



Universidad de Valladolid

FACULTAD DE EDUCACIÓN Y TRABAJO SOCIAL

GRADO EN EDUCACIÓN PRIMARIA

MENCIÓN DE EDUCACIÓN FÍSICA

**EL DEPORTE DE ORIENTACIÓN
COMO PRÁCTICA ESCOLAR EN
EDUCACIÓN
PRIMARIA**

TRABAJO FIN DE GRADO

CURSO ACADÉMICO 2022/2023

AUTOR: IRENE MARTÍN PÉREZ

TUTOR: ANTONIO FRAILE ARANDA

Resumen

En el presente documento se desarrolla un estudio sobre el deporte de la Orientación, centrado principalmente en el ámbito de Educación Primaria. Por otra parte, también se incluye un cuestionario fruto del desarrollo de una propuesta didáctica dentro del área de Educación Física, esta ha sido diseñada para una clase de 4º de primaria, el propósito del mismo ha sido iniciar en la práctica y el aprendizaje de este deporte que aporta tantos recursos valiosos y beneficios al alumnado.

Palabras clave: Orientación, Educación Primaria, Educación Física.

Abstract.

This document develops a study on the sport of Orienteering, focused mainly on the field of Primary Education. On the other hand, it also includes a questionnaire resulting from the development of a didactic proposal within the area of Physical Education, this has been designed for a 4th grade class, the purpose of which has been to start practicing and learning this sport that provides so many valuable resources and benefits to students.

Key words: Orienteering, Physical Education, Primary Education.

ÍNDICE

JUSTIFICACIÓN.	4
REVISIÓN DE LAS COMPETENCIAS DOCENTES.	5
FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA	10
¿Qué es la orientación?	10
Historia de la orientación.	13
Elementos que se usan en la orientación.	15
Modalidades de la orientación.	20
Orientación escolar.	23
¿Cómo enseñar orientación en educación primaria desde el área de Educación Física? 25	
Importancia de la orientación en el desarrollo de los alumnos.	27
METODOLOGÍA.	28
Contexto del centro escolar.	28
Objetivos del estudio.	30
Instrumentos de recogida de datos.	31
RESULTADOS DE LA PROPUESTA.	31
DISCUSIÓN.	46
CONCLUSIONES.	50
REFERENCIAS.	52
ANEXOS.	55

JUSTIFICACIÓN.

El tema escogido para realizar mi trabajo de fin de grado (TFG) es la práctica sobre cómo desarrollar una experiencia del deporte de orientación en el contexto escolar, este proyecto pretendo fomentarlo y desarrollarlo durante mis prácticas en el colegio Santa María la Real de las Huelgas.

La orientación debe tener su espacio dentro de la educación física escolar, esta ayuda a desarrollar la capacidad perceptiva motriz, es una práctica interdisciplinar, con ella se pueden trabajar materias como las matemáticas, las ciencias sociales y las ciencias naturales a parte de la E.F. Ayuda a la autonomía del alumnado en un medio desconocido, a la toma de decisiones y a su seguridad, porque esta enseña a ubicarse en cualquier medio. Es un reto o aventura para el alumnado, donde aprenden en un medio distinto al aula, en la naturaleza y aprender valores como el respeto, el cuidado a la misma y la ayuda y cooperación entre los compañeros, es un deporte adaptable e inclusivo, el cual todo el mundo puede practicarlo desde edades tempranas hasta personas de la tercera edad, además, existen categorías adaptadas para personas con movilidad reducida, ceguera entre otros.

Además, he escogido este tema, ya que tengo desde muy pequeña he estado compitiendo en el club de mi pueblo, íbamos por toda España conociendo nuevos espacios y terrenos. Un aspecto que me animo a seguir con ella y más adelante a enseñarlo es los valores que este recoge, como el respeto que se tiene entre todos los competidores, la ayuda que se presta en cualquier momento como por ejemplo el retirarte de una carrera para prestar ayuda a otro competidor que se ha lesionado y es de admirar lo limpio y recogido que se deja una zona después de realizar una competición, eso dice mucho de las personas que realizan este deporte y la pasión que tienen por la naturaleza.

Hace un par de años hemos creado una escuela deportiva donde tenemos casi 60 niños de Portillo y los alrededores, donde les enseñamos todo lo relacionado con este deporte, tanto teórico como práctico, vamos con ellos a competiciones y fomentamos el compañerismo, el respeto y el cuidado a la naturaleza y sobre todo a que sean más independientes y no tengan miedo de realizar prácticas alternativas donde se encuentren solos y que ellos mismos sean capaces con sus conocimiento seguir hacia adelante.

Por todo esto que he expresado anteriormente, creo que se debe de dar a conocer la orientación dentro de la escuela y darla la importancia que tiene dentro del desarrollo del alumnado.

REVISIÓN DE LAS COMPETENCIAS DOCENTES.

Tras 4 años de estudio de Grado en Educación Primaria, este TFG es el resultado de todo el conocimiento adquirido. Este conocimiento y aprendizaje permiten a todo estudiante con el título ejercer como docente en nuestro sistema educativo. Vemos como toda esta formación recibida en estos años nos da una gama de habilidades genéricas que cubren todos los conocimientos necesarios para la realización eficaz de las tareas docentes.

Como futura docente de Educación primaria especializada en E.F y fijándome en el Real Decreto 822/2021 del 19 de septiembre, en él se establecen la ordenación de las enseñanzas universitarias, se plasmas a continuación las competencias generales que deben adquirirse una vez terminados los aprendizajes referentes a los estudios de grado y aquellos que se plasman en la realización del TFG:

1. Que los estudiantes hayan demostrado poseer y comprender conocimientos en un área de estudio -la Educación- que parte de la base de la educación secundaria general, y se suele encontrar a un nivel que, si bien se apoya en libros de texto avanzados, incluye también algunos aspectos que implican conocimientos procedentes de la vanguardia de su campo de estudio. Esta competencia se concretará en el conocimiento y comprensión para la aplicación práctica de:
 - a) Aspectos principales de terminología educativa.
 - b) Características psicológicas, sociológicas y pedagógicas, de carácter fundamental, del alumnado en las distintas etapas y enseñanzas del sistema educativo.
 - c) Objetivos, contenidos curriculares y criterios de evaluación, y de un modo particular los que conforman el currículo de Educación Primaria.
 - d) Principios y procedimientos empleados en la práctica educativa.
 - e) Principales técnicas de enseñanza-aprendizaje.
 - f) Fundamentos de las principales disciplinas que estructuran el currículum.
 - g) Rasgos estructurales de los sistemas educativos.

Esta competencia sirve para poder adquirir los conocimientos necesarios del sistema educativo, para saber programar, hacer situaciones de aprendizaje para lograr buenos resultados entre el alumnado y que consigan desarrollarse al máximo. Esta competencia empieza trabajándose en primero de carrera y se sigue desarrollando hasta el último. Lo he visto reflejado en la asignatura de currículo educativo del primer curso, donde empezamos a programar diferentes unidades didácticas, al igual que en didáctica de las ciencias sociales donde por grupos tuvimos que diseñar una situación de aprendizaje sobre un tema relacionado con la misma, ambas asignaturas nos han ayudado a la hora de tener que programar en los prácticum sesiones o actividades, sobre todo en cuarto porque este año tenemos que poner en práctica una situación de aprendizaje destinada a un curso real con todos los elementos de los que consta.

2. Que los estudiantes sepan aplicar sus conocimientos a su trabajo o vocación de una forma profesional y posean las competencias que suelen demostrarse por medio de la elaboración y defensa de argumentos y la resolución de problemas dentro de su área de estudio –la Educación-. Esta competencia se concretará en el desarrollo de habilidades que formen a la persona titulada para:
 - a. Ser capaz de reconocer, planificar, llevar a cabo y valorar buenas prácticas de enseñanza-aprendizaje.
 - b. Ser capaz de analizar críticamente y argumentar las decisiones que justifican la toma de decisiones en contextos educativos.
 - c. Ser capaz de integrar la información y los conocimientos necesarios para resolver problemas educativos, principalmente mediante procedimientos colaborativos.
 - d. Ser capaz de coordinarse y cooperar con otras personas de diferentes áreas de estudio, a fin de crear una cultura de trabajo interdisciplinar partiendo de objetivos centrados en el aprendizaje.

Esta competencia la hemos desarrollado durante el prácticum I y prácticum II, en tercero y cuarto de carrera, esta es la mejor manera de saber enfrentarse a situaciones reales e ir cogiendo técnicas para llevar la clase de manera correcta y solucionar problemas si fueran

surgiendo. Ambos vienen muy bien para saber lo que es enfrentarnos al alumnado de forma directa, técnicas para explicar, para llamar su atención y que te hagan caso, técnicas para pedir momentos de silencio para poder explicar, a reorganizar una clase y un aspecto que me parece muy importante es saber reconducir la clase, con esto me refiero a si estamos realizando una actividad y vemos que no funciona, meter una variante o reconducirla para así volver a llamar la atención de la clase.

3. Que los estudiantes tengan la capacidad de reunir e interpretar datos esenciales (normalmente dentro de su área de estudio) para emitir juicios que incluyan una reflexión sobre temas esenciales de índole social, científica o ética. Esta competencia se concretará en el desarrollo de habilidades que formen a la persona titulada para:
 - a. Ser capaz de interpretar datos derivados de las observaciones en contextos educativos para juzgar su relevancia en una adecuada praxis educativa.
 - b. Ser capaz de reflexionar sobre el sentido y la finalidad de la praxis educativa.
 - c. Ser capaz de utilizar procedimientos eficaces de búsqueda de información, tanto en fuentes de información primarias como secundarias, incluyendo el uso de recursos informáticos para búsquedas en línea.

Esta competencia es muy importante, ya que nos enseña a razonar e interpretar situaciones que leemos o buscamos desde una fuente de información y con la cual tenemos que dar un sentido único con nuestra experiencia. En toda la carrera hemos estado expuestas a situaciones en las que teníamos que interpretar y razonar diferentes datos, gracias a esto hemos podido adquirir esta competencia.

Esta competencia me va a ser muy útil a la hora de tener que interpretar los datos de las encuestas que voy a pasar al alumnado tanto antes de empezar a desarrollar la situación de aprendizaje como al final de la misma, para así con gráficos y datos poder analizar la evolución de los mismos y gracias a ellos poder mejorar aspectos de cara al futuro.

4. Que los estudiantes puedan transmitir información, ideas, problemas y soluciones a un público tanto especializado como no especializado. Esta competencia conlleva el desarrollo de:

- a. Habilidades de comunicación oral y escrita en el nivel C1 en Lengua Castellana, de acuerdo con el Marco Común Europeo de Referencia para las Lenguas.
- b. Habilidades de comunicación oral y escrita, según el nivel B1, en una o más lenguas extranjeras, de acuerdo con el Marco Común Europeo de Referencia para las Lenguas.
- c. Habilidades de comunicación a través de Internet y, en general, utilización de herramientas multimedia para la comunicación a distancia.
- d. Habilidades interpersonales, asociadas a la capacidad de relación con otras personas y de trabajo en grupo.

Esta competencia la hemos ido desarrollando por la carga de trabajos, investigaciones y proyectos que se han llevado a cabo durante los cuatro años que dura el periodo de estudio del Grado de Educación Primaria. En muchas asignaturas hemos tenido una carga de trabajos bastante alta, esto no significa que gracias a ellos tengamos mayor formación, sino que hemos aprendido a trabajar de forma continua tanto individual como en grupo, a respetar las opiniones de los demás y sobre todo a organizar los tiempos para así ajustarnos a las fechas de entrega sin agobios.

5. Que los estudiantes hayan desarrollado aquellas habilidades de aprendizaje necesarias para emprender estudios posteriores con un alto grado de autonomía.

La concreción de esta competencia implica el desarrollo de:

- a. La capacidad de actualización de los conocimientos en el ámbito socioeducativo.
- b. La adquisición de estrategias y técnicas de aprendizaje autónomo, así como de la formación en la disposición para el aprendizaje continuo a lo largo de toda la vida.
- c. El conocimiento, comprensión y dominio de metodologías y estrategias de autoaprendizaje.
- d. La capacidad para iniciarse en actividades de investigación
- d. El fomento del espíritu de iniciativa y de una actitud de innovación y creatividad en el ejercicio de su profesión.

Esta competencia nos refleja que nuestra formación no termina una vez hallamos concluido el grado, sino que debemos estar en continua formación para poder enfrentarnos a todas las situaciones que nos puedan venir. Es muy importante que todo el profesorado estemos en continua formación a la hora de estar en frente del alumno, porque el sistema educativo está en continuo cambio y no solo por las materias sino en la manera de dar clase, las metodologías y las tecnologías que se usan.

6. Que los estudiantes desarrollen un compromiso ético en su configuración como profesionales, compromiso que debe potenciar la idea de educación integral, con actitudes críticas y responsables; garantizando la igualdad efectiva de mujeres y hombres, la igualdad de oportunidades, la accesibilidad universal de las personas con discapacidad y los valores propios de una cultura de la paz y de los valores democráticos. El desarrollo de este compromiso se concretará en:
 - a. El fomento de valores democráticos, con especial incidencia en los de tolerancia, solidaridad, de justicia y de no violencia y en el conocimiento y valoración de los derechos humanos.
 - b. El conocimiento de la realidad intercultural y el desarrollo de actitudes de respeto, tolerancia y solidaridad hacia los diferentes grupos sociales y culturales.
 - c. La toma de conciencia del efectivo derecho de igualdad de trato y de oportunidades entre mujeres y hombres, en particular mediante la eliminación de la discriminación de la mujer, sea cual fuere su circunstancia o condición, en cualquiera de los ámbitos de la vida.
 - d. El conocimiento de medidas que garanticen y hagan efectivo el derecho a la igualdad de oportunidades de las personas con discapacidad.
 - e. El desarrollo de la capacidad de analizar críticamente y reflexionar sobre la necesidad de eliminar toda forma de discriminación, directa o indirecta, en particular la discriminación racial, la discriminación contra la mujer, la derivada de la orientación sexual o la causada por una discapacidad.

Como futuros docentes tenemos que entender que con nuestra formación no solo tenemos que saber enseñar las diferentes áreas que vienen reflejadas en el curriculum de la etapa de Educación Primaria, sino que también debemos enseñar valores al alumnado para que

así, el mismo consiga a ser autónomo, responsable, buen ciudadano y respete a todo el alumnado por igual. Esta es una de las habilidades que mejor debemos desarrollar.

FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

¿Qué es la orientación?

