



# “INTRODUCCIÓN DEL CONTENIDO DE LA ORIENTACIÓN EN EDUCACIÓN PRIMARIA, EN EL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA”



**Grado en Educación Primaria**

**Mención en Educación Física**

**Autor/a: Sandra González  
Palacios**

**Tutor/a: Juan Manuel Gea  
Fernández**

## RESUMEN

**Resumen:** Con el diseño de este trabajo, intento plasmar la orientación como un contenido relevante en Educación Primaria, trabajándolo desde el área de Educación Física. Es un tema muy significativo dentro del currículo, con un carácter interdisciplinar, fundamental para la formación integral del alumnado y necesario para poder desenvolverse en la vida cotidiana. Por ello, he considerado conveniente diseñar una unidad didáctica centrada en la orientación, tratando de enseñar a los alumnos los elementos primordiales, con el objetivo de desarrollar las habilidades y destrezas básicas necesarias para desplazarse por el entorno, trabajándolas tanto dentro como fuera del aula (escuela, medio natural).

**Palabras clave:** Orientación, Educación Física, aprendizaje significativo, naturaleza, escuela.

## ABSTRACT

**Abstract:** With the design of this work, I try to show the orientation as a relevant content in primary education, working it from the area of Physical Education. It is a very significant issue in the curriculum, with an interdisciplinary, fundamental for the integral formation of students and necessary to function in everyday life. Therefore, I have considered suitable to design a UD focused on the orientation, trying to teach students the essential elements with the aim of developing the skills and basic skills indispensable to move around environment, working them both inside and outside the classroom (school, natural environment).

**Keywords:** Orientation, Physical Education, significative learning, nature, school.

*“La primera tarea de la educación  
es agitar la vida, pero dejarla libre para que se desarrolle.*

*María Montessori”.*

*(1870-1952)*

## ÍNDICE:

1. INTRODUCCIÓN.....	4
2. OBJETIVOS.....	5
3. JUSTIFICACIÓN.....	5
3.1. RELEVANCIA DEL TEMA.....	5
4. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA Y ANTECEDENTES.....	8
4.1. LA IMPORTANCIA DE LAS ACTIVIDADES FÍSICAS EN EL MEDIO NATURAL (AFMN) Y SU VALOR EN LA EDUCACIÓN FÍSICA.....	8
4.2. LA ORIENTACIÓN.....	11
4.2.1. Conceptos de orientación.....	11
4.2.2. Diferentes formas de orientarse con elementos naturales.....	13
4.2.3. Importancia de la orientación en la vida cotidiana.....	14
4.3. LA ORIENTACIÓN COMO CONTENIDO EDUCATIVO.....	15
4.4. CONTRIBUCIÓN A LOS ELEMENTOS CURRICULARES CON EL CONTENIDO DE LA ORIENTACIÓN. LA ORIENTACIÓN EN EDUCACIÓN PRIMARIA.....	16
5. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN EDUCATIVA.....	21
5. 1. INTRODUCCIÓN.....	21
5.2. CARACTERÍSTICAS DEL ENTORNO EDUCATIVO.....	21
5.2.1 Comunidad escolar.....	21
5.2.2 La materia de E.F. en el centro.....	22
5.2.3 Alumnado.....	22
5.3. DISEÑO DE LA PROPUESTA.....	23
5.3.1. Título.....	23
5.3.2. Justificación.....	23
5.3.3. Competencias básicas.....	24
5.3.4. Objetivos de área.....	25
5.3.5. Objetivos didácticos.....	26
5.3.6. Contenidos.....	26
5.3.7. Contenidos didácticos.....	28
5.3.8. Metodología.....	29
5.3.9. Recursos materiales.....	30
5.3.10. Interdisciplinariedad.....	30

5.3.11. Temporalización.....	30
5.3.12. Atención a la diversidad.....	30
5.3.13. Actividades ante imprevistos (Climáticos, de organización...)	31
5.3.14. Modelo de sesiones .....	31
5.3.15. Sesiones.....	32
5.3.16. Criterios de evaluación.....	43
5.3.17. Instrumentos de evaluación.....	44
6. CONCLUSIONES FINALES .....	44
7. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....	46
8. ANEXOS .....	49
8.1. TEMPORALIZACIÓN.....	49
8.8.1. Asignación de horas de Educación Física, días adjudicados y horario de temporalización .....	49
8.2. SESIÓN 1 .....	50
8.2.1. PowerPoint .....	50
8.2.2. Diseño de los planos de los alumnos.....	54
8.2.3. Reflexión.....	60
8.3. SESIÓN 2.....	61
8.3.1. Planos del patio y ficha de seguimiento .....	61
8.3.2. Balizas .....	63
8.3.3. Reflexión.....	69
8.4. SESIÓN 3.....	70
8.4.1. Dibujo de la Rosa de los vientos .....	70
8.4.2. Preguntas sobre los puntos cardinales .....	70
8.4.3. Nombre y palabra elegida por cada alumno.....	71
8.4.4. Planos finalizados.....	72
8.4.5. Reflexión.....	78
8.5. SESIÓN 4.....	79
8.5.1. Elementos más significativos del parque .....	79
8.5.2. Letras distribuidas por el entorno natural.....	82
8.5.3. Reflexión.....	88
8.6. SESIÓN 5.....	89
8.6.1. Piezas del puzle .....	89
8.6.2. Pistas .....	91

8.6.3. Plano del parque (puzle formado) .....	102
8.6.4. Reflexión .....	102
8.6.5. Ficha de autoevaluación .....	103
8.7. FICHA DE EVALUACIÓN DE LA U.D .....	105

# 1. INTRODUCCIÓN

Con este trabajo fin de grado (TFG) se pretende desarrollar una unidad didáctica (UD) de orientación para el alumnado de tercer ciclo de Educación Primaria y mostrar la importancia que posee ésta en el ámbito educativo y en particular en el área de Educación Física (EF), abordando los contenidos hacia un conocimiento básico de aquellos aspectos relevantes en orientación, reforzando a su vez la adquisición de competencias tales como aprender a aprender, por medio de aprendizajes autónomos y la autonomía personal, de forma que la interacción con el mundo físico y el entorno que les rodea resulte lo más eficaz y pedagógico posible, consolidando los aprendizajes y transferencias con otras materias como Conocimiento del Medio, dentro de un plan educativo integrador como propone el sistema educativo.

La orientación no es un contenido único a tratar por la EF, ya que hay otras áreas en las que se debe trabajar como por ejemplo, Conocimiento del Medio, ya mencionado anteriormente. Por lo que no se trabaja únicamente la motricidad del alumnado. Este contenido es un recurso muy global y significativo para el aprendizaje de los alumnos.

En el apartado de la justificación aparece el porqué sobre la elección de este tema “la orientación”. Lo consideramos un contenido imprescindible para el progreso del niño/a, ya que en este ámbito se desarrollan todas las competencias necesarias para adquirir los conocimientos que el alumno necesita para su desarrollo integral.

Además, pretendo exponer, que el tema de la orientación no necesita materiales y herramientas complejas para poder llevarse a cabo, sino todo lo contrario, en todos los centros educativos podemos disponer del tipo de material necesario para realizar una actividad de orientación, así como todo profesor de Educación Física es capaz de organizar y adaptar sus clases y actividades para trabajar dicho contenido con sus alumnos, preparando mapas y espacios para ello.

Puede trabajarse tanto en el aula, partiendo de lugares conocidos, realizando actividades simples, como en el medio natural, ejecutando salidas al entorno cercano al centro, espacio semidesconocido, desarrollando actividades más complejas. Todo centro educativo y docente de Educación Física debe tener accesibilidad a trabajar actividades de orientación y transmitir a los alumnos la importancia de las mismas.

## 2. OBJETIVOS

Con el presente trabajo se pretende contribuir a desarrollar una serie de objetivos. Estos transmiten información sobre aquello que se pretende conseguir al finalizar este trabajo.

- Mostrar y desarrollar una propuesta de orientación en el Educación Primaria como alternativa de práctica de actividad física en el alumnado.
- Investigar la accesibilidad del deporte de orientación tanto dentro del aula, como en el medio natural.

Una vez confeccionados los objetivos del trabajo se pasa al desarrollo de marco teórico.

- Aplicar y perfeccionar las habilidades y destrezas adquiridas para lograr la interacción con el entorno físico que le rodea de una forma segura y eficaz, generando un interés por el respeto y cuidado del medio natural.

## 3. JUSTIFICACIÓN

### 3.1. RELEVANCIA DEL TEMA

Considero de gran interés trabajar el tema de la orientación en Educación Física, ya que es poco conocido especialmente en este ámbito, siendo un contenido muy significativo y necesario para nuestra vida cotidiana.

De acuerdo con Molina (2009), las actividades en el Medio Natural (AMN) como parte de la carga curricular en Educación Primaria, a veces no se trabajan de manera adecuada debido a distintos factores, como falta de espacios apropiados o dificultades en el entorno.

Si entendemos las actividades en el MN y en concreto la orientación como dice Molina basándose en (Álvarez, 1995):

Proceso sistemático de ayuda, dirigida a todas las personas en período formativo, de desempeño profesional y de tiempo libre, con la finalidad de desarrollar en ellas aquellas conductas vocacionales que les preparen para la vida adulta, mediante una intervención continuada y técnica, basada en los principios de prevención, desarrollo e intervención social con la implicación de los agentes educativos y socio-profesionales. (p.22)

Deberíamos abordar adecuadamente los contenidos relacionados con este bloque, para completar los objetivos plasmados en el Decreto 40/2007, de 3 de mayo.

Desde mi punto de vista, como futura maestra de Educación Física, considero de especial interés el incremento de estos contenidos para el desarrollo de las competencias de nuestros alumnos.

Todas ellas son imprescindibles para el progreso del niño/a y en este ámbito se desarrollan todas ellas. La orientación tiene un componente interdisciplinar muy importante, ya que nos brinda la posibilidad de realizar multitud de actividades relacionadas con ella, tratando a la vez diversos aspectos concernientes a otras áreas de conocimiento: Matemáticas (dimensiones, nociones espaciales y temporales, etc.), Lengua Castellana y Literatura (intercambios comunicativos, vocabulario específico, etc.), Conocimiento del Medio Natural, Social y Cultural (situación en el entorno, interpretación de planos y mapas, etc.), Educación Artística (dibujo de planos, balizas, etc.). Como bien dicen Martín Carrasco y Domínguez Díaz (2006) cuando conservan que la orientación no solamente sirve para ser trabajada en el área de Educación Física, sino de forma interdisciplinar, con otras materias y temas transversales.

Sería conveniente mostrar e integrar estos contenidos en la EF, con el fin de que los alumnos/as vayan aprendiendo a posicionarse en el espacio. Continuando con este proceso en edades posteriores y adquiriendo un conocimiento superior, de forma que consigan desarrollar habilidades que les permitan desenvolverse tanto dentro como fuera del aula tal y como proponían los “Sistemas Naturales” en el siglo XVIII, mostrando cierto interés hacia el desarrollo de la formación integral dentro de un contexto de acercamiento y sensibilización hacia la naturaleza (González, Madrera y Salguero, 2004).

También debemos tener en cuenta, que la orientación es un deporte como otro cualquiera y que el alumnado podría practicarlo perfectamente de manera extraescolar, el principal problema es que muy pocos conocen su existencia por lo que terminan realizando deportes “típicos” y que están mucho más publicitados como baloncesto, fútbol y voleibol. Los profesores de Educación Física, deberían enseñar a sus alumnos otras alternativas deportivas interesantes y saludables aparte de las habituales, como es el caso de la orientación, una actividad que puede ser practicada de forma real en el MN, en la que se trabaja la cooperación y se desarrollan las aptitudes cognitivas, sociales y afectivas además de las motrices. Por otro lado, resulta una herramienta útil más allá de las sesiones de Educación Física, puesto que en la vida cotidiana necesitamos simplemente para desplazarnos.

Es una actividad bastante completa, que posee una gran cantidad de conocimientos que considero necesarios para la formación integral del alumno/a. No solamente tiene finalidad educativa, sino también una función lúdica, que atrae y motiva. Es adecuado para ambos sexos y no importa la condición física para poder practicarlo con superación.

Además es de gran relevancia, el gran peso que poseen sobre este tema de la orientación las tecnologías de la información y la comunicación (TICs). A través de presentaciones, nos ayudan a diseñar mapas y nos facilitan recursos necesarios para trabajar dicho tema y conocer todo lo relacionado con él. Así posteriormente, a la hora de ponerlo en práctica, esto te posibilitará el manejo de los mapas en tus rutas (medio natural, ciudad). El aprendizaje con este tipo de herramientas, es más dinámico y atractivo, de forma que los alumnos/as obtienen un aprendizaje mayor y muy significativo.

## 4. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA Y ANTECEDENTES

### 4.1. LA IMPORTANCIA DE LAS ACTIVIDADES FÍSICAS EN EL MEDIO NATURAL (AFMN) Y SU VALOR EN LA EDUCACIÓN FÍSICA

Las AFMN actualmente son más practicadas y van evolucionando en el ámbito educativo. Hace unos años atrás este tipo de actividades eran prácticamente desconocidas por muchos docentes especializados en Educación Física, no eran conscientes de la gran trasmisión de valores que pueden aportar al alumnado, a la educación formal. Las Actividades en la Naturaleza además de tener un fin educativo, poseen un fin deportivo. El ejercicio físico en la Naturaleza contribuye al desarrollo de las capacidades motrices, destrezas, habilidades básicas del alumnado.

