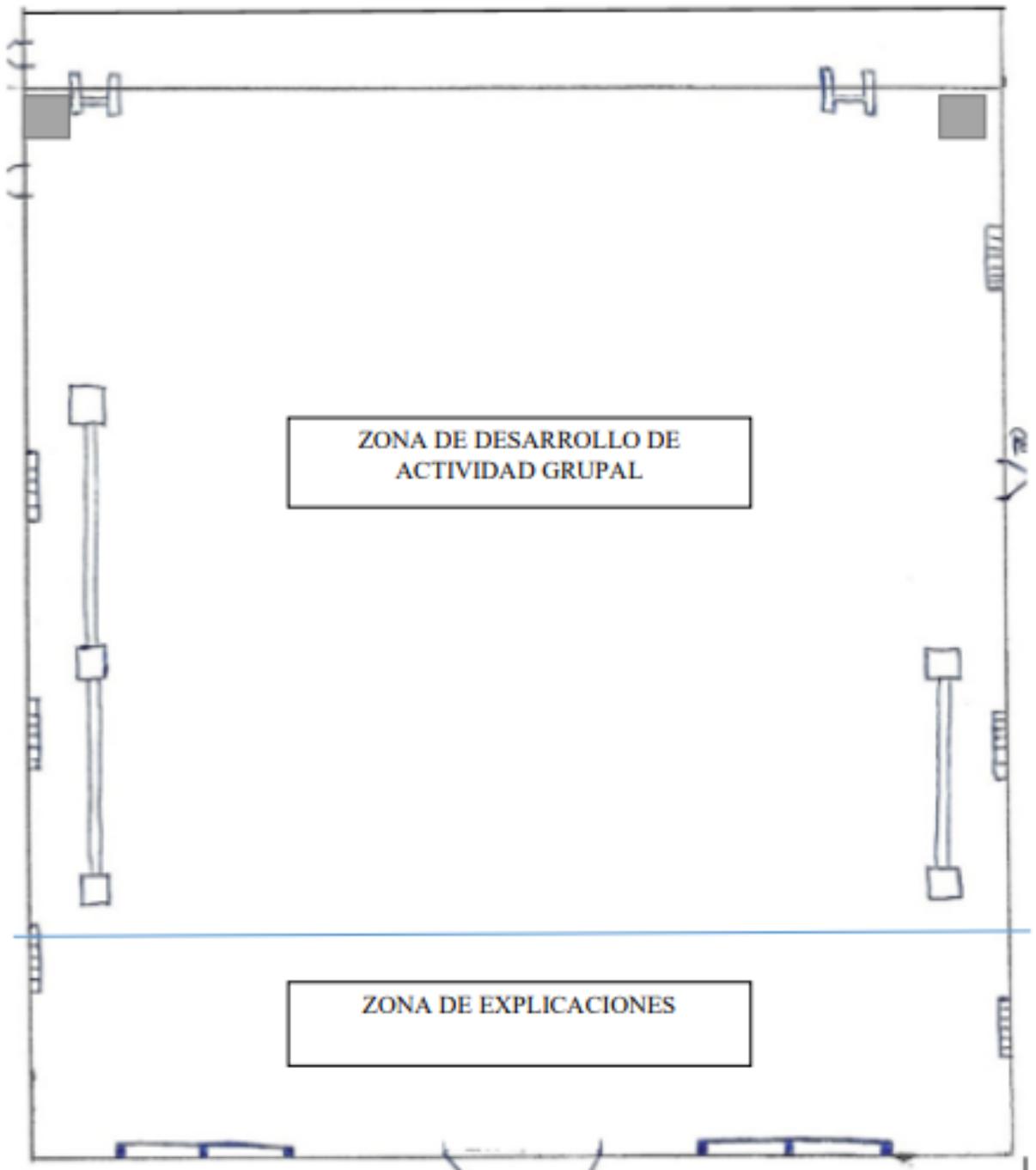


EXPLICACIÓN: piensa una palabra con tu equipo de mínimo 6 letras, recorta papelitos de sus letras y ponlas en tus objetos (chinos, conos aros o ladrillos). Luego ponlos en el plano y ve a colocar los objetos con tu grupo por el patio. Después de acabar le tendréis que dar el plano al docente que descubrirá sí lo habéis hecho correctamente.