La orientación es una habilidad humana que ayuda a orientarse en el espacio en relación con otras referencias espaciales. Esto es lo que le sucede a una persona en relación con el punto cardinal. (Real Academia Española, 2001)

Según Urbina Polo (2011, p.2), La orientación espacial es el motor que permite desarrollar ciertas nociones relacionadas con la situación, relación, movimiento, y está conectada directamente con ciertas partes de nuestro cuerpo que permiten la coordinación de movimientos y el equilibrio. Esta destreza natural, como casi todos los talentos humanos, necesita ser ejercitada para desarrollar una inteligencia espacial.

En cuanto a la orientación deportiva podemos decir que es una actividad física que requiere exigencias físicas e intelectuales tanto si se practica como juego, como entrenamiento o como competición.

Según la FEDO (Federación Española de Orientación) el deporte de la orientación es: Una carrera individual sobre terreno variado con un recorrido determinado por una serie de controles que el deportista debe descubrir por itinerarios elegidos por él mismo, sirviéndose únicamente de un mapa y una brújula. (FEDO, 2017).

La podemos definir como una carrera individual sobre un terreno variado, sobre un recorrido predeterminado que cuenta con una serie de controles por los que el deportista debe pasar utilizando un itinerario que el mismo escoja, y cuenta únicamente con la ayuda de un mapa y de una brújula. Todas las carreras son diferentes y varían en el número de balizas, la distancia que se tiene que correr y la dificultad del terreno en relación al nivel de los participantes. (FEDO,2017).

La definición que nos ofrece la federación Internacional de Orientación (I.O.F) nos introduce la orientación como un deporte en el que los competidores, hombres, mujeres

o equipo, deben visitar una serie de puntos ubicados sobre el terreno en el menor tiempo posible ayudados de una brújula y un mapa (Baena y Graneros, 2011).

El único objetivo de la misma es pasar por todos los controles, sin fallar ninguno en el menor tiempo posible.

Hablando del deporte de la orientación, cabe destacar que aporta el beneficio del aumento de la autoestima, produciéndose gracias a que es una actividad dinámica y activa.

Por ello, Querol (2003) afirma que la orientación deportiva es una actividad que se presta a un enfoque lúdico en la línea de aprender jugando y probando, provocando mayor grado de diversión y, por tanto, mayor motivación. A continuación, se citan los valores que se pueden llegar a trabajar gracias al deporte de orientación:

Igualdad de género	En todas las competiciones deportivas se pueden encontrar categorías por edades, sexo y categorías de iniciación donde se mezclan todas las edades y sexos. Según Bardera Verdugo (2011), la participación femenina esta entorno al 40%.
No violencia.	Este no es un deporte de enfrentamiento directo con los rivales en el terreno de juego, se puede llegar a coincidir, en algún control o en la meta, pero es muy complicado. Bardera Verdugo (2011) señala que siempre existe un buen ambiente y rivalidad sana.
Juego limpio y deportividad.	Se deben aceptar las normas de la disciplina deportiva y cumplirlas para que así todos los participantes estén en igualdad de condiciones. Con el objetivo del juego limpio todos los recorridos de las categorías son diferentes, para evitar así que unos sigan a otros.

Intergeneracional.	Como afirma Bardera Verdugo (2011), Es una actividad o competición apta para toda la familia, ya que en ella pueden participar personas de edad más avanzada con gente joven o incluso padres con sus propios hijos.
--------------------	--

Cuadro 1: valores que representan la orientación. (Bardera Verdugo).

Modelos de orientación.

Antes de la llegada de la cartografía y avances tecnológicos como el GPS o la brújula, los humanos se orientaban mediante la naturaleza. A continuación, voy a citar algunos métodos para poder orientarse, no obstante, es necesario localizar el norte magnético siempre y a partir de ahí saber a donde tenemos que dirigirnos.

Orientarse por la posición del sol	Este nos muestra los puntos cardinales a lo largo del día, saliendo por el este, a medio día está en el sur y acaba poniéndose por el oeste.
Orientarse mediante la vegetación.	El musgo se desarrolla en la cara norte de piedras y troncos, también la nieve en las laderas de las montañas se conserva más en este lado.
Orientarse mediante la observación de estrellas.	En el hemisferio norte, tenemos como punto de referencia la Estrella Polar, cuando obtenemos su posición tenemos la dirección norte.
Orientarse por los troncos de los árboles.	Para utilizar este método de orientación es necesario buscar un árbol talado, en él se puede ver que sus anillos están orientados al sur.

Orientarse por los indicios de animales.	Para utilizar este método de orientación es necesario buscar un árbol talado, en él se puede ver que sus anillos están orientados al sur.
Orientarse mediante las sombras.	Para ello vamos a utilizar un pequeño palo que clavaremos en el suelo y una piedra la cual utilizaremos para ver hasta dónde llega su sombra, tendremos que esperar en torno a 10-15 minutos, ahora marcaremos con otra piedra donde se encuentra la sombra, la línea que va desde la primera hasta la segunda marca, establece la orientación este/oeste.
Utilización de utensilios.	Astrolabios, sextantes o primeras brújulas.

Cuadro 2: Técnicas de orientarse (Irene Martín)

Historia de la orientación.

Orientación en el mundo.

La orientación surgió en Suecia a finales del siglo XIX, allí y en el resto de países nórdicos es uno de los deportes más practicados. La primera prueba se celebró en la localidad Noruega de Tjalve en octubre de 1890. El sueco Ernst Killander fue quien planteo las normas de este deporte.

En el resto de los países europeos es una práctica deportiva relativamente nueva ya que no ha sido hasta el siglo pasado cuando se ha empezado a practicar.

En 1961 se creó la Federación Internacional de Orientación (I.O.F), obteniendo el reconocimiento Olímpico en 1977, los fundadores fueron países como Noruega, Bulgaria, Dinamarca o Finlandia entre otros.

La orientación obtuvo estatus olímpico en 1949 en modalidad de esquí y en 1977 en modalidad de recorridos a pie.

Noruega fue la sede el 1º campeonato Europeo de Orientación en 1962 y Finlandia fue la sede del 1º mundial. (Sánchez Toquero, 2012).

Orientación en España.

La orientación en España se introdujo en el 1960 a través de las fuerzas armadas en el año 1960. Después, en 1971 el profesor Martin Kronlund decidió incluir el deporte de la orientación como contenido para el alumnado. Las practicas las realizaban en mapas topográficos en 1:50000 y a raíz de esto encargó diseñar el mapa de la Casa de Campo de Madrid.

En 1979 se crea la casa de amigos de orientación y en 1988 se organizó en España el primer Trofeo internacional de Orientación Martin Kronlund, con ello se aumentó la organización de pruebas internacionales en el país.

Después, se pasó a crear el organismo encargado de organizar la Liga Nacional y el Campeonato de España en el año 1963.

La prueba más importante que se ha disputado hasta el momento fue en 1996 el campeonato internacional del mundial de veteranos en Murcia. (FEDOCV, 2003).

En 1979 se creó el primer club de orientación en España. Desde 1985 se celebran competiciones a nivel nacional, se fundó así la Liga Nacional Española. El reconocimiento oficial por el Consejo Superior de Deportes no llegó hasta 1993.

En el año 2004 se crea la Federación Española de Orientación (FEDO) y más recientemente en el año 2007 la Federación de Castilla y León de Orientación (FOCYL). (Sánchez Toquero,2012).

ASPECTOS IMPORTANTES DE LA CRONOLOGÍA ORIENTACIÓN EN ESPAÑA (FEDO,2017)	
1960	Primeras pruebas de orientación en las fuerzas armadas.
1972	Primero mapas de orientación con normativa de la Federación Internacional de la Casa de Campo de Madrid.
1993	Creación de la Agrupación Española de Clubes de Orientación (A.E.C.O).

1994	Se nombra a Jesús González como presidente de la A.E.C.O.
1996	Campeonato mundial de Veteranos, participan 35 países.
2003	Nace la Federación Española de Orientación (FEDO).
2010	Se crea la Confederación de Federaciones de Orientación Mediterráneas (COMOF).
1999-actualidad	Se han conseguidos diferentes logros en todas las categorías en pruebas nacionales, campeonatos del mundo, campeonatos europeos tanto en modalidad a pie como en BTT y O-trail.

Cuadro 3: Cronología Orientación en España (Federación Española de Orientación)

Elementos que se usan en la orientación.

Practicar el deporte de la orientación no es solo correr, sino que tenemos que tener el conocimiento de los elementos o materiales que son esenciales para hacerlo de la forma correcta, para ello a continuación se desglosan.

Mapa.

El mapa o plano de orientación es una representación a escala del terreno, es un mapa topográfico, en el que se representa el terreno tal cual es, pero a tamaño reducido, el dibujo representa un espacio real, como si lo estuviéramos viendo desde arriba, es decir, a vista de avión.

El comienzo del recorrido se marca con un triángulo, los puntos de control con un círculo, la meta con un círculo que en su interior hay otro más pequeño y si coinciden salida y meta un círculo que en su interior contine un triángulo.

Las características de este tipo de mapa son las siguientes: (FORM,2007).

- Representa todos los detalles que existen, en él se plasma cualquier elemento que mida más de un metro, junto con la altura que tienen y el espesor. Se pueden llegar a dibujar árboles aislados, rocas, sendas, caminos, mojones, entre otros.
- Simbología característica, cada elemento que se dibuja en el mapa tiene un color característico, este sistema es internacional, en cualquier parte del mundo en el que vayas a correr les usan, eso sí, hay cierta simbología que solo se utiliza en determinadas zonas, pero por ello deben marcarlo en el mapa.

- Densidad en el mapa, esta se indica con diferentes tonos de verdes, a más oscuro más espesor tiene y más difícil es la carrera en él.

El mapa consta de varios elementos, ellos son (López Lemus,2014):

- Meridianos y paralelos: los meridianos son líneas imaginarias que rodean la tierra en dirección N-S pasando por lo polos y los paralelos son líneas imaginarias que rodean la tierra en dirección E-O, paralelas al ecuador, esta es la línea que divide la tierra en el hemisferio norte y el hemisferio sur.
- Leyenda: todos los mapas cuentan con un pequeño apartado en una esquina donde se introduce la leyenda, esta sirve para ayudar a reconocer los elementos y los colores. Todos los mapas, usan la misma leyenda, en cambio, si se utiliza algún símbolo especial, se debe marcar en el mapa.
- Escala: es la proporción con la que está hecho el mapa respecto a las dimensiones reales del terreno. Hay diferentes tipos de escala, 1:10000, 1:15000, 1:25000, 1:50000, cada la respectiva proporción, es decir, la primera equivale a 100 m, la segunda a 150m, la tercera a 250m y la cuarta a 500 metros en la realidad.
- Curvas de nivel: es la forma que se utiliza para representar las diferentes alturas que tiene el paisaje. Son líneas imaginarias que unen puntos que se encuentran a la misma altura en el terreno. A mayor pendiente, las curvas de nivel están más juntas, a menor pendiente, las curvas están más separadas.
- Equidistancia: es la distancia que separa dos líneas entre las curvas de nivel, la más habitual es la de 5 metros, esto quiere decir que entre cada curva tenemos un desnivel de 5 metros, aunque depende de la escala del mapa.
- Colores de mapa:
 - Marrón: todo lo que tiene referencia con el relieve como pueden ser curvas de nivel, hoyos, montículos, vaguadas, depresiones, etc.
 - Azul: elementos relacionados con el agua como fuentes, pantanos, lagos, ríos.
 - Negro: detalles artificiales, todo lo que el hombre construye como puede ser un banco o una farola, y también van en este color piedras, zonas rocosas o cortados y carreteras y caminos.

- Verde: zonas de vegetación, cuanta más intensidad tiene el verde más difícil se hace su paso por él.
- Blanco: zonas de bosque en las que la carrera es adecuada, es decir, tienen poco espesor.
- Magenta: se utiliza para marcar zonas prohibidas, también el recorrido se dibuja de este color.
- Amarillo: para zonas de claros, sembrados o cortafuegos.

Brújula.

Es un elemento que se utiliza para localizar el norte magnético terrestre, nos sirve para indicar el norte, orientar un plano y tomar rumbos.

Hay dos tipos de brújulas.

- Brújula de plataforma, esta consta de una base rectangular, tiene una flecha roja pintada sobre el eje central, la característica de este es que consta con una cuerda para sujetarla a la mano, una pequeña lupa para ver de forma detallada los detalles de mapa. Este tipo lo suelen usar los participantes que se están iniciando en este deporte.
- Brújula de dedo, es una alternativa a la brújula estándar, solo que, con alguna mejora, consta de una pequeña correa en la que se coloca el pulgar y este encima del mapa. La ventaja de utilizar este tipo es que el mapa se orienta de forma más rápida, en cambio es más complicado seguir un rumbo. Este tipo lo utilizan los orientadores más experimentados.

La brújula está compuesta por varias partes:

- Aguja imantada: es una flecha de color rojo que nos indica el norte magnético.
- Limbo: esfera móvil de 360°, en el podemos ver los puntos cardinales y en el interior tiene un líquido que estabiliza el movimiento de la aguja.
- Líneas de meridiano: líneas norte-sur que se encuentran pintadas dentro del meridiano.
- Flecha de dirección: flecha pintada sobre el soporte de la brújula, esta nos indica la dirección que debemos seguir.
- Escala: sirve para mirar la relación entre la distancia plano y la real.

¿Cómo orientar un mapa?

Orientar el mapa significa que debemos hacer coincidir los elementos del mapa, tanto en forma y dirección con cómo están en el relieve.

Para hacerlo, debemos colocar la brújula encima del mapa y girar el mismo hasta que la aguja magnética de la brújula coincida con el norte del mapa.

¿Cómo hacer un rumbo?

Para ello hay que unir el lugar del plano donde estoy junto con el punto al que quiero acudir, esto se hace con un extremo largo de la brújula. La flecha de dirección debe señalar la dirección del lugar al que queremos. Después, giramos el limbo hasta que las líneas del meridiano de la brújula coincidan o son paralelas con las del meridiano del plano. Por último, debemos girar tanto el plano como la brújula sin separarlos hasta conseguir que coincida la parte roja con la N grabada en el limbo, ambas deben ser paralelas al meridiano del plano y a la de la brújula y hay que cerciorarse de que la flecha Norte está en el plano.

Baliza/pinza.

La federación internacional de orientación lo nombra como un elemento de señalización de los controles, es un prisma triangular de dos colores, naranja y blanco.

Es un elemento imprescindible en una carrera, deben estar colocadas en el punto preciso que se marca, sin ellas una carrera no se puede llevar a cabo. Todas tienen un número, este debe ser superior a 30 y nos va a ayudar a saber si estamos en la adecuada.

