



FACULTAD DE EDUCACIÓN DE PALENCIA  
UNIVERSIDAD DE VALLADOLID

**Estudio de la Motivación e Implicación del Alumnado de  
Educación Primaria en Entornos Naturales y en el  
Gimnasio: una Aproximación a la *Teoría del Déficit de  
Naturaleza* de Richard Louv.**

TRABAJO FIN DE GRADO  
GRADO de EDUCACIÓN PRIMARIA

AUTORA: Carmen Liu Ordóñez Llorente  
TUTOR: Ricardo Manuel Santos Labrador

Palencia, junio de 2025

*A papi y a Sombri:*

*Papi no pudo estar en ninguna de mis etapas escolares a pesar de ser docente,  
y Sombri se fue al comenzar mis prácticas.*

*Ambos, de algún modo,  
han estado conmigo todo el tiempo,  
y sé  
que están muy orgullosos de mí.*

## RESUMEN

Este Trabajo de Fin de Grado tiene como finalidad analizar la motivación e implicación del alumnado de Educación Primaria en el área de Educación Física, comparando actividades desarrolladas en el medio natural y en el gimnasio. El estudio parte de la necesidad de conocer cómo influyen los diferentes entornos en el compromiso y disfrute del alumnado, así como en su autonomía y aprendizaje. A través de una metodología observacional y basándose en la *Teoría del Déficit de Naturaleza* de Richard Louv, se diseña una propuesta de intervención centrada en el deporte de orientación dirigida a alumnado de tercer curso. Las actividades fueron adaptadas para atender a la diversidad, incluyendo a un alumno con Trastorno de Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH) y a una alumna con rasgos de Necesidades Educativas Especiales (NEE). Los resultados reflejan un mayor grado de implicación, disfrute y autonomía en los espacios al aire libre. Se concluye que el contacto con la naturaleza favorece aprendizajes significativos, promueve la inclusión y debería integrarse con mayor frecuencia en el área de Educación Física.

**Palabras Clave:** *Teoría del Déficit de Naturaleza*; Motivación; Implicación; Observación; Medio natural; Educación Física Escolar.

## ABSTARCT

The aim of this Final Degree Project is to analyse the motivation and involvement of Primary School pupils in the area of Physical Education, comparing activities conducted in the natural environment and in the gymnasium. The study is based on the need to find out how the different environments influence pupils' commitment and enjoyment, as well as their autonomy and

learning. By means of an observational methodology and based on Richard Louv's Nature Deficit Theory, an intervention proposal was designed focusing on orienteering sport aimed at third-year students. The activities were adapted to cater for diversity, including a student with Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) and a student with Special Educational Needs (SEN). The results reflect a higher degree of involvement, enjoyment, and autonomy in outdoor spaces. It is concluded that contact with nature favours meaningful learning, promotes inclusion, and should be integrated more frequently in the area of Physical Education.

**Key Words:** *Nature-Deficit Theory*; Motivation; Involvement; Observation; Natural environment; School Physical Education

# ÍNDICE DE CONTENIDOS

1.	Introducción .....	7
2.	Objetivos .....	9
2.1.	Objetivo General .....	9
2.2.	Objetivos Específicos .....	9
3.	Justificación .....	11
4.	Fundamentación Teórica.....	15
4.1.	Actividades Físicas en el Medio Natural: Definiciones, Características y su Relevancia en la Educación Física.....	15
4.2.	Integración del Medio Natural en la Educación Física según la Ley Educativa . .....	20
4.3.	La Importancia del Contacto con la Naturaleza en la Motivación e Implicación del Alumnado: Aportes Desde la Obra de Richard Louv .....	22
4.4.	ERBINAT: Principios Educativos en una Educación Física Inclusiva en el Medio Natural .....	25
4.5.	Beneficios de la Orientación Deportiva en el Alumnado .....	27
5.	Metodología .....	30
5.1.	Metodologías usadas .....	30
5.2.	Justificación De La Propuesta De Intervención.....	30
5.3.	Objetivos de la Propuesta de Intervención.....	31
5.4.	Propuesta de Intervención.....	32

5.4.1.	Cronograma de la Propuesta de Intervención .....	32
5.4.2.	Propuesta de Intervención.....	32
6.	Discusión y Conclusiones.....	48
7.	Referencias Bibliográficas .....	51
8.	Anexos .....	55
	Anexo 1. Mapas de Orientación de Interior.....	55
	Anexo 2. Mapa de Orientación de Interior Adaptado.....	55
	Anexo 3. Mapas de Orientación de Exterior.....	56
	Anexo 4. Mapa de Orientación de Exterior Adaptado.....	56
	Anexo 5. Mapas de Orientación del Parque .....	57
	Anexo 6. Mapas de Orientación del Parque Adaptado .....	58
	Anexo 7. Tarjeta de Control Base.....	58
	Anexo 8. Tarjeta de Control Adaptada .....	59
	Anexo 9. Plantilla <i>Minibook</i> de Autoevaluación .....	59
	Anexo 10. <i>Minibook</i> de Autoevaluación .....	60
	Anexo 11. Boletín de Inscripción Carrera de Orientación Deportiva.....	62

# 1. Introducción

Es Trabajo de Fin de Grado (TFG) presenta una Situación de Aprendizaje (SA) modificada de la que se presencié durante el periodo del Prácticum II, la cual se dividía en tres sesiones dentro del centro escolar, además incluía una propuesta extraescolar complementaria: una salida al medio natural. Esta SA se enmarca dentro del *Boletín Oficial de Castilla y León. DECRETO 40/2022, de 29 de septiembre, por el que se establece la ordenación y el currículo de la educación primaria en la Comunidad de Castilla y León.*

El tema de la SA era la orientación deportiva y, mientras se desarrollaba la misma, se analizó cómo las tres sesiones ya citadas sirvieron como introducción a este deporte, y su objetivo final, motivar al alumnado a asistir a la salida que se llevó a cabo: una carrera de orientación deportiva. Todo esto, quedará reflejado en los siguientes apartados.

Asimismo, tras esta propuesta de intervención, se examinará la predisposición de los estudiantes según en qué curso se encontrasen, se cogerá como referencia el curso de 3º, pero se recapacitará a mayores sobre los cursos de 4º y 6º de Educación Primaria, debido a que también se pudo presenciar las sesiones que llevaron a cabo en el pabellón y al aire libre. Además, se estudiará el TFG en base a la *Teoría del Déficit de Naturaleza* acuñada por Richard Louv, con el fin de encontrar métodos y respuestas a la predisposición, implicación y motivación de los estudiantes en las diferentes propuestas, tanto las dirigidas al medio natural como las de interior.

Louv explica que el alumnado que presenta diversos patrones (falta de concentración, ausencia de motivación...), dentro del medio natural o rodeado de naturaleza consigue focalizarse y trabajar mucho mejor. Por tanto, la propuesta de intervención estará adaptada en relación al *ACUERDO 29/2017, de 15 de junio, de la Junta de Castilla y León, por el que se*

*aprueba el II Plan de Atención a la Diversidad en la Educación de Castilla y León 2017-2022*

Con ella, trabajaremos principalmente los siguientes objetivos:

*1. Línea Estratégica 1. Promoción de la cultura inclusiva en los centros educativos.*

*Objetivo específico 1: Sensibilizar a la comunidad educativa sobre la importancia de la educación inclusiva.*

*Objetivo específico 3: Fomentar la formación de todos los profesionales de la educación en metodologías inclusivas.*

Al mismo tiempo, no solo se indagará en la SA, sino que, previamente, se estudiará qué son las Actividades Físicas en Medio Natural (y otras connotaciones), qué importancia se le da al medio natural dentro del área de Educación Física, cómo se relacionan los espacios verdes con la ley educativa vigente,... y, además de todo ello, se verán las conclusiones a las que se ha llegado y cómo se ha dado respuesta a los diferentes objetivos propuestos con este trabajo.

## 2. Objetivos

Para llevar a cabo este trabajo se plantean los siguientes objetivos:

### 2.1. Objetivo General

- Investigar la motivación y el compromiso de los estudiantes de Educación Primaria en actividades físicas desarrolladas en un entorno natural frente a las que se desempeñan en un espacio cerrado, con el fin de evaluar su conexión con la *Teoría del Déficit de Naturaleza* planteada por Richard Louv.

### 2.2. Objetivos Específicos

- Analizar la influencia del medio natural en la motivación e implicación del alumnado de Educación Primaria en el área de Educación Física, en comparación con un entorno cerrado como el gimnasio.
- Relacionar los beneficios del contacto con la naturaleza descritos por Richard Louv y la propuesta pedagógica de ERBINAT con los resultados observados en el contexto escolar.
- Observar el comportamiento y la participación del alumnado con necesidades específicas de apoyo educativo (NEE), como el TDAH, durante las actividades físicas realizadas en diferentes entornos.
- Explorar cómo la normativa educativa vigente (LOMLOE y currículo de Castilla y León) respalda la implementación de actividades físicas en el medio natural y su aplicación real en el aula.
- Plasmar y hacer uso de los saberes adquiridos durante el Grado universitario, específicamente, de los conocimientos alcanzados en la mención de Educación

Física, con el fin de recrear una SA, la cual facilite el disfrute, el aprendizaje al aire libre aplicando los diferentes contenidos, competencias específicas y sus respectivos criterios de evaluación propuestos en el BOCyL.

### 3. Justificación

Este trabajo buscará dar respuesta a porqué el alumnado de Educación Primaria se desenvuelve de una manera u otra en los diferentes contextos en los que se encuentra, y cómo esto va ligado a su motivación e implicación dentro del ámbito de la Educación Física Escolar. Asimismo, se visualizará cómo el alumnado con Trastorno con Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH) se maneja en el medio natural y, por el contrario, en un espacio cerrado como es el gimnasio del centro escolar.

Para justificar el desarrollo de actividades en el medio natural dentro del área de Educación Física, no es necesario ir más allá de lo establecido en la LOMLOE y, en su caso, en el BOCyL. Los bloques de contenidos contemplados en dicha área ya proveen una base normativa suficiente para respaldar esta propuesta. Como por ejemplo, en el Bloque A: Vida activa y saludable, se indica como objetivo la mejora del bienestar del alumnado; en el Bloque C: Resolución de problemas en situaciones motrices, se promueve el desarrollo de la autonomía del estudiante; en el Bloque D: Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices, se pretende mejorar la gestión emocional tanto a nivel individual como social; y en el Bloque F: Interacción eficiente y sostenible con el entorno, se busca impulsar la toma de conciencia sobre los espacios naturales y urbanos, promoviendo su cuidado y preservación, tanto dentro del entorno escolar como en otros contextos.

De igual modo, el TFG tiene una relación con las competencias generales y específicas del Grado en Educación Primaria, en concreto, de la asignatura “Educación Física en el medio natural”, donde Bores (2024, p. 2-3) señala varias, pero se seleccionarán aquellas que se ciñan a este trabajo, tales como:

1. Conocer las áreas curriculares de la Educación Primaria, la relación interdisciplinar entre ellas, los criterios de evaluación y el cuerpo de conocimientos didácticos en torno a los procedimientos de enseñanza y aprendizaje respectivos.
2. Diseñar, planificar y evaluar procesos de enseñanza y aprendizaje, tanto individualmente como en colaboración con otros docentes y profesionales del centro.
3. Diseñar y regular espacios de aprendizaje en contextos de diversidad y que atiendan a la igualdad de género, a la equidad y al respeto a los derechos humanos que conformen los valores de la formación ciudadana.
6. Valorar la responsabilidad individual y colectiva en la consecución de un futuro sostenible.
7. Reflexionar sobre las prácticas de aula para innovar y mejorar la labor docente. Adquirir hábitos y destrezas para el aprendizaje autónomo y cooperativo y promoverlo entre los estudiantes.