9.4.-FICHAS SESIÓN 3, PLAN B

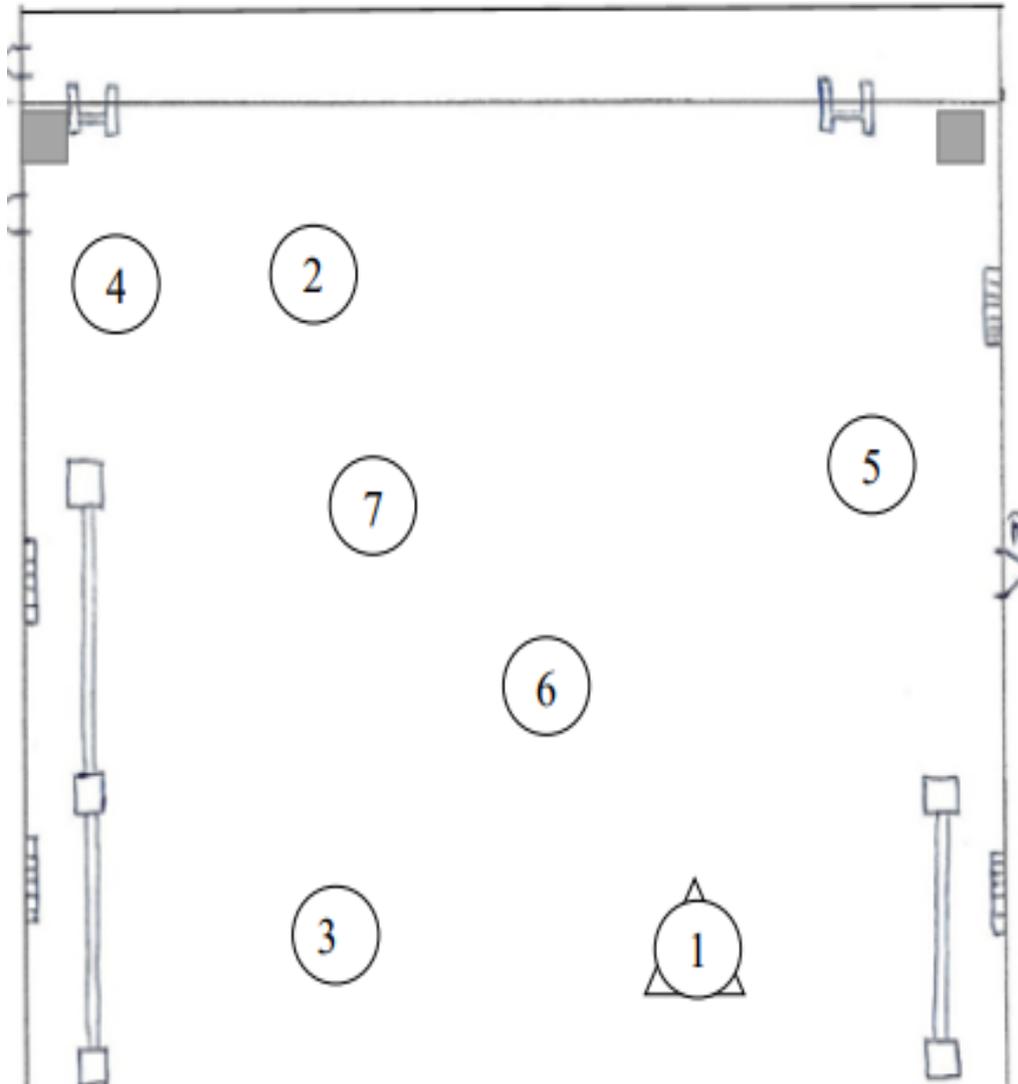
DISTRIBUCIÓN DEL GIMNASIO S3 (B)