Esta está compuesta por el prisma rectangular, una pequeña pinza, está ahora ha quedado prácticamente en desuso, antes se utilizaba para marcar en la hoja de control y cerciorarse de que se había pasado por todos los controles de manera adecuada, ahora, en cambio, se ha cambiado por una pequeña estación electrónica que no único que hay que hacer es pasar por encima de la misma una tarjeta electrónica y se queda marcado.

Hoja de control.

Es una pequeña hoja que se le entrega al corredor justo antes de salir con el mapa, en ella hay diversas casillas con un número, consiste en que cada vez que lleguen a una baliza, dependiendo el número que esta tenga marcado en el mapa deben picar en ella con la pinza que se encuentra en parte de arriba de la baliza, cada una tiene un dibujo diferente.

También es normal encontrar tres casillas con la letra R, estas sirven para si se pica una baliza de más o en el sitio incorrecto para sufragar ese error y no ser descalificado.

Este método ha quedado en desuso en las carreras y se ha sustituido por el que se cita posteriormente. (Caracol, 2014).

Tarjeta electrónica.

También llamada Sportident, es el dispositivo que se usan ahora los corredores para picar las balizas. Es muy pequeño y se posa encima de la estación electrónica, ella misma te lo lee y te marca, también, gracias a la misma, se puede saber en qué baliza llega el corredor, el tiempo que ha tardado en llegar a la misma y el tiempo que lleva acumulado.

Descriptor de controles.

En la B de controles se plasma información sobre la carrera y la localización de las balizas. En las filas de arriba encontramos el nombre de la carrera, la categoría, los recorridos, la distancia y el desnivel. Y en la parte de abajo marca la distancia desde el último control hasta la meta. (Palamares,2015)

El resto de información viene dada en ocho columnas, las voy a exponer de izquierda a derecha:

1. Numero de orden del control.
2. Código de control de la baliza.
3. Que elemento es el que buscamos.
4. Elemento principal donde se encuentra la baliza.
5. Información adicional sobre las características del control.
6. Dimensiones del elemento principal donde está colocado.
7. Situación de la baliza, representa la posición del control respecto al elemento principal.
8. Información adicional.

Modalidades de la orientación.

Orientación a Pie.

Las modalidades de orientación a pie se desarrollan en bosques, entornos naturales y ciudades, suele ser diurna, es la más conocida y practicada.

En ellas podemos encontrar tres tipos de recorridos, los de larga de distancia estos se basan en la forma física que tenga el corredor frente a la dificultad técnica, esto se consigue poniendo más distancia entre puntos teniendo el corredor así que leer menos el mapa y facilitando la carrera, encontramos al ganador entorno a los sesenta y los ochenta minutos dependiendo de los km, de media distancia son aquellas en las que prevalece la dificultad técnica frente al físico, el objetivo es reducir la distancia entre puntos de control y hacer así que el corredor lea con más precisión el mapa donde el tiempo ganador se puede encontrar entorno a los treinta y cinco minutos, sprint, este tipo en concreto se suele realizar en zonas más urbanas, parques, aunque también puede desarrollarse en zonas de bosque con poco espesor, lo importante de esta prueba es la velocidad explosiva frente a la resistencia, son pruebas muy rápidas donde los símbolos del mapa deben verse a más distancia, el tiempo del ganador se encuentra en torno a 10 minutos. (FEDO,2017).

Rogaine, este es un tipo de carrera de orientación de larga distancia en montaña en modalidad score, esto es que los participantes son los que escogen en que orden pasar por los diferentes puntos, con una duración máxima de 24 horas, pero con variantes más cortas. El factor más importante no es el orientarse de forma correcta sino planificar la técnica, el recorrido, la resistencia y sobre todo el trabajo en equipo, este puede constar de entre dos y cinco participantes.

Una peculiaridad es que no todos los puntos de control tienen la misma puntuación, es decir, dependiendo de la distancia a la que están tienen un valor u otro, es importante llegar a meta en tiempo, ya que sino por minuto de retraso se van restando dos minutos. (Palamares, 2015).

Relevos, suele hacerse en equipos de tres componentes, cada uno de ellos realiza un recorrido individual donde el resultado final es la suma de los tiempos de cada uno de los corredores. Antiguamente los relevos se corrían por competidores del mismo sexo, aunque recientemente se han incluido los relevos mixtos, compuestos por cuatro

personas, en las que dos son hombres y dos mujeres, alternando el sexo en cada posta, es decir, dos del mismo no pueden salir seguidos. (FEDO,2017).

Carrera nocturna, se realiza por la noche, los recorridos son más cortos, en terrenos más fáciles, tiene una dificultad adicional y es que al ser sin luz para ver los corredores deben llevar un frontal, el recorrido de estas suele estar marcado, es decir, se debe seguir un orden. (FEDO,2017).

Score, en el mapa de estas pruebas los controles están marcados, pero no existe un orden determinado, es el propio corredor el que le elige, se puede encontrar esta modalidad tanto en orientación a pie como en orientación de montaña. (FEDO,2017).

Orientación en bicicleta de Montaña.

La característica de esta modalidad es que los participantes utilizan una bicicleta para desplazarse, se utiliza una amplia red de caminos y a mayores se le añade la dificultad de ir más rápido, lo que supone estar más atento y no despistarse para sortear los obstáculos y elegir el mejor camino para llegar al control deseado. Aunque se utiliza la bicicleta, se pueden bajar de la misma y empujarla en caso de que fuera necesario para continuar con el camino. (FEDO, 2017).

Raid de aventura.

Aquí se combinan distintas modalidades deportivas, pero en todas ellas se necesita un mapa de orientación para ir de una actividad a otra. El recorrido es desconocido de antemano y se organiza en diferentes etapas, pruebas especiales y puntos de control intermedios, los cuales son de paso obligatorio.

Combina deportes como escalada, tiro con arco, canoa, caballos, rapel, tirolina, bicicleta de montaña, se puede realizar tanto por el día como por la noche. Se desarrolla en equipos de tres componentes, se necesita muy buena coordinación y cooperación entre ellos.

Si uno de los componentes el grupo, es mujer, se valora en el sistema de puntuación final. (FEDO,2017).

Esquí-O.

Es muy semejante a las carreras de orientación en bicicleta solo que cambia el medio y los materiales utilizados, en este caso los participantes deben llevar esquís y se realizan en pistas de esquí de fondo.

Esta modalidad es objetiva y consiste en llegar a la meta lo más rápido posible, los participantes deben leer el mapa, escoger la ruta y tomar decisiones mientras van esquiando a toda velocidad.

En España no podemos encontrar competiciones de esta modalidad, pero si en diversos países como en los del norte de Europa. (FEDO,2017).

Trail-O.

Esta modalidad implica la interpretación tanto del mapa como del terreno, es el competidor el que escoge entre un número determinado de balizas dibujadas cual corresponde a la descripción de controles.

Se puede realizar tanto de manera individual como en grupo, a pie o con silla de ruedas. En un principio se pensó para personas con discapacidad, esta variante no entiende de sexo, ni hace falta una buena forma física.

Tuvo su auge durante el confinamiento del COVID-19, se realizaron diferentes competiciones de Trail-O Online, donde se podía optar a la práctica de la orientación desde casa conociendo diversas zonas y terrenos. (FEDO,2018).

O-Precisión.

Esta categoría implica la interpretación tanto del mapa como del terreno, los participantes deben pasar por diferentes puntos de control marcados en el terreno, en una secuencia fija y tienen un tiempo determinado para poder finalizarlo.

Deben usar el mapa y la brújula, para escoger entre un determinado número de balizas cual es la que corresponde con el círculo marcado en el mapa, para esto constan de la ayuda de la descripción de controles.

Se puede realizar de manera individual o en grupo, para desplazarse de una baliza a otra pueden ir a pie, en silla de ruedas, bicicleta o cualquier medio que les ayude.

Tiene un límite de 120 participantes, estos se admitirán por orden de inscripción. (FEDO,2017).

Orientación escolar.

La orientación puede comenzar en la edad escolar. Tiene un alto componente pedagógico, intelectual-formativo y de respeto por la naturaleza y el medio ambiente. Los niños pueden participar en actividades o pruebas de orientación motriz solos o acompañados. (FEDOCV,2003).

A continuación, voy a citar algunos de los beneficios de la orientación deportiva dentro de la educación física. (Vázquez Ramos,2018)

Nivel físico	Recurso para desarrollar y trabajar la resistencia, la velocidad ya que se requieren cambios en la misma y la fuerza para poder superar obstáculos que nos encontremos en el medio. (Vázquez Ramos,2018).
Nivel psicológico y cognitivo	Se desarrolla la percepción, capacidad de análisis del mapa, de la realidad, del entorno, la concentración, el autocontrol, capacidad de gestionar el esfuerzo y la velocidad, aprender a confiar en uno mismo y en las decisiones que se toman, y aspectos importantes como comprender el lenguaje simbólico y la comprensión de escalas y desniveles. (Vázquez Ramos,2018).
Nivel valores	Deporte donde se puede ver la igualdad de género, el cuidado por el medio ambiente, la ecología. (Vázquez Ramos,2018).

Cuadro 4: Beneficios Orientación deportiva (Vázquez ramos).

Para el centro de Alto Rendimiento de Orientación la introducción de este deporte dentro del centro escolar, necesitamos la figura del coordinador escolar, si este coordinador

también es responsable de la asignatura de Educación Física en el centro se puede incluir dentro del programa de los deportes. En caso contrario, solo se podrá introducir dentro de la asignatura relacionada no teniendo el suficiente peso para que su desarrollo se lleve de forma adecuada. (Nando, 2002).

Se puede introducir en los colegios mediante dos factores:

<p>A través del profesorado.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - <u>Introducción gradual</u>, consiste el que el profesorado incluya el deporte de la orientación dentro del programa, aumentando las horas de deportes minoritarios. El problema es la falta de horas de Educación Física. - <u>Zambullida práctica</u>, el primer contacto que tiene el alumnado son las competiciones de carácter sencillo, como las locales, las escolares, etc. donde asisten grupos de alumnos para poder compartir sus experiencias. El principal inconveniente es el desplazamiento de grandes grupos. - <u>Competición escolar</u>, este es el último paso, para llegar a él hay que pasar por los citados anteriormente, aunque que se llegue a este es difícil sino se cuenta con el apoyo necesario.
<p>A través de los padres (A.M.P.A).</p>	<p>En algunos casos, los padres promueven estas actividades dentro de la</p>

	<p>programación de las actividades deportivas extraescolares.</p> <p>Ellos tienen experiencias positivas practicando deporte junto con sus hijos.</p> <p>Es muy importante que los padres se impliquen ya que tienen funciones imprescindibles como ayudar en el transporte para los entrenamientos y competiciones, preparación de ropa y avituallamiento para después de la carrera entre otras.</p>
--	--

Cuadro 5: Formas de introducir el deporte de Orientación en la escuela. (Irene Martín).

¿Cómo enseñar orientación en educación primaria desde el área de Educación Física?

Un profesor para enseñar el deporte de la orientación debe tener en cuenta las habilidades y destrezas que intervienen, estas son las capacidades perceptivo-motrices. Castañer y Camerino (1996, p.79) afirman que estas habilidades son *“el conjunto de capacidades directamente derivadas y dependientes del funcionamiento del sistema nervioso central”*. En estas capacidades hay que destacar el esquema corporal, la espacialidad y la temporalidad, la combinación de las mismas hace que surja la lateralidad, el ritmo, estructuración espacio-temporal.

- Le Boulch (1976: 28) define el esquema corporal como *el “conocimiento que tenemos de nuestro cuerpo en estático o en movimiento, en relación con sus diferentes partes y el espacio que le rodea”*
- Según este mismo autor (1991: 39), la percepción del espacio se refiere al *“proceso mediante el cual se perciben, reconocen e incluso se representan mentalmente una serie de relaciones espaciales que dan mayor facilidad para relacionarse con el entorno”*.
- La percepción del tiempo, según Contreras (1998) se entiende de dos formas:
 - Como la capacidad de percibir las relaciones temporales.

- Como el ajuste motor o estructuración espacial que se centra en reproducir un movimiento o una velocidad o ritmo concreto.
- La lateralidad según Le Boulch (1991) la define como el dominio funcional de un lado del cuerpo sobre el otro. Manifestándose en la preferencia de los individuos de servirse selectivamente de un miembro determinado para realizar operaciones que requieren precisión o habilidad. No es una capacidad de la que se dispone desde el nacimiento, sino que a medida que maduramos se va estructurando la utilización selectiva de una parte u otra del cuerpo.

Todas las habilidades de la programación, que guardan con la orientación, deben ser consideradas en cada etapa definida por Piaget (1969). Por tanto, además de conocer los aspectos clave de la orientación, se debe conocer la evolución de cada uno de esas capacidades en cada etapa.

Teniendo en cuenta las etapas de aprendizaje de los niños, según Aguarales y Julián (2008) se pueden clasificar en:

- 1) Conozco el plano.
- 2) Localizo los puntos en el plano. Localizo los puntos del plano en la realidad, localizo los puntos del terreno en un plano.
- 3) Oriento el plano. Oriento el plano mediante el terreno. Me oriento en el terreno mediante el plano.
- 4) Sigo trayectorias. Dibujo trayectorias en el plano. Sigo trayectorias sencillas marcadas en el plano. Elijo una trayectoria para unir dos puntos en el plano. Sigo trayectorias. Participo en juegos de orientación con controles.
- 5) Ataque a la baliza.
 - Progresión de los aprendizajes citados anteriormente:
 - Primer ciclo: 1) conozco el plano; 2) localizo los puntos en el plano; 3) oriento el plano; 4) sigo trayectorias. o
 - Segundo ciclo: 1) conozco el plano; 2) localizo los puntos en el plano; 3) oriento el plano; 4) sigo trayectorias; 5) ataque a la baliza.

- Tercer ciclo: 1) conozco el plano; 2) localizo los puntos en el plano; 3) oriento el plano; 4) sigo trayectorias; 5) ataque a la baliza; 6) uso de la brújula.

Importancia de la orientación en el desarrollo de los alumnos.

Podemos encontrar que la orientación está presente de muchas maneras en nuestro día a día, como por ejemplo en la interpretación de planos de una ciudad, reconocer espacios nuevos, saber desplazarse por lugares desconocidos, estas son algunas de las acciones que hacen que la orientación este presente en nuestras vidas.

En nuestras aulas las podemos aplicar mandando a los alumnos dibujar el aula e interpretarle, mandar dibujar un circuito y que sea el compañero el que le ponga en realidad.