Por lo que respecta a estas competencias, fueron de gran utilidad, para poder saber más sobre el área de Educación Física y de los contenidos que propone la ley para poder llevar a cabo una correcta programación. Se tuvo la oportunidad de crear una sesión para la mención de educación física, la cual fue tutorizada por el docente de la asignatura. A cada grupo de alumnos se le asignó un tema, en mi caso fue la orientación, se indagó sobre él agregando los conocimientos que se vieron previamente en el aula. Todos los saberes se trasladaron a una práctica, la cual se valoró al finalizar por los compañeros de la mención con el fin de mejorar como futuras docentes. Todo ello se ha utilizado porque ha permitido, desde un primer momento, adquirir el vocabulario básico de la orientación, aspecto fundamental para diseñar una SA adecuada a dicha temática. Además, se vivenciaron numerosas sesiones realizadas por el resto de compañeros de la mención de Educación Física, lo que favoreció la transmisión de

una responsabilidad colectiva. Esto se debe a que se era consciente de que, para llegar a la práctica, existía un trabajo previo considerable, lo cual generó un ambiente de respeto y seguridad en todo momento.

Partiendo de esta premisa, se complementa con la siguiente competencia:

4. Fomentar la convivencia en el aula y fuera de ella, resolver problemas de disciplina y contribuir a la resolución pacífica de conflictos. Estimular y valorar el esfuerzo, la constancia y la disciplina personal en los estudiantes.

Se buscó que el alumnado se sintiera cómodo y a gusto; por ello, se creó un entorno seguro que permitió estimular y motivar a toda la mención. Ante la posible aparición de conflictos, se fomentó la comunicación con el fin de facilitar una práctica más fluida. Esto contribuyó a que los estudiantes enriquecieran su experiencia, desarrollando mayor empatía y capacidad de escucha.

Todo esto ha hecho posible crear una SA con una mirada más centrada en el alumnado y en sus necesidades. Además, se pretende recoger las conclusiones para que futuros docentes puedan contar con más recursos y se animen a explorar los espacios verdes, tanto los cercanos como los más alejados del centro escolar, con el objetivo de diseñar prácticas más enriquecedoras y significativas.

Todo este trabajo y su respectivo tema parte una primera instancia en el Prácticum I, dado que “a una estudiante universitaria a punto de graduarse tiene la esperanza de convertirse en profesora; pero le confunde y le disgusta el ambiente escolar que vivió durante sus prácticas” (Louv, 2005, p 133). Se vivenció cómo el alumnado no podía salir del aula en ninguna de las horas de Educación Física, como no había ninguna propuesta más allá de las habilidades físicas básicas, no se trabajaba la gamificación, se dejaba a la clase sola en muchas ocasiones..., en

contraposición lo que se experimentó en el Prácticum II fue mucho más gratificante, había numerosas propuestas, salidas para el alumnado, actividades físicas en el medio natural...

Cuando estaba en mi etapa de Educación Primaria apenas aprovechábamos el entorno del centro escolar, por eso creo que darle voz a este tipo de propuestas hará ver que fomenta el aprendizaje significativo, la consolidación de conocimientos, las relaciones sociales y personales, la gestión emocional... del alumnado de Educación Primaria.

## 4. Fundamentación Teórica

### 4.1. Actividades Físicas en el Medio Natural: Definiciones, Características y su Relevancia en la Educación Física

Para poder comenzar este trabajo, se tendrán que aclarar las diferentes concepciones que se tienen sobre la Actividad Física en la Naturaleza (AFN) y diferenciarla de la Actividad Física en el Medio Natural (AFMN), la Educación Física al Aire Libre (EFAL) y la Educación Física en el Medio Natural (EFMN).

Según Acuña (1991), recogido en los apuntes de Educación Física en el Medio Natural, las AFN es toda acción llevada a cabo en un entorno natural o artificial si es realizado con un propósito de iniciación a aquel.

Por otro lado, también pueden ser “aquella actividad que se desenvuelve, fundamentalmente, en un medio no habitado y poco modificado por la mano del hombre, aunque a veces, y sobre todo durante el aprendizaje de algunas técnicas, se utilicen espacios totalmente artificiales.” (Funollet, 1989, p.2).

En relación a estas definiciones, la SA que se llevará a cabo se desenvolverá en parte en un espacio verde cercano al centro escolar, con el fin de acercar al alumnado a la práctica real del deporte, además de fomentar el respeto hacia el medio natural, el cuidado del mismo y promover la deportividad como uno de los pilares la sesión.

Como no se quiere olvidar de la parte académica, nos acercaremos más a los objetivos del trabajo a través la definición que nos indica Bernadet (1991), el cual nos dice que las AFMN son aquellas que consisten en desplazarse individual y colectivamente hacia un fin más o menos próximo, utilizando o luchando con los elementos que constituyen el entorno físico. Es decir, a pesar de que en los docentes siempre está el pensamiento de “*y si pasa algo*” cada vez que

se lleva a los estudiantes fuera del aula, (in situ) se tendrá un acercamiento al entorno del centro escolar y un desplazamiento dentro de la provincia de Palencia, adaptándose en ambas situaciones a los recursos que nos da la naturaleza y a los que los que nos proporcionará la organización de la carrera de orientación deportiva.

Las AFMN resultan especialmente relevantes, ya que a través de ellas es posible lograr un enfoque educativo integral. Además, permiten evidenciar el gran potencial didáctico que ofrecen las distintas propuestas desarrolladas en este entorno. Tal y como señala Caballero (2012, p. 100), estas actividades presentan una serie de características, entre las que se pueden destacar las siguientes:

- Carácter Social
- Tiene lugar en el Medio Natural.
- Posibilita la interacción con la Naturaleza.
- Incertidumbre
- Riesgo
- Carácter Deslizante
- Motricidad como vehículo de interacción
- Carácter Vivencial
- Alta Implicación Emocional

A continuación, se comentan estas características para mejorar su comprensión, las cuales surgieron en clase durante la asignatura de Educación Física en el Medio Natural:

- En el caso del carácter social se entiende que los conflictos o situaciones que se presentan son reales y se desarrollan de manera directa.

- En el hecho de que tiene lugar en el medio natural ayuda ya que se sitúa la experiencia en un entorno natural, fuera de espacios artificiales o cerrados... lo que implica un contacto directo con los elementos.
- Posibilita la interacción con la naturaleza es que se ofrece la oportunidad de interactuar activamente con el entorno natural, esto puede incluir la exploración, observación de sus elementos... enriqueciendo la experiencia.
- La incertidumbre es que se provoca la presencia de elementos desconocidos o imprevisibles, que convierten el entorno en una aventura o reto.
- El riesgo es que se plantea la necesidad de reflexionar sobre la propia seguridad y capacidades al enfrentar peligros potenciales, promoviendo el desarrollo de la autonomía.
- El carácter deslizante es que se manifiesta en que la experiencia no es instantánea ni momentánea, sino que se prolonga a lo largo del tiempo, permitiendo una vivencia continua y significativa.
- El carácter vivencial es que junto al carácter deslizante hace que de estas experiencias mucho más placenteras y valiosas.
- La alta implicación emocional es que hay un alto grado de compromiso emocional en el entorno, lo que implica la exploración y evocación de un amplio espectro de emociones, más allá de las básicas, favoreciendo el desarrollo personal, investigar más allá de las emociones básicas es algo necesario para el individuo, entender a nuestro Yo Corporal: “es un puente mágico que nos permite constatar esa unión” (Abardía, 2014, p. 29); y tener un momento de introspección fortalecerá que la madurez emocional se desarrolle.

Asimismo, se identifican diversas características de las AFMN mencionadas en los apuntes de la asignatura de Educación Física en el Medio Natural. Estas características fueron

clasificadas por Aguado (2003) en dos grupos: espaciales y temporales. En cuanto a las primeras, se destacan las siguientes: Amplitud de espacios, Medio no conocido, Espacio no uniforme y cambiante, Abundancia de estímulos, Espacios lejanos, Contacto real con temas escolares, Contacto con fuerzas de la naturaleza y Fácilmente deteriorable. Por otro lado, en el caso de las características temporales están: Intensidad de la experiencia, Posibilidad de tratamiento educativo de la cotidianeidad, Desvinculación transitoria del medio familiar, Dimensión colectiva de la experiencia, Reducción de condicionantes externos de la actividad y Poder de rememoración.

En relación al ámbito académico, según Camps, Martínez y del Moral (1992), como se citó en Baena Extremera y Baena Extremera (2003), dentro del ámbito académico y en el área de educación física, se afirma que:

Hay una necesidad de experimentar y transferir el aprendizaje de habilidades motrices básicas (andar, trepar, gatear,...), en un medio poco habitual como es el medio natural, donde el movimiento favorezca un conjunto de vivencias motrices del individuo, contribuyendo a aumentar tanto cualitativa como cuantitativamente su nivel de competencia motriz.

Por otro lado, se indican también algunos de los valores relacionados con el área de Educación Física, según estos autores, son:

- Ayudan al desarrollo de las Capacidades Físicas, al enriquecimiento vivencial (Junta de Andalucía.; 1995), a la adquisición de hábitos higiénicos por contacto con el sol, el agua,...
- Mejoran los mecanismos perceptivos, de decisión y ejecución
- Presentan grandes posibilidades educativas en los distintos ámbitos de la conducta
- Permite el desarrollo cardiovascular, mejora de la respiración,...

- Contribuyen en la educación de los alumnos para que sean capaces de escoger la actividad física como medio de ocupación de su tiempo libre
- Estas actividades serán totalmente distintas en número, duración, motivación,...
- Mejoran el desarrollo motor, por tratarse de comportamiento motores específicos
- ...

Para poder comprender mejor esos valores, hay que saber que la Educación Física en el Medio Natural según Arribas (2020, citado en Apuntes de [Educación Física del Medio Natural], 2024-2025 )se trata de un “proceso formativo desarrollado en/para/mediante el aula naturaleza en el que aprendemos a través de experiencias motrices en un entorno concreto que nos ha de facilitar aprendizajes globales y contextualizados. Con un enfoque inclusivo, seguro, saludable, ambiental e interdisciplinar desde valores sociales y personales”, este aspecto resulta fundamental para comprender la importancia del contacto de los estudiantes con el medio natural o, en su defecto, para experimentar una Educación Física al Aire Libre. Esta se entiende como un “conjunto de conocimientos, habilidades, destrezas, técnicas y recursos que permiten desenvolverse o practicar actividades físicas lúdico-deportivas en la naturaleza, con seguridad y con el máximo respeto hacia su conservación; disfrutando, compartiendo y educándose en ella” (Pinos, 1997, p. 9), es este caso, no solo aprenderán sobre el deporte de orientación deportiva a través de cada una de las sesiones, si no que les permitirá poder conocer sus destrezas, su visión espacial, sus habilidades sociales,... además de fortalecer cada una de estas capacidades.

No solo consiguen fortalecer sus capacidades, al mismo tiempo Aurora Lázaro Melero (2014) nos afirma que los niños que están familiarizados con la naturaleza presentan menos estrés psicológico, tienen un mayor desarrollo de movimiento y desarrollan mejor la atención; todo ello irá relacionado con algún factor psíquico o por el simple hecho de que el propio

profesorado no es capaz de salir del centro escolar, también está bien que como docentes nos dejemos llevar por el medio natural y experimentemos, dado que muchas veces al “ver cómo los más pequeños se asombran y maravillan con la naturaleza ayuda a recuperar la capacidad de asombro del futuro profesorado y aumenta su motivación” (Archilla Prat & Brunicardi, 2020), a lo mejor es a nosotros a los que nos falta motivación, a lo mejor somos nosotros quienes presentamos un Déficit de Naturaleza y por eso no sabemos aprovecharla.