Las AFMN son entendidas de forma muy distintas como recogen Baena y Baena (2003) hablando de ellas como el "conjunto de actividades de carácter interdisciplinar que se desarrollan en contacto con la naturaleza, con finalidad educativa, recreativa y deportiva, con cierto grado de incertidumbre en el medio" (Baena y Baena, 2003, p.1). Dentro de estas actividades, desde una perspectiva más educativa motrizmente, (Baena y Baena 2003), también las agrupan como:

Educación física al aire libre, centrándose en el conjunto de conocimiento, habilidades, destrezas. Técnicas y recursos que permiten desenvolverse o practicar actividades físicas/lúdicas/deportivas en la naturaleza, con seguridad y con el máximo respeto hacia su conservación; disfrutando, compartiendo y educándose en ella. (p.1)

De acuerdo con la definición de Miguel (2001) las Actividades Físicas en el Medio Natural (A.F.M.N.) son "aquellas actividades eminentemente motrices llevadas a cabo en un medio natural con una clara intención educativa" (p.47).

Algunos de los valores educativos de las AFMN según Baena y Baena (2003):

Relacionados con aspectos Metodológicos:

- Ayuda a los alumnos a sentirse protagonistas, activos en su proceso constructivo de aprendizaje.
- Son un marco ideal para la enseñanza mediante búsqueda.
- Presentan un carácter global. Y se aconseja que tengan un tratamiento interdisciplinar.

Relacionados con la Educación Física:

- Mejoran los mecanismos perceptivos, de decisión y ejecución.
- Contribuyen en la educación de los alumnos para que sean capaces de escoger la actividad física como medio de ocupación de su tiempo libre.
- Mejoran el desarrollo motor, por tratarse de comportamiento motores específicos.

Algunos autores como Freire (2011) aseguran que:

El contacto con la naturaleza es tan importante para la salud física de los niños como para su aprendizaje: a través de sus sentidos, de sus cuerpos, incorporan conocimientos que constituyen las bases de una memoria duradera, y son esenciales para su vitalidad. (Freire, 2011, p.85)

Por otra parte Torres Guerrero (1999) refiriéndose al medio natural afirma lo siguiente:

Los espacios naturales nos pueden proporcionar la adquisición de hábitos saludables que permitan sentir satisfacción con la propia identidad corporal de la persona, la cual será el vehículo de expresión y comunicación consigo mismo y con los demás, dotándoles con las habilidades, destrezas y recursos necesarios para desenvolverse en el medio que permita la proyección del movimiento, lo cual conducirá a una mejora de su calidad de vida. (p.75)

Las posibilidades educativas de las A.F.M.N. más destacables basándonos en Santos y Martínez (2008) son las siguientes:

- “Su contribución a la educación integral.
- Posibilitan un aprender haciendo (aprendizaje significativo).
- Desarrollan la autonomía.
- Conocer y respetar el medio” (Santos y Martínez, 2008, p.29).

Respecto a la planificación por parte del docente, Gómez se refiere a las actividades en el medio natural de la siguiente manera:

Las actividades en la naturaleza permiten al docente planificar situaciones en las que el alumno deba enfrentarse a una situación desconocida, lo que ineludiblemente obliga a éste, casi de forma automática, a trabajar en equipo, lo que potencia el sentido de pertenecer a un grupo. (Gómez, 2003, p.81)

La relevancia de las AFMN también está presente en el Decreto 40/2007, de 3 de mayo, dónde uno de los objetivos de Educación Primaria es “conocer y valorar su entorno social, natural y cultural, situándolo siempre en su contexto nacional, europeo y universal, así como las posibilidades de acción y cuidado del mismo e iniciarse en el conocimiento de la geografía de España y de la geografía universal”.

También podemos apreciar los diferentes apartados que están relacionados con las AFMN en el área de Educación Física.

- **Objetivos:**

9. Realizar actividades en el medio natural, de forma creativa y responsable, que tengan bajo impacto en el ecosistema, conociendo el valor del medio natural y la importancia de contribuir a su conservación, protección y mejora.

- Contenidos:

- Bloque 5: Juegos y actividades deportivas

- Segundo ciclo:

-Preparación y realización de alguna actividad fuera del recinto escolar, aprendiendo a conocer, valorar, disfrutar y respetar el medio natural.

- Tercer ciclo:

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

- Criterios de evaluación:

- Segundo ciclo:

10. Conocer el papel que desempeñan el contexto sociocultural y el entorno natural en el origen y transmisión de los juegos populares y tradicionales de Castilla y León.

Dicho todo lo anterior, estoy de acuerdo con Granero y Baena (2007) cuando se refieren al medio natural como el mejor espacio para trabajar las actividades físicas, considerándolo como el aula de mayor aprendizaje y posibilidades educativas.

## **4.2. LA ORIENTACIÓN**

### **4.2.1. Conceptos de orientación**

Diccionario de la Real Academia Española (DRAE) define el concepto de orientación como “posición o dirección de algo respecto a un punto cardinal” (Real Academia Española, 2014).

García y Quintana (2005) afirman que la orientación: “es el conjunto de sistemas que nos permite conocer en cada momento:

- La situación de los puntos cardinales;
- El lugar donde nos hallamos;
- La dirección a tomar para llegar al lugar deseado” (García y Quintana, 2005, p.72).

Como rotula Rodríguez Boggia (2002) al percibir el espacio con los sentidos somos conscientes del sitio en el que nos encontramos, siendo de este modo capaces de orientarnos en el espacio. Por ello, dependiendo de la información que obtengamos a través de los sentidos, nuestra percepción de la orientación será distinta. Para lo tanto, es de vital importancia distinguir entre la percepción que tenemos de nuestro propio cuerpo, corporalidad, y la percepción del espacio que nos rodea, espacialidad y temporalidad, (nociones de distancia como “cerca” y “lejos”, situación de unos objetos respecto de otros, etc.). La percepción del espacio va mejorando a medida que aumenta la práctica, con nuestra propia experiencia, poco a poco seremos capaces de desplazarnos por si solos, por diversos espacios más o menos conocidos, ya sean urbanos o naturales.

Si nos centramos en la orientación como deporte, podemos basarnos en la Federación Española de Orientación (FEDO). La orientación es una actividad deportiva que requiere constantemente exigencias físicas e intelectuales, ya sea practicada como juego, como entretenimiento o competición. Se define como “una carrera individual sobre terreno variado con un recorrido determinado por una serie de controles que el deportista debe descubrir por itinerarios elegidos por él mismo, sirviéndose únicamente de un mapa y una brújula” (FEDO, 2013, p.4).

Basándome en Querol (2003) la orientación en Educación Física debemos proyectarla como una actividad que proporcionara a los alumnos desenvolverse con mayor autonomía e iniciativa personal en el medio natural; que les ayudara a descubrir y ampliar sus conocimientos aumentando su variedad de actividades de ocio y que les permitiera conocer en mayor o menor medida un deporte que era desconocido para la mayoría de la población.

#### 4.2.2. Diferentes formas de orientarse con elementos naturales

“Orientarse es saber dónde estamos, ser capaces de identificar el terreno que nos rodea y elegir el mejor camino para llegar al sitio elegido” (García y Quintana, 2005, p.71).

Atendiendo a García y Quintana (2005) orientarse en el medio natural significa, detectar referencias (naturales o artificiales) que nos ayuden a descubrir nuestra posición y encontrar la dirección adecuada que debemos seguir.

Existen diversas formas de orientarnos. Antiguamente los hombres primitivos eran nómadas y para desplazarse de un lado a otro en busca de alimentos para poder sobrevivir (cazar, pescar, trepar...), se orientaban en el medio a través de elementos naturales. Estas técnicas eran primordiales para la supervivencia en el MN. En esa época no había mapas, brújulas y aprendieron a orientarse en el espacio de este modo.

Continuando con estos mismos autores García y Quintana (2005), establecen diferentes elementos naturales para la orientación en el espacio, tales como: las estrellas, el sol, la luna, la sombra de un palo, los nidos de los pájaros, los anillos de los árboles, etc.

##### **Por el sol**

La salida y la puesta del sol también son una referencia de orientación. Sabemos que el sol sale por el Este y se pone por el Oeste. Por lo tanto, si nos orientamos de frente a la salida del sol con los brazos en forma de cruz, el Norte nos quedará siempre a nuestra izquierda, a nuestra espalda quedaría el Oeste y a la derecha el Sur.

##### **Por las estrellas**

Por la noche, si el cielo está despejado, podemos guiarnos por las estrellas, es bastante eficaz.

La estrella Polar indica siempre el Norte. No obstante, es sencillo guiarse por la Osa Mayor para localizar el punto donde se encuentra la estrella Polar. Para ello sólo tenemos que prolongar cinco veces la distancia que separa las tres estrellas frontales de la Osa Mayor.

Para localizar el Sur, en el hemisferio Sur se encuentra la estrella guía denominada "Cruz del Sur", una constelación con forma de cometa.

Si prolongamos la longitud de la cometa cuatro veces y media, el punto imaginario que localicemos indicará siempre el sur.

#### **Por la luna**

La luna puede suministrarnos también cierta información para ubicarnos en el espacio. Cuando está en fase creciente, simula una "D" y las puntas señalan siempre hacia el Este y cuando está en menguante, simula una "C" y sus picos apuntan hacia el Oeste. La luna nos engaña, ya que la forma de "D" es creciente y la figura con forma de "C" es decreciente.

#### **Por las aves**

En Otoño-Invierno emigran al Sur y en Primavera-Verano al Norte.

#### **Por los Anillos de los árboles.**

En el lateral donde los anillos están más contiguos, suele ser la que indica hacia donde está el Norte y por el contrario aquel lateral donde los anillos están más alejados unos de otros, indica el Sur.

El desplazamiento es indispensable y sin técnicas de orientación nos resultaría complejo.

#### **4.2.3. Importancia de la orientación en la vida cotidiana**

Freire (2011) defiende la idea que las personas necesitamos orientarnos en el espacio y es algo esencial en la vida de los humanos. Para poder desplazarnos a cualquier lugar, bien andando, corriendo, en transporte... bien a zona urbana o rural, necesitamos conocer cómo y hacia donde debemos dirigirnos, para ello requerimos de mapas, señales, símbolos, así como saber interpretar y colocar los diferentes métodos, sirviéndonos de guía para nuestro desplazamiento.

Comparto la opinión de Caballero García (2002) en gran cantidad de ocasiones no somos conscientes que para trasladarnos de un punto a otro, siempre tenemos presente el concepto de orientación. Por ejemplo, cuando vamos desde nuestra casa al parque, precisamos cuál es el recorrido que debemos hacer para poder llegar al punto de partida, para todo ese tipo de situaciones hace falta la orientación.

### 4.3. LA ORIENTACIÓN COMO CONTENIDO EDUCATIVO

Siguiendo las indicaciones de García y Quintana (2005), la puesta en práctica de la orientación en el entorno escolar muestra las siguientes características:

- >Permite una aproximación lúdica al entorno natural y un mayor conocimiento y respeto de éste.
- >No tiene por qué haber un objetivo competitivo de búsqueda de rendimiento.
- >Se presta a un enfoque lúdico en la línea de aprender jugando y probando, provocando un mayor grado de diversión y motivación.
- >Es una actividad facilitadora de integración (grupos heterogéneos y mixtos).
- >Permite el desarrollo de la resistencia cardiovascular, mejorando la condición física general y la salud.
- >Permite un trabajo globalizador, integrando los componentes conceptuales, procedimentales y actitudinales de la enseñanza.
- >Es una actividad en la que adquiere vital importancia la capacidad de toma de decisiones; a la vez es fundamental la percepción de las diferentes situaciones, buscando siempre la relación entre la realidad y el plano.
- >Fomenta la autoconfianza y autoestima del sujeto, pues necesita enfrentarse a la responsabilidad de tomar decisiones propias.
- >Es una actividad que permite un planteamiento interdisciplinar (con otras materias).
- >Presenta una oferta real a los tiempos de ocio. (García y Quintana, 2005, p.71)

#### **4.4. CONTRIBUCIÓN A LOS ELEMENTOS CURRICULARES CON EL CONTENIDO DE LA ORIENTACIÓN. LA ORIENTACIÓN EN EDUCACIÓN PRIMARIA**

En el Decreto 40/2007, de 3 de mayo, hay abundancia de referencias a la orientación espacial y a los conceptos relacionados con ella. Haciendo un recorrido por el Decreto, se pueden extraer algunos ejemplos encontrados en las diversas materias de Educación Primaria:

##### **Área de Matemáticas:**

- Objetivo:

5. Elaborar y utilizar instrumentos y estrategias personales de cálculo mental y medida, así como procedimientos de orientación espacial, en contextos de resolución de problemas, decidiendo, en cada caso, las ventajas de su uso y valorando la coherencia de los resultados.

- Contenidos:

➤ Bloque 3. Geometría. La situación en el espacio, distancias y giros.

- Primer ciclo:

- Interpretación y descripción verbal de croquis de itinerarios y elaboración de los mismos.

- Segundo ciclo:

- Localización precisa de elementos en el espacio.
- Representación elemental de espacios conocidos: planos y maquetas.

Descripción de posiciones y movimientos en un contexto topográfico.

- Interpretación de croquis y planos sencillos.

- Tercer ciclo:

- La representación elemental del espacio, escalas y gráficas sencillas.

- Criterios de evaluación:

- Primer ciclo:

- 14. Expresar correctamente la localización de un objeto en el espacio.

- 15. Describir el desplazamiento de un objeto en el espacio en relación a sí mismo, utilizando los conceptos de izquierda-derecha, delante-detrás, arriba-abajo, cerca-lejos y próximo-lejano.

- Segundo ciclo:

- 14. Situar y expresar correctamente la localización de un elemento en un croquis o en un plano sencillo.