Según Frank W. Miller, los principios generales de la orientación son siete, citados en el blog de Macherano (2009). La orientación:

1. La orientación es para todos los alumnos.
2. La orientación es para los alumnos de todas las edades.
3. La orientación debe abarcar todos los aspectos del desarrollo del alumno.
4. La orientación alienta el descubrimiento y desarrollo de uno mismo.
5. La orientación debe ser una tarea cooperativa en la que se comprometan el alumno, el padre, el profesor, el director y el orientador.
6. La orientación debe ser considerada como una parte principal del proceso total de la educación.
7. La orientación debe ser responsable ante el individuo y la sociedad.

Practicar actividad física aporta valores que influyen en el desarrollo físico y perceptivos de la persona, es conveniente practicarlo tanto dentro como fuera del contexto escolar, esto afianza el respeto por las normas de juego, autonomía para poder tomar decisiones y entender como cada persona reacciona con sus limitaciones. Como este tipo de actividad se desarrolla al aire libre hay que enseñar al alumnado a interactuar con él y a respetarlo y cuidarle.

El deporte en el ámbito escolar ayuda y orienta al niño en su proceso de crecimiento y desarrollo. Fraile (1997), en la revista digital de Corrales, A.R (2009), p. 28-19, habla sobre que para considerar un deporte educativo debe tener unas características:

1. Desarrollar hábitos higiénicos y conductas saludables.
2. Relacionarse con la formación en valores y actitudes positivas vinculadas con la práctica deportiva.
3. Adoptar una actitud crítica ante el consumo de escolares.
4. Las metas y los objetivos deben ser conscientes y complementarios de la E.P escolar.
5. Contribuir como medio educativo para la formación integral.
6. Mejorar las habilidades motrices y capacidades perspectivas.
7. Trabajar de forma polivalente para evitar la especialización prematura.
8. Primar la cooperación por encima de la competición.
9. El técnico actuará como educador.

METODOLOGÍA.

Contexto del centro escolar.

El centro escolar Santa María la Real de Huelgas está situado en un barrio que se encuentra cada vez más céntrico dentro de la capital vallisoletana, cuya población es de origen urbano. Cuenta con un fácil acceso desde los pueblos del alfoz, por lo que se ha detectado un aumento en el número de alumnos procedentes de estas localidades. El centro es de titularidad privada y depende de la consejería de educación de CyL y es concertado. Imparte los niveles de E.I, E.P.O y E.S.O. Dos líneas a cada nivel. El centro es de carácter confesionalmente católico con ideario basado en las normas de la orden cisterciense a la cual pertenece la comunidad de religiosas que sustenta la titularidad del centro. El colegio cuenta con jornada continuada, es decir, de 9 a 14 horas, lo que ha favorecido aún más ese efecto. También podemos destacar que el centro se encuentra muy cerca de la zona universitaria lo que favorece el transporte y las infraestructuras urbanas (polideportivos, bus urbano, centros sanitarios, museos, bibliotecas, institutos...).

En cuanto a los aspectos socioculturales y económicos de las familias podemos destacar que son familias formadas, en su mayoría, por dos o tres miembros. La gran mayoría son familias estables, aunque cada vez es más alto el índice de matrimonios separados por lo que educativamente se debe tener en cuenta. Laboralmente existe un alto porcentaje de asalariados industriales, pequeños comerciantes, funcionarios y profesiones liberales. En la gran mayoría se da la circunstancia de que los dos miembros trabajan, aunque el nivel de paro coincide con la media nacional. Las viviendas reúnen condiciones buenas o muy buenas de habitabilidad. El nivel de estudios de las familias puede considerarse medio, teniendo en cuenta el gran porcentaje de familias con estudios primarios-medios y siendo una minoría los de superiores.

Hay una gran preocupación por parte de las familias en cuanto a las expectativas culturales y académicas, pero también la formación para la vida, siendo estos los valores humanos y cristianos dado que estamos hablando de un centro concertado. El nivel cultural del barrio es medio-alto debido a la cercanía las universidades y la cantidad de colegios de E.I, E.P y E.S.O y también los institutos de F.P y Bachillerato. Los problemas de delincuencia y similares están alejados del mismo, aunque un pequeño sector de los alumnos que acude a este centro proviene de barrios conflictivos. No se manifiesta una ideología político-social destacable. A nivel religioso son prácticamente todos católicos creyentes. Esto no crea problemas ideológicos, al revés da lugar al respeto por la práctica que se imparte en el centro.

Su estructura está definida por un edificio centro y un anexo más pequeño compartido, donde se ubican las aulas de E.I. La distribución interna consta de aulas, tutorías, laboratorios, sala de medios audiovisuales y otros servicios. Consta también de un gimnasio y otras aulas adecuadas para impartir música y tecnología.

Los patios son amplios, uno es cubierto, donde se realizan las actividades deportivas y lúdicas y el otro es descubierta. La organización pedagógica de todo el profesorado gira desde hace cuatro cursos según la LOMCE, aunque ahora están empezando a incluir la LOMLOE. Todas las actuaciones anuales en temas organizativos, funcionales, pedagógicos y de gestión están contempladas en la programación general anual y son valoradas en la memoria final y aprobadas por el consejo escolar. El centro también acoge y atiende a niños ACNEEs y ANCEEs con dificultades de aprendizaje y derivados de problemas sociales, médicos, físicos y psíquicos.

El centro está abierto a su entorno, ya que facilita una estrecha colaboración con la AMPA y otras instituciones tales como el Ayuntamiento, la Junta de CyL, Universidad de Valladolid... para la promoción de actuaciones formativas y culturales.

La oferta educativa de la que dispone el colegio es:

- Aula de 2 años: jornada continuada de 9h. a 14h. Aplicando la misma metodología que en las aulas de Educación Infantil.
- Educación Infantil: de 3 a 6 años. Jornada continuada de 9h a 14h. Etapa concertada. Metodología de Talleres Integrales. Programa de Inmersión lingüística en 2º ciclo (inglés). Recursos TIC y pizarras digitales en las aulas. Trabajo cooperativo.
- Educación Primaria: de 6 a 11 años. Jornada continuada de 9h a 14h. Segundo idioma (francés) en 5º y 6º E.P. integrado en el currículo Etapa Bilingüe (inglés) francés como segunda lengua extranjera en 5º y 6º Plataforma online de información académica – EDUCAMOS. Recursos TIC y pizarras digitales en las aulas. Trabajo Cooperativo y ABP.
- Educación Secundaria: de 12 a 16 años. Jornada Continuada de 8h a 14:15h. Programa de refuerzos y desdobles en materias instrumentales básicas. Laboratorio de Idiomas (inglés y francés). Actividades de fomento de los idiomas de 1º a 4º E.S.O. Plataforma online de información académica - EDUCAMOS. Inserción del libro digital como herramienta de aprendizaje. Recursos TIC y pizarras digitales en todas las aulas. Trabajo Cooperativo y ABP.

Objetivos del estudio.

Objetivos generales.

Identificar si el alumnado de educación primaria (a partir de unos grupos de edad y de género) conocen, saben realizar y valorar el Deporte de Orientación (reglas, estrategias, valores que se desarrollan, cualidades físicas que intervienen, etc.

Objetivos específicos.

- Identificar si existen diferencias entre el alumnado de educación primaria, en el periodo de 8 a 9 años, a la hora de conocer, saber realizar y valorar el deporte de Orientación (reglas, estrategias, valores que se desarrollan, cualidades físicas que intervienen, etc.).
- Identificar si existen diferencias entre el alumnado de educación primaria, diferenciando los niños y las niñas, a la hora de conocer, saber realizar y valorar el deporte de Orientación (reglas, estrategias, valores que se desarrollan, cualidades físicas que intervienen, etc.).
- Observar si el aprendizaje del deporte de Orientación ha ayudado a mejorar las relaciones sociales entre el alumnado dentro del aula.

Instrumentos de recogida de datos.

Cuestionario.

Para llevar a cabo la investigación y recogida de datos se ha utilizado un cuestionario que cuenta con 7 preguntas y 5 opciones de respuesta. El mismo se ha pasado una semana antes de la intervención y justo el último día que se realizaron las diferentes sesiones.

El curso escogido ha sido 4º de primaria del colegio Santa María la Real de Huelgas.

(ANEXO 1)

RESULTADOS DE LA PROPUESTA.

La realización de este TFG sobre el deporte de Orientación, parte de un pequeño estudio donde se examina la efectividad de la participación de los alumnos en un programa de Orientación deportiva en el aula de Educación Primaria. Para ello, se ha seleccionado una muestra de 43 alumnos del 5º curso de Educación Primaria del colegio “Santa María la Real de Huelgas”, de los cuales 18 son alumnos y 25 alumnas, a los que se les ha aplicado un cuestionario inicial y uno final para evaluar su conocimiento y las habilidades relacionadas con la Orientación.

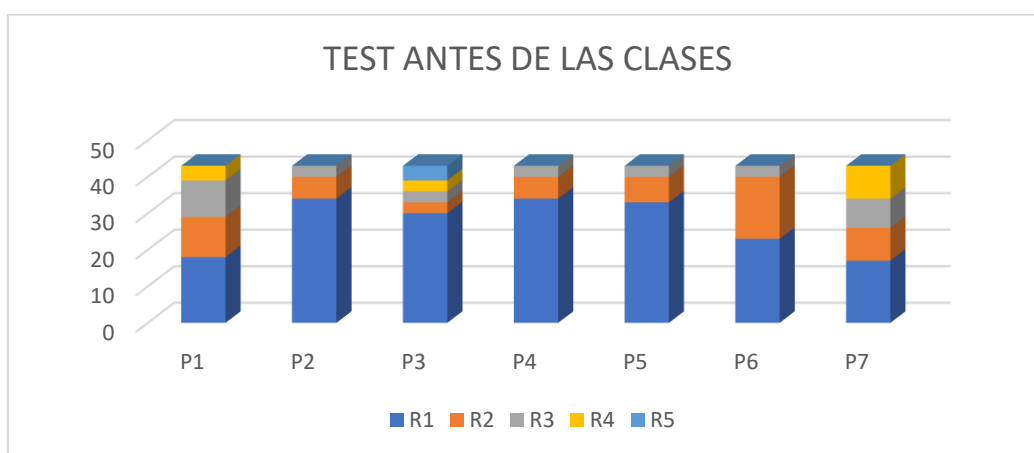
Una vez aplicados ambos cuestionarios, he creado diferentes tablas en las que se recogen los resultados más relevantes. En el diagrama que se muestra a continuación, se señala el porcentaje obtenido de las diferentes preguntas que se agruparon teniendo en cuenta los objetivos del estudio.

Los resultados obtenidos en la propuesta de intervención sobre el deporte de orientación son los siguientes:

Lo primero que se muestra son dos gráficos, para ver el cambio de la primera hasta la última toma.

TEST ANTES DE LA PUESTA EN PRÁCTICA DE LA SITUACIÓN DE APRENDIZAJE							
	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7
R1	18	34	30	34	33	23	17
R2	11	6	3	6	7	17	9
R3	10	3	3	3	3	3	8
R4	4	0	3	0	0	0	9
R5	0	0	4	0	0	0	0

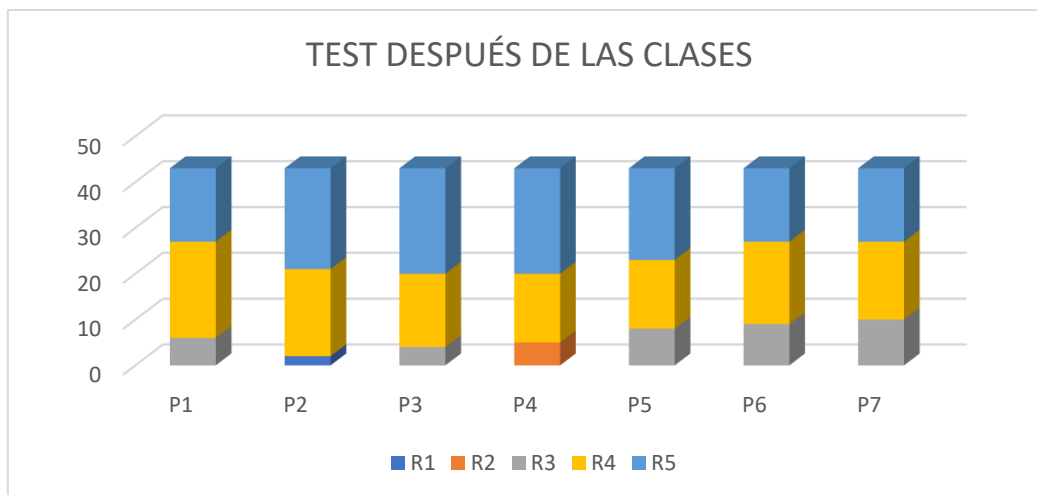
Tabla 1: Test antes de la puesta en práctica.



Gráfica 1: Test antes de la puesta en práctica.

TEST DESPUÉS DE LA PUESTA EN PRÁCTICA DE LA SITUACIÓN DE APRENDIZAJE							
	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7
R1	0	2	0	0	0	0	0
R2	0	0	0	5	0	0	0
R3	6	0	4	0	8	9	10
R4	21	19	16	15	15	18	17
R5	16	22	23	23	20	16	16

Tabla 2: Test después de la puesta en práctica.



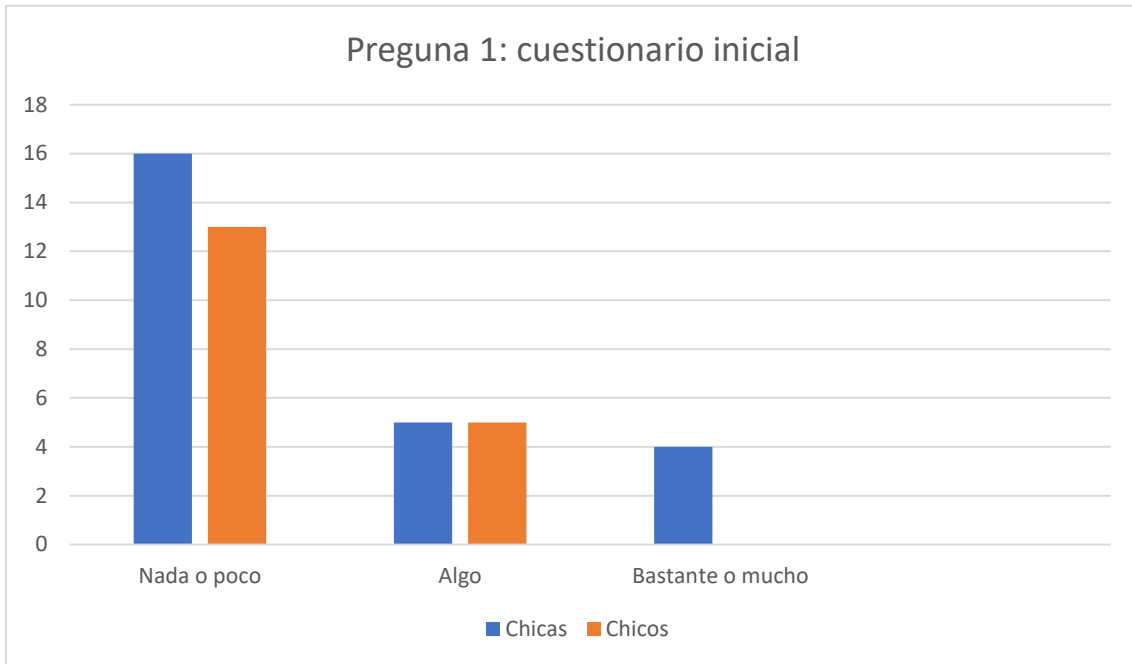
Gráfica 2: Test después de la puesta en práctica.