En resumen, se ofrecen oportunidades únicas de aprendizaje vivencial, emocional y motriz en las propuestas de Educación Física en el Medio Natural, además se tendría que considerar que el valor educativo va más allá del progreso físico, impulsando la autonomía, el respeto ambiental y la inclusión. Superar el miedo docente a “salir del aula” permite reconectar con la naturaleza y mejorar la motivación del alumnado y la del propio profesorado.

## **4.2. Integración del Medio Natural en la Educación Física según la Ley Educativa**

La naturaleza ha ido ganando reconocimiento como un entorno adecuado para el desarrollo de la Educación Física. Su uso facilita la aplicación de metodologías activas, inclusivas y conectadas con la realidad del alumnado.

Así lo indica la legislación educativa actual.

En Castilla y León, el Decreto 36/2022, de 29 de septiembre, que regula el currículo de Educación Primaria, resalta la importancia de un aprendizaje basado en competencias y experiencias reales. Dentro del área de Educación Física, se propone trabajar no solo la forma

física, sino también aspectos personales, emocionales y sociales del alumnado, todo ello se puede potenciar en espacios abiertos, y en contacto con el medio natural.

Además, los contenidos y criterios de evaluación para Educación Primaria mencionan actividades al aire libre, el conocimiento del entorno y el trabajo en equipo. Esta visión está alineada con lo que indica la LOMLOE (Ley Orgánica 3/2020), que da importancia a la sostenibilidad, la inclusión y el aprendizaje conectado con el entorno.

Por otro lado, el Acuerdo 29/2017, de 15 de junio, que aprueba el II Plan de Atención a la Diversidad en Castilla y León, destaca la necesidad de adaptar la enseñanza a las características del alumnado, incluyendo a quienes tienen Trastorno de Déficit de Atención e Hiperactividad (de los cuales hablaremos más adelante). Este plan propone usar estrategias que ayuden a mejorar la concentración, la autonomía y la motivación de este alumnado. En este sentido, realizar actividades en la naturaleza puede ser una muy buena opción, ya que ofrece un ambiente más flexible, menos restrictivo tanto para los estudiantes como para el profesorado.

Por tanto, trabajar la Educación Física en entornos naturales no solo cumple con lo que pide la ley, sino que también mejora la participación y la inclusión del alumnado, ofreciendo oportunidades reales de aprendizaje para todos.

### **4.3. La Importancia del Contacto con la Naturaleza en la Motivación e Implicación del Alumnado: Aportes Desde la Obra de Richard Louv**

De acuerdo con Louv (2005), “las madres y padres, los educadores, otros adultos, las instituciones – la propia cultura – pueden decir algo a los niños sobre los dones de la naturaleza, pero muchas de nuestras acciones y mensajes, en especial lo que no nos oímos pronunciar a nosotros mismos, dicen algo diferente. Y los niños lo tienen muy buen oído.” (p. 31), como ya se ha indicado anteriormente, muchas veces se pierde contacto con la naturaleza cuando se crece, pero esto no debería de ser un impedimento para el disfrute del alumnado ni del profesorado.

Actualmente se encuentran en las escuelas muchos más casos de Necesidades Educativas Especiales (NEE): discalculia, dislexia, Trastorno del Espectro Autista (TEA), niños extranjeros,... entre este diverso alumnado se percibe que hay varios diagnósticos del Trastorno por Déficit de Atención (TDA) y a este le suele acompañar la Hiperactividad (TDAH).

Las escuelas “verdes” con mayor tiempo de juegos, con espacios en los que haya naturaleza,... puede ayudar motor y cognitivamente al niño, y a sus habilidades y capacidades físicas básicas, así afirma Louv (2005) en *Los últimos niños en el bosque*:

Investigadores suecos compararon a niños de dos tipos de guarderías: en una, la tranquila zona de juegos estaba rodeada por edificios altos, tenía solo plantas pequeñas y un sendero de ladrillos; en el otro, la zona de juegos, basada en un tema “al aire libre en todo tiempo meteorológico”, estaba localizada en un huerto rodeado de pastos y arboledas que lindaba con un descuidado jardín con árboles altos y rocas. El estudio

reveló que los niños en la guardería “verde”, que jugaban al aire libre todos los días, sin importar el tiempo que hiciera, tiene la mejor coordinación motora y mayor capacidad para concentrarse. (p. 141)

Adentrándonos en la Educación Primaria también se visualiza esta desconcentración y desmotivación por la realización de Actividades Físicas en el Medio Natural, uno de los factores es que se prioriza la realización de sesiones en el gimnasio, una de las causas podría ser que allí se tiene todo tipo de recursos: materiales, tecnológicos.... “Estamos ante la primera generación de personas que han crecido principalmente sentadas” (Freire, 2011, p. 31), si se mantiene a los estudiantes en un pabellón, sin salir del centro escolar, sin conocer el entorno, sin proporcionar propuestas que les motive, de aquí a uno años lo que se presenciara en las aulas será el sedentarismo frente a la actividad física.

Recuperando el tema de la concentración, Louv (2005) plasmó que:

Descubrieron también que la influencia positiva sobre la concentración de que haya naturaleza cerca de casa puede apreciarse de manera más pronunciada en las niñas (entre las edades de seis a nueve años) que en los niños. De media, cuanto más verde sea la vista de una niña desde casa, mejor se concentra, menos impulsivamente actúa y más puede posponer la gratificación. (p. 142)

Esto se podría entender como una visión social, dado que frecuentemente se caracteriza a la niña como una persona más tranquila y mucho más apacible que un niño, se entiende que la influencia que han tenido estas niñas durante esta investigación ha sido a favor de su concentración es observación del medio natural desde su casa, por qué si se diera las mismas herramientas a un niño y se realizase la misma investigación podría pasar lo mismo o viceversa.

En la observación que se llevó a cabo no se pudo discernir quién se concentraba más durante la actividad, a excepción de dos personas, un niño con diagnóstico de TDAH (con sus respectivos medicamentos) y una niña que se distinguía porque presentaba rasgos de este respectivo trastorno. Estas necesidades de esta clase, se detallarán más en siguientes apartados.

La gran mayoría personas que se caracterizan de esta NEE, se las medica al momento independientemente de su edad y “aunque los medicamentos comunes de hoy para el TDAH consiguen logros temporales, incluidas la atención sostenida y la productividad académica, pueden hacer poco por el éxito del niño a largo plazo, tanto social como académico” (Louv, 2005. p. 144), como docentes dentro de un aula se puede ver muy útil que el alumnado se medique, favorece la atención, la comprensión,... pero muchas veces se olvidan de ser niños, se tienen que mover, se tienen que levantar de la silla, se tienen que expresar de algún modo u otro, y muchas veces los estudiantes en esta etapa educativa – y madurativa – se expresan a través del desplazamiento y si se les arrebatara esto en vez de adaptar el aula para estas personas se llegará al punto en el que dejen de “ser ellos”.

Se conocen múltiples formas para poder rebajar cuando una persona con este trastorno tiene un “pico”, se puede probar a hacer respiraciones, pintar, escuchar música relajante, se puede realizar una sesión de mindfulness,... pero “la terapia conductual y la terapia de la naturaleza, si se usan conjuntamente, puede enseñar a los jóvenes cómo visualizar las experiencias positivas en la naturaleza cuando necesiten una herramienta calmante.” (Louv, p. 145), en la gran mayoría de momentos se relaciona el relajarse con mantener el cuerpo inmóvil o la mente “en blanco”, a lo mejor hay a personas que éstas técnicas les es de gran ayuda, pero para tener una mente activa y sana, se debería ejercitar el cuerpo ya sea dando un paseo, saliendo a correr, estirando,... al mismo tiempo que se tiene que tienen una buena alimentación.

En conclusión, estar en contacto con la naturaleza ayuda mucho a que los niños aprendan mejor y se sientan bien. Las escuelas que hacen uso de espacios “verdes” y proponen actividades al aire libre lo cual favorece que los niños estén más concentrados, se le debería de dar importancia a que los centros escolares incluyan más tiempo al aire libre y en contacto con la naturaleza para que los aprendizajes sean más significativos.

#### **4.4. ERBINAT: Principios Educativos en una Educación Física Inclusiva en el Medio Natural**

ERBINAT, Asociación de Experiencias y Educación en la Naturaleza, se trata de una iniciativa educativa desarrollada en Suiza.

Esta guía presenta una visión sobre lo que implica acompañar a los más jóvenes ciudadanos a través de praderas, campos y bosques, para que se sientan tranquilos y puedan aprovechar este valioso tiempo al aire libre (Bühler, Fröhlicher., Helg., Hodel, Michel, & Weber, 2020, p.2), los autores de ERBINAT se enfocan en que el uso de la naturaleza como espacio de aprendizaje favorece para la infancia. A través de esta propuesta, se valora la importancia del entorno natural en el desarrollo físico, emocional y social del alumnado.

De este enfoque, se percibe que los aprendizajes suceden de forma más significativa cuando el alumnado se encuentra en un ambiente seguro, en contacto con la naturaleza, y acompañado emocionalmente por personas adultas que observan, guían y generan confianza. Se defiende que las metodologías deben adaptarse a las necesidades e intereses de los niños y niñas, permitiendo que el juego, el movimiento y la exploración libre se conviertan en herramientas pedagógicas.

Desde esta perspectiva, se proponen seis principios fundamentales que orientan el trabajo en entornos naturales:

- 🌿 Jugar con todos los sentidos: se piensa que la naturaleza ofrece estímulos que permiten aprender a través del cuerpo y los sentidos.
- 🌿 La naturaleza como espacio para el movimiento: se reconoce que al aire libre favorece el desarrollo motor de forma espontánea y sana.
- 🌿 Conexión con la naturaleza: se observa que el contacto continuo con el entorno natural afianza una relación emocional y respetuosa con el medio ambiente.
- 🌿 Aprendizaje social: se valora que las relaciones con otros compañeros se fortalecen mediante el juego colaborativo y la resolución conjunta de desafíos reales.
- 🌿 Manejo del riesgo: se considera que realizar pequeños riesgos controlados ayuda a ganar seguridad, autonomía y confianza.
- 🌿 Bienestar: se identifica que el bienestar emocional y físico es una base imprescindible para cualquier proceso de aprendizaje.

El rol del docente en este modelo consiste en acompañar desde el respeto, observando las necesidades del grupo y facilitando experiencias que promuevan la autonomía y el desarrollo integral. Esta forma de trabajar resulta especialmente beneficiosa para atender la diversidad del alumnado, incluyendo a aquellos con dificultades de atención, impulsividad o necesidad de movimiento constante.

En definitiva, se plantea que el medio natural puede convertirse en un entorno educativo completo, en el que se favorece la motivación, la participación activa y el respeto por los ritmos individuales de aprendizaje.

## 4.5. Beneficios de la Orientación Deportiva en el Alumnado

La orientación se entiende como una actividad educativa con un alto valor pedagógico, esta práctica no solo promueve el desarrollo físico, sino también ayuda en el desarrollo de las habilidades cognitivas, emocionales,..., generando aprendizajes significativos en contextos naturales.

Se han identificado múltiples beneficios en su implementación en la etapa de Educación Primaria. En el plano personal y emocional, se observa una mejora en la autonomía, la autoestima y la capacidad de toma de decisiones del alumnado, aspectos fundamentales para su desarrollo integral (Casado, 2009).