PLANO DEL GIMNASIO



MAPA GIMNASIO PARA TODOS LOS GRUPOS- FICHA

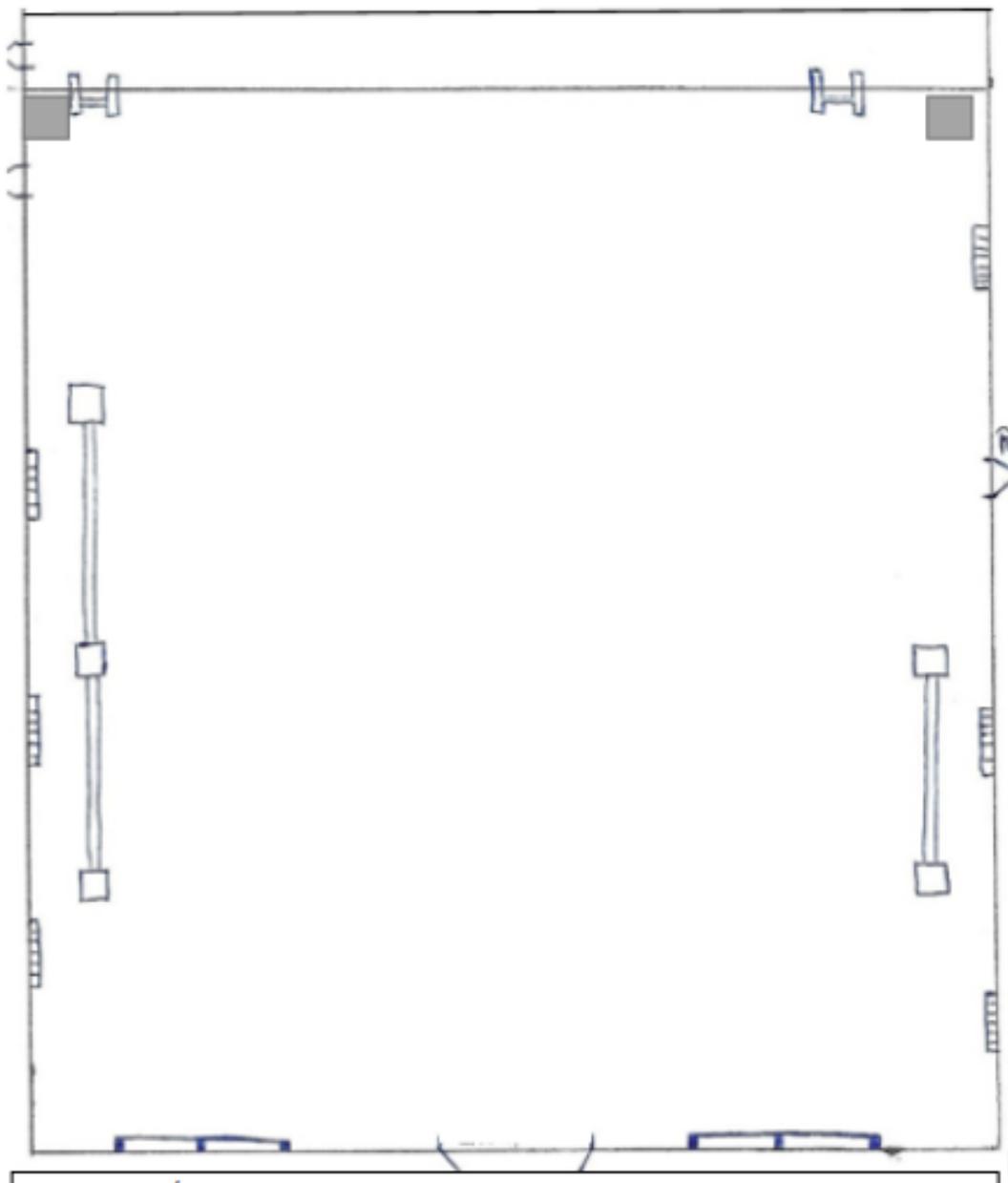
MAPA- DOCUMENTO EXPLICATIO ACTIVIDAD GRUPAL



EXPLICACIÓN: todo el grupo deberá de ir por los controles en orden apuntando las letras por orden de los diferentes controles. Al finalizar debéis de escribir la palabra en un papel con el nombre del grupo entregándosela al docente.

ACTIVIDAD EXTRA DE GIMNASIO (por si sobra tiempo)

ACTIVIDAD GIMNASIO EXTRA



EXPLICACIÓN: piensa una palabra con tu equipo de mínimo 6 letras, recorta papelitos de sus letras y ponlas en tus objetos (chinos, conos aros o ladrillos). Luego ponlos en el plano y ve a colocar los objetos con tu grupo por el gimnasio. Después de acabar le tendréis que dar el plano al docente que descubrirá sí lo habéis hecho correctamente.

9.5.-FICHAS SESIÓN 4, PLAN A

ACTIVIDAD PATIO S4 (A)

FICHA ACTIVIDAD GRUPAL



EXPLICACIÓN: coloca los 8 controles de tu grupo en el mapa. Coloca los controles por el patio pegando a cada control un rotulador y creando el arcoiris que forman los controles de tu mapa. Tras realizar y colocar todos los grupos sus controles se os dará el mapa de otro grupo y tenéis que descubrir su arcoiris.