PREGUNTA 1	¿Conoces en que consiste el deporte de Orientación?	
RESPUESTA	CUESTIONARIO INICIAL	CUESTIONARIO FINAL
	29 nada y poco 67.44%	0 nada y poco 0%
	10 algo 23.25%	6 algo 13.95%
	4 bastante y mucho 9.30%	37 bastante y mucho 86.05%
CHICAS	16 nada y poco	0 nada y poco
	5 algo	4 algo
	4 bastante y mucho	21 bastante y mucho
CHICOS	13 nada y poco	0 nada y poco
	5 algo	2 algo
	0 bastante y mucho	16 bastante y mucho

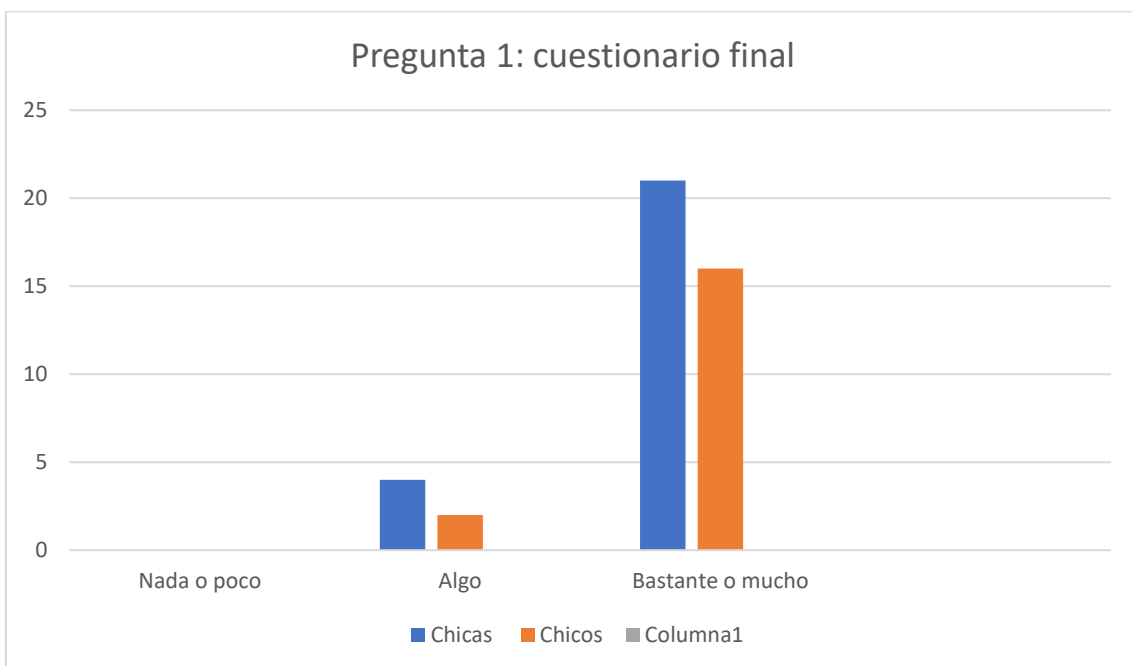
Tabla 3: Conocimiento deporte de Orientación.

Como se puede observar, en el cuestionario inicial predomina la respuesta poco y nada de acuerdo con un 67.44%, mientras que en la final predomina la respuesta bastante y mucho de acuerdo con un 86.05%. Por ello, en la primera toma, encontramos una mayoría que esta poco o nada de acuerdo, esto podría sugerirnos una falta de conocimientos o de interés sobre el tema que se les ha presentado, en cambio, en la segunda toma, se observa un nivel significativo de conocimiento sobre el deporte entre todo el alumnado.

Como conclusión, puedo sacar que, gracias a la puesta en práctica de las diferentes sesiones sobre el deporte de Orientación, el pensamiento del alumnado a cambio. Con esto he podido observar que el alumnado no conocía bien que era y en qué consistía este deporte hasta que se ha puesto en práctica en el aula.



Gráfica 3: Conocimiento deporte Orientación cuestionario inicial.



Gráfica 4: Conocimiento deporte Orientación cuestionario final.

PREGUNTA 2	¿Conoces algún club de Orientación?	
RESPUESTA	CUESTIONARIO INICIAL	CUESTIONARIO FINAL
	40 nada y poco 93.02%	2 nada y poco 4.65%
	3 algo 6.98%	0 algo 0%
	0 bastante y mucho 0%	41 bastante y mucho 95.39%
CHICAS	25 nada y poco	0 nada y poco
	0 algo	0 algo
	0 bastante y mucho	25 bastante y mucho
CHICOS	15 nada y poco	2 nada y poco
	3 algo	0 algo
	0 bastante y mucho	16 bastante y mucho

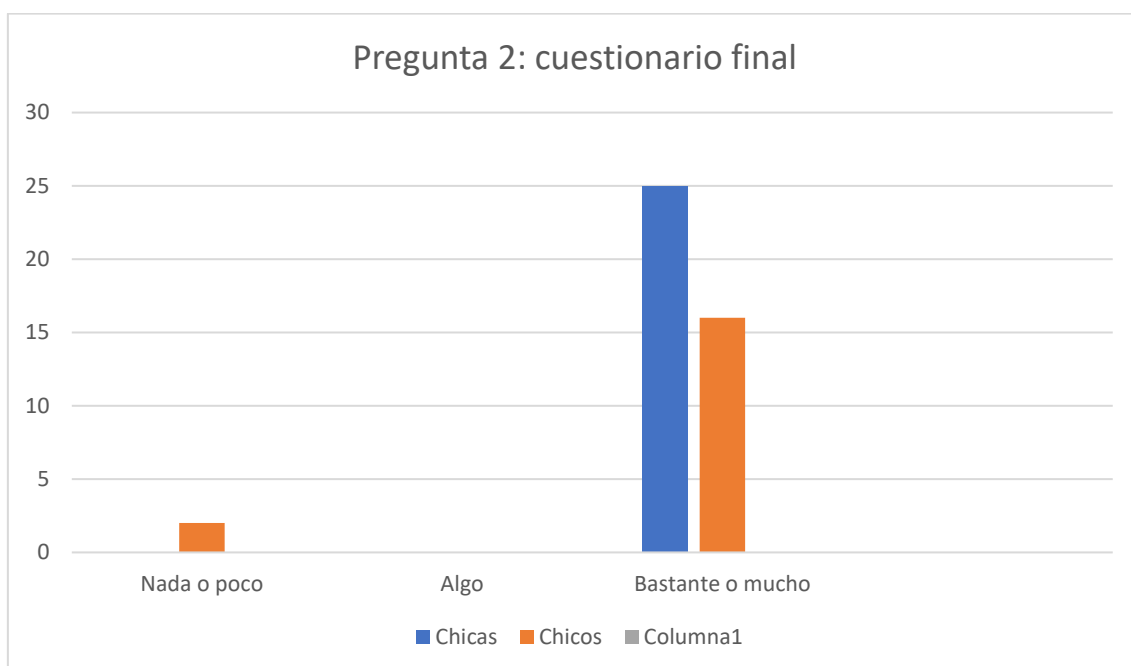
Tabla 4: Conocimiento club Orientación.

En el primer cuestionario, se puede observar que la mayoría del alumnado indicaron que no conocían ningún club de orientación, con un 93.02% de las respuestas con nada o poco de acuerdo y tan solo un 6.98% con algo de acuerdo.

Sin embargo, en el segundo cuestionario, después de la práctica en el aula, hubo una mejora significativa en el conocimiento de algún club de orientación de la provincia de Valladolid. Un 95.39% del alumnado ha contestado que sabe bastante o mucho sobre clubs y solo un 4.65% ha vuelto a contestar que conoce nada o poco sobre esta afirmación.



Gráfica 5: Conocimiento club Orientación cuestionario inicial.



Gráfica 6: Conocimiento club de Orientación cuestionario final.

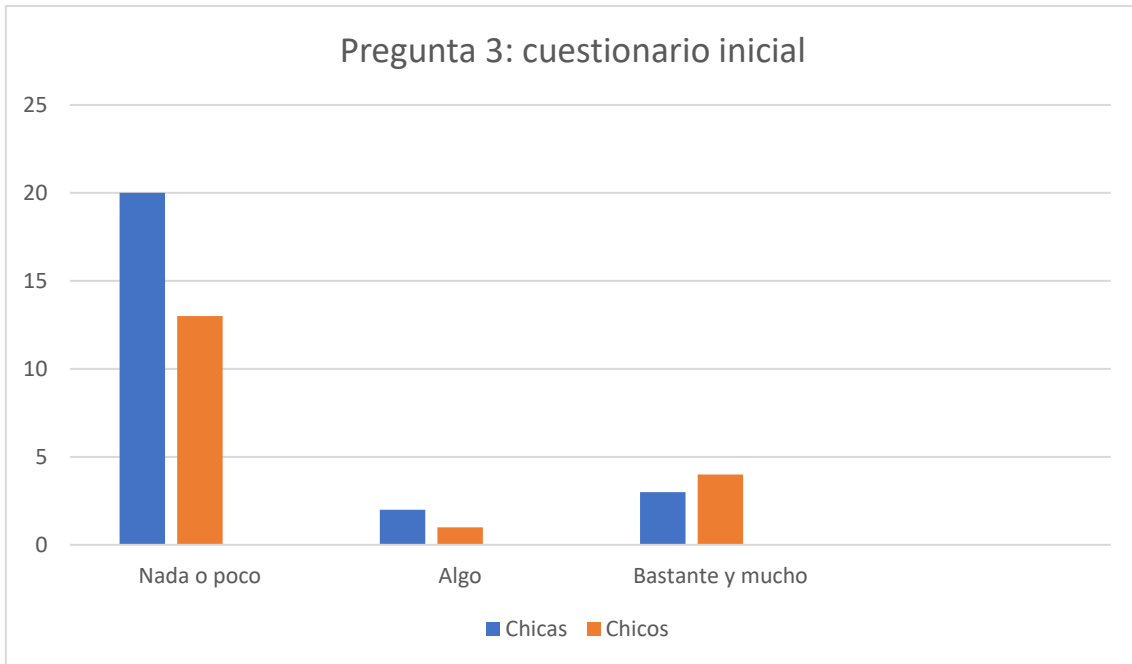
PREGUNTA 3	¿Conoces a alguien que practique el deporte de Orientación?	
RESPUESTA	CUESTIONARIO INICIAL	CUESTIONARIO FINAL
	33 nada y poco	0 nada y poco

	76.74%	0%
	3 algo 6.98%	4 algo 9.30%
	7 bastante y mucho 16.28%	39 bastante y mucho. 90.70%
CHICAS	20 nada y poco	0 nada y poco
	2 algo	3 algo
	3 bastante y mucho	22 bastante y mucho
CHICOS	13 nada y poco	0 nada y poco
	1 algo	1 algo
	4 bastante y mucho	17 bastante y mucho

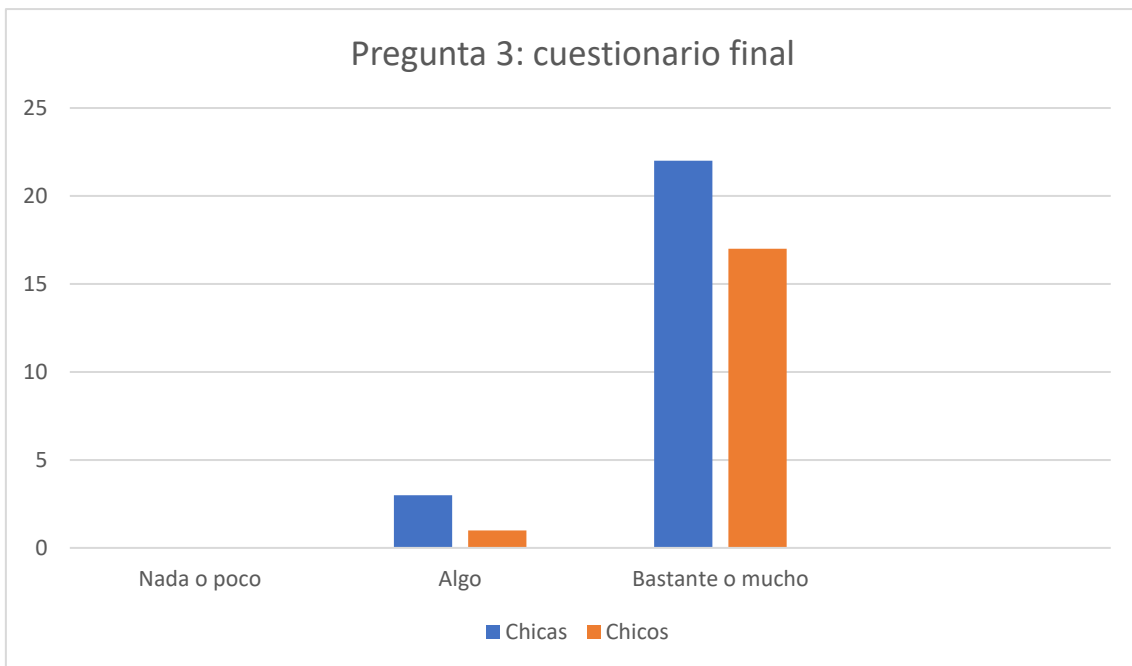
Tabla 5: Conocimiento personas que practiquen Orientación.