- Tercer ciclo:

- 23. Interpretar una representación espacial (croquis de un itinerario, plano de casas y maquetas) realizada a partir de un sistema de referencia y de objetos o situaciones familiares.

### **Área de Conocimiento del Medio Natural, Social y Cultural.**

- Objetivo:

- 10. Interpretar, expresar y representar hechos, conceptos y procesos del medio natural, social y cultural mediante códigos numéricos, gráficos, cartográficos y otros.

- Contenidos:

- Bloque 1. Geografía. El entorno y su conservación.

- Primer ciclo:

- La orientación mediante la observación de elementos del medio físico: nociones básicas.

- Segundo ciclo:

- Orientación en el espacio. Los puntos cardinales y la brújula. Uso de croquis, planos y mapas.

- Tercer ciclo:

-Representación a escala de espacios conocidos. Diferentes representaciones sobre un mismo espacio (planos, fotografías aéreas y otros medios tecnológicos). Planificación de itinerarios.

- Criterios de evaluación:

- Segundo ciclo:

7. Utilizar las nociones espaciales y la referencia a los puntos cardinales para situarse en el entorno, para localizar y describir la situación de los objetos en espacios delimitados. Utilizar planos y mapas con escala gráfica para orientarse y desplazarse.

- Tercer ciclo:

7. Utilizar e interpretar representaciones gráficas del espacio.

Además existe una vinculación con **las áreas de Lengua Castellana y Literatura** (intercambios comunicativos con el resto de compañeros, vocabulario específico relacionado con el tema de la orientación, etc.) y **Educación Artística** (diseño de planos, balizas, etc.).

En cuando al **área de Educación Física**, que es en la materia que nos debemos centrar, aparecen los siguientes apartados asociados con la orientación:

- Contenidos:

➤ Bloque 1: El cuerpo: imagen y percepción

- Primer ciclo

-Consolidación de la lateralización corporal: dominio de la orientación lateral del propio cuerpo; introducción al reconocimiento de la orientación lateral de los otros.

- Orientación de los objetos en el espacio con respecto a sí mismo.

- Segundo ciclo

-Reconocimiento de la izquierda y derecha en los demás y en los objetos. Orientación de personas u objetos en relación a un tercero.

-Organización del espacio de acción: perspectivas; medida de intervalos en unidades de acción asociadas a las habilidades básicas y complejas; ajuste de trayectorias en la impulsión o proyección del propio cuerpo o de otros objetos.

- Tercer ciclo

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

- Criterios de evaluación

- Primer ciclo:

2. Ser capaz de adaptar la ejecución de las habilidades adquiridas al espacio disponible, ajustando su organización temporal a los requerimientos del entorno.

- Segundo ciclo

2. Ser capaz de adaptar la ejecución de las habilidades, o de una secuencia de las mismas, al espacio disponible, ajustando su organización temporal a los requerimientos del entorno.

- Tercer ciclo:

2. Ser capaz de anticipar la configuración espacio-temporal del movimiento a ejecutar y, en su caso, del entorno para ajustar sus respuestas a los requerimientos de la misma.

1. Adaptar espacio-temporalmente las estructuras dinámicas de coordinación adquiridas y otras de nueva adquisición, ajustando las mismas, o sus combinaciones, a contextos específicos progresivamente más complejos.

## **5. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN EDUCATIVA**

### **5.1. INTRODUCCIÓN**

Esta U.D muestra a los alumnos aquellos aspectos más relevantes para conocer y vivenciar diferentes aplicaciones y experiencias relacionados con la orientación y la importancia que tiene esta, tanto para el desarrollo de los contenidos de EF, como para la interrelación de los alumnos con el entorno que les rodea. Está dirigida al alumnado del tercer ciclo de Educación Primaria, concretamente a sexto, y aunque se desarrollará en la asignatura de Educación Física. También se tratan de forma transversal contenidos de otras áreas como Plástica o Conocimiento del Medio, trabajando así la interdisciplinariedad y la transferencia de aprendizajes entre ellas.

### **5.2. CARACTERÍSTICAS DEL ENTORNO EDUCATIVO**

La U.D será realizada en el CEIP “Fray Juan de la Cruz”, en Segovia.

#### **5.2.1 Comunidad escolar**

El C.E.I.P. “Fray Juan de la Cruz”, antigua escuela Aneja, se encuentra situado en el casco histórico de la ciudad de Segovia. Es un centro docente que ofrece su actividad a la sociedad como un servicio público. Posee una sola línea por ciclo, a excepción del tercer ciclo (5º y 6º) que se mantiene con dos. El número total de alumnos matriculados en el centro es de 178, cursando Educación Primaria 136.

En cuanto a los espacios e instalaciones del centro, podríamos decir que son bastante amplios, el centro dispone de tres edificios (dos para Educación Primaria y uno para Educación Infantil) junto con tres patios, uno para los alumnos de Educación Infantil y otros dos para los de Educación Primaria; además de un gimnasio, por lo que las actividades realizadas han podido desarrollarse correctamente en dichos espacios.

### **5.2.2 La materia de E.F. en el centro**

El área de Educación Física posee gran importancia en el centro. Continuamente está en funcionamiento la organización de actividades extraescolares extracurriculares por parte del centro, tratando de fomentar la actividad física, animando y motivando a los alumnos a practicar ejercicio también fuera del horario escolar.

Participan en campeonatos deportivos escolares de voleibol, baloncesto, fútbol sala, orientación, etc. Todos los fines de semana existen programaciones de actividades para los alumnos/as del centro y un alto número de ellos contribuyen a la realización de las mismas.

Por otro lado, también se establecen partidos de baloncesto en los recreos, en el gimnasio del centro, entre los diferentes cursos de Educación Primaria, supervisados por un profesor.

También, se organizan jornadas saludables, promoviendo una alimentación equilibrada y completa.

Todo ello favorece la relevancia que el centro da a esta materia y lo significativo que resulta promover el ejercicio físico y la alimentación sana entre los alumnos/as desde las edades tempranas.

### **5.2.3 Alumnado**

Una característica fundamental de dicho centro es su situación de colegio preferente para alumnos con problemas motores de Segovia. Esto influye en el tipo de alumnado y en los recursos humanos que posee el centro: Ayudante Técnico Educativo ATEs, fisioterapeuta, maestros de apoyo, etc. Atiende a las etapas educativas de Educación Infantil y Educación Primaria.

La clase donde se desarrollará esta U.D, 6º A de Educación Primaria, está formada por 19 alumnos (11 niños y 8 niñas), dentro de los cuales nos encontramos con una alumna que posee NEE, tiene discapacidad motora de Steiner (distrofia muscular) y lentes gruesas por hipermetropía, que necesitará algunas adaptaciones para poder realizar las diferentes actividades planteadas. Esta pasará a ser colaboradora externa de los procesos y teniendo un papel de apoyo y colaboración constante del docente.

Dentro de este grupo clase, he podido observar las capacidades y limitaciones que tienen los diferentes alumnos en las clases de Educación Física.

Respecto al tema de la orientación, debido a la participación en las actividades extraescolares, tenía cierta constancia de que, por lo general, todo el grupo clase se manejarán los conocimientos sobre el tema, aún así se comenzará la propuesta desde cero, partiendo de los contenidos básicos necesarios para su realización, por si hubiese algún alumno/a que no lo comprende y nunca lo ha trabajado.

### **5.3. DISEÑO DE LA PROPUESTA**

#### **5.3.1. Título**

*“Me ubico dentro y fuera del colegio”*

#### **5.3.2. Justificación**

Con esta U.D. se pretende desarrollar una actividad física motivadora y divertida para nuestro alumnado. Aprovechando la gran motivación del alumnado hacia los deportes alternativos, se pretende aumentar su bagaje motriz y fomentar un hábito físico-deportivo saludable y lúdico que les ayude a ocupar su tiempo libre y de ocio en la realización de actividades físicas diversas (condición física, deporte, actividades en la naturaleza,...).

Además, se pretende innovar en la enseñanza de contenidos tradicionales dentro de la asignatura de E.F., mediante el desarrollo de una actividad recreativa donde nuestros alumnos/as pueden demostrar gran cantidad de valores y actitudes (cooperación, compañerismo, aceptación de sí mismo, solidaridad, responsabilidad,...) y donde el aspecto competitivo deja paso al aspecto recreativo y de autosatisfacción.

En líneas generales, con esta U.D. pretendemos que los alumnos conozcan las distintas actividades que se pueden llevar a la práctica en el medio natural, se inicien en técnicas básicas de orientación, respeten el medio ambiente y contribuyan a su conservación.

### 5.3.3. Competencias básicas

Dentro del Decreto 40/2007, de 3 de mayo, he podido observar las diferentes competencias básicas y las relacionadas con el área de Educación Física, pero especialmente centrándonos en mi Unidad Didáctica son:

**Competencia lingüística**, trabajarán esta competencia a través de diferentes actividades, comunicándose entre ellos para tomar decisiones cooperativas y conseguir el reto propuesto, intercambiando información entre todos los miembros del grupo. A la hora de leer las tarjetas, los planos, posicionar elementos en el plano, diseñar planos, orientar el plano, esconder elementos en el espacio, etc.

**Competencia matemática**, será trabajada mediante la leyenda de los planos, cuando tengan que diferenciar los diferentes símbolos que aparecen en ella, descifrando el significado de cada uno de ellos, en el momento que deban resolver las adivinanzas o palabras teniendo que interpretarlas a través de la razón.

**Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico**, trabajarán esta competencia cuando salgamos al entorno natural que estarán en contacto con el medio ambiente, aprenderán una serie de valores como el respeto y el cuidado que deben hacer de él. La realización de diversas actividades en la naturaleza, el desplazamiento, el contacto y aprendizaje en ella, la búsqueda de objetos, el manejo del plano en un espacio natural o el disfrute de las actividades en la naturaleza.

*Competencia social y ciudadana*, en el diseño de esta Unidad, se trabajará esta competencia, ya que encontraremos diversas actividades en las que los alumnos deberán tomar decisiones cooperativas, intercambiando conocimientos. Se favorecerá el respeto hacia los compañeros, la no discriminación, las relaciones sociales, etc.

*Competencia cultural y artística*, a través del diseño de planos de diferentes lugares como el aula convencional, patio del centro, parque cercano al centro; para fomentar el desarrollo de sus habilidades creativas.

*Competencia para aprender a aprender*, los alumnos son protagonistas de sus propios aprendizajes, promoviendo el aprendizaje individual de manera autónoma, así como la retroalimentación y reciprocidad de aprendizajes al trabajar en pequeños grupos.

*Autonomía e iniciativa personal*, se promoverá en todas las actividades, tanto individuales como colectivas, el ser capaces de desenvolverse en ellas, tanto con el diseño y manejo del plano como en la lectura y guía del mismo, así como en la toma de determinaciones propias, desplazamientos, con iniciativa personal. También se trabajará la autonomía. Los alumnos actuarán de forma autónoma en las diferentes actividades, o bien en las colectivas o principalmente en las individuales, siendo ellos mismos los encargados de su trabajo y la realización del mismo.

Especialmente esta unidad está ligada y relacionada con dos competencias destacables:

- Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico.
- Autonomía e iniciativa personal.

#### **5.3.4. Objetivos de área**

Basándome en el Decreto 40/2007, de 3 de mayo, en el área de Educación Física, mi Unidad Didáctica está relacionada con los siguientes objetivos:

1. Conocer y valorar su cuerpo y la actividad física como medio de exploración y disfrute de sus posibilidades motrices, de relación con los demás y como recurso para organizar el tiempo libre.

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

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

9. Realizar actividades en el medio natural, de forma creativa y responsable, que tengan bajo impacto en el ecosistema, conociendo el valor del medio natural y la importancia de contribuir a su conservación, protección y mejora.

11. Desarrollar la iniciativa individual y el hábito de trabajo en equipo, aceptando las normas y reglas que previamente se establezcan.

#### **5.3.5. Objetivos didácticos**

- Guiar al sujeto para que aprenda a conocerse a sí mismo y el mundo que le rodea.
- Promover la autoestima del individuo, desarrollar las relaciones humanas.
- Desarrollar habilidades y destrezas (desplazarse, correr, girar)
- Conocer el uso del plano.
- Aprender a orientarse en distintos espacios tanto conocidos como semidesconocidos, dentro del centro o en el medio natural.

#### **5.3.6. Contenidos**

En concordancia con el Decreto 40/2007, de 3 de mayo, los contenidos del tercer ciclo de Educación Primaria, dentro del área de Educación Física relacionados con mi trabajo son:

Bloque 1. El cuerpo: imagen y percepción

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

-Organización del espacio de acción: ajuste de secuencias de acciones a diferentes intervalos de distancia; ajuste de trayectorias en la proyección de móviles.

-Organización temporal del movimiento: ajuste de una secuencia de acciones a un intervalo temporal determinado; anticipación de la organización temporal de un movimiento aplicada a los nuevos aprendizajes motrices.

-Percepción y estructuración espacio-temporal: coordinación de varias trayectorias; coordinación de las acciones propias con las de otros con un objetivo común; anticipación configurativa.

#### Bloque 2. Habilidades motrices

-Desarrollo de la iniciativa y la autonomía en la toma de decisiones: anticipación de estrategias y procedimientos para la resolución de problemas motrices con varias alternativas de respuesta, que impliquen al menos tres jugadores, con actitud cooperativa y mentalidad de trabajo en equipo.

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

#### Bloque 4. Actividad física y salud

-Reconocimiento y valoración de los efectos beneficiosos de la actividad física en la salud e identificación de las prácticas poco saludables. Mejora de la condición física orientada a la salud.

-Medidas básicas de seguridad y prevención de accidentes, anticipación y empleo habitual de las medidas adecuadas a la actividad a realizar.