FICHA DE CONTROL DE LA ACTIVIDAD S4 (A)

FICHA DE CONTROL DE LA ACTIVIDAD GRUPAL

NOMBRE DEL GRUPO: _____
SESIÓN: _____

CIRCUITO DE _____								
COLORES POR ORDEN								
<table border="1"><tr><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td></tr></table>								

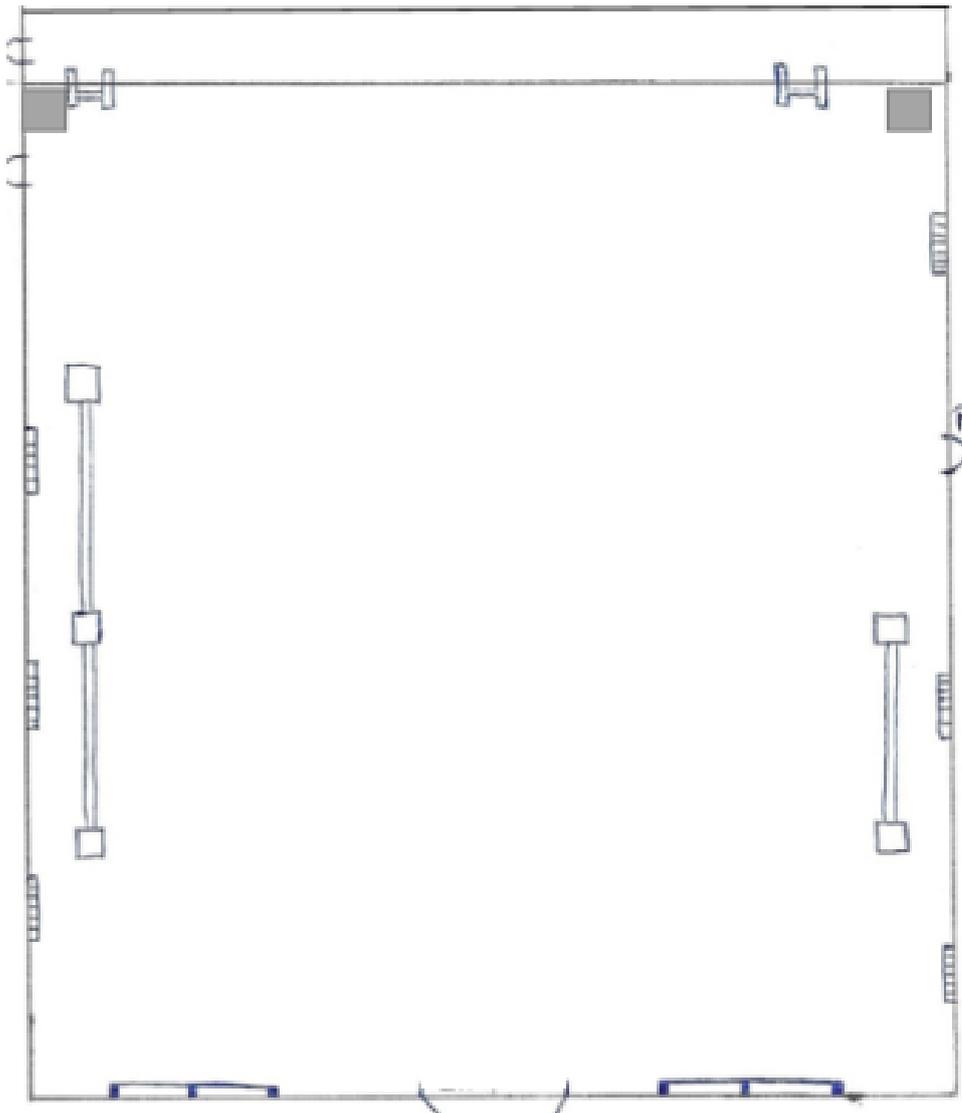
CIRCUITO DE _____								
COLORES POR ORDEN								
<table border="1"><tr><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td></tr></table>								

CIRCUITO DE _____								
COLORES POR ORDEN								
<table border="1"><tr><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td></tr></table>								

9.6.-FICHAS SESIÓN 4, PLAN B

ACTIVIDAD GIMNASIO S4 (B)

FICHA ACTIVIDAD GRUPAL



EXPLICACIÓN: coloca los 8 controles de tu grupo en el mapa. Coloca los controles por el patio pegando a cada control un rotulador y crea el arcoíris que forman los controles de tu mapa. Tras realizar y colocar todos los grupos sus controles, se os dará el mapa de otro grupo y tenéis que descubrir su arcoíris, rellenando la ficha de control.