Desde el punto de vista cognitivo, algunos estudios destacan que la orientación facilita la atención, la percepción espacial y la toma de decisiones en tiempo real,... lo cual permite trabajar saberes interdisciplinarios vinculados a áreas como Ciencias Naturales, Matemáticas o Ciencias Sociales (Baena, Fernández y Serrano, 2014). Partiendo de esta idea, se debería de buscar una interdisciplinariedad, es decir, por ejemplo sin la visión espacial adquirida sería muy complejo desenvolverse por el medio, incluso entender la rotación de la tierra o inclusive diferenciar a “golpe de vista” entre sujeto y predicado. Siguiendo esta línea, Baena (2014) nos asegura lo siguiente:

En la etapa primaria se pretende que el niño con la adquisición de conceptos facilite la comprensión de la realidad corporal y del entorno físico y social contribuyendo esencialmente al desarrollo de la competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico, mediante la percepción e interacción apropiada del propio cuerpo.

Para poder conseguir una mejoría y un buen desenvolvimiento de las destrezas del alumnado, se convendría seguir unas etapas, según Aguarales y Julián (2008) (como se citó en

Martín, 2023) podemos clasificar el aprendizaje de los conceptos clave de la orientación deportiva según la etapa de aprendizaje en la que se encuentre el alumnado:

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.
6. Uso de la brújula.

🌿 Progresión de los aprendizajes citados anteriormente:

**Tabla 1.**

Tabla de la Progresión de los aprendizajes de orientación

CICLO / ETAPAS	PRIMERA ETAPA	SEGUNDA ETAPA	TERCERA ETAPA	CUARTA ETAPA	QUINTA ETAPA	SEXTA ETAPA
PERIMER CICLO						
SEGUNDO CICLO	Conozco el plano	Localizo los puntos en el plano	Oriento el plano	Sigo trayectorias	Ataque a la baliza	
TERCER CICLO						Uso de la brújula

Aguareles y Julián (2008)

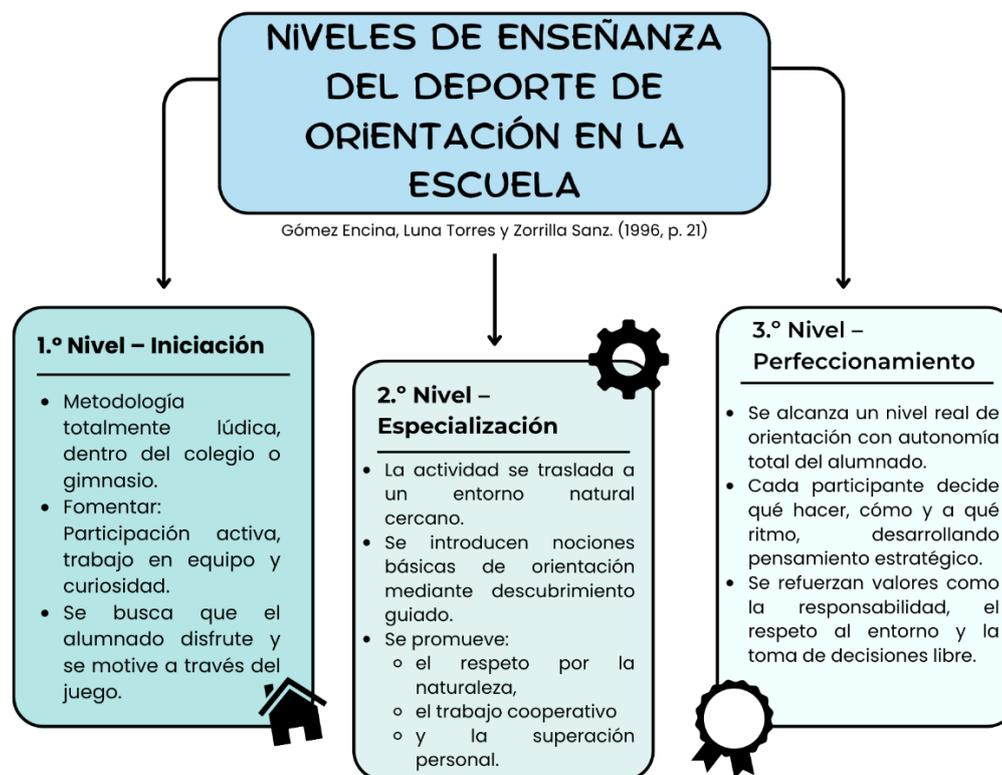
Nota. Creación propia a partir de esos autores

En la Propuesta de Intervención que se explicará más adelante, se seguirá una progresión de aprendizajes según lo que se observó, es decir, el segundo ciclo pudo manejar la brújula sin problema, por ello se hará uso de la misma.

Para poder llevar esta esta progresión al aula, Gómez Encina, Luna Torres y Zorrilla Sanz. (1996, p. 21), citados por Cavero (2018), establecen tres niveles de enseñanza del deporte de orientación en la escuela:

**Tabla 2.**

Esquema de los niveles de iniciación del deporte de orientación



Nota. Creación propia a partir de esos autores

En definitiva, la orientación ayuda al desarrollo físico, cognitivo y emocional del alumnado, promoviendo autonomía, autoestima y habilidades físicas básicas. Se tendría que enseñar de una manera progresiva ya que así se favorece el aprendizaje significativo e interdisciplinarios.

## 5. Metodología

### 5.1. Metodologías usadas

Una de las metodologías ha sido diseñar una Propuesta de Intervención la cual se desarrolla más adelante (ver apartado [5.2. Justificación De La Propuesta De Intervención](#)).

Por otro lado, se ha empleado una metodología de observación, con el fin de analizar el nivel de motivación e implicación del alumnado durante diferentes sesiones de Educación Física realizadas tanto en entornos naturales como en espacios cerrados. La observación se ha llevado a cabo de forma directa y no participativa, registrando el comportamiento del alumnado en situaciones reales de práctica. Esta metodología ha permitido recoger datos cualitativos sobre la disposición del grupo, sin intervenir en el desarrollo de las sesiones, lo que ha facilitado una valoración más cercana a la realidad educativa.

### 5.2. Justificación De La Propuesta De Intervención

Esta propuesta está enmarcada en los contenidos estipulados por la ley educativa vigente que ya citados en el trabajo (ver apartado [3. Justificación](#)), estos se verán reflejados en la Situación de Aprendizaje.

Asimismo, se busca poder desarrollar un análisis del desenvolvimiento del aula y de su alumnado, a su vez, tendremos en cuenta que hay que dos estudiantes en tercero de primaria que presentan TDAH, se profundizará y se adaptarán la S.A. para ellos según el *ACUERDO 29/2017, de 15 de junio, de la Junta de Castilla y León, por el que se aprueba el II Plan de Atención a la Diversidad en la Educación de Castilla y León 2017-2022*. para que se sientan integrados y puedan trabajar de forma más cómoda.

La S.A. que se presenta en este TFG no fue la oficial que se llevó a cabo por parte de una de las especialistas de Educación Física durante el Prácticum II, sino que según lo observado se hará de nuevo, incluyendo en ella una serie de adaptaciones, modificaciones, otras propuestas de aprendizaje.... Simultáneamente, se creará un proceso de evaluación para poder valorar el proceso de enseñanza-aprendizaje de cada uno de los estudiantes.

### **5.3. Objetivos de la Propuesta de Intervención**

- Observar la predisposición y motivación del alumnado de Educación Primaria dependiendo de dónde se realicen las sesiones y/o salidas.
- Agudizar la observación docente durante las clases y ver el desarrollo de las mismas.
- Reconocer elementos motivacionales que incurren en la actitud y el compromiso del alumnado en el medio natural y en el centro escolar.
- Describir las impresiones y valoraciones del alumnado respecto a su experiencia en el entorno natural frente al espacio cerrado del gimnasio.
- Proponer orientaciones didácticas que favorezcan una mayor integración del medio natural en el área de Educación Física, con el fin de potenciar el bienestar y la motivación del alumnado.
- Analizar y crear una SA desde cero, con el fin de comprender cómo se aplican y justifican cada uno de los bloques de contenidos comprendidos en el área de Educación Física según el Boletín Oficial de Castilla y León. DECRETO 40/2022, de 29 de septiembre, por el que se establece la ordenación y el currículo de la educación primaria en la Comunidad de Castilla y León.

## 5.4. Propuesta de Intervención

### 5.4.1. Cronograma de la Propuesta de Intervención

Cronograma 2024-2025 3 <sup>º</sup> A PRIMARIA		1 <sup>ª</sup> Semana - 24 al 28 de marzo 2025	2 <sup>ª</sup> Semana - 31 de marzo al 5 de abril 2025					
Tiempo	Actividades	viernes 7	lunes 31	martes 1	miércoles 2	jueves 3	viernes 4	sábado 5
<b>60 minutos</b>	<b>Sesión 1:</b> Introducción							
10 minutos	Calentamiento y explicación							
40 minutos	Realizar la actividad							
10 minutos	Evaluar y vuelta a la calma							
<b>60 minutos</b>	<b>Sesión 2:</b> Gymkana Orientada							
10 minutos	Calentamiento y explicación							
40 minutos	Realizar la actividad							
10 minutos	Evaluar y vuelta a la calma							
<b>60 minutos</b>	<b>Sesión 3:</b> Carrera de Orientación							
10 minutos	Calentamiento y explicación							
40 minutos	Realizar la actividad							
10 minutos	Evaluar y vuelta a la calma							
							<b>Final de la S.A.</b>	
								<b>Carrera de Orientación</b>

**Tabla 3.**

Cronograma de la Propuesta de Intervención

Nota. Creación propia

### 5.4.2. Propuesta de Intervención

Se cogerá de base una tabla ya creada por Ordóñez (2025) que usó para su *Informe de Docencia*, con el objetivo de diseñar una nueva Propuesta de Intervención:

<b>Identificación</b>	
Descripción breve del Centro Escolar	<p>El Centro Escolar se sitúa en el centro de la ciudad de Palencia, cuenta con dos clases por curso (tanto en Educación Infantil como en Educación Primaria). Asimismo, tiene un pabellón amplio y con todo el material necesario para poder llevar a cabo las propuestas.</p> <p>Por otro lado, tiene colindando varios parques al aire libre de los que se podría hacer uso en las sesiones.</p>
Curso	3º de primaria
Nº de alumnos	<p>Se comprende de una clase de 24 estudiantes, donde 13 son niños y 11 son niñas.</p> <p>Uno de los niños tiene un diagnóstico de TDAH (además de estar medicado) y una niña presenta rasgos de esta NEE.</p>
Título/Tarea	La Orientación Deportiva
Temporalización	Consistirá en 3 sesiones de 60 minutos cada una, incluyendo una presentación (la primera sesión) y una conclusión de la misma (última sesión y a mayores la salida extracurricular).

### Descripción

La Situación de Aprendizaje se comprenderá de tres etapas:

- !‡ **Etapas de iniciación.** En este primer momento se realizarán unas pequeñas preguntas y el alumnado tendrá que responder con los conocimientos que tengan, de esta manera conoceremos los saberes del alumnado. El objetivo de esta primera etapa es introducirles en la temática, pero para ello se realizará una sesión teórica-práctica.
- !‡ **Práctica.** Tras la sesión de iniciación se dividirá la clase en seis grupos formados por cuatro alumnos. Realizarán una Gymkana en uno de los parques cercanos al colegio, este está al aire libre (en caso de que no se pudiera por cualquier impedimento, se realizaría en el patio del centro) .
- !‡ **Finalización.** Finalizaremos la Situación con una última sesión en la que la clase se dividirá por parejas para realizar una aproximación a la carrera de orientación. Se harán dos propuestas, una dentro del pabellón y otra en el patio.