**Bloque 5. Juegos y actividades deportivas**

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

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

-La iniciación al deporte adaptado al espacio, el tiempo y los recursos: juegos deportivos convencionales y recreativos adaptados.

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

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

**5.3.7. Contenidos didácticos****Conceptuales:**

- Posibilidades que nos ofrece el medio natural y los espacios del centro.
- La orientación: concepto, distintas formas de orientarse, manejo del plano, etc.
- Posibilidades que ofrece el entorno próximo al centro educativo.

**Procedimentales:**

- Realización de juegos de orientación.
- Orientación por un espacio conocido y semidesconocido.
- Adquisición de técnicas básicas que permitan desplazarse con mayor autonomía (mapas/planos).

**Actitudinales:**

- Respeto del medio ambiente y valoración del mismo como lugar rico en recursos para realizar actividades físicas.
- Aceptación y respeto de las normas de conservación y mejora del medio urbano y natural.
- Cuidado y conservación de los materiales utilizados en la actividad.
- Disposición para participar en las distintas actividades que ofrece el centro para ocupar el tiempo libre.

**5.3.8. Metodología**

Una adecuada metodología deberá tener en cuenta los principios metodológicos que nos servirán de base: construcción de “aprendizajes significativos”, garantizar la funcionalidad de los aprendizajes, adaptarse a la diversidad de los alumnos, utilizar el juego como forma de aprendizaje natural del alumno.

Los estilos metodológicos serán variados y dependerán de la actividad a desarrollar; así utilizaremos estilos más directivos en actividades que exijan una mayor intervención del profesor.

De la misma manera, abogaremos por estilos menos directivos (resolución de problemas, descubrimiento guiado,...) favoreciendo los principios de actividad y funcionalidad y respetando las posibilidades de cada alumno; de esta forma se producirán aprendizajes significativos enmarcados en un clima afectivo, agradable y lúdico. Así mismo, se intentará lograr el equilibrio entre los diferentes agrupamientos de alumnos (gran grupo, pequeño grupo, parejas y trabajo individual...), con correcciones masivas para los errores generales e individuales para los errores concretos.

### 5.3.9. Recursos materiales

- **INSTALACIONES:** aula ordinaria, gimnasio, patio del centro, parque cercano al centro.
- **MATERIALES:** planos de las diferentes instalaciones, lapiceros y pinturas, material ordinario de Educación Física (conos, ladrillos, cuerdas, bancos, chinchetas...), sobres, adivinanzas, ordenador, proyector, PowerPoint, folios, etc.

### 5.3.10. Interdisciplinariedad

Esta Unidad Didáctica tiene especial relación con las materias de Conocimiento del Medio, interactúan con la naturaleza, desplazamientos con plano y sin él o conocen el entorno que les rodea; Educación Artística, en el diseño de los planos; Lengua, comunicación e intercambio de ideas para la toma de decisiones y Matemáticas, interpretación de símbolos, razonamiento de adivinanzas, etc.

### 5.3.11. Temporalización (8.1)

Esta U.D se llevará a cabo en el tercer trimestre, dos semanas después de las vacaciones de Semana Santa.

La U.D. está compuesta por 5 sesiones, con una duración estimada de dos semanas y media o tres, ya que la clase de 6º de Educación Primaria, cuenta con 2h semanales de la asignatura de Educación Física (anexo 8.1.1).

El tiempo disponible para realizar cada una de las sesiones es de 60 minutos.

### 5.3.12. Atención a la diversidad

Se tratará en todo momento que la alumna con NEE se sienta integrada en el grupo-clase y pueda colaborar en las diversas actividades sin quedar apartada por su discapacidad motora.

Se realizarán adaptaciones curriculares no significativas de manera puntual, sin que desvirtúe el significado real de la actividad, sin condicionar al resto del grupo, sino la niña se adapta al grupo.

Se trabajará la educación inclusiva, intentando que todos los alumnos adquieran los conocimientos y habilidades que se pretenden transmitir, utilizando las herramientas necesarias para la intervención, estando presente el concepto de equidad y no discriminando a ningún alumno por padecer un problema o enfermedad.

### **5.3.13. Actividades ante imprevistos (Climáticos, de organización...)**

- Clase teórica de refuerzo de algún contenido relacionado con la U.D.
- Vídeos didácticos para reforzar los conocimientos adquiridos.

### **5.3.14. Modelo de sesiones**

- **SESIÓN 1:** Corresponde a la presentación de esta modalidad deportiva; se desarrollará en el segundo trimestre, el día 21 de Abril y en ella utilizaremos como apoyo didáctico material audiovisual (vídeo explicativo de los aspectos más característicos de este deporte). Posteriormente, se ejecutará una actividad individualizada para practicar los conocimientos adquiridos.
- **SESIÓN 2:** Apoyándome en Gómez, Luna, y Zorrilla, (1996), pero siempre adaptándome a mis circunstancias, realizaré ejercicios por parejas y en pequeños grupos (pequeño circuito por estaciones para aprender a orientarse por el espacio, desarrollo de la coordinación, percepción espacio-temporal y agilidad. Así como el desarrollo del manejo del plano en un lugar conocido más amplio y la utilización de balizas trabajando la cooperación).
- **SESIÓN 3:** Actividad individualizada practicando la orientación en un lugar conocido extenso (experimentado anteriormente por grupos), descifrando pistas y localizando objetos del plano en la realidad y viceversa.

- **SESIÓN 4:** Acercamiento a situaciones más reales y cotidianas. Salida al parque cercano al centro, analizando y observando por parejas, los puntos de referencia más significativos que encontremos en él y, posteriormente, diseñar un plano del mismo (espacio semidesconocido).
- **SESIÓN 5:** Basándome en las propuestas que nos muestran Ascaso et al. (1996) sobre la autorización de las actividades en la naturaleza, utilizando las actividades de pistas para la consecución de los objetivos, adapto las siguientes para esta sesión acorde a las características de mi grupo y de mi entorno.  
Organización de equipos compensados y práctica de “competiciones” en el parque, ya conocidos en la sesión anterior, a través de la búsqueda del tesoro, recorriendo el parque buscar las fichas que conducen al tesoro.

### 5.3.15. Sesiones

#### **SESIÓN 1: Orientación en el aula (anexo 8.2)**

**Actividad 1.** Primeramente, realizaré una explicación introductoria al tema comentando a los alumnos los conceptos básicos con los que vamos a trabajar en esta unidad didáctica.

A continuación, plantearé una serie de preguntas con el objetivo de obtener información sobre los conocimientos que los alumnos muestran sobre dicho tema, pudiendo observar si lo han trabajado previamente en otros cursos, si conocen los conceptos con los que vamos a trabajar o si han practicado alguna vez orientación. Posteriormente expondré, mediante la ayuda de un PowerPoint, (anexo 8.2.1) los aspectos más relevantes que necesitan conocer para comenzar a trabajar.

A medida que vaya exponiendo los puntos principales de la unidad, les iré ejecutando preguntas sobre los mismos, para ver si están atentos y han comprendido correctamente la explicación, de modo que pueda continuar con ella.

**Actividad 2.** Una vez finalizada la exposición sobre el tema, procederé a proyectar a los alumnos una actividad, para poner en práctica los conocimientos adquiridos anteriormente. Previamente, les enseñaré el diseño de un plano de aula, a través de la pizarra digital.

Seguidamente, deberán dibujar en un folio la imagen que poseen de su propia aula plasmándola en un plano, (anexo 8.2.2) marcando todos los objetos, muebles, puertas, ventanas, etc. que se encuentran en la clase.

Después, cada alumno deberá esconder por el aula tres objetos identificándolos con su nombre y una vez posicionados, situarlos en su plano con un triángulo .

- **Adaptación** a la alumna con discapacidad de distrofia motora de Steiner y lentes muy gruesas por hipermetropía.

En lugar de realizar el plano del aula tal cual, la mandaré que me dibuje los elementos clave que existen en una clase (mesa del profesor, sillas y mesas de los alumnos...), trabajando con ella la orientación de un modo más básico y adaptándolo a sus necesidades.

**Actividad 3.** Cuando todos los alumnos hayan ubicado sus tres objetos por la clase y en el plano, los recogeré y se los entregaré de manera que a ninguno de los alumnos le toque el suyo propio. Con el plano de otro compañero en la mano, podrán proceder a la localización de los objetos (no pueden coger ningún objeto que no les pertenezca aunque lo vean). Según vayan descubriendo los materiales, los deberán ir posicionando encima de su pupitre.

Finalmente, se verificará si los objetos encontrados son los adecuados y se realizará una pequeña reflexión sobre la sesión.

De este modo puedo comprobar si todos los alumnos han obtenido un aprendizaje positivo y saben orientarse por un espacio conocido, a través de marcas dibujadas en un plano simple, para, próximamente, poder adentrarnos en el aprendizaje de planos más complejos y desconocidos.

- **Adaptación** a la alumna con NEE. Reduciré el número de objetos (dos objetos) y seré yo misma quién los esconda, entre los puntos que ha dibujado ella en el plano. De este modo deberá orientarse y localizar los objetos establecidos participando al igual que sus compañeros.

**Actividad 4.** Reflexión sobre la sesión planteada (anexo 8.2.3).

Objetivos:

- Instruir en el diseño de un plano sencillo y célebre.
- Respetar el boceto de todos los compañeros.
- Aprender a dominar un plano.
- Orientar un espacio conocido.

Contenidos:

- Conceptos básicos de orientación.
- Plano conocido del aula ordinaria.
- Localización de objetos.

Metodología:

- Semidirectiva, dando nociones básicas pero dejando libertad en la realización.
- Descubrimiento guiado (para experimentar ellos mismos con el plano).

Agrupamientos:

Trabajo individualizado.

Materiales:

Folios, lápices, gomas, objetos, ordenador, pizarra digital, proyector.

Espacio:

Aula habitual.

Duración:

Una hora.

**SESIÓN 2: Trabajando la orientación en el gimnasio y patio del centro (anexo 8.3)**

**Actividad 1.** Comenzaré con un pequeño circuito introductorio a la sesión en el gimnasio. La actividad se realizará por parejas. Un miembro de la pareja irá con los ojos cerrados y su compañero deberá conducirlo y orientarle por dónde debe desplazarse (izquierda, derecha, delante, detrás...). Posteriormente se cambiarán los roles.

- **Adaptación** a la alumna con NEE. Esta niña realizará el circuito igual que sus compañeros, pero la pareja en la que esté incluida esta alumna será ayudada en la orientación por la profesora (yo en este caso), estando pendiente en todo momento, para que no surja ningún percance a ninguno de los dos miembros que la componen.

**Actividad 2.** La parte principal de la sesión consistirá en distribuir la clase en dos grupos de nueve o diez personas, entregando a cada grupo un plano del patio (anexo 8.3.1) y seis balizas (anexo 8.3.2) diferentes para cada grupo. Las balizas serán de color blanco y rojo, con distintos símbolos cada una de ellas y numeradas (unos tendrán que buscar la parte roja y el otro equipo la blanca). Posteriormente, por turnos, cada grupo procederá a ubicar por el patio, las balizas entregadas, a la vez que marcan con un triángulo  en el plano el punto de referencia donde las han escondido.

Los planos se intercambiarán entre ambos equipos, tratando de encontrar las tarjetas que ha escondido el grupo contrario. Cada uno tendrá que intentar encontrar las tarjetas indicadas lo más rápido posible.

- **Adaptación** a la alumna con NEE. Participará junto con sus compañeros, pero será observada en todo momento, ya que no posee las mismas capacidades y destrezas que el grupo para desplazarse. Sus posibilidades de movimiento son inferiores y se fatiga con rapidez.

**Actividad 3.** Recogeremos los materiales utilizados para la realización de la sesión y a continuación, nos agruparemos en círculo en medio de la cancha polideportiva comentando la sesión en conjunto y reflexionando sobre la misma, intentando que todos participen (anexo 8.3.3).

Objetivos:

- Introducir a los alumnos en actividades de orientación.
- Desarrollar el dominio de orientación en un espacio conocido más amplio.
- Conocer el recorrido marcado en un plano.

Contenidos:

- Lectura y posición de un plano.
- Ubicación de los puntos de referencia marcados en el plano, traspasándolos a la realidad y viceversa.
- Orientación en equipo.

Metodología:

Descubrimiento guiado y asignación de tareas.

Agrupamientos:

Trabajo grupal.

Materiales:

Pañuelos, cuerdas, ladrillos, conos, bancos, planos del recorrido, lápices, rotuladores o pinturas, tarjetas.

Espacio:

Gimnasio y patio del centro.

Duración:

Una hora.

**SESIÓN 3: Orientación más compleja en el patio (anexo 8.4)**

**Actividad 1.** La siguiente actividad consistirá en el aprendizaje de los puntos cardinales, muy relevantes en orientación (Norte, Sur, Este y Oeste). Plasmaré en el suelo del patio del colegio una estrella, “rosa de los vientos” (anexo 8.4.1), que les ayude a ubicarse en el espacio, también realizaré una breve explicación y les plantearé algunas preguntas previas a la actividad, para ver qué conocimientos poseen sobre el tema y si saben ubicarlos correctamente (anexo 8.4.2).

**Actividad 2.** Vamos a jugar a “la búsqueda de la palabra perdida”. A cada alumno se le repartirá un plano del patio. Deberán pensar una palabra.

Por orden, acudirán a comunicármela anotándola en un folio (nombre del alumno y palabra) (anexo 8.4.3). Inmediatamente, tratarán de ubicar cada una de las letras de dicha palabra en un punto del plano (pero sin poner la letra que es, simplemente dibujando un  $\triangle$  en el lugar correspondiente), así como el número de posición de la letra al lado del triángulo (de esta manera la búsqueda será en orden).