En la primera toma del cuestionario, la mayor parte del alumnado, con un 76.74%, no conocía a ninguna persona que practicara dicho deporte, en cambio un pequeño porcentaje, el 16.28% estaba bastante o mucho de acuerdo en conocer a alguna persona de su entorno que practicara la Orientación.

En cambio, en la segunda toma, un alto número del alumnado, casi un 91%, estaba de acuerdo en conocer bastante o mucho a personas que lo practicara. Este cambio tan significativo, se ha debido tanto a la explicación como a la puesta en práctica de las diferentes sesiones durante la situación de aprendizaje, se podría decir que la práctica ha tenido un efecto positivo en la mayor parte del alumnado



Gráfica 7: Conocimiento personas que practiquen Orientación cuestionario inicial.



Gráfica 8: Conocimiento personas que practiquen Orientación cuestionario final.

PREGUNTA 4	¿Conoces las normas del deporte de Orientación?	
RESPUESTA	CUESTIONARIO INICIAL	CUESTIONARIO FINAL
	40 nada y poco	5 nada y poco

	93.02%	11.63%
	3 algo 6.98%	0 algo 0%
	0 bastante y mucho 0%	38 bastante y mucho 88.37%
CHICAS	24 nada y poco	2 nada y poco
	1 algo	0 algo
	0 bastante y mucho	23 bastante y mucho
CHICOS	16 nada y poco	3 nada y poco
	2 algo	0 algo
	0 bastante y mucho	15 bastante y mucho

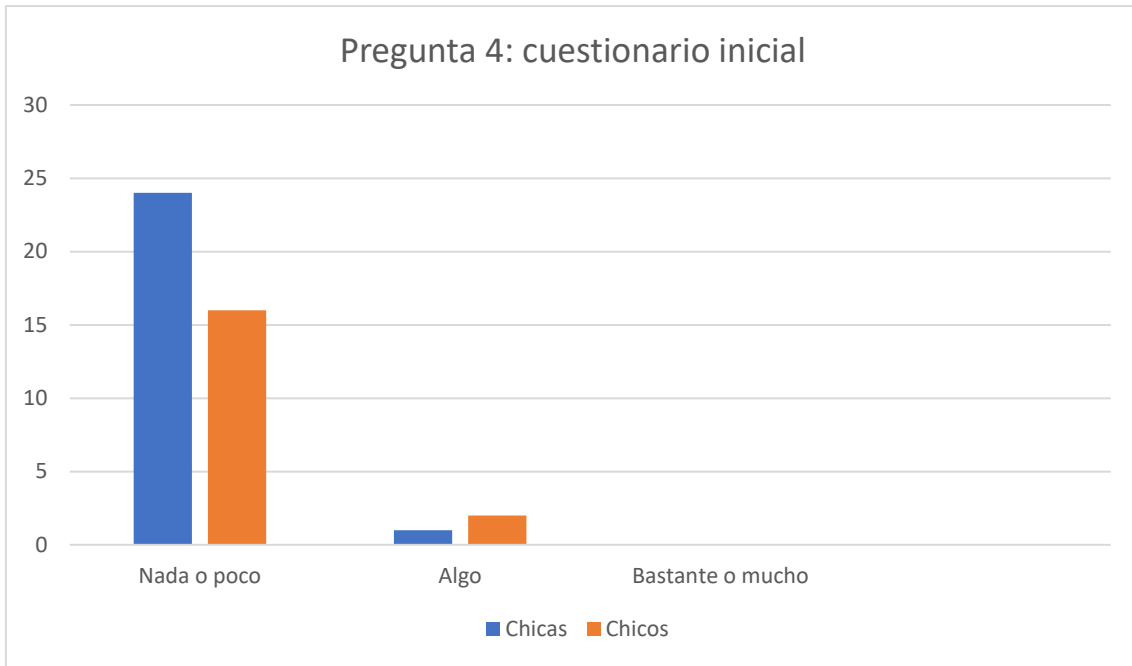
Tabla 6: Conocimiento normas de Orientación.

Se puede observar que la respuesta en el cuestionario inicial, se reparten entre nada o poco y algo, aunque predomina la primera, en cambio, en el segundo cuestionario esta respuesta cambia a bastante y mucho, con esto se puede ver que los mismos han adquirido un aprendizaje.

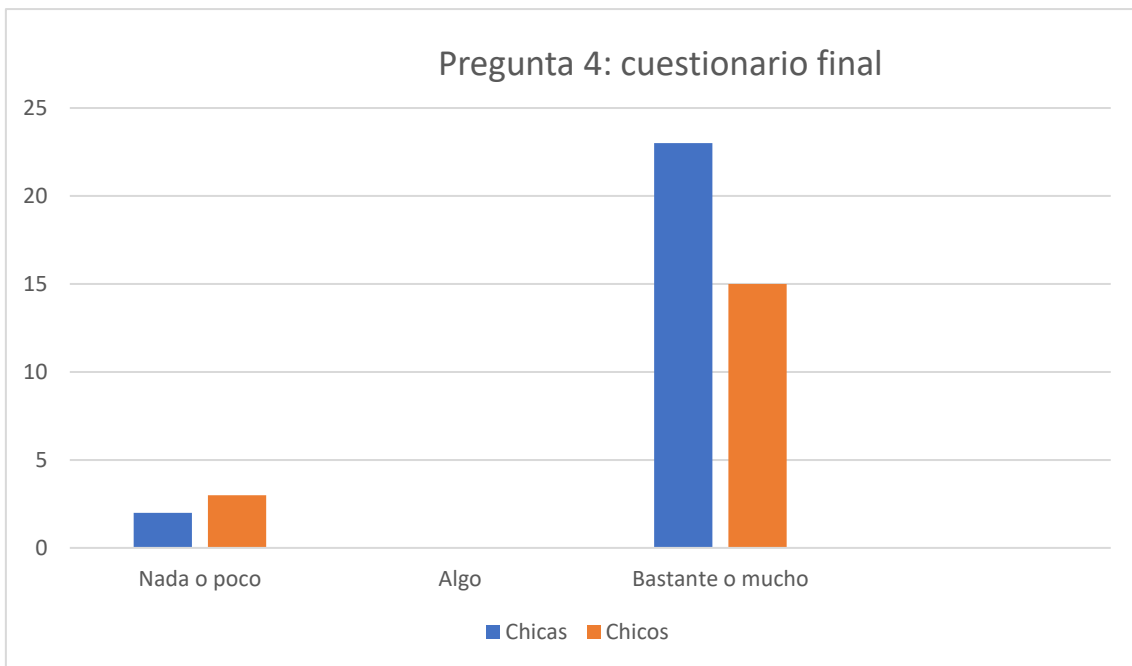
En el primer cuestionario, podemos ver que la mayoría del alumnado esta poco o nada de acuerdo en conocer las normas del deporte de orientación. Se puede ver que un porcentaje muy pequeño esta algo de acuerdo, estas respuestas muestran una falta de conocimiento o interés en el tema.

En el segundo cuestionario, después de la práctica en el aula, se puede ver que ha habido una mejora notable en el conocimiento de las normas del deporte de Orientación. Únicamente 5 alumnos han respondido “nada” o “poco de acuerdo”, esto sugiere que, en mayor parte el alumnado ha adquirido un cierto conocimiento sobre las normas de este deporte después de las sesiones de intervención. Además, más de un 80% de los estudiantes están bastante o mucho de acuerdo en conocer las normas de los juegos autóctonos, esto indica que se ha desarrollado un conocimiento profundo y significativo del tema.

Como conclusión, estos resultados sugieren que la práctica ha sido efectiva para mejorar el conocimiento y el interés de los alumnos en el deporte de orientación.



Gráfica 9: Conocimiento normas de Orientación cuestionario inicial.



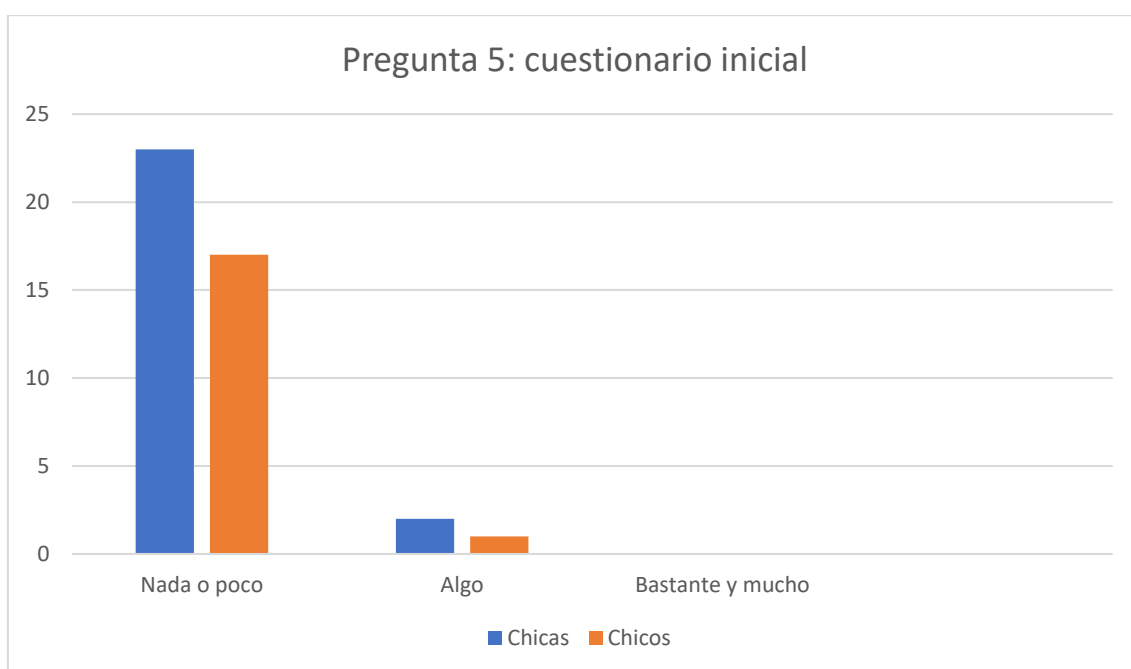
Gráfica 10: Conocimiento normas de Orientación cuestionario final.

PREGUNTA 5	¿Conoces qué materiales se utilizan en el deporte de Orientación?	
RESPUESTA	CUESTIONARIO INICIAL	CUESTIONARIO FINAL

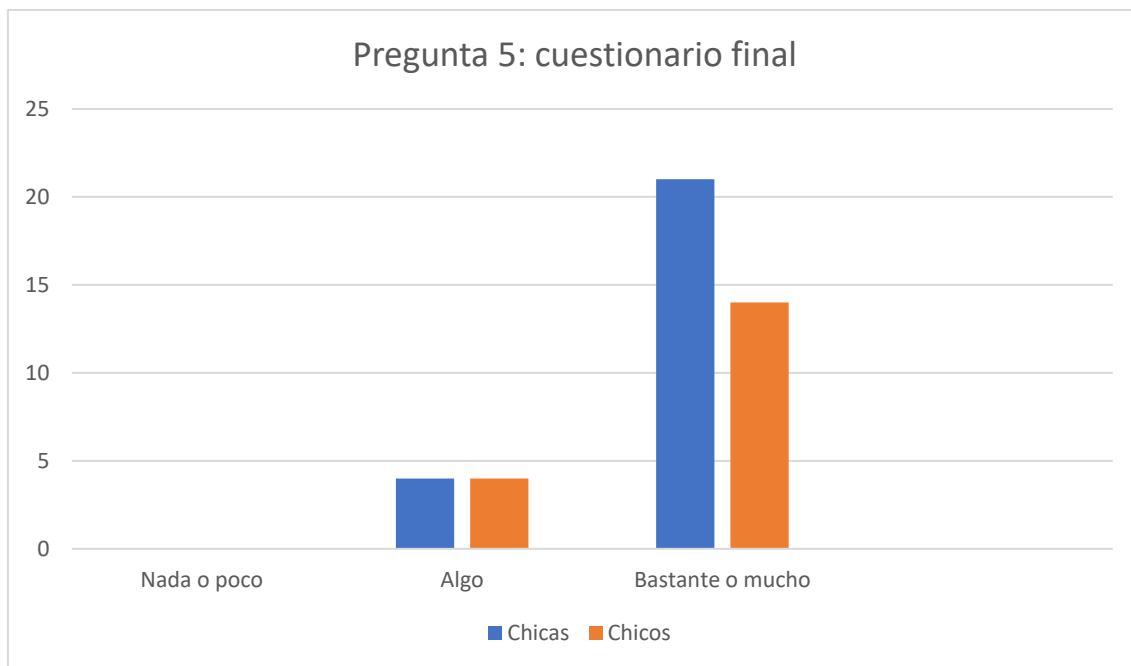
	40 nada y poco 93.02%	0 nada y poco 0%
	3 algo 6.98%	8 algo 18.60%
	0 bastante y mucho 0%	35 bastante y mucho 81.40%
CHICAS	23 nada y poco	0 nada y poco
	2 algo	4 algo
	0 bastante y mucho	21 bastante y mucho
CHICOS	17 nada y poco	0 nada y poco
	1 algo	4 algo
	0 bastante y mucho	14 bastante y mucho

Tabla 7: Conocimiento materiales Orientación.

Los resultados del cuestionario inicial, indican que la mayoría del alumnado estaba nada o poco de acuerdo en conocer cuáles son los materiales necesarios para practicar este deporte. Sin embargo, los resultados del cuestionario final muestran un cambio muy significativo sobre el conocimiento de los mismos, ya que un 81.40% del alumnado está de acuerdo en saber que materiales son necesarios a la hora de iniciar una práctica deportiva en el deporte de Orientación.



Gráfica 11: Conocimiento materiales de Orientación cuestionario inicial.



Gráfica 12: Conocimiento materiales de Orientación cuestionario final.