### Competencias Clave

- a) Competencia en comunicación lingüística.  
Dentro de esta área hay una variedad de intercambios comunicativos que se dan durante la práctica motriz, así como a la expresión de sensaciones, emociones, ideas y pensamientos a través del cuerpo, de la palabra y de la comprensión e interpretación de textos del área, se favorecen prácticas que ayudan al alumnado a convivir de forma democrática y a gestionar los conflictos de manera dialogada.
- c) Competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería.  
Se ha buscado que usen métodos inductivos y distintas estrategias para resolver los problemas motores, acercándolos a la base científica que hay detrás de los principios de salud y su relación con la actividad física, al tiempo que se promueve el respeto al medio ambiente, así como a los animales y plantas que forman parte de él.
- e) Competencia personal, social y de aprender a aprender.  
Se desarrolla a partir de los procesos de interacción propios de las situaciones motrices participativas, permitiendo que el alumnado tome conciencia de sus emociones y

comportamientos ante momentos de posible conflicto y aprenda, de forma progresiva, a gestionarlos.

f) Competencia ciudadana.

Se aborda mediante actividades físicas y deportivas que implican la toma de decisiones, tanto individualmente como en grupo, la resolución pacífica de conflictos y el respeto de los valores democráticos.

g) Competencia emprendedora.

Se trabaja a través del planteamiento de problemas motores, ante los cuales el alumnado, de forma individual y en equipo, elabora propuestas, crea y replantea ideas, y planifica soluciones a los retos planteados.

## Sesiones y Adaptaciones

### PRIMERA SESIÓN: Iniciación a la Orientación Deportiva

#### Descripción y Adaptación

Se realizará una actividad de iniciación al deporte de orientación en el patio del centro educativo.

Se presentarán los elementos básicos de este deporte, como el mapa, la brújula, las balizas, la tarjeta de control,... explicando su función y uso. Además, se introducirán los puntos cardinales, utilizando referencias visuales del entorno para facilitar su comprensión.

Se buscará fomentar la motivación inicial hacia la orientación a través de una metodología lúdica y participativa, una vez realizada la explicación de los diversos elementos, estos se distribuirán por la pista y cuando se nombre el alumnado tendrá que ir corriendo hacia esa iconografía. A mayores, con ayuda de la brújula, se irán guiando por patio, es decir, se irán diciendo los diferentes puntos cardinales y tendrán que dirigirse a donde la brújula les indique.

Esta sesión servirá como base para las actividades posteriores, al permitir familiarizarse con los términos clave.

La adaptación que se considera para esta sesión es la muestra de iconografías para que se comprenda mucho mejor la explicación.

#### Contenidos de la Sesión

- A. Vida activa y saludable.
- C. Resolución de problemas en situaciones motrices.
- D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.
- F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.

### Objetivos Didácticos

- ☑ Reconocer los elementos básicos del deporte de orientación.
- ☑ Conocer e identificar los puntos cardinales
- ☑ Hacer uso de los puntos cardinales en una práctica dentro del centro escolar.
- ☑ Comprender la finalidad del deporte de orientación y sus reglas básicas.

Momento	Explicación	Tiempos
Momento de encuentro	Calentamiento y explicación de la sesión.	10 minutos
Momento de construcción del aprendizaje	<p>Se hará una explicación de los elementos base de la orientación y se mostrarán a través de iconografías.</p> <p>Se repartirán las fotos por el espacio, y la docente dirá algo en relación a ese elemento, el alumnado tendrá que ir corriendo la zona que crea correcta.</p> <p>Posteriormente, por parejas, cogerán una brújula y tendrán que ir al punto cardinal que se les indique.</p>	40 minutos
Momento de despedida	Vuelta a la calma con estiramientos e hidratación.	10 minutos

## SEGUNDA SESIÓN: Gymkana Orientada

### Descripción y Adaptación

Se realizará una Gymkana de orientación combinando espacios del patio y el gimnasio. Se trabajará en grupos, lo que facilitará el apoyo entre iguales y la colaboración. deberá seguir una ruta determinada que incluirá varias balizas, en las cuales se plantearán pequeñas pruebas o retos (como resolver una suma, escribir una palabra,...), estas pequeñas pruebas servirán para fomentar el trabajo cooperativo, la atención la resolución de problemas.... Como la actividad se desarrollará en el centro escolar, se fomentará la implicación del alumnado mediante el juego, el movimiento y el trabajo en equipo.

La adaptación en esta sesión, consistirá en que el alumnado que presente necesidades o alguna otra dificultad, tendrá un mapa adaptado donde las balizas están diferenciadas por colores tanto en el mapa como en la vida real (ver [Anexo 2](#) y [Anexo 4](#)), asimismo habrá uno base (ver [Anexo 1](#)) y un mapa sin ninguna adaptación para aquellos que lo prefieran. Y para poder realizar una asociación entre la baliza la tarjeta de control, esta también estará adaptada, correspondiendo el color de la baliza con la casilla (ver [Anexo 8](#)), por otro lado, el alumnado que lleve el mapa sin adaptación tendrá su tarjeta de control correspondiente (ver [Anexo 7](#)).

### Contenidos de la Sesión

- A. Vida activa y saludable.
- C. Resolución de problemas en situaciones motrices.
- D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.
- F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.

### Objetivos Didácticos

- ☑ Interpretar un mapa sencillo para seguir una ruta marcada en un entorno natural cercano.
- ☑ Fomentar la cooperación y la toma de decisiones en grupo para superar pruebas integradas en el recorrido.
- ☑ Aplicar contenidos curriculares (como cálculo, lógica, expresión corporal...) de forma práctica en un contexto lúdico.

Momento	Explicación	Tiempos
Momento de encuentro	Calentamiento y explicación de la sesión.	10 minutos
Momento de construcción del aprendizaje	Se dividirá al alumnado en grupos y se les dará a cada uno un mapa y una tarjeta de control. Se tendrá que ir pasando por los puntos indicados en el mapa y dejar reflejado la respuesta a la prueba que hagan.	40 minutos
Momento de despedida	Vuelta a la calma con estiramientos e hidratación.	10 minutos

## TERCERA SESIÓN: Practicando para la carrera

### Descripción y Adaptación

Se realizará una simulación de carrera de orientación en un entorno natural próximo al centro escolar, utilizando un mapa adaptado al nivel del alumnado.

Se trabajará en parejas, lo que facilitará el apoyo entre iguales y la colaboración. Cada grupo dispondrá del material completo (mapa, brújula, tarjeta de control, goma de borrar y lápiz), con versiones adaptadas del mapa para aquellos alumnos que lo requieran (como en la anterior sesión, mapas adaptados ver [Anexo 6](#); y sus respectivas tarjetas de control adaptadas, ver [Anexo 8](#)). A diferencia de la segunda sesión no se incluirán pruebas en las balizas, si no pinzas de marcaje, lo que se quiere conseguir con esto es que los estudiantes se centren en la orientación y en su toma de decisiones. Del mismo modo, se quiere conseguir que aquel alumnado que haya necesitado los recursos adaptados, para la carrera final la haga con el mapa y con la tarjeta de control base (ver [Anexo 5](#) y [Anexo 7](#)).

Se busca favorecer la atención, el control de impulsos y la gestión del ritmo de trabajo, la concentración, la participación del alumnado con diversas necesidades....

### Contenidos de la Sesión

- A. Vida activa y saludable.
- C. Resolución de problemas en situaciones motrices.
- D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.
- F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.

### Objetivos Didácticos

- Utilizar de forma autónoma el material básico de orientación.
- Desarrollar estrategias de planificación y ejecución de una ruta prefijada siguiendo una secuencia de balizas.
- Valorar la importancia del trabajo en pareja para alcanzar objetivos comunes.

Momento	Explicación	Tiempos
Momento de encuentro	Calentamiento y explicación de la sesión.	10 minutos
Momento de construcción del aprendizaje	Se les dividirá en parejas, y a cada uno se les dará un mapa y una tarjeta de control (además de un lápiz y goma de borrar). Se les otorgará un tiempo a cada una de ellas, y tendrán que realizar la carrera de orientación, pero esta vez sin pruebas, con pinzas de marcaje.	40 minutos
Momento de despedida	Vuelta a la calma con estiramientos e hidratación.	10 minutos

## **SALIDA EXTRACURRICULAR: Carrera de Orientación**

### **Descripción y Adaptación**

Esta sesión sería totalmente voluntaria dado que es fuera de horario escolar. Se trata de una salida al medio natural para participar en una carrera de orientación oficial organizada por la Diputación Provincial (ver [Anexo 11](#)). Se recogerá a los niños en la Balastera a las 09:15 a.m., una vez hecho el conteo y se haya explicado el transcurso del día se subirán al bus junto a tres docentes para el traslado. Cuando se llegue al espacio, dejarán las mochilas y se procederá a la explicación por parte de la organización, una vez hecho esto, se les adjudicará una hora de salida a cada pareja. Se realizará la carrera y una vez finalizada, se hará una entrega de medallas. Cuando haya concluido la mañana, se subirán de vuelta al bus para proceder a la vuelta a la capital.

Esta propuesta permitirá aplicar de forma real todos los aprendizajes enseñados. Se mantendrán las adaptaciones necesarias para el alumnado que lo requiera: acompañamiento de un adulto o compañeros de referencia en caso necesario.

Se quiere afianzar la autonomía, la autorregulación y la motivación, generando una experiencia positiva en el medio natural para todo el alumnado.

### **Contenidos de la Sesión**

A. Vida activa y saludable.

C. Resolución de problemas en situaciones motrices.

D. Autorregulación emocional e interacción social en situaciones motrices.

F. Interacción eficiente y sostenible con el entorno.

### Objetivos Didácticos

- ☑ Aplicar en un entorno real las habilidades aprendidas en sesiones previas.
- ☑ Fomentar el respeto, cuidado y disfrute del medio natural como espacio educativo y de ocio.
- ☑ Potenciar la motivación y autonomía del alumnado a través de la participación voluntaria en una actividad oficial.

Momento	Explicación	Tiempos
Momento de encuentro	Llegada al punto de partida, conteo de estudiantes, explicación breve del día y subir al bus.	09:15 – 11:00
Momento de construcción del aprendizaje	Llegada al espacio de la carrera, asentarse, escuchar la explicación y realizar la carrera.	11:00 – 13:00
Momento de despedida	Al finalizar, entrega de medallas y vuelta a Palencia.	13:00 – 15:00

### Evaluación

La evaluación de la sesión será **global** y **continua**. El alumnado será evaluado, se autoevaluará y evaluará la actividad en sí.

Para valorar la actividad realizada por los alumnos, así como su evolución durante la misma y conocimientos al respecto, emplearemos un seguimiento a través de un cuaderno de campo (cuaderno de seguimiento), observación directa, y se visualizará el progreso de los estudiantes a través de las tarjetas de control.

Por otra parte, para fomentar el pensamiento crítico en el aula, se les entregará un *Minibook* de Autoevaluación (ver [Anexo 9](#) y ver [Anexo 10](#)), en él aparecerán las diferentes sesiones y según cómo se hayan desenvuelto tendrán que rascar una pegatina para indicar qué cosas han superado y qué no. Además, también responderán preguntas lo que ayudará a saber qué conocimientos han adquirido y/o cuáles hay que reforzar.