Posteriormente, escribirán cada letra en un trozo de papel que estará situado en el centro del patio, cogiendo cada alumno el mismo número de tarjetas que letras tenga su palabra (la palabra no deberá ser mayor de 7 letras y todos deberán poner su nombre detrás de cada tarjeta), y una pequeña piedra para cada una de ellas (a modo de sujeción). Seguidamente, se dirigirán a esconderla al punto establecido en su plano. Irán todos a la vez.

Cuando todos hayan situado sus letras en un punto del patio, intercambiaré los planos y se los repartiré de modo que no les toque a ninguno el suyo. En el menor tiempo posible deberán buscar cada una de las letras escondidas del plano que se les haya asignado, anotando sobre el plano cada una de ellas en el punto exacto donde la encuentren, para cuando localicen todas puedan formar “la palabra perdida” (anexo 8.4.4). Aquel que encuentre todas las letras y forme “la palabra escondida” deberá regresar al punto de partida, donde iré comprobando si la palabra formada es la correcta.

Las reglas serán las siguientes: la actividad no será válida si las letras encontradas no se posicionan en el lugar correspondiente del plano, si la palabra está mal escrita o si cogen una letra que no pertenece a tu plano.

- **Adaptación** a la alumna con NEE. En este caso, la entregaré un plano con la señalización de los puntos principales del patio del centro. Realizaré una explicación sobre esos puntos de referencia para que a la alumna la quede clara la localización. Posteriormente, le mandaré pensar una palabra y escribir cada letra en un trozo de papel (al igual que sus compañeros). A continuación, mientras el resto de alumnos se dirigirá a esconder sus letras, me acercaré a ubicar las letras de la alumna con discapacidad a los puntos establecidos. Finalmente, tratará de buscarlos y acudir al punto de partida con la palabra formada.

**Actividad 3.** Recogida de materiales y reunión con todos los alumnos para realizar una reflexión sobre la sesión (anexo 8.4.5).

Objetivos:

- Desarrollar la búsqueda y situación de objetos a través de un plano.
- Apreciar la orientación en un espacio conocido a través de un plano.

Contenidos:

- Posición de los objetos en el plano y en el terreno.
- Aprendizaje de los puntos cardinales.

Metodología:

Descubrimiento guiado. El alumno desarrolla, crea, participa y elabora respuestas motrices.

Agrupamientos:

Trabajo individualizado.

Materiales:

Planos, folios, bolígrafos.

Espacio:

El patio del centro.

Duración:

Una hora.

**SESIÓN 4: Orientación en un entorno cercano al centro (anexo 8.5)**

**Actividad 1.** Comenzaré con una breve explicación sobre cómo debemos comportarnos en la naturaleza, el respeto y cuidado que debemos tener al medio que nos rodea.

Seguidamente, por parejas, realizaremos una investigación por el parque anotando en un folio los elementos más significativos que nos podemos encontrar en ese entorno y que posteriormente nos pueden servir para orientarnos (anexo 8.5.1).

- **Adaptación** para la alumna con NEE. En esta actividad los grupos serán de dos alumnos, excepto en el grupo donde vaya la alumna con discapacidad que será de tres. De este modo los grupos estarán compensados y ella podrá participar en la realización de la actividad.

Mientras los alumnos investigan por el parque los puntos más significativos y válidos para orientarnos en él, yo realizaré una ruta anotando con una tiza una serie de letras por el espacio natural, dando lugar todas ellas unidas a formar una palabra (ENHORABUENA).

**Actividad 2.** Una vez anotados todos los puntos principales del parque, al igual que ya hicimos en la primera sesión realizada en el aula, diseñarán un plano del parque con todos los elementos relevantes que ellos creen que contiene y que son reveladores para orientarnos.

- **Adaptación** a la alumna con NEE. Esta plasmará en el plano dos elementos que le hayan llamado más la atención del parque ajardinado (fuente, rosales...), implicándose en la actividad y cooperando con el grupo.

**Actividad 3.** Diseñado el plano. Distribuiré la clase en tres subgrupos (dos grupos de seis personas y uno de siete). Deberán localizar las letras marcadas en diferentes puntos del parque (anexo 8.5.2), copiando su ubicación en el punto exacto de su plano.

Tienen que tratar de conseguir el mayor número de letras, en el menor tiempo posible, para posteriormente organizarlas formando la palabra oculta.

- **Adaptación** a la alumna con NEE. Será la encargada de ir anotando en el plano las letras encontradas, con ayuda de sus dos compañeros.

**Actividad 4.** Posteriormente nos agruparemos en círculo realizando una reflexión final sobre la sesión (anexo 8.5.3).

Objetivos:

- Aproximar al alumno a una situación más real de orientación.
- Aplicar los conocimientos adquiridos en un espacio semidesconocido.

Contenidos:

- Utilización de puntos de referencia para completar un recorrido.
- Participación con independencia del nivel físico.
- Tolerancia y deportividad por encima de la búsqueda exclusiva de resultados (tiempo empleado en los recorridos).

Metodología:

- Asignación de tareas para la explicación y preparación de las actividades.
- Resolución de problemas durante el desarrollo de las actividades.

Agrupamientos:

Trabajo por parejas.

Materiales:

- Recorrido del parque (dibujo/plano), tiza, bolígrafo, folios.

Espacio:

- Parque público cercano al centro (medio natural).

Duración:

Una hora.

**SESIÓN 5: Búsqueda del tesoro en el medio natural (anexo 8.6)**

**Actividad 1.** Empezaré la sesión con un calentamiento estático, realizando un calentamiento articular para prevenir lesiones y movilizar el cuerpo previamente, ya que en esta sesión se trabajará en gran medida la carrera, para desplazarse de un punto a otro.

**Actividad 2.** Explicaré en qué radica la actividad con todos los detalles pertinentes.

Formaré tres grupos (tres de cinco personas y uno de cuatro), cada equipo será diferenciado por un número (del 1 al 4) que yo les asignaré. En el recinto del parque habrá escondidos cinco sobres para cada equipo, que contendrán una pieza en su interior (anexo 8.6.1).

Para encontrar la ubicación de cada uno de los sobres, no habrá mapa, se les irá entregando una serie de pistas, escritas en unas tarjetas (anexo 8.6.2), a cada uno de los diferentes equipos, indicándoles el recorrido que deben hacer para llegar a su destino.

Estas pistas serán entregadas en el punto de partida donde comenzará la carrera de orientación, según vayan encontrando los sobres deberán conducirse hacia la base depositando allí los mismos, dónde se les dará la siguiente pista, así sucesivamente hasta que encuentren los cinco sobres.

Cuando un equipo haya encontrado los cinco sobres y estén situados en el punto de partida, podrá comenzar a formar su puzle de forma cooperativa. Una vez formado, podrán observar que es el dibujo del plano del parque en el que se encuentran (anexo 8.6.3), dónde aparecerá marcado con una cruz roja un punto de referencia del lugar. Los alumnos, ahora sí con el plano de la mano, deberán orientarse por el parque a través de los elementos de referencia que puedan ver en el plano, hasta encontrar “el tesoro” escondido. Una vez localizado “el tesoro”, no podrán abrirlo hasta llegar a base y ser comprobado si es correcto y válido.

- **Adaptación** a la alumna con NEE. Será la encargada de recoger las pistas, una vez sean localizadas por el equipo, cooperando con su grupo de trabajo. Así con todos los sobres.

**Actividad 3.** Realizaremos una reflexión final de la sesión, así como de la U.D en general (anexo 8.6.4).

Nos dirigiremos al aula y finalizaré la sesión pasándoles una ficha de autoevaluación (anexo 8.6.5), para que respondan libremente sobre el proceso de la unidad y sobre su evolución dentro de la misma.

- **Adaptación** a la niña con NEE, planificando una ficha de autoevaluación con un menor número de preguntas.

Objetivos:

- Desarrollar el hábito de trabajo en equipo.
- Conocer y practicar actividades en el medio natural, con la correcta utilización de mapas o instrumentos de orientación.

Contenidos:

- Orientación mediante pistas.
- Búsqueda del tesoro a través de la formación de un puzle.
- Desplazarse por un lugar semidesconocido.

Metodología:

- Asignación de tareas para la explicación y preparación de las actividades.
- Resolución de problemas durante el desarrollo de las actividades.

Materiales:

Sobres, planos, tarjetas, bolígrafos y golosinas (tesoro).

Espacio:

Parque público cercano al centro (medio natural).

Duración:

Una hora.

### 5.3.16. Criterios de evaluación

Los criterios de evaluación son los siguientes:

- Diseño de un plano del aula.
- Dominio de ubicar y descubrir objetos en el espacio.
- Ejecuta los recorridos y utiliza el plano de manera correcta.
- El nivel de colaboración e implicación en las actividades es adecuado.
- Coopera y respeta a sus compañeros/as.
- Cuida el entorno natural y se comporta de forma apropiada en dicho medio.

La evaluación se concretará de la siguiente manera:

- **Evaluación inicial**, para descubrir las necesidades de cada alumno/a y adaptar en la medida de lo posible la orientación de las actividades. Se realizará en la primera sesión de la unidad didáctica mediante la observación de los alumnos/as, su actuación y a través de la realización de preguntas formuladas en el aula sobre los conocimientos previamente expuestos.
- **Evaluación formativa** durante el proceso, para adaptar o readaptar el programa de los avances del grupo-clase. Se trata de una evaluación continua basada en la observación sistemática del alumno de manera individual y colectiva, mediante la resolución de las situaciones propuestas.
- **Evaluación sumativa** al final, para comprobar el desarrollo de las capacidades desde el punto de vista inicial de cada alumno. Además me servirá para evaluar mi labor docente, así como el proceso de enseñanza-aprendizaje y la propia unidad didáctica.

### 5.3.17. Instrumentos de evaluación

Los instrumentos de evaluación que usaré serán la observación, tanto directa (registro anecdótico) como indirecta (listas de control), el registro, la reflexión y la experimentación principalmente.

- Observación directa sobre asistencia, vestuario, comportamiento y participación.
- Vigilancia del trabajo que realiza el alumno/a y el grupo diariamente: organización, trabajo, compañerismo, esfuerzo...
- Autoevaluación del alumno/a.
- Ficha de evaluación sobre la U.D llevada a cabo (anexo 8.7).

## 6. CONCLUSIONES FINALES

- Conclusión primera: El contenido tratado (Orientación) con el grupo, ha cumplido básicamente con los objetivos propuestos inicialmente, como he podido comprobar con las fichas de autoevaluación.
- Conclusión segunda: Las características del entorno han ayudado al desarrollo de las sesiones con sus contenidos y al incremento de los aprendizajes de forma significativa.
- Conclusión Tercera: El interés por los contenidos ha ido aumentando a medida que se desarrollaban las sesiones, participando los alumnos de manera más autónoma y siendo conscientes de la adquisición de nuevos aprendizajes, pudiendo ver una clara evolución desde el inicio de la UD al final.
- Conclusión cuarta: Se ha conseguido reforzar la autonomía e iniciativa personal de los alumnos al trabajar diferentes contenidos fuera del escenario habitual de aprendizaje (aula/gimnasio/patio) consiguiendo una motivación en forma de reto al proponer actividades en un entorno semidesconocido o desconocido para ellos.
- Conclusión quinta: Se ha mejorado sustancialmente la dinámica de grupo y los canales de comunicación a la hora de establecer tareas cooperativas y de autoevaluación entre ellos asumiendo diferentes roles según las tareas propuestas.

- Conclusión sexta: Se observa una transferencia de aprendizajes hacia otras materias, especialmente con Conocimiento del Medio, siendo aplicables muchos de los aprendizajes y destrezas adquiridas para reforzar e incrementar otros propios de esa materia.
- Conclusión séptima: Se debería iniciar el desarrollo de estos contenidos en cursos anteriores, para poder realizar y/o aplicar propuestas de mayor complejidad en este último año de Educación Primaria, con la utilización de útiles para la medición y orientación como brújulas o GPS fomentando el uso de las nuevas tecnologías.
- Conclusión octava: Sería interesante plantear en la PGA del centro una actividad interdisciplinar (varias áreas de Conocimiento) en la que se aborden de forma planificada, simultánea, coordinada y evaluada diferentes contenidos para la consecución de aprendizajes relacionados con el medio natural, entorno cercano, posibilidades de desplazamiento en dicho entorno, flora, fauna... (Marchas en bicicleta, senderismo...) reforzando el potencial de aprendizaje de los alumnos con actividades más atractivas y que inviten a la participación y al interés por lo desconocido, así como la superación de retos ante situaciones de incertidumbre.

## 7. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Ascaso, J., Casterad, J., Generelo, E., Guillén, R., Lapetra, S., y Tierz, M. P. (1996). *La actividad física y deportiva extraescolar en los centros educativos: Actividades en la Naturaleza*. Huesca: Ministerio de Educación y Ciencia.

Baena, A. y Baena, S. (2003). Tratamiento didáctico de las actividades físicas organizadas en el medio natural, dentro del área de educación física. *Lecturas, Educación Física y Deportes, Revista Digital* [en línea], 61. Buenos Aires. Disponible en: <http://www.efdeportes.com/efd61/afmn.htm> [Consulta: 2015, 12 de febrero]

Caballero García, A. (2002). Desarrollo de la representación espacial. *EduPsykhé. Revista de psicología y psicopedagogía* [en línea], 1. Disponible en: <http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=259838> [Consulta: 2015, 24 de abril]

Decreto 40/2007, de 3 de mayo, por el que se establece el Currículo de la Educación Primaria en la Comunidad de Castilla y León. (B.O.C. y L. n. ° 89 de 9 de mayo de 2007).