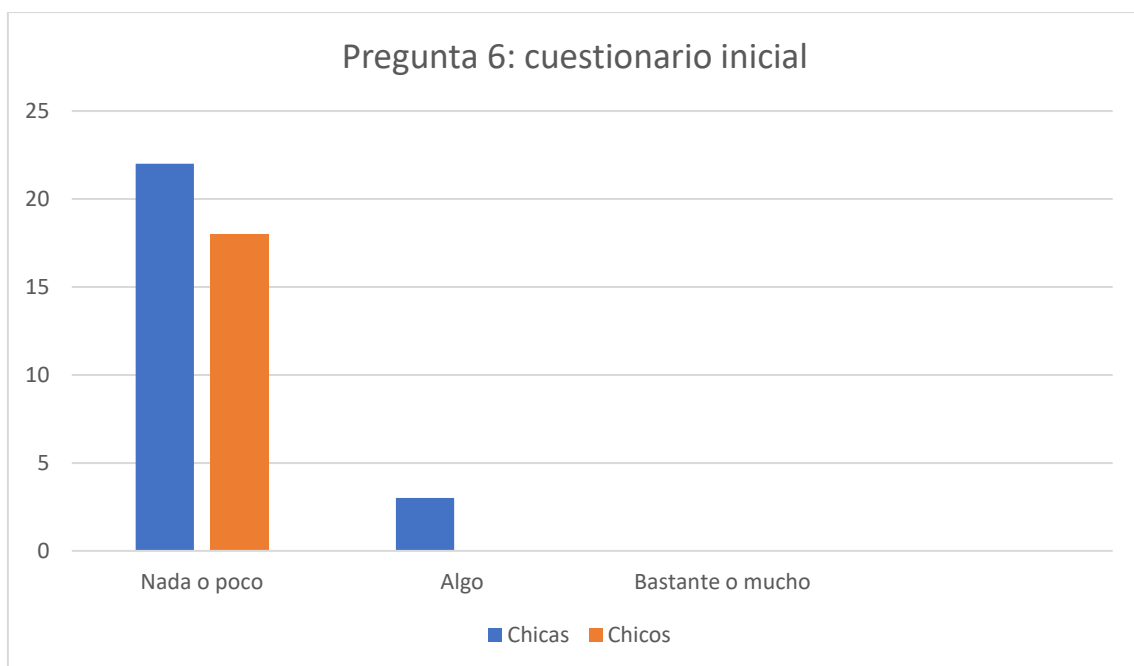
PREGUNTA 6	Identificas cuando no se respetan las normas en las carreras o el juego limpio.	
RESPUESTA	CUESTIONARIO INICIAL	CUESTIONARIO FINAL
	40 nada y poco 93.02%	0 nada y poco 0%
	3 algo 6.98%	9 algo 20.93%
	0 bastante y mucho 0%	34 bastante y mucho 79.07%
CHICAS	22 nada y poco	0 nada y poco
	3 algo	4 algo
	0 bastante y mucho	21 bastante y mucho
CHICOS	18 nada y poco	0 nada y poco
	0 algo	5 algo
	0 bastante y mucho	13 bastante y mucho

Tabla 8: Saber identificar cuando no se respeta normas de Orientación.

En las respuestas que se muestran en el primer cuestionario, la mayoría del alumnado, un 93.02%, están nada o poco de acuerdo en conocer cuando no se respeta el juego limpio en una carrera. Solo un 6.98% de alumnos, sugiere que sabría algo acerca de esta afirmación. Esto nos sugiere que la mayoría del alumnado no son conscientes de las normas o juegos que se deben regir en una carrera.

Después de la puesta en práctica, se produce un cambio significativo en las mismas respuestas. Ninguno de los 43 estudiantes ha respondido a “nada o poco de acuerdo” a la afirmación, en cambio, el 20.93% ha respondido que está algo de acuerdo y el 79.07% ha respondido que está bastante o mucho de acuerdo con la misma. Esto lo que nos sugiere es que después de las diferentes sesiones se ha conseguido que aumente el conocimiento sobre las normas de los juegos.

En general, los resultados indican que la práctica de orientación ha tenido un efecto positivo en la comprensión y reconocimiento de las normas de carrera por parte de los alumnos.



Gráfica 13: Saber identificar cuando no se respeta normas de Orientación cuestionario inicial.



Gráfica 14: Saber identificar cuando no se respeta normas de Orientación cuestionario final.

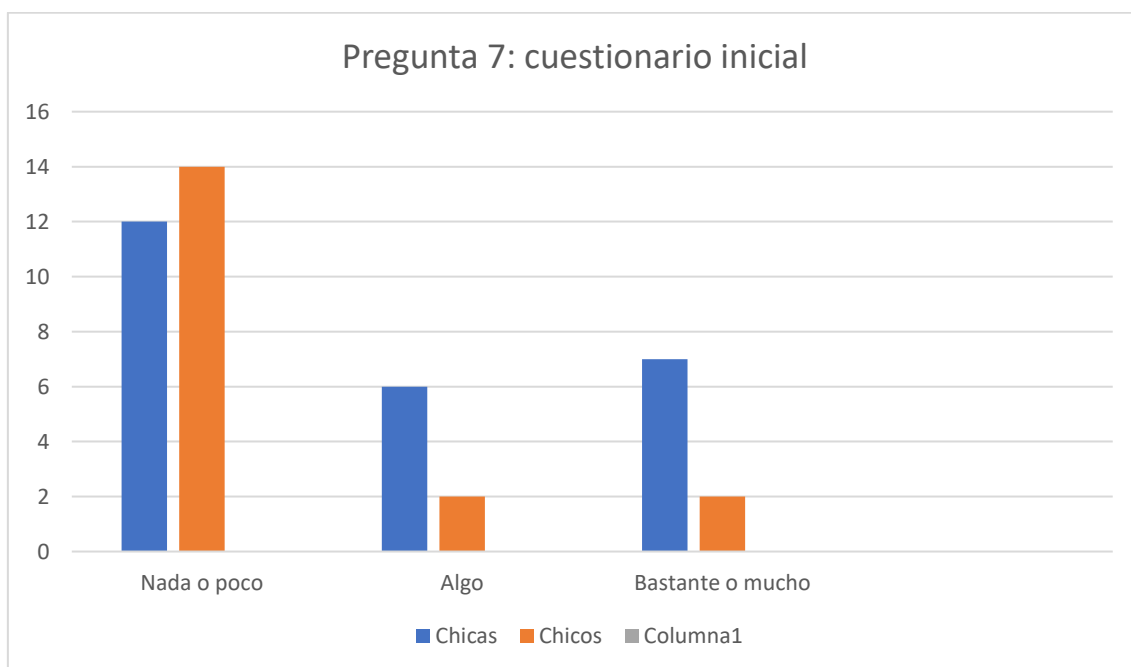
PREGUNTA 7	Valoras la importancia del deporte de Orientación para el desarrollo educativo.	
RESPUESTA	CUESTIONARIO INICIAL	CUESTIONARIO FINAL
	26 nada y poco 60.47%	0 nada y poco 0%
	8 algo 18.60%	10 algo 23.26%
	9 bastante y mucho 20.93%	33 bastante y mucho 76.74%
CHICAS	12 nada y poco	0 nada y poco
	6 algo	5 algo
	7 bastante y mucho	20 bastante y mucho
CHICOS	14 nada y poco	0 nada y poco
	2 algo	5 algo
	2 bastante y mucho	13 bastante y mucho

Tabla 9: Valorar importancia deporte Orientación.

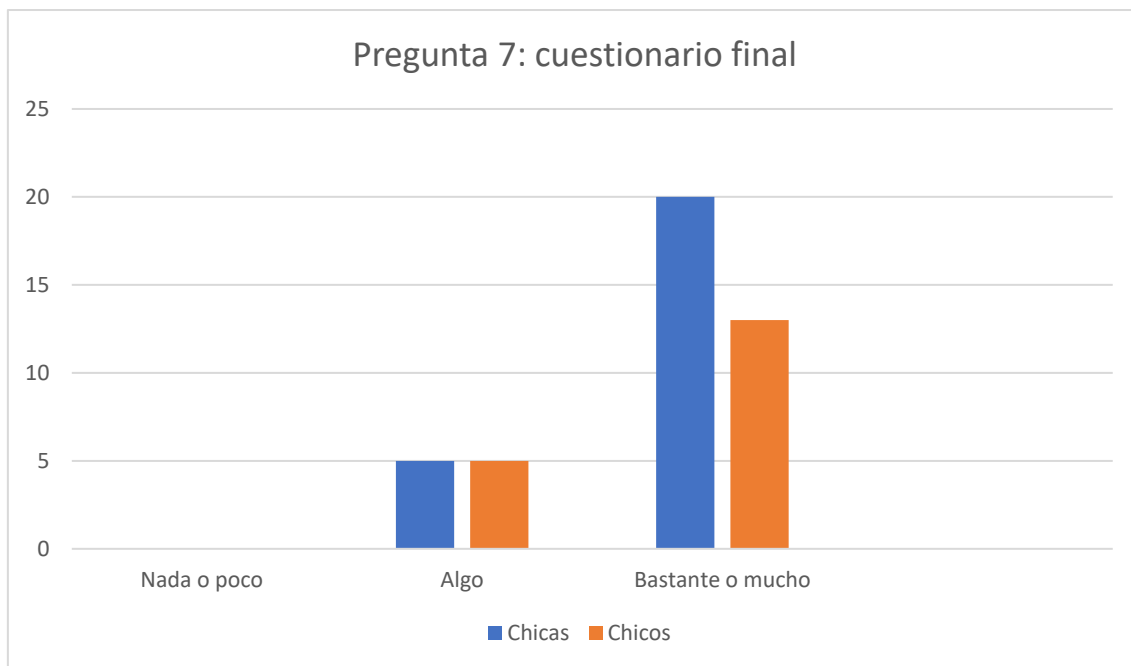
En esta pregunta, se puede ver que los resultados del cuestionario inicial indican que las respuestas de los alumnos son bastante dispares, aunque un 20.93% del alumnado contestó que sabe bastante o mucho sobre este tema, siguió predominando con un 60.47% el no saber nada o poco acerca del tema. Creo que la muchos de los alumnos contestaron que era importante en la primera toma ya que la pregunta estaba relacionada sobre en desarrollo educativo.

En cambio, en la segunda toma, un porcentaje muy alto, un 76.74%, está bastante o mucho de acuerdo con la importancia de la orientación en el ámbito educativo, y nadie contestó que estaba poco o nada de acuerdo con la pregunta.

Esto sugiere que la práctica y la explicación del deporte de orientación puede haber ayudado a los alumnos a comprender mejor la importancia de este deporte poco conocido en el aula, lo que a su vez puede haber aumentado su interés y motivación para participar en él. Por esto, creo en la posibilidad de la inclusión del deporte de Orientación en las escuelas, esta puede tener un impacto positivo tanto en el desarrollo cognitivo como en el social del alumnado, ya que puede ayudar a aprender y desarrollar habilidades como la cooperación, respeto al alumnado y al espacio donde se desarrolle la práctica y la diversión.



Gráfica 15: Valorar importancia deporte Orientación cuestionario inicial.



Gráfica 16: Valorar importancia deporte Orientación cuestionario final.

DISCUSIÓN.

A continuación, se abrirá la discusión sobre los resultados del estudio. Lo primero, se analizarán los resultados que se han obtenido respecto al primer objetivo de la investigación, se contextualizarán dichos resultados y se relacionarán con conceptos e ideas abordados en el marco teórico. También, se van a proporcionar ciertas interpretaciones o conclusiones breves hacia el objetivo. Posteriormente, se hará de igual manera con los objetivos secundarios de la investigación.

Cabe señalar que el análisis y contextualización de los resultados obtenidos permitirá profundizar en los hallazgos y enriquecer su significado, así mismo, la relación de los resultados con los conceptos e ideas del marco teórico permitirá la validación de los objetivos que se han fijado para el estudio y enriquecer así su discusión.

- **DISCUSIÓN DEL OBJETIVO GENERAL.**

El objetivo general que se va a analizar es el siguiente: “Identificar si el alumnado de educación primaria (a partir de unos grupos de edad y de género) conocen, saben realizar

y valorar el Deporte de Orientación (reglas, estrategias, valores que se desarrollan, cualidades físicas que intervienen, etc)”.

Lo primero a mencionar es que todo el alumnado ha adquirido un conocimiento sobre el deporte de Orientación mayor al que tenían previo a la intervención, esto se puede observar en la tabla de la pregunta 1, siendo el 86.05% los alumnos que han considerado que su conocimiento sobre este deporte ha aumentado tras la puesta en práctica de las sesiones, de forma más visual se puede observar en las gráficas 3 y 4. Durante toda la intervención, se han podido apreciar el desarrollo de capacidades cognitivas específicas como analizar, aplicar, comprender o recordar aspectos relevantes sobre el deporte de Orientación. Todo esto se ha visto recogido en los resultados que la propuesta de aprendizaje ha marcado sobre las habilidades cognitivas como parte de la formación del alumnado de manera integral.

Los resultados obtenidos en las sesiones de intervención se ven reflejados en lo que dijo Querol (2003), en el que menciona los aspectos positivos que se pueden conseguir mediante la práctica de orientación, algunos de ellos, son el desarrollo de aptitudes cognitivas, sociales y afectivas además de las motrices y psicomotrices. Es por todo esto, por lo que esta práctica se debe impartir en las aulas de Educación Primaria para que el alumnado aprenda el programa de Orientación y sean capaces de reforzarlo fuera del aula, ya sea con sus familias o amigos. Además, desde el BOCYL (2022), dentro de la asignatura de E.F se hace referencia a esta práctica dentro de los centros escolares, mencionando así los estándares que el alumnado debe cumplir.

▪ **DISCUSIÓN OBJETIVO ESPECÍFICO 1.**

El objetivo específico número 1 de este TFG es “identificar si existen diferencias entre el alumnado de educación primaria, en el periodo de 8 a 9 años, a la hora de conocer, saber realizar y valorar el deporte de Orientación (reglas, estrategias, valores que se desarrollan, cualidades físicas que intervienen, etc.).”

Después de las 5 sesiones de intervención en el centro, el 13.95% está algo de acuerdo en haber aprendido el deporte de Orientación, en cambio el 86.05% de los alumnos está mucho o bastante de acuerdo en el aprendizaje del mismo, estos datos se pueden ver

reflejados en la tabla 3 junto con sus gráficos, que se exponen a continuación de la misma (gráfico 3 y 4).

Todo el alumnado cuenta con la misma edad, ya que el curso que se escogió fue 4° de Educación Primaria, aunque esto no es relevante para la práctica del mismo ya que todos los alumnos tengan las capacidades que tengan pueden practicarlo.

Hay que destacar, que, aunque todo el alumnado cuente con la misma edad, las habilidades físicas y cognitivas no son las mismas, estas se pueden ver reflejadas en la concertación y atención antes las explicaciones o las dudas que pueden surgir durante la sesión.

Es muy importante que los alumnos estén en un ambiente seguro y respetuoso, donde ellos se sientan cómodos unos con otros para para que la práctica deportiva se lleve a cabo de manera correcta donde los alumnos capten datos y estos se conviertan en aprendizaje y a su vez motivarles para que esto se consiga de forma correcta.

▪ **DISCUSIÓN OBJETIVO ESPECÍFICO 2.**

El segundo objetivo específico refleja” Identificar si existen diferencias entre el alumnado de educación primaria, diferenciando los niños y las niñas, a la hora de conocer, saber realizar y valorar el deporte de Orientación (reglas, estrategias, valores que se desarrollan, cualidades físicas que intervienen, etc.)”.