Competencias Específicas y Criterios de Evaluación		
Competencia Específica	Criterio de Evaluación	Descriptor
<p>1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, practicando regularmente actividades físicas, lúdicas y deportivas, adoptando comportamientos que potencien la salud física, mental y social, así como medidas de responsabilidad individual y colectiva antes, durante y después de la práctica motriz, para interiorizar e integrar hábitos sistemáticos de actividad física, cuidado del cuerpo y alimentación saludable que contribuyan al bienestar.</p> <p>STEM2, STEM5, CPSAA2, CPSAA5, CE3</p>	<p>1.1 Reconocer la actividad física como alternativa de ocio saludable, identificando desplazamientos activos y sostenibles y conociendo los efectos beneficiosos a nivel físico que posee adoptar un estilo de vida activo.</p>	<p>STEM2, STEM5, CPSAA2</p>
	<p>1.3 Identificar medidas de precaución y prevención de lesiones en relación con la conservación y el mantenimiento del material en el marco de distintas prácticas físico deportivas, conociendo protocolos básicos de actuación ante accidentes que se puedan producir en este contexto.</p>	<p>STEM2, STEM5, CPSAA2, CPSAA5</p>
	<p>1.4 Aceptar la propia imagen corporal y la de los demás, aceptando y respetando las diferencias individuales que puedan existir, superando y rechazando las conductas discriminatorias que se puedan producir en contextos de práctica motriz.</p>	<p>CPSAA2, CPSAA5, CE3</p>

<p>2. Adaptar los elementos propios del esquema corporal, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y</p>	<p>2.1 Participar en proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, empleando estrategias de seguimiento que permitan observar los resultados obtenidos y mejorar el repertorio motriz.</p>	<p>STEM1, CPSAA3, CPSAA5, CE3</p>
<p>coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones, para dar respuesta a las demandas de proyectos motores y de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos de la vida diaria.</p>	<p>2.2 Comprender y resolver situaciones lúdicas, juegos y actividades deportivas, ajustándose a las demandas derivadas de los objetivos motores, de las características del grupo y de la lógica interna de situaciones individuales, de cooperación, de oposición y de colaboración-oposición, en contextos simulados de actuación.</p>	<p>STEM1, CPSAA4, CE1</p>
<p>STEM1, CPSAA3, CPSAA4, CPSAA5, CE1, CE3</p>	<p>2.3 Emplear y comprender los componentes cualitativos y cuantitativos de la motricidad de manera eficiente en distintos contextos y situaciones motrices, adquiriendo un progresivo control y dominio corporal sobre ellos.</p>	<p>STEM1, CPSAA4, CPSAA5</p>

<p>3. Desarrollar procesos de autorregulación e interacción en el marco de la práctica motriz, con actitud empática e inclusiva, haciendo uso de habilidades sociales y actitudes de cooperación, respeto, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias étnico-culturales, sociales, de género y de habilidad de los participantes, para contribuir a la convivencia y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.</p> <p>CCL1, CCL5, CPSAA1, CPSAA2, CPSAA3, CPSAA5, CC2, CC3</p>	<p>3.1 Reconocer los aspectos que dan lugar a una disposición positiva hacia la práctica física y hacia el esfuerzo, controlando las emociones negativas que surjan en contextos de actividad motriz.</p>	<p>CPSAA1, CPSAA2, CPSAA5</p>
	<p>3.2 Respetar las normas consensuadas, así como las reglas de juego, y actuar desde los parámetros de la deportividad y el juego limpio, observando la aportación de los participantes.</p>	<p>CPSAA1, CPSAA3, CC2, CC3</p>
	<p>3.3 Reconocer habilidades sociales de acogida, inclusión, ayuda y cooperación al participar en prácticas motrices variadas, resolviendo los conflictos individuales y colectivos de forma dialógica y justa, y mostrando un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia.</p>	<p>CCL1, CCL5, CPSAA5, CC2, CC3</p>
<p>4. Reconocer y practicar diferentes manifestaciones lúdicas, físico-deportivas y artístico expresivas propias de la cultura motriz, valorando su influencia y sus aportaciones estéticas y creativas a la cultura tradicional y contemporánea,</p>	<p>4.2 Asumir una visión abierta del deporte a partir del conocimiento de distintas ligas femeninas, masculinas o mixtas, acercándose al deporte federado e identificando y rechazando comportamientos contrarios a la convivencia.</p>	<p>CPSAA1, CC3</p>

<p>para integrarlas en las situaciones motrices que se utilizan regularmente en la vida cotidiana.</p> <p>CP3, CPSAA1, CPSAA3, CC3, CE3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4</p>		
<p>5. Valorar diferentes medios naturales y urbanos como contextos de práctica motriz, interactuando en ellos y comprendiendo la importancia de su conservación desde un enfoque sostenible, adoptando medidas de responsabilidad individual durante la práctica de juegos y actividades físico-deportivas, para realizar una práctica eficiente y respetuosa con el entorno y participar en su cuidado y mejora.</p> <p>STEM5, CPSAA2, CC2, CC4, CE1, CE3</p>	<p>5.1 Desarrollar una práctica motriz segura en contextos naturales y urbanos de carácter terrestre o acuático, aplicando medidas de conservación ambiental.</p>	<p>STEM5, CPSAA2, CC4, CE1</p>
	<p>5.2. Manifestar respeto hacia el entorno y el medio natural en los juegos y actividades al aire libre, identificando acciones concretas a su preservación.</p>	<p>STEM5, CC2, CC4, CE3</p>
	<p>5.3 Comprender y resolver situaciones motrices con diversidad de estímulos y condicionantes espacio-temporales, seleccionando y combinando las habilidades motrices básicas y adaptándolas a las condiciones establecidas de forma eficaz.</p>	<p>CC2, CE1, CE3</p>

**Tabla 4.**

Propuesta de Intervención

Nota. Creación Propia

## 6. Discusión y Conclusiones

El desarrollo de este trabajo ha hecho que se afirme cómo el medio natural influye de manera positiva en la motivación y la implicación del alumnado de Educación Primaria en el área de Educación Física. La comparación entre las sesiones realizadas en un entorno cerrado (como el gimnasio) y aquellas desarrolladas al aire libre ha mostrado diferencias notables en la actitud del alumnado. En general, se ha detectado una mayor predisposición, atención e interés cuando las actividades se llevaban a cabo en el medio natural y/o aire libre.

Por lo que respecta a la observación, uno de los aspectos más significativos ha sido el comportamiento del alumnado con necesidades específicas de apoyo educativo. Contrario a lo esperado, el alumno con TDAH diagnosticado y medicado presentó más despistes que la alumna con rasgos, ella mostró una actitud resolutiva y muy eficaz desde el inicio. Este tipo de observaciones refuerza la importancia de no asumir patrones cerrados sobre las NEE y de diseñar propuestas flexibles, ajustadas a las características reales de cada grupo y de cada alumno.

En cuanto a los distintos niveles, se apreciaron diferencias en la motivación y la implicación. El alumnado de 6.º, en su mayoría, no se mostró especialmente entusiasmado con la práctica, más allá de algunos casos puntuales o porque presentaban con anterioridad gran competitividad entre ellos. En cambio, los grupos de 3.º y 4.º mostraron una gran participación, interés y agradecimiento. Se quiere destacar la actitud de ambos grupos, no solo aceptaban las correcciones con una actitud positiva, sino que se interesaba por comprender el porqué de cada indicación, lo cual se conseguía generar un clima de aprendizaje activo y respetuoso.

También se identificaron diferencias claras entre actividades similares realizadas en contextos diferentes. Por ejemplo, se realizó una actividad de “mapas chinos” en el gimnasio (en la Propuesta de Intervención está adaptada a una Gymkana Orientada) resultó confusa y

tediosa para gran parte del grupo, debido a la superposición de líneas de campo y la dificultad para interpretar en el espacio. Sin embargo, cuando esta misma dinámica se adaptó al patio, en un entorno más abierto y estructurado, se percibió una mejora evidente en el disfrute y la comprensión de la tarea.

En relación a la salida, durante la carrera de orientación, a la que asistieron estudiantes de 3.º, 4.º, 5.º y 6.º, se observó una concepción errónea del objetivo: la mayoría entendía que debían “ir contrarreloj”, sin comprender que no se trataba de una prueba de velocidad. Curiosamente, dos alumnos de 3.º fueron quienes mejor se desarrollaron en la actividad, ganaron y disfrutaron intensamente del proceso, asimismo, mientras se procedía a la calificación ellos se divertían jugando, comparado otras personas estaban más pendientes de saber quién ganaba.

Finalmente, resultó muy gratificante observar que, más allá de la propia carrera, el alumnado disfrutaba del entorno natural sin necesidad pantallas o estructuras complejas como puede ser el pabellón. Jugar, pasear y simplemente estar al aire libre se convirtió en una experiencia placentera y deseada. Esta reacción, tan espontánea y auténtica, confirmó el potencial educativo y emocional del contacto con la naturaleza, no solo como recurso didáctico, sino también como de bienestar.

Entre las limitaciones de este trabajo se encuentra que no hubo tiempo para realizar una pequeña intervención dado que era de otra de las especialistas, por lo tanto, no se pudo incluir esas adaptaciones para que todo el alumnado pudiera disfrutar y se pudiera motivar. Al mismo tiempo, hay una dificultad organizativa que implican las salidas al exterior, se presencié cómo muchos docentes no ofrecieron la información sobre la carrera, y cuando la dieron quedaban muy pocos días del evento. Aun así, poder asistir a esa S.A. y a esa salida fue profundamente enriquecedora.

Para concluir, se propone dar mayor continuidad a las actividades realizadas en la naturaleza, integrándolas de forma transversal en el currículo. Asimismo, es fundamental promover una cultura docente que supere el temor a “salir del aula”, reconociendo que el aprendizaje fuera del entorno escolar tradicional puede ser igualmente significativo. Esto lo encontramos en la legislación educativa vigente incluye competencias que respaldan explícitamente este enfoque pedagógico.

Además, como maestros, profesores, docentes, especialistas... hay que seguir indagando en metodologías activas que se enfoquen en el bienestar, la autonomía, la naturaleza que nos rodea como motores del aprendizaje, hay que poner en valor a la Educación Física, como indicó Martínez (1994):

En nuestra sociedad el tratamiento de lo corporal ocupa un lugar secundario en cuanto a la atención educativa que se le presta y la valoración que recibe. Tal vez por la creencia en que el desarrollo físico y motriz depende fundamentalmente de la maduración o que se puede alcanzar tan sólo por la experiencia autónoma [...] (p. 207)

Se tienen que aprovechar las horas que hay de Educación Física en la semana, y se podrían realizar juegos cooperativos constantemente, pero se podría decir que siempre lo que diéramos en esas clases también dependía más de las aficiones particulares del profesor que de un programa explícito (Martínez Álvarez, L., García-Monge, A., & Bores-Calle, N. J. 2015), se debería de indagar más en las propuestas educativas, salir de la zona de confort, y muchas veces se ve implicado por una sencilla cosas: salir del centro escolar.

## 7. Referencias Bibliográficas

- Abardía Colas, F. (2014). *Pedagogía Corporal Meditativa.: La METTASESSION como recurso para una Expresión Corporal Consciente*. Re-Quality SL.
- Archilla Prat, M. T., & Brunicardi, D. P. (2020). Si quiero, puedo. Saltando la brecha de educación en la naturaleza en Infantil. *Cuadernos de pedagogía*, 506, 60-65.
- Arribas Cubero, H. F. (2008). *El pensamiento y la biografía del profesorado de Actividad Física en el Medio Natural: un estudio multicaso en la formación universitaria orientado a la comprensión de modelos formativos* [Tesis Doctoral. Universidad de Valladolid]. <https://uvadoc.uva.es/handle/10324/56>
- Baena Extremera, A., & Baena Extremera, S. (2003). *Tratamiento didáctico de las actividades físicas organizadas en el medio natural, dentro del área de educación física*. *Revista Digital de Educación Física*, 61. Recuperado de: <http://www.efdeportes.com/efd61/afmn.htm>.
- Baena-Extremera, A., Fernández Baños, R. , & Serrano, J. M. (Eds.). (2014). Elaboración de una carrera de orientación para Educación Física en Sierra Nevada (Development of a orienteering race for physical education in Sierra Nevada). *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 25, 136-139.
- Bores Calle, N. J. (2024). Proyecto/Guía docente de la asignatura para el curso 2024-2025. [Material de clase]. Educación Física en el Medio Natural, Universidad de Valladolid, Palencia.