FICHA DE CONTROL DE LA ACTIVIDAD S4 (B)

FICHA DE CONTROL DE LA ACTIVIDAD GRUPAL

NOMBRE DEL GRUPO: _____ SESIÓN: _____
--

CIRCUITO DE _____ COLORES POR ORDEN <table border="1"><tr><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td></tr></table>								

CIRCUITO DE _____ COLORES POR ORDEN <table border="1"><tr><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td></tr></table>								

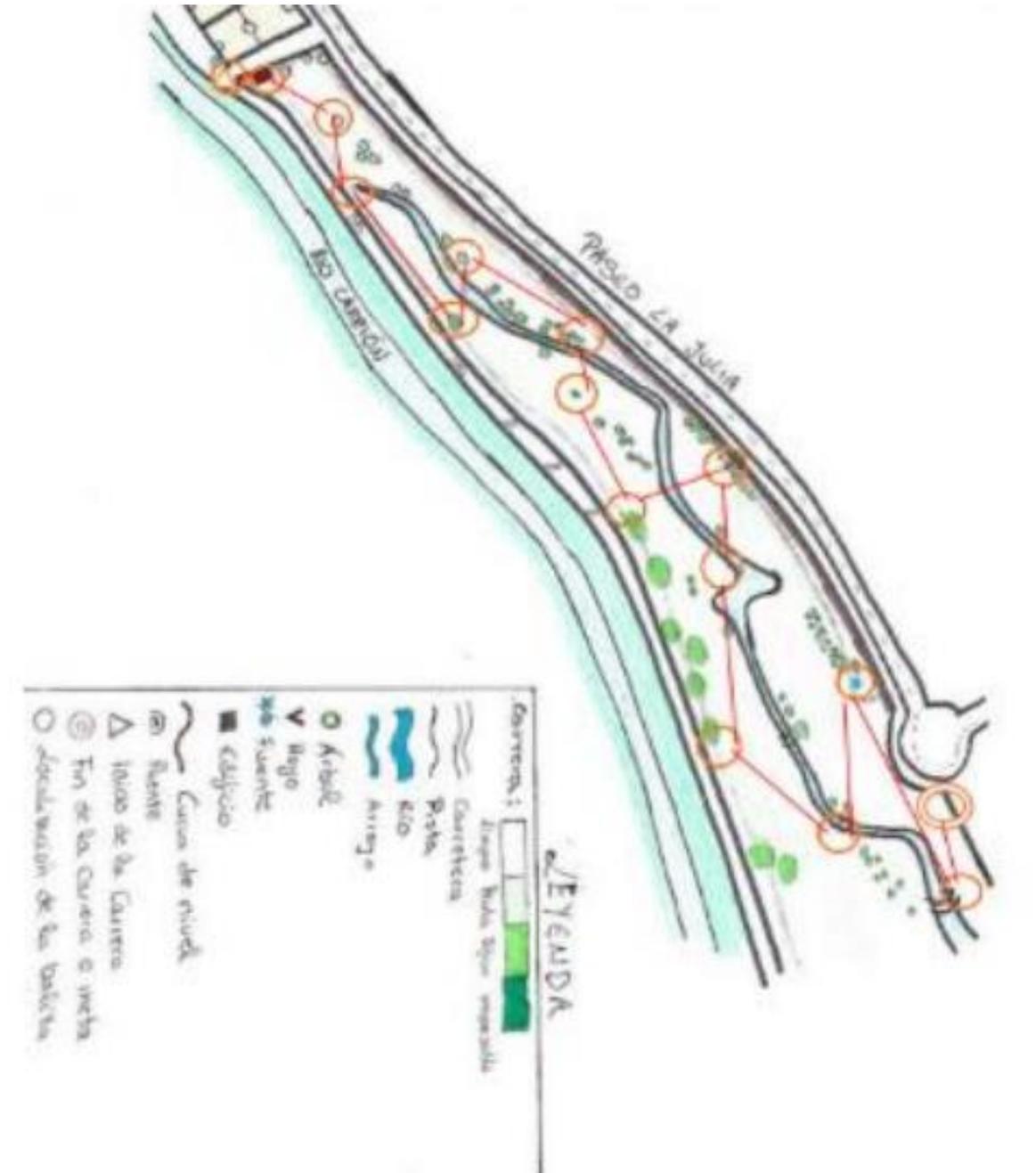
CIRCUITO DE _____ COLORES POR ORDEN <table border="1"><tr><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td></tr></table>								

9.7.-FICHAS SESIÓN 5, PLAN A

ACTIVIDAD TRASLADO – FICHA COLEGIO-PARQUE



EXPLICACIÓN: deberemos marcar con un rotulador rojo o pintura roja el camino que realizamos desde el colegio hasta el parque. Pararemos en ciertos puntos del camino para ir realizando la actividad. Al llegar al parque escribimos el nombre del grupo en la ficha y se la entregaremos al docente.