Federación Española de Orientación (2013). Disponible en: <http://www.fedo.org/web/ficheros/federacion/orientacion/Historia-FEDO.pdf> [Consulta: 2015, 17 de marzo]

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

García, P. y Quintana, M. (2005). *Introducción a las Actividades en la Naturaleza*. Sevilla, España: Wanceulen.

GRANERO, A. y BAENA, A. (2007). Importancia de los valores educativos de las Actividades Físicas en la naturaleza. *Habilidad Motriz*, 29, 5-14.

Gómez, V., Luna, J., y Zorrilla, P. P. (1996). *La actividad física y deportiva extraescolar en los centros educativos: Deporte de Orientación*. Madrid: Ministerio de Educación y Ciencia.

Gómez, V. (2003). *La utilización del reto y la aventura en contextos educativos*. Actas del I Congreso Actividades Físicas en el Medio Natural en la EF Escolar. PMD Ayto. Palencia.

González, R., Madrera, E. y Salguero, A. (2004). Las escuelas gimnásticas y su relación con la actividad física y educación física actuales. *Lecturas, Educación Física y Deportes, Revista Digital* [en línea], 73. Buenos Aires. Disponible en: <http://www.efdeportes.com/efd73/gimn.htm> [Consulta: 2015, 8 de mayo]

Martín Carrasco, S. y Domínguez Díaz, M. (2006). El deporte de la orientación en la naturaleza. Aportaciones a la educación y el desarrollo de los alumnos y sus relaciones con el currículo de Educación Física. *Revista Wanceulen: Educación Física Digital* [en línea], 2. Disponible en: <http://www.wanceulen.com/revista/numero2.mayo06/articulos/ARTICULO%202-13.htm> [Consulta: 2015, 15 de abril]

Miguel, A. (2001). *Actividades Físicas en el Medio Natural en la Educación Física Escolar*. Patronato Municipal de Deportes. Ayuntamiento de Palencia: Palencia.

Molina Contreras, D. L. (2009). *Hacia una educación integral: los elementos clave en la escuela de la vida*. Recuperado de <https://books.google.es/books?id=if4IFza28tYC&pg=PP1&lpg=PP1&dq=hacia+#v=onpage&q=hacia&f=false> [Consulta: 2015, 20 de febrero]

Querol, S. (2003). *La orientación en Educación Física*. Disponible en: <http://www.educaciofísica.com/orientacion.htm> [Consulta: 2015, 5 de abril]

Real Academia Española de la Lengua (2014). Diccionario de la Lengua Española (23.ª Ed.). Disponible en <http://lema.rae.es/drae/srv/search?key=orientaci%C3%B3n> [Consulta: 2015, 1 de mayo]

Rodríguez Boggia, D. O. (2002). *Orientación sobre la representación del espacio en el niño/a*. Disponible en: [http://www.espaciologopedico.com/articulos/articulos2.php?Id\\_articulo=175](http://www.espaciologopedico.com/articulos/articulos2.php?Id_articulo=175) [Consulta: 2015, 6 de mayo]

Santos, M. L. y Martínez Muñoz, L. F. (2008). Las actividades en el medio natural en la escuela. Consideraciones para un tratamiento educativo. *Revista Wanceulen: Educación Física Digital* [en línea], 4 (26-53). Disponible en: <http://www.wanceulen.com/revista/PDF/n4/3.pdf> [Consulta: 2015, 6 de mayo]

Torres Guerrero, J. (1999). *La Actividad Física para el ocio y el tiempo libre: una propuesta didáctica*. Granada: Proyecto sur.

## 8. ANEXOS

### 8.1. TEMPORALIZACIÓN

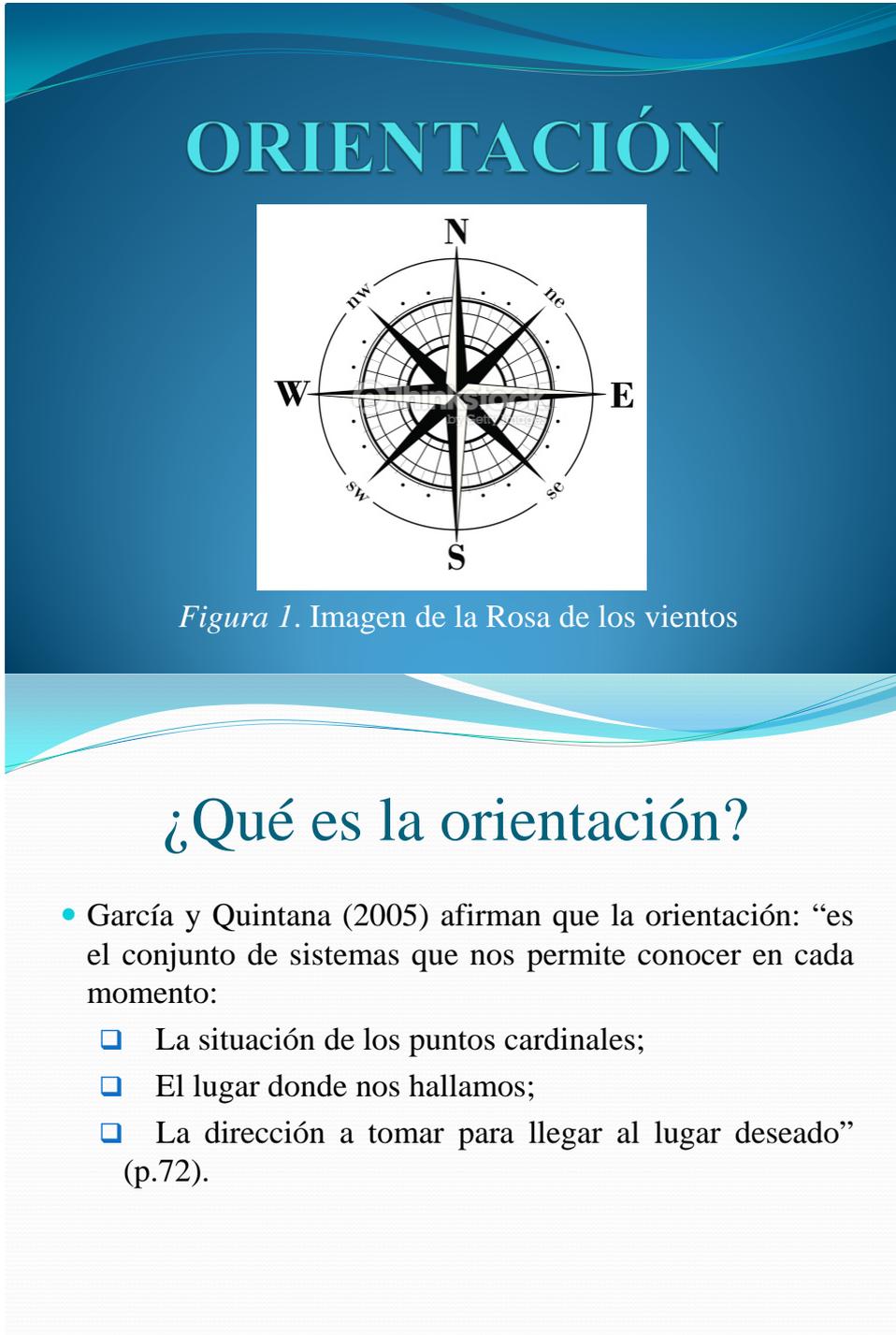
#### 8.8.1. Asignación de horas de Educación Física, días adjudicados y horario de temporalización

##### 6º curso de Educación Primaria

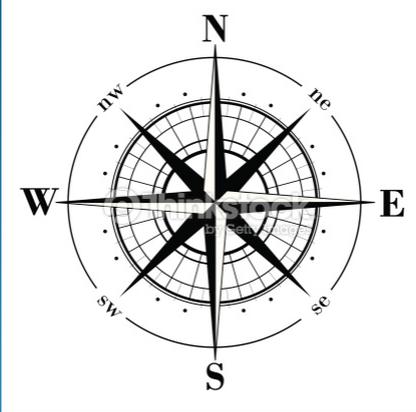
1ª Semana	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
		X (1h)			X (1h)
2ª Semana	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
		X (1h)			X (1h)
3ª Semana	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
		X (1h)			X (1h)

## 8.2. SESIÓN 1

### 8.2.1. PowerPoint



# ORIENTACIÓN



*Figura 1. Imagen de la Rosa de los vientos*

## ¿Qué es la orientación?

- García y Quintana (2005) afirman que la orientación: “es el conjunto de sistemas que nos permite conocer en cada momento:
  - ❑ La situación de los puntos cardinales;
  - ❑ El lugar donde nos hallamos;
  - ❑ La dirección a tomar para llegar al lugar deseado” (p.72).

## ¿Qué es un plano?

- Entendemos por mapa o plano a la representación gráfica en dos dimensiones (2D) y tamaño reducido (a escala) de un terreno o territorio real (3D). Es decir es un dibujo que trata de representar un espacio real o un paisaje, pero visto desde arriba, como si lo observásemos desde un avión.

### Plano de aula

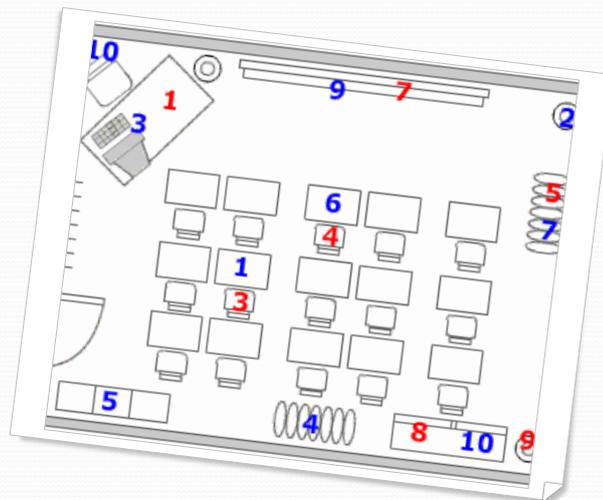


Figura 2. Imagen de un plano de aula

## ¿Qué es la leyenda de un plano?

- Apoyándome en la idea de García y Quintana (2005) todos los mapas o planos llevan unas explicaciones y simbología conocidas como leyenda. Dónde aparecen símbolos que recopilan diferentes elementos de la realidad, detalles del terreno (carreteras, ríos, cruces, caminos, puentes, árboles...) Estos nos ayudan a interpretar el plano. Cada símbolo representa un dibujo diferente (pero el diseño siempre es el mismo, para que todo el mundo lo asocie igual).

LEYENDA	
	Carretera
	Pistas
	Edificio
	Curva de nivel
	Balsa
	Terreno cultivado
	Terreno abierto
	Almendros, olivos
	Viñedos
	Pinar

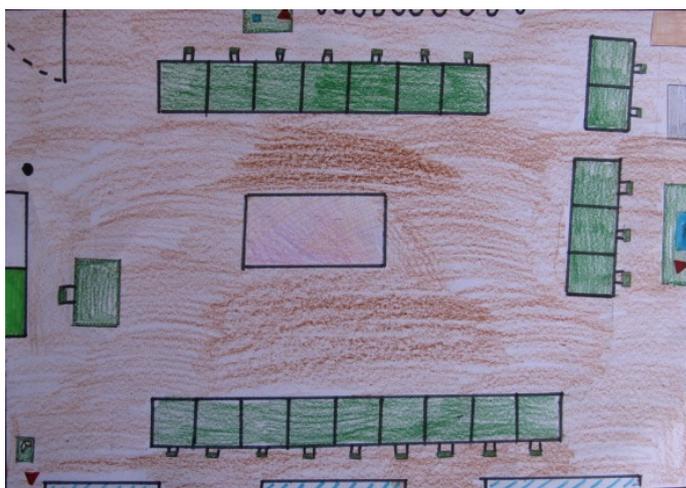
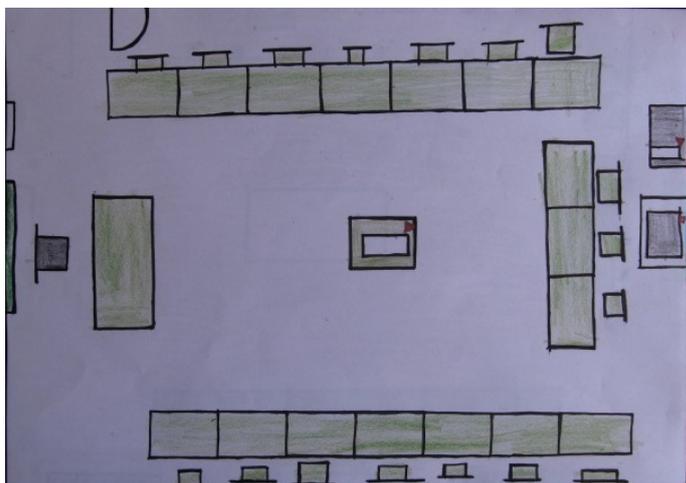
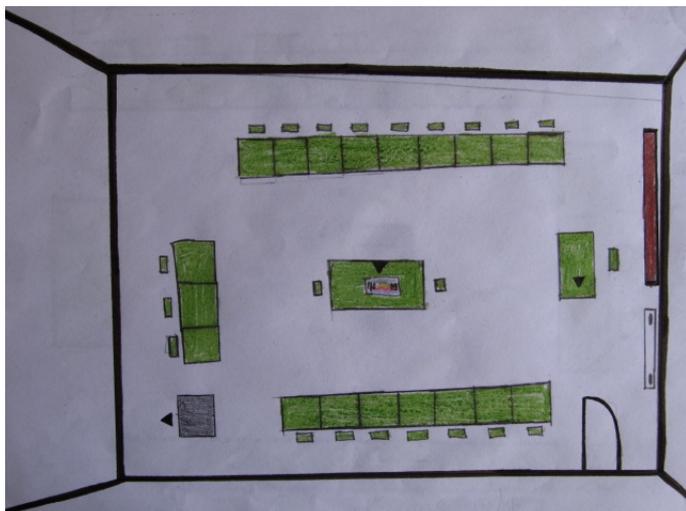
Figura 3. Imagen de una leyenda de un plano