Bühler, D., Fröhlicher, A., Helg, A., Hodel, F., Michel, S., & Weber, J. (2020). *Niño y naturaleza hasta los 6. Para el trabajo en la naturaleza con niñas y niños de hasta 6 años de edad* (A. Kippe, Ed.; M. Knust, Trad.). ERBINAT – Asociación de Experiencias y Educación en la Naturaleza de Suiza. Recuperado de: <https://kutxafundazioa.eus/sites/default/files/2023-08/Guia-Educacion-y-Naturaleza-hasta-los-6-version-web-CIFREP.pdf>

Caballero Blanco, P. (Ed.). (2012). Potencial Educativo De Las Actividades Físicas En El Medio Natural: Actividades De Cooperación Simple. *EmásF. Revista Digital de Educación Física* (Año 4, Número 19).

Casado Mora, J. M. (Ed.). (2010). El Deporte de Orientación en el Ámbito Educativo: Posibilidades Didácticas del Gimnasio I. *EmásF. Revista Digital de Educación Física* (Año 2, Número 7).

Cavero Castro, M. J. (2018). *Las Actividades De Orientación Como Contenido En La Educación Física En Educación Primaria* [Trabajo fin de grado, Universidad de Valladolid]

Consejería de Educación. (Lunes, 19 de junio de 2017). *ACUERDO 29/2017, de 15 de junio, de la Junta de Castilla y León, por el que se aprueba el II Plan de Atención a la Diversidad en la Educación de Castilla y León 2017-2022*. Recuperado de: <https://www.educa.jcyl.es/es/resumenbocyl/acuerdo-29-2017-15-junio-junta-castilla-leon-aprueba-ii-pla>

Consejería de Educación. (Viernes, 30 de septiembre de 2022). *Boletín Oficial de Castilla y León. DECRETO 38/2022, de 29 de septiembre, por el que se establece la ordenación y el currículo de la educación primaria en la Comunidad de Castilla y León*. (“Portal

de Educación de la Junta de Castilla y León”) Recuperado de:  
<https://bocyl.jcyl.es/boletines/2022/09/30/pdf/BOCYL-D-30092022-2.pdf>

del Val Martín, P. (2024-2025). Educación Física en el Medio Natural [Apuntes de clase].

Educación Física en el Medio Natural, Universidad de Valladolid, Palencia.

Funollet, F. (1989). *LAS ACTIVIDADES EN LA NATURALEZA. ORÍGENES Y PERSPECTIVAS DE FUTURO*. Apuntes Educación Física y Deportes

Lázaro Melero, A. (2014, diciembre 14). *El trastorno por déficit de naturaleza*. El Mundo Ecológico. <https://www.elmundoecologico.es/el-trastorno-por-deficit-de-naturaleza/>

Louv, R. (2018). *LOS ULTIMOS NIÑOS EN EL BOSQUE: SALVEMOS A NUESTROS HIJOS DEL TRANSTORNO POR DEFICIT DE NATURALEZA* (B. Valle, Trad.). Capitán Swing Libros, S.L. (Original work published 2005)

Martín Pérez, I. (2023). *El Deporte De Orientación Como Práctica Escolar En Educación Primaria* [Trabajo fin de grado, Universidad de Valladolid].

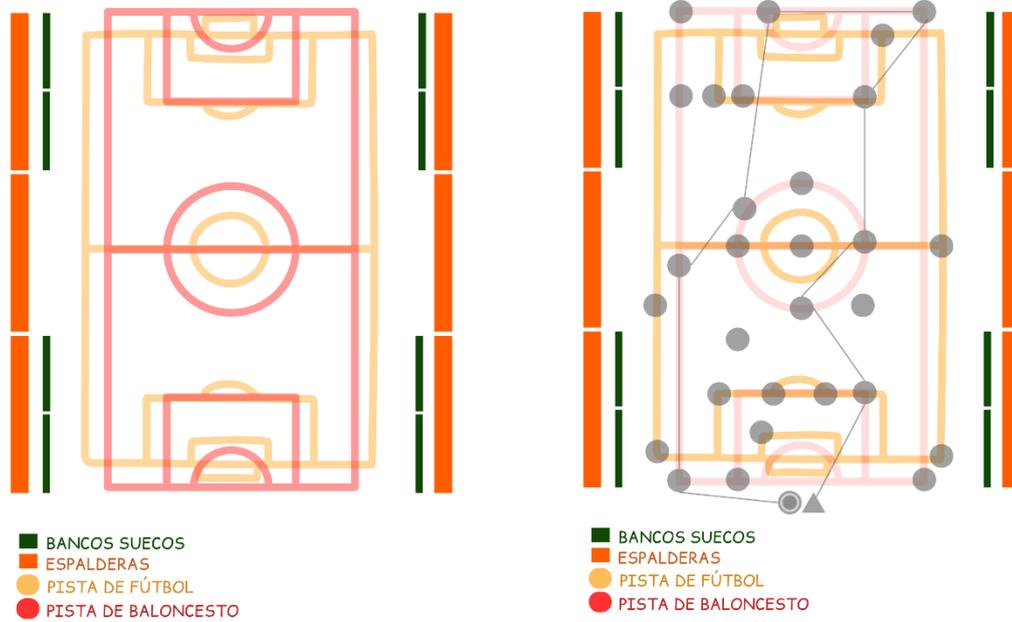
Martínez Álvarez, L. (1994). El ejercicio físico y la salud desde una perspectiva educativa. *Tabanque: Revista Pedagógica*, 9. ISSN: 0214-7742. Recuperado de:  
<http://uvadoc.uva.es/handle/10324/8757>

Martínez Álvarez, L., García-Monge, A., & Bores-Calle, N. J. (Eds.). (2015). *DENTRO DE LA ESCUELA, CON LA ESCUELA ADENTRO: INDAGANDO EN EL PROCESO DE SOCIALIZACIÓN PERSONAL SOBRE EL CUERPO EN LOS RECREOS Y EN LA CLASE DE EDUCACIÓN FÍSICA A TRAVÉS DE UN EJERCICIO DE TRIO-ETNOGRAFÍA*, 22, 143-156. <https://doi.org/10.22456/1982-8918.52310>

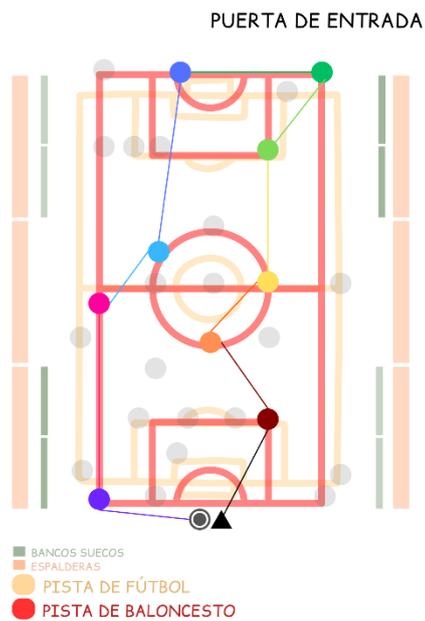
Ordóñez Llorente, C. L. (2025). *Informe de Docencia* [Informe Prácticum II, Mención de Educación Física]. Universidad de Valladolid.

## 8. Anexos

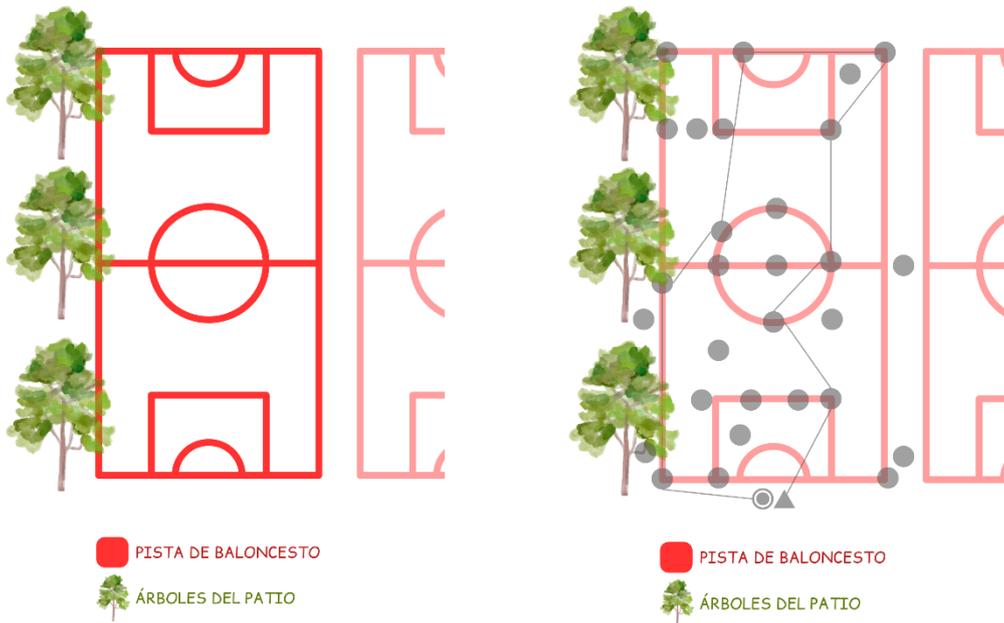
### Anexo 1. Mapas de Orientación de Interior



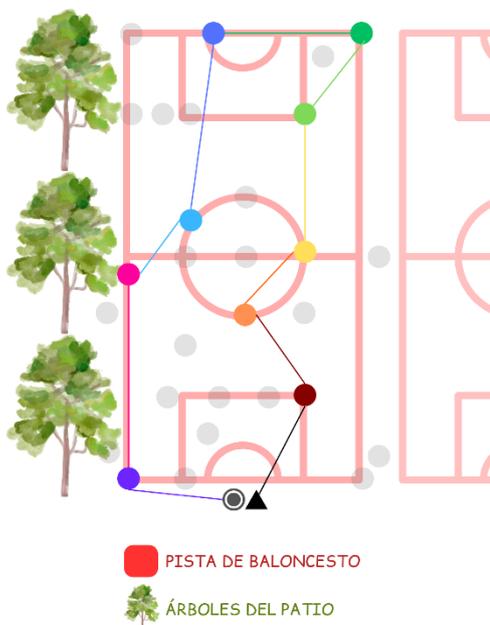
### Anexo 2. Mapa de Orientación de Interior Adaptado