MAPA BALIZADO- ACTIVIDAD RIBERA SUR S5 (A)

EXPLICACIÓN: analizaremos el mapa por grupos y numeraremos las balizas atendiendo al docente. Saldremos cuando el docente nos indique realizando el recorrido por las diferentes balizas en orden y respondiendo a las preguntas que se encuentren en estas completando la ficha de control que deberemos de entregar al finalizar el recorrido. En las balizas también encontraremos piezas de puzle.

FICHA DE CONTROL DEL RIBERA SUR

FICHA DE CONTROL BALIZAS

GRUPO _____

SESIÓN _____

BALIZAS Y SOLUCIÓN.

-1:

-2:

-3:

-4:

-5:

-6:

-7:

-8:

-9:

-10:

-11:

-12:

-13:

-14:

-15:

-

9.8.-FICHAS SESIÓN 5, PLAN B**MAPA BALIZADO- ACTIVIDAD PATIO (B)**

EXPLICACIÓN: analizaremos el mapa por grupos y numeraremos las balizas atendiendo al docente. Saldremos cuando el docente nos indique realizando el recorrido por las diferentes balizas en orden y respondiendo a las preguntas que se encuentren en estas completando la ficha de control que deberemos de entregar al finalizar el recorrido. En las balizas también encontraremos piezas de puzle que completaremos en grupo al acabar.

FICHA DE CONTROL DEL PATIO

FICHA DE CONTROL BALIZAS

GRUPO _____

SESIÓN _____

BALIZAS Y SOLUCIÓN.

-1:

-2:

-3:

-4:

-5:

-6:

-7:

-8:

-9:

-10:

-11:

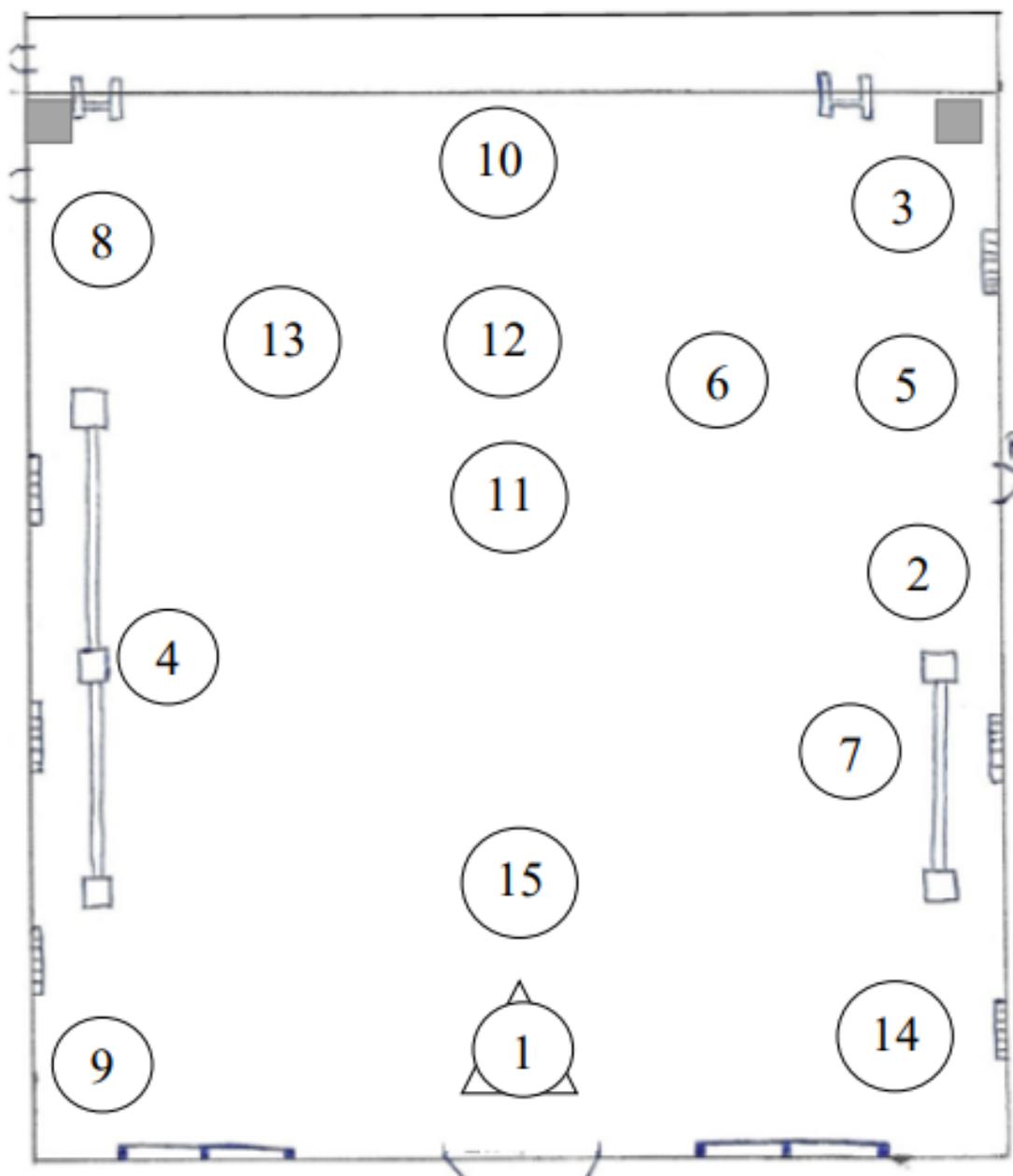
-12:

-13:

-14:

-15:

-

9.9.-FICHAS SESIÓN 5, PLAN C**MAPA CHINOS- ACTIVIDAD GIMANSIO (C)**

EXPLICACIÓN: analizaremos el mapa por grupos. Saldremos cuando el docente nos indique realizando el recorrido por los diferentes chinos en orden y respondiendo a las preguntas que se encuentren en estas completando la ficha de control que deberemos de entregar al finalizar el recorrido. En las balizas también encontraremos piezas de puzle que completaremos en grupo al acabar.

FICHA DE CONTROL DEL GIMNASIO

FICHA DE CONTROL BALIZAS

GRUPO _____

SESIÓN _____

BALIZAS Y SOLUCIÓN.

-1:

-2:

-3:

-4:

-5:

-6:

-7:

-8:

-9:

-10:

-11:

-12:

-13:

-14:

-15:

-

9.10.-FICHAS CARÁCTER EVALUATIVO

Estas se repartirán a criterio del docente en las sesiones que se considere oportuno. Formarán parte de las fichas de evaluación las fichas de control grupales de las diferentes actividades.

FICHA EVALUACIÓN GRUPAL

CRITERIOS DE EVALUACIÓN ENUMERA DEL 1 AL 5 EL GRADO DE ADQUISICIÓN DE CADA UNO DE ELLOS	Alumno:	Alumno:	Alumno:	Alumno:	Alumno
Sabe llegar a los puntos de control siguiendo el mapa					
Sabe orientar el mapa relacionando los elementos que vemos en el mapa con la realidad					
Conoce cuales son los materiales con los que estamos trabajando y sabe definirlos					
Ayuda a tomar las mejores decisiones para realizar el mejor recorrido					
Da ideas para llegar de un punto a otro en el menor tiempo posible					
Controla sus emociones cuando cree que está perdido					
Respetta el material y las instalaciones					
Trabaja en grupo respetando a todos sus compañeros					
Acepta y cumple las normas de cada actividad					
Acepta y cumple las normas que toma el grupo					

SIGNIFICADO DE LA ENUMERACIÓN:

- 1-No lo cumple
- 2- Casi nunca lo cumple
- 3-Solo a veces lo cumple
- 4- Casi siempre lo cumple
- 5- Siempre lo cumple

FICHA OBSERVACIÓN DOCENTE

CRITERIOS DE EVALUACIÓN ENUMERA DEL 1 AL 5 EL GRADO DE ADQUISICIÓN DE CADA UNO DE ELLOS	ALUMNO:	OBSERVACIONES
Sabe llegar a los puntos de control siguiendo el mapa		
Sabe orientar el mapa relacionando los elementos que vemos en el mapa con la realidad		
Conoce cuales son los materiales con los que estamos trabajando y sabe definirlos		
Ayuda a tomar las mejores decisiones para realizar el mejor recorrido		
Da ideas para llegar de un punto a otro en el menor tiempo posible		
Controla sus emociones cuando cree que está perdido		
Acepta y cumple las normas de cada actividad y las del grupo		
Trabaja en grupo respetando a todos sus compañeros, el material y las instalaciones		
Coloca el material en los lugares correspondientes de acuerdo con el mapa		
Realiza correctamente el recorrido en el mapa en relación a lo físico		

SIGNIFICADO DE LA ENUMERACIÓN:

- 1-No lo cumple
- 2- Casi nunca lo cumple
- 3- Solo a veces lo cumple
- 4- Casi siempre lo cumple
- 5- Siempre lo cumple

9.11.-FICHAS DE CARÁCTER CONCEPTUAL

MATERIALES ORIENTACIÓN DEPORTIVA



EXPLICACIÓN: escribe a la vuelta de la hoja los materiales que observas en la imagen de la orientación deportiva y para qué sirven.