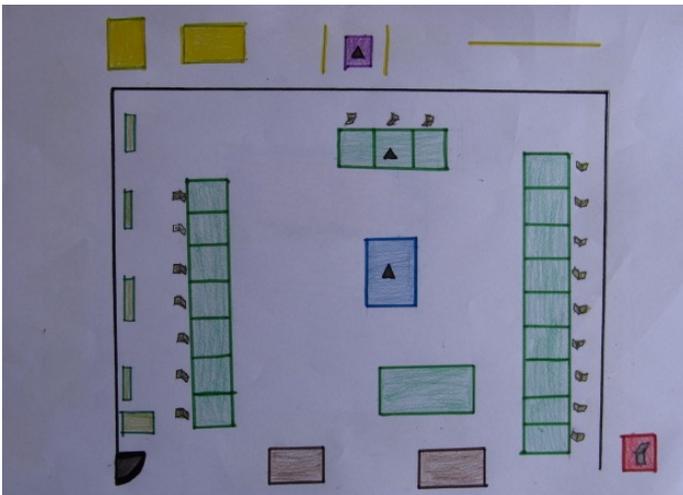
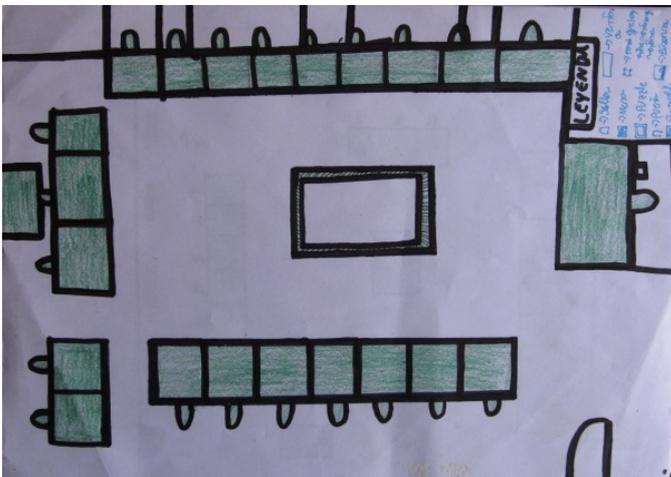
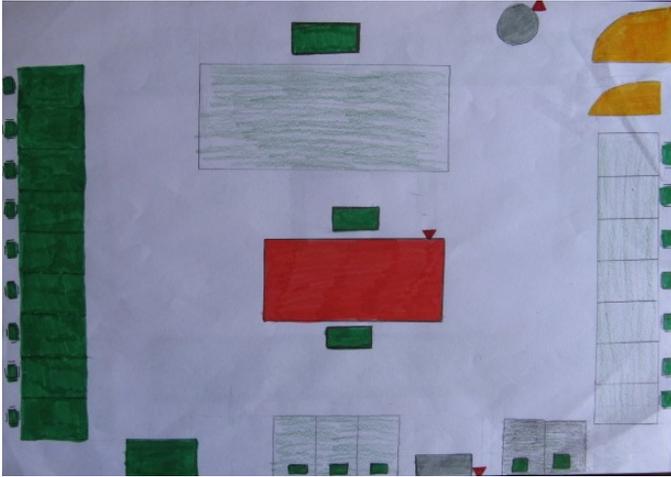
## ¿Cómo se orienta un plano?

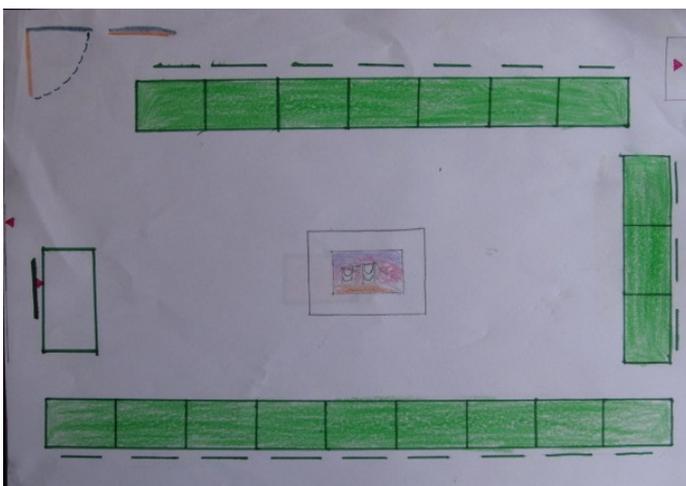
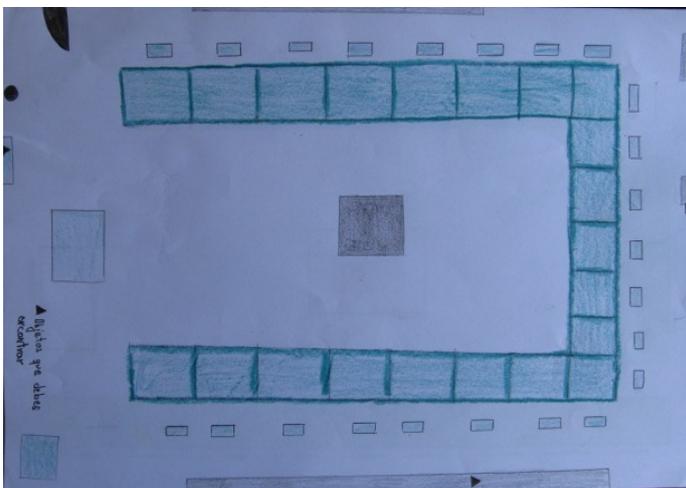
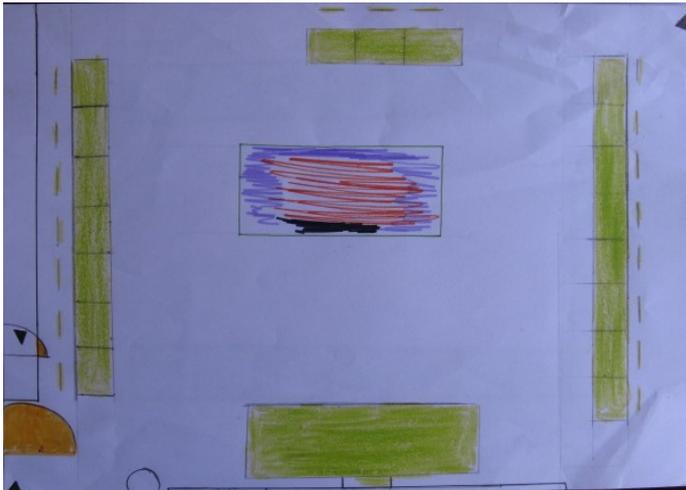
- Para localizar la posición de un objeto en un plano, debemos tener en cuenta el origen de partida. Siempre es necesario posicionar el plano desde el punto donde partimos, para de este modo poder orientarnos correctamente en el espacio. Haciendo coincidir el plano con un punto de referencia.

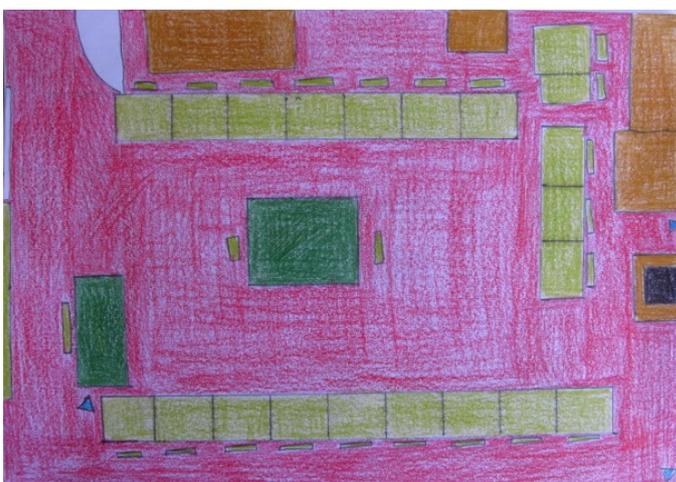
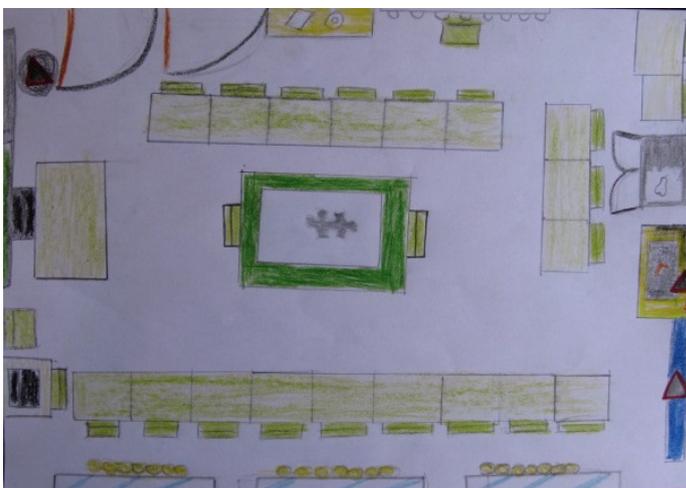
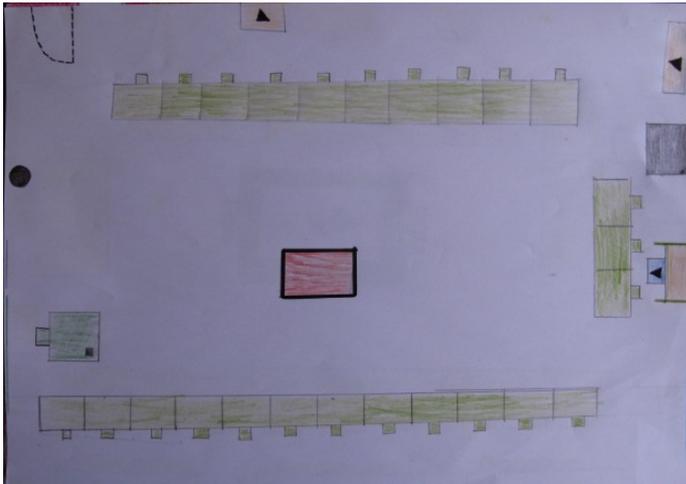
**¡ORIENTATE  
Y EXPLORA!**

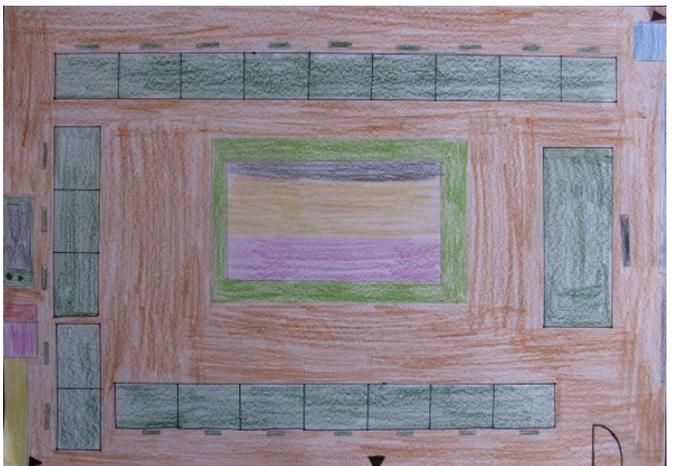
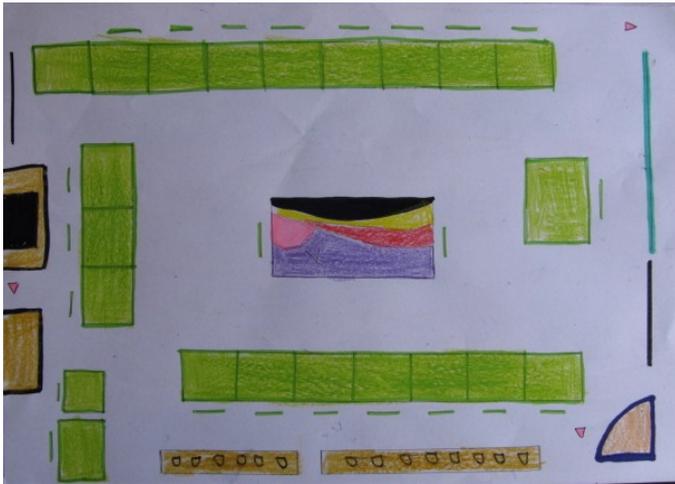
8.2.2. Diseño de los planos de los alumnos