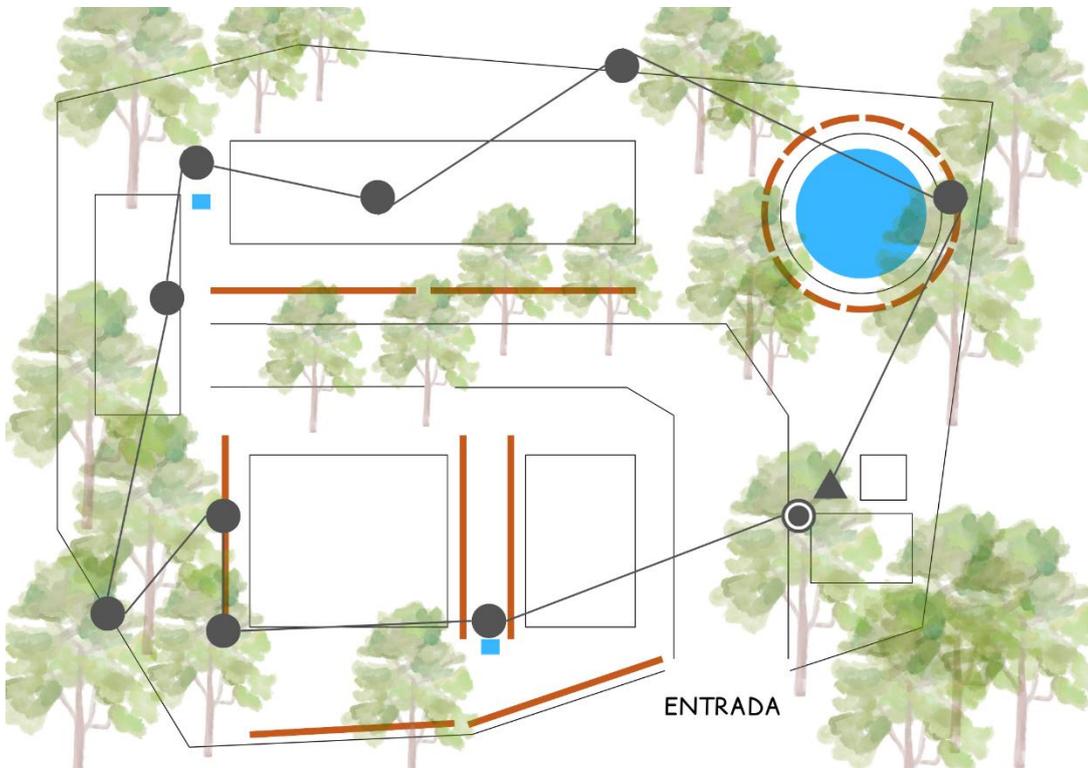
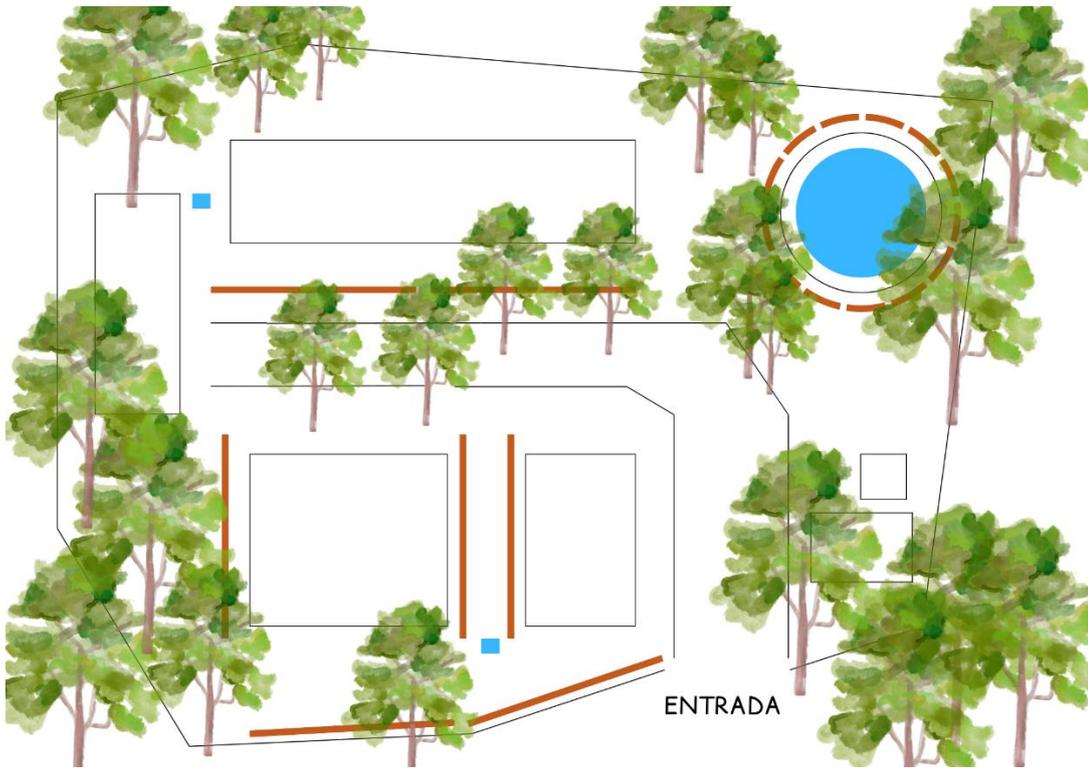
### Anexo 3. Mapas de Orientación de Exterior



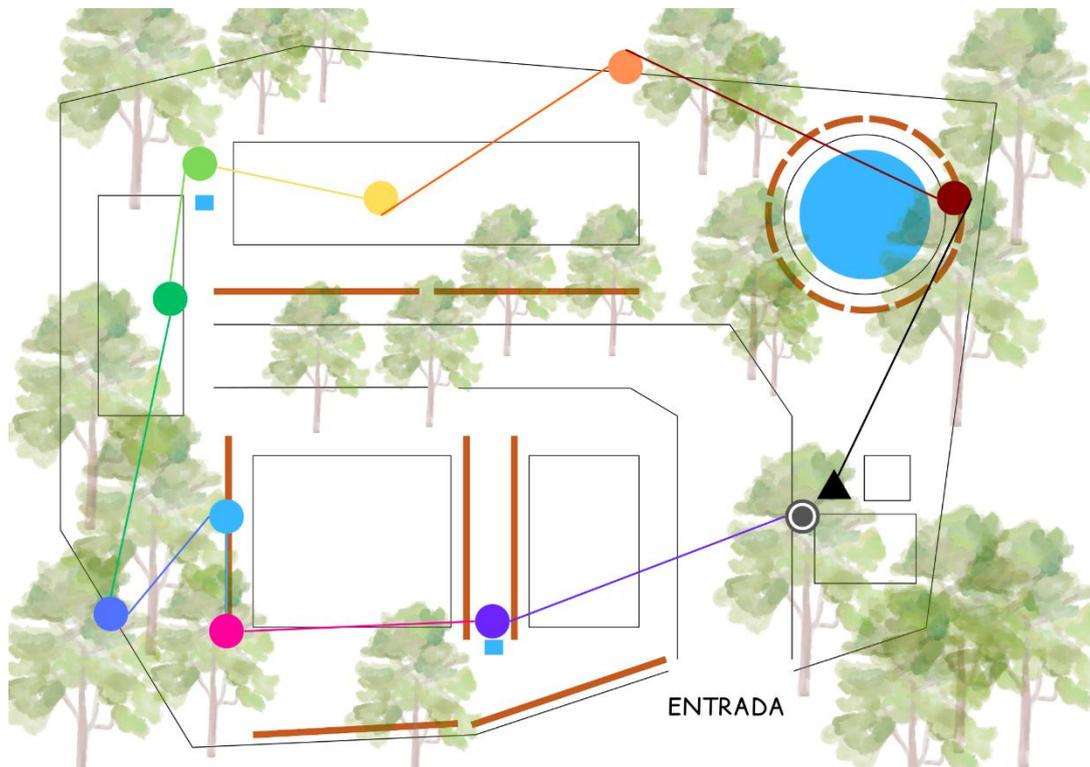
### Anexo 4. Mapa de Orientación de Exterior Adaptado



## Anexo 5. Mapas de Orientación del Parque



## Anexo 6. Mapas de Orientación del Parque Adaptado



## Anexo 7. Tarjeta de Control Base

1	2	3	4	5	6	7	8	9

R	R	R

HORA DE SALIDA:

HORA DE LLEGADA:

NOMBRE Y APELLIDOS:

TIEMPO TOTAL:

## Anexo 8. Tarjeta de Control Adaptada

1	2	3	4	5	6	7	8	9

R	R	R

HORA DE SALIDA:

HORA DE LLEGADA:

NOMBRE Y APELLIDOS:

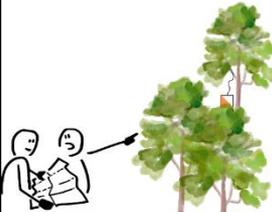
TIEMPO TOTAL:

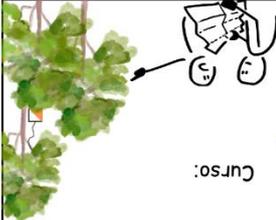
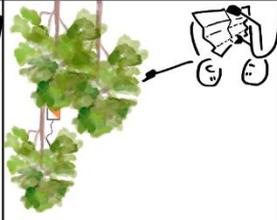
## Anexo 9. Plantilla *Minibook* de Autoevaluación

4	3	2	1
5	6	Final	Portada

1	2	3	4
Portada	Final	6	5

### Anexo 10. Minibook de Autoevaluación

 <p>PLAZO: HASTA EL 28 DE MARZO</p> <p>BALASTERA</p> <p>LLEGADA: 15.00 p.m. -</p> <p>BALASTERA</p> <p>SALIDA: 09.15 a.m. -</p> <p>SÁBADO 5 DE ABRIL</p> <p><b>CARRERA DÉ ORIENTACIÓN</b></p>	 <p>RASCA! <small>1 hoja: 1 punto 2-3 hojas: 2 puntos 4-5 hojas: 3 puntos 6-7 hojas: 4 puntos</small></p> <p>cosas que he hecho en la carrera:</p> <p>Ruta:</p> <p>Paraja:</p>	 <p>RASCA! <small>1-3 puntos: 1 punto 4-6 puntos: 2 puntos 7-8 puntos: 3 puntos 9 puntos: 4 puntos</small></p> <p>gymkana:</p> <p>Cosas que he hecho en la</p> <p>Ruta:</p> <p>Grupo:</p>	 <p>RASCA! <small>1 elemento: 1 punto 2 elementos: 2 puntos 3 elementos: 3 puntos 4 elementos: 4 puntos</small></p> <p>la orientación:</p> <p>Nombre algunos elementos de</p> <p>¿Cuántas cosas se?</p> <p><b>Iniciación</b></p>
<p>Puntúa </p> <p>Iniciación </p> <p>Gymkana </p> <p>Carrera </p>	<p><b>COSAS QUE HE APRENDIDO:</b></p>	<p>[NOMBRE DEL CENTRO ESCOLAR]</p> <p>Curso XX/XX</p> 	<p><b>ORIENTACIÓN</b></p> <p>Nombre y apellidos:</p> <p>Curso:</p> 

 <p>Curso:</p> <p>Nombre y apellidos:</p> 	 <p>Curso XX/XX/XX</p> <p>[NOMBRE DEL CENTRO ESCOLAR]</p>	<p><b>COSAS QUE HE APRENDIDO:</b></p>	<p>Inicio</p> <p>Gymkana</p> <p>Carrera</p> <p>Puntuación</p> 
<p><b>Iniciación</b></p> <p>¿Cuántas cosas se?</p> <p>Nombra algunos elementos de la orientación:</p> <p>-</p> <p>-</p> <p>-</p> <p>-</p>	<p><b>Gymkana</b></p> <p>Grupo:</p> <p>Ruta:</p> <p>Cosas que he hecho en la gymkana:</p>	<p><b>Carrera</b></p> <p>Pareja:</p> <p>Ruta:</p> <p>Cosas que he hecho en la carrera:</p>	<p><b>CARRERA DE RIENTACION</b></p> <p>SÁBADO 5 DE ABRIL </p> <p> SALIDA: 09.15 a.m. - BALESTERA</p> <p> LLEGADA: 15.00 p.m. - BALASTERA</p>
<p>RASCA! 1 elemento 2 elementos 3 elementos 4 elementos</p> 	<p>RASCA! 1-3 pruebas 4-6 pruebas 7-8 pruebas 9 pruebas</p> 	<p>RASCA! Ningún fallo 1-3 fallos 3-6 fallos No se ha acabado la carrera</p> 	<p>PLAZO: HASTA EL 28 DE MARZO </p>