El 86.05% del alumnado conoce en que consiste el deporte de Orientación una vez llevada a práctica las sesiones, de estos, 21 son chicas y 16 chicos, estos datos se pueden observar en la tabla 3 y gráfica 3 y 4. Después, un 88.37% conoce y sabría respetar las normas, siendo, 23 chicas y 15 chicos, estos datos se ven reflejados en la pregunta 4, siendo representados en la tabla 6 y gráficos 9 y 10. Y, por último, un 81.40% afirman que saben cuáles son los materiales necesarios que se necesitan para llevar a cabo esta práctica deportiva, siendo de los mismos 21 chicas y 14 chicos, estos datos se pueden ver de manera más visual en la pregunta 5, junto con la tabla 7 y sus respectivas gráficas, 11 y 12.

Respecto a los resultados anteriores obtenidos de los cuestionarios que han sido realizados por el alumnado y después de obtener sus referencias se pueden comparar con los

principios generales de Frank W. Miller, citados en el blog de Macherano (2009), donde habla de la orientación como deporte que pueden practicar todos los alumnos, que es para todas las edades y que debe ser considerada como una parte principal del proceso total de la educación.

Se ha podido comprobar que practicar esta actividad aporta una serie de valores que incluyen en el desarrollo físico y perceptivo de manera directa. Se observa que tanto dentro del contexto escolar como fuera, es conveniente potenciar el respeto por las normas del juego, la autonomía y estrategias del alumnado a la hora de tomar decisiones y sobre todo entender que cada persona tiene limitaciones. Es importante fomentar la participación de forma grupal en estas actividades lúdicas, para que sepan aceptar al resto de compañeros y ayudar así a los que tengan alguna discapacidad.

Para fortalecer este objetivo, contamos también con las afirmaciones de Bardera Verdugo (2011), donde habla de una igualdad de género en esta práctica, donde la participación femenina puede llegar incluso a un 40%.

Como hemos citado anteriormente, en la fundamentación teórica, según Vázquez Ramos (2018), la orientación tiene beneficios dentro del alumnado, como puede ser a nivel físico desarrollando por ejemplo la resistencia o la velocidad, a nivel psicológico y cognitivo donde se puede hablar de la capacidad de analizar el mapa o la concentración y, por último, a nivel de valores, donde se puede ver la igualdad de género.

▪ **DISCUSIÓN OBJETIVO ESPECÍFICO 3**

El objetivo específico 3 habla sobre “observar si el aprendizaje del deporte de Orientación ha ayudado a mejorar las relaciones sociales entre el alumnado dentro del aula”.

El estudio se ha realizado con alumnos y alumnas de 4 de primaria, por tanto, todos estaban entre la edad de 8 y 9 años, se ha podido observar que entre todos ha existido una relación social, los grupos para las diferentes actividades se han ido haciendo de manera aleatoria, para facilitar así la interacción entre todo el alumnado.

Hay que destacar el respeto y la igualdad que se debe guardar entre los diferentes sexos del alumnado, también es necesaria una pequeña responsabilidad ciudadana, ya que los

alumnos no van a estar solos realizando la práctica, sino que se encontraran con más personas las cuales puede ser o no participes de la misma.

Para apoyar el objetivo, tenemos a Bardera Verdugo (2011), donde habla que es un juego donde predomina el juego limpio y la deportividad, en él se deben aceptar las normas de la disciplina deportiva y cumplirlas todos los participantes. También, afirma que es un deporte intergeneracional, ósea que es apta para todo el alumnado, y no solo eso, sino para todos los miembros de la familia.

CONCLUSIONES.

En este último capítulo del TFG se exponen las conclusiones recogidas de los objetos de estudio que han sido expuestos previamente. Para ello, se han ido analizando todos los resultados obtenidos y comparados con otros estudios para poder dar respuesta a cada objetivo propuesto de la investigación y las conclusiones se muestran resumidas de la siguiente manera:

Primero haciendo referencia al objetivo general “identificar si el alumnado de educación primaria (a partir de unos grupos de edad y de género) conocen, saben realizar y valorar el Deporte de Orientación (reglas, estrategias, valores que se desarrollan, cualidades físicas que intervienen, etc.)”.

- La explicación del deporte de Orientación ha sido realizada con una herramienta de presentación, llamada slideshare, en el aula de clase, donde el alumnado ha estado atento, prestando atención a los aspectos más relevantes de este deporte, como sus reglas o sus las diferentes disciplinas con las que cuenta.
- El alumnado en mayor parte ha mostrado un avance en el programa de orientación, donde al principio la mayoría del alumnado no conocía este deporte y según han ido pasando las sesiones han evolucionado de forma favorable.
- Los participantes han disfrutado del programa del deporte de orientación, mejorando así sus habilidades deportivas y sociales, a parte, ha sido bien recibida por todos los estudiantes, aumentando así su interés y sus ganas de volver a disfrutar del mismo.

A continuación, se van a analizar los tres objetivos específicos propuestos en este trabajo de fin de grado sobre la orientación. Todos ellos se enfocan en el aprendizaje del alumnado y la mejora de habilidades sociales y deportivas a través de la participación en las actividades sobre este deporte.

El primer objetivo específico habla sobre “identificar si existen diferencias entre el alumnado de educación primaria, en el periodo de 8 a 9 años, a la hora de conocer, saber realizar y valorar el deporte de Orientación (reglas, estrategias, valores que se desarrollan, cualidades físicas que intervienen, etc.).”

Después, del estudio que se ha realizado en 4º de primaria, tanto los niños como las niñas, saben, conocen y valoran el deporte de Orientación, después de llevar a cabo dicha práctica en el programa de intervención que estaba previsto. Se podría decir, que, una vez terminado el programa, el objetivo se ha cumplido. Además, se concluye con que todo el alumnado, hablando de ambos géneros, han aprendido sobre el deporte y desarrollado las habilidades físicas y sociales que se necesitan gracias a la práctica del mismo.

Un aspecto que hay que destacar, es que, una vez revisados ambos cuestionarios realizados por el alumnado, los conceptos sobre el deporte de orientación o las reglas se han adquirido de mejor manera por las chicas, siendo estas las que más han contestado a bastante o mucho.

Destacar, que para trabajar el deporte de orientación con alumnos de E.P no es necesario disponer de unos espacios muy amplios, ya que se puede empezar realizando sesiones teórico-prácticas en el aula, como se ha ido exponiendo en este caso, que sirven para que empiecen a conocer al alumnado a la par de para motivarles.

Después, el último segundo objetivo “identificar si existen diferencias entre el alumnado de educación primaria, diferenciando los niñas y niños a la hora de conocer, saber realizar y valorar el deporte de Orientación (reglas, estrategias, valores que se desarrollan, cualidades físicas que intervienen, etc.).”

Los resultados que se han obtenido antes de la primera intervención y de la última hablan de que hay una variabilidad para que se de este aprendizaje del deporte, esta está influenciada por la edad, el género, los conocimientos previos que tengan y el interés que pongan hacia la misma.

Un punto a favor de este deporte es que la estructura seguida para tratar los conocimientos y el planteamiento de progresión es abierta, se puede ir desde lo más sencillo a lo más complejo, permitiéndose así la adaptación a todas las capacidades y habilidades de los alumnos.

A su vez tiene un carácter interdisciplinar, garantizando que los contenidos puedan ser trabajados desde diferentes áreas y con diferentes objetivos, porque no todos los contenidos que se trabajan son del área de E.F, en este caso intervienen asignaturas como Ciencias Sociales o Matemáticas. Además, de tener un enfoque constructivista, que considera que el alumno está activo en todo momento en su aprendizaje y a su vez este se va construyendo con la interacción con los demás.

Por último, el tercer objetivo “observar si el aprendizaje del deporte de Orientación ha ayudado a mejorar las relaciones entre el alumnado dentro del aula”. Durante toda la práctica se ha podido observar, que ha existido una relación social entre el alumnado, los grupos para todas las actividades se han ido haciendo de manera aleatoria, facilitando así la interacción entre el alumnado y que así todos tengan la posibilidad de interactuar con todos.

Por todo esto, se ha considerado que el deporte de orientación es una herramienta bastante útil en el aula, para poder fomentar la cohesión grupal dentro de la escuela, los estudiantes de esta manera pueden conocer nuevas actividades físicas y de esta manera conseguir los objetivos comunes que se han propuesto. En la mayoría de las actividades el alumnado debe aprender a cooperar entre todos, esto les va a enseñar a valorar y respetar los conocimientos, habilidades y opiniones de los demás componentes de su grupo.

REFERENCIAS.

- Agualeles, I. y Julián, J.A. (2008). Taller de orientación en educación primaria. Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación. Universidad de Zaragoza. [http://ryc.educa.aragon.es/sio/admin/admin_1/file/DOC/Primaria20111130/unidad es/03%20educacion%20fisica.pdf](http://ryc.educa.aragon.es/sio/admin/admin_1/file/DOC/Primaria20111130/unidad%20educacion%20fisica.pdf) (Consulta: 10 de febrero de 2023).

- Baena-Extremera, A., Granero-Gallego, A., y Martínez, M. (2010). Contenidos desarrollados mediante actividades en el medio natural de las clases de Educación Física en Secundaria obligatoria. *Ágora para la EF y el Deporte*, 12(3), 273-288
- Bardera Verdugo. J (2011) *El Deporte de Orientación en Edad Escolar*. Federación del Deporte de Orientación de la Comunidad Valenciana. (<http://altorendimiento.com/el-deporte-de-orientacion-en-edad-escolar/>) (Consulta 4 de febrero de 2023)
- Castañer, M. y Camerino, O. (1996). *La Educación Física en la Enseñanza Primaria*. Barcelona: Inde.
- Corrales, A. R. (2009). *El Deporte como elemento educativo indispensable en el área de Educación Física*. Revista Digital de Educación Física. Núm.4 <file:///C:/Users/Usuario/Downloads/Dialnet-ElDeporteComoElementoEducativoIndispensableEnElAre-3233220.pdf> (Consulta el 5 de febrero de 2023).
- De Orientación, F.E. (2028). EL TRAIL O, UN DEPORTE QUE ABRE LAS PUERTAS A TODO EL MUNDO. *SportSpanish*. <https://sportspanish.es/el-trail-o-un-deporte-que-abre-las-puertas-a-todo-el-mundo/> (Consulta: 5 de febrero de 2023).
- Federación Española de Orientación (FEDO). <http://www.fedo.org/web/> (Consulta: 4 de febrero de 2023).
- Federación Española de Orientación de Castilla y León (FOCYL). <http://www.fedo.org/web/castilla-y-leon> (Consulta: 10 de febrero de 2023).
- Guterman, T. (s.f.). *Desarrollo de las capacidades perceptivo-motrices en la educación Física escolar*. <https://www.efdeportes.com/efd143/capacidades-perceptivo-motrices-en-la-educacion-fisica.htm>. (Consulta: 15 de febrero de 2023).
- *Historia en España- Federación del Deporte de Orientación en la Comunidad Valenciana* (s.f-b). <https://www.fedocv.org/orientacion/historia/historia-en-espana> (Consulta: 5 febrero 2023).
- Le Boulch, J. (1981). *La educación por el movimiento en la edad escolar*. Barcelona: Paidós.

- Marchesano, M.A. (s.f.) *¿QUÉ ES LA ORIENTACIÓN ESCOLAR?* <http://orientadoresescolares.blogspot.com/2009/07/que-es-la-orientacion-escolar.html>. (Consulta: 13 de febrero 2023).
- Nando. (2024). El deporte de orientación en edad escolar. Alto Rendimiento. <https://altorendimiento.com/el-deporte-de-orientacion-en-edad-escolar/> (Consulta 7 de febrero 2023).
- *O-Precisión* (s.f.). FEDO. <https://www.fedo.org/web/selecciones/55-competicion/o-precision/66-o-precision>. (Consulta 5 febrero 2023)
- *Orientación en edad Escolar- Federación del deporte de Orientación en la Comunidad Valenciana.* (s.f.). <https://www.fedocv.org/orientacion-en-edad-escolar>. (Consulta 13 febrero 2023).
- *Orientación deportiva en EF: Iniciación.* (2022, 12 mayo). El valor de la Educación Física. <https://www.elvalordelaeducacionfisica.com/articulo/orientacion-deportiva-en-educacion-fisica-iniciacion/#:~:text=En%20qu%C3%A9%20consiste%20la%20orientaci%C3%B3n%20deportiva,-El%20deporte%20de&text=deporte%20en%20el%20cual%20los,un%20plano%20y%20una%20br%C3%BAjula>.
- Piaget, J. (1969). *Psicología y pedagogía*. Barcelona: Ariel.
- Pinilla, R. (2025, mayo 21). *Descripción de controles en una carrera de orientación- Aventuras por las montañas.* Aventuras por las montañas. <http://www.aventuras-plm.es/carreras-orientacion/conceptos/descipcion-controles-carrera-orientacion.html>. (Consulta 7 de febrero de 2023)
- Pinilla, R. (2015, 23 septiembre). *¿Qué es un rogaine? Descubre la orientación de larga distancia.* Aventuras por las montañas. <http://www.aventuras-plm.es/carreras-orientacion/conceptos/rogaine-ultratrail-carrera-orientacion.html> (Consulta 7 de febrero 2023)
- Pinilla, R. (2016, 31 mayo). *¿Qué es una Baliza?. Carreras de orientación- Aventuras por las Montañas.* Aventuras por las montañas. <http://www.aventuras-plm.es/material/baliza-carrera-orientacion-deportiva.html>. (Consulta 7 de febrero 2023).

- Querol. S (2003) *La orientación en Educación Física*. Educaciófísica.com.(<http://www.educaciofísica.com/orientacion.htm>) (Consulta 4 de febrero de 2023).

ANEXOS.

Anexo 1: ¿Qué sabes del deporte de Orientación?

PREGUNTA	1 (Nada)	2 (Poco)	3 (Algo)	4 (Bastante)	5 (Mucho)
1. ¿Conoces en que consiste el deporte de Orientación?					
2. ¿Conoces algún club de Orientación?					
3. ¿Conoces a alguien que practique el deporte de Orientación?					
4. ¿Conoces las normas del deporte de la Orientación?					
5. ¿Conoces que materiales se utilizan en el deporte de Orientación?					
6. ¿Conoces las capacidades o habilidades físicas que intervienen en la Orientación?					
7. Valoras la importancia del deporte de Orientación para el desarrollo educativo.					