PREGUNTAS INDIVIDUALES ORIENTACIÓN

RESPONDE A LAS PREGUNTAS EN EL ESPACIO QUE CORRESPONDE

NOMBRE: _____

1. ¿QUÉ ES LA ORIENTACIÓN DEPORTIVA?

2. ¿EN QUÉ CONSISTE LA ORIENTACIÓN DEPORTIVA?

3. NOMBRA LOS MATERIALES BÁSICOS DE LA ORIENTACIÓN

4. ¿CÓMO PUEDO ORIENTAR UN PLANO O MAPA?

5. ¿QUÉ SON LAS REFERENCIAS DE UN MAPA?

6. ¿DE QUÉ DEPENDE SER BUENO EN LA ORIENTACIÓN?

9.12.-TRABAJO DE BLOQUES DE LA UNIDAD.

Bloque 1: Contenidos comunes

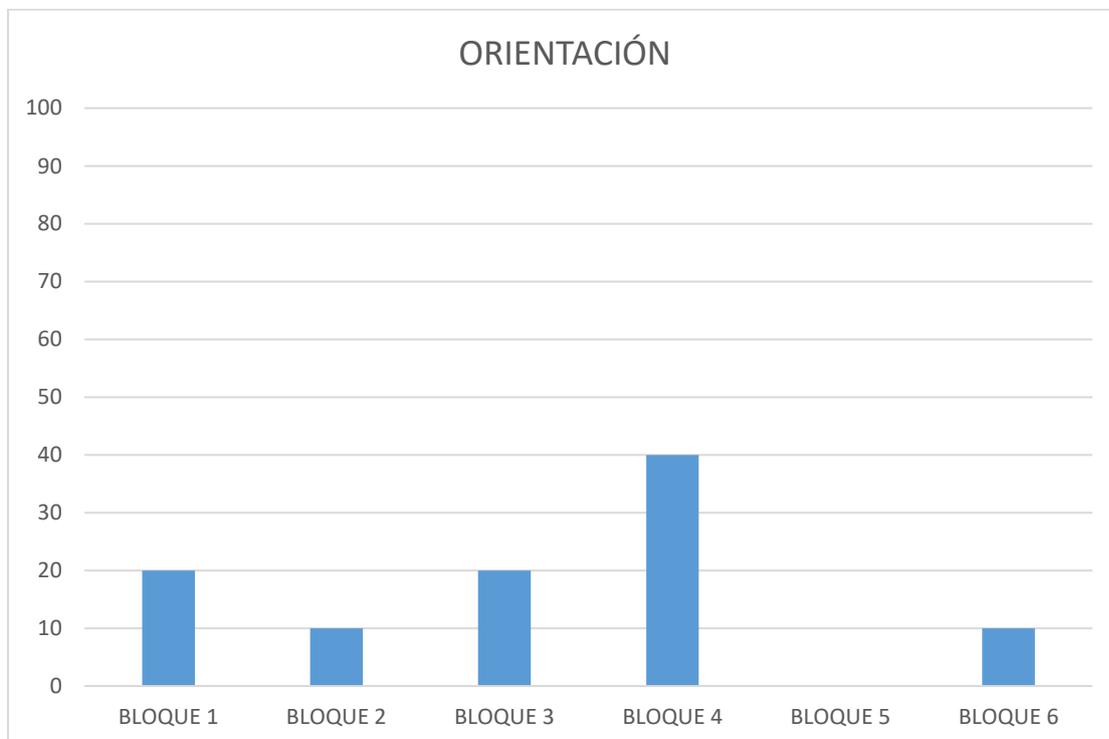
Bloque 2: Conocimiento corporal

Bloque 3: Habilidades motrices

Bloque 4: Juegos y actividades deportivas

Bloque 5: Actividades físicas artístico-expresivas

Bloque 6: Actividad física y salud



9.13.-TRABAJO DE COMPETENCIAS DE LA UNIDAD.

- a) Comunicación lingüística
- b) Competencia matemática
- c) Competencia digital
- d) Aprender a aprender
- e) Competencias sociales y cívicas
- f) Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor.
- g) Conciencia y expresiones culturales