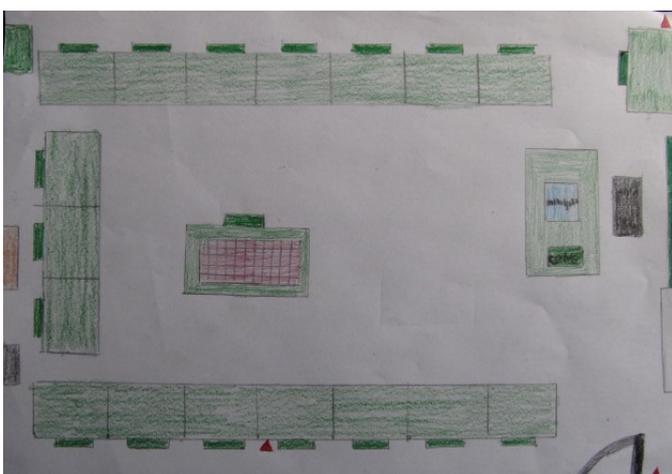
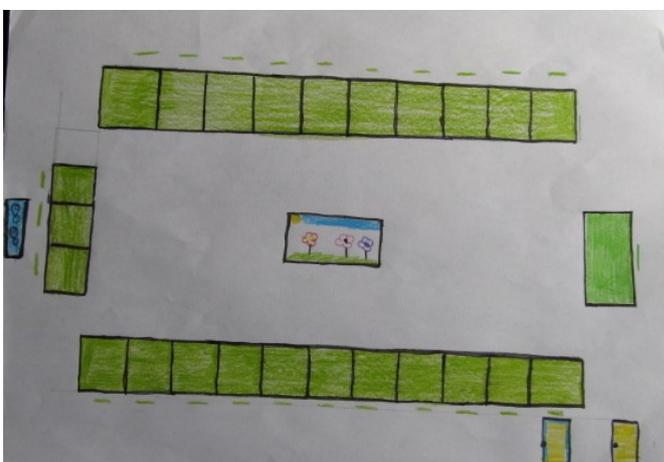
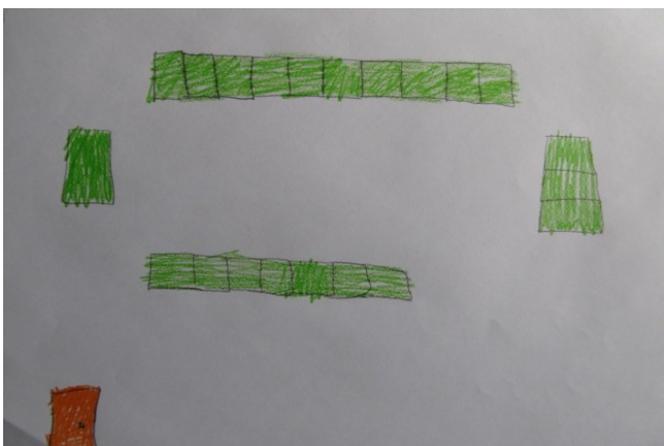


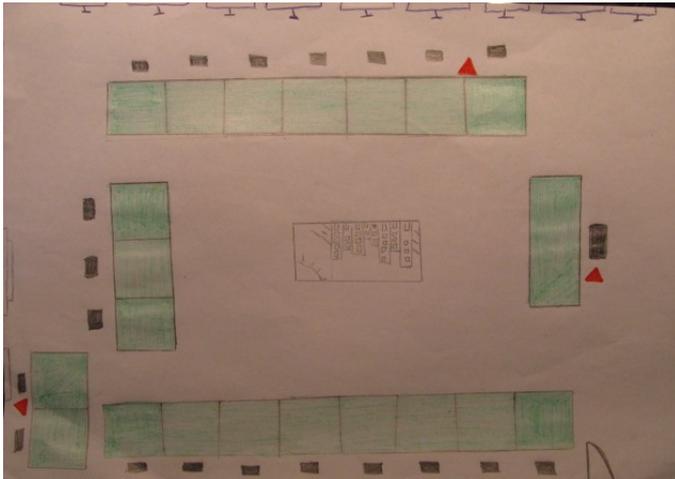






Plano de la alumna con NEE





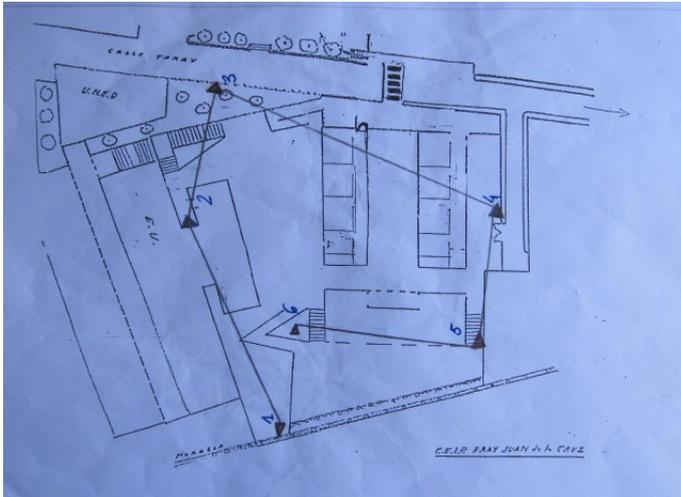
### 8.2.3. Reflexión

- ¿Qué tal os habéis defendido diseñando un plano?
- ¿Era la primera vez que realizabais uno?
- ¿Os ha resultado complicado localizar los objetos a través de un plano?
- ¿Es complejo interpretar un plano?

### 8.3. SESIÓN 2

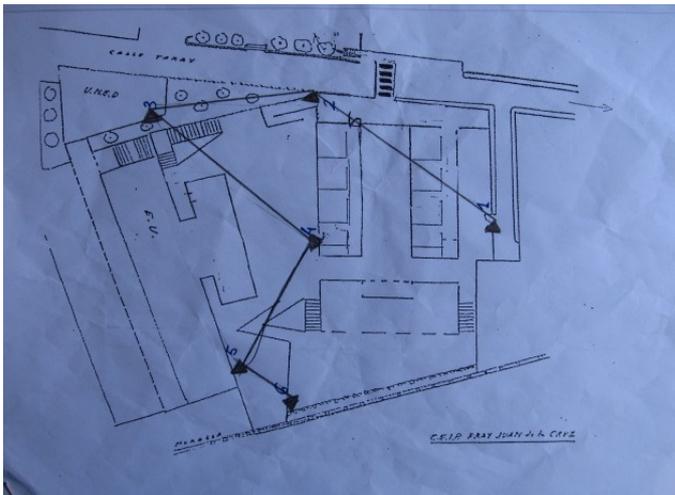
#### 8.3.1. Planos del patio y ficha de seguimiento

- GRUPO 1



BALIZAS	NÚMERO	DIBUJO
1	58	
2	99	
3	35	
4	28	
5	5	
6	78	

• GRUPO 2



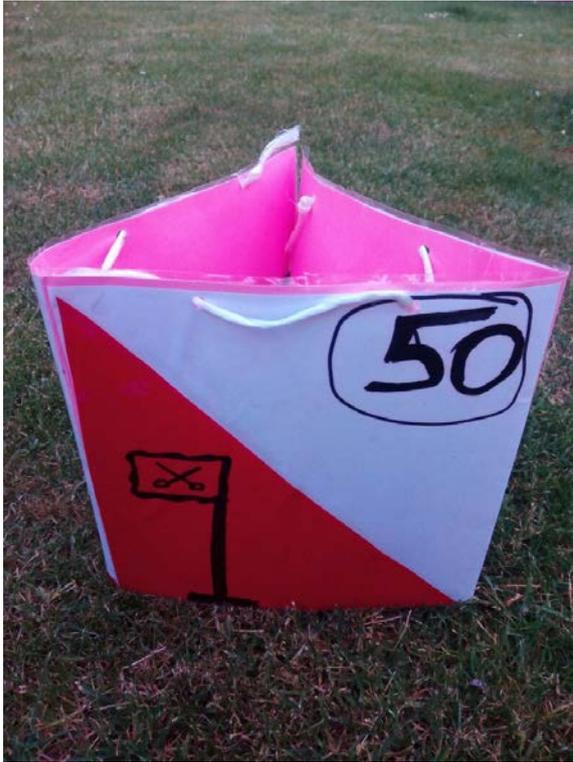
BALIZAS	NÚMERO	DIBUJO
1	98	
2	49	
3	83	
4	65	
5	82	
6	50	

8.3.2. Balizas











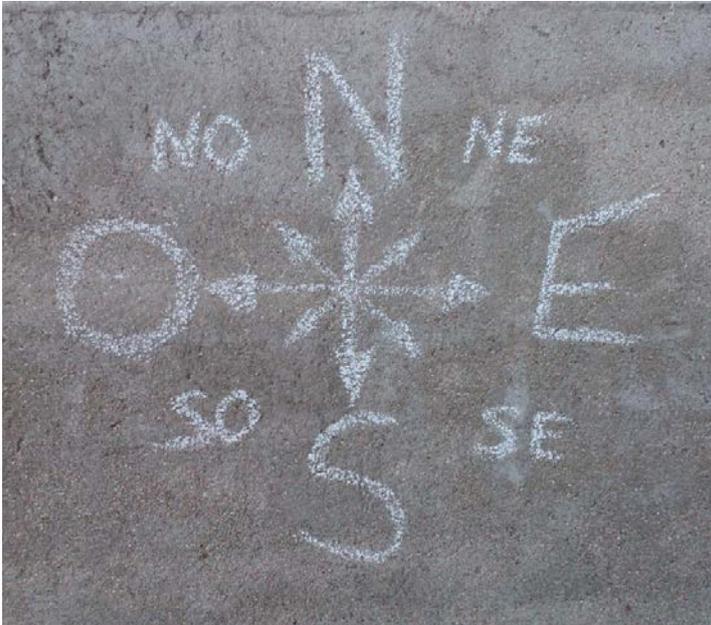


### **8.3.3. Reflexión**

- ¿Qué tal la orientación por vuestro patio del centro?
- ¿Habéis encontrado problemas ante la ubicación de alguna baliza?
- ¿Habéis trabajado de forma cooperativa?
- ¿Coincidían correctamente los puntos de referencia situados en el plano, con la realidad?

## 8.4. SESIÓN 3

### 8.4.1. Dibujo de la Rosa de los vientos



### 8.4.2. Preguntas sobre los puntos cardinales

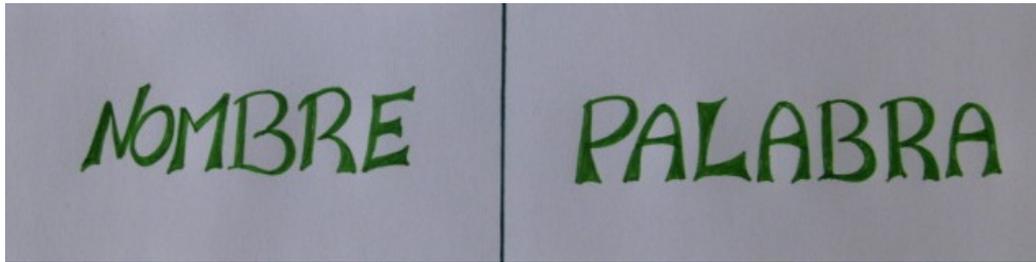
Primeramente, les preguntaré:

- ¿Cuáles son los puntos cardinales?
- ¿Por dónde sale el sol?
- ¿Qué puntos nos encontramos entre los 4 puntos cardinales?
- ¿Conocíais “la rosa de los vientos”?
- ¿Os ayuda a situaros?

Después les explicaré que los puntos cardinales son los puntos de referencia que se utilizan en orientación. Norte y Sur, indican la dirección del eje de la Tierra, Este y Oeste, indican el rumbo del Educador y la salida y puesta del Sol. Estos cuatro puntos forman un ángulo de 90° y a su vez se dividen por las bisectrices formando Noroeste, Suroeste, Suroeste y Sureste.

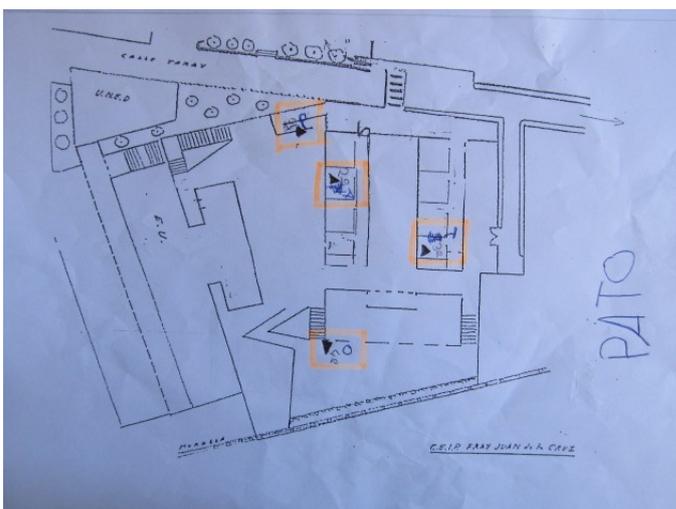
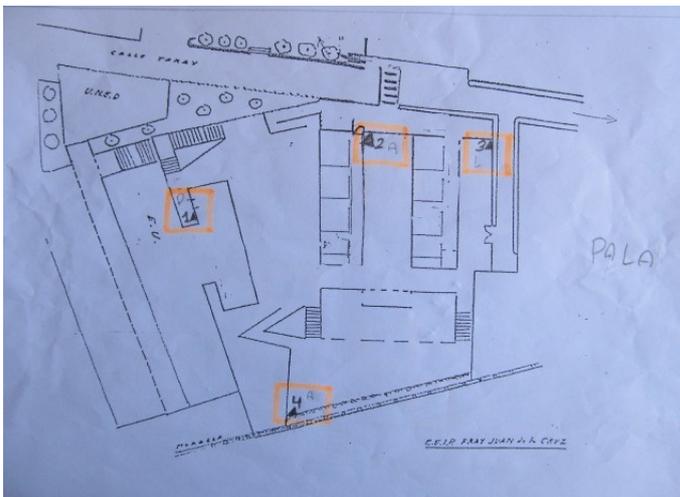
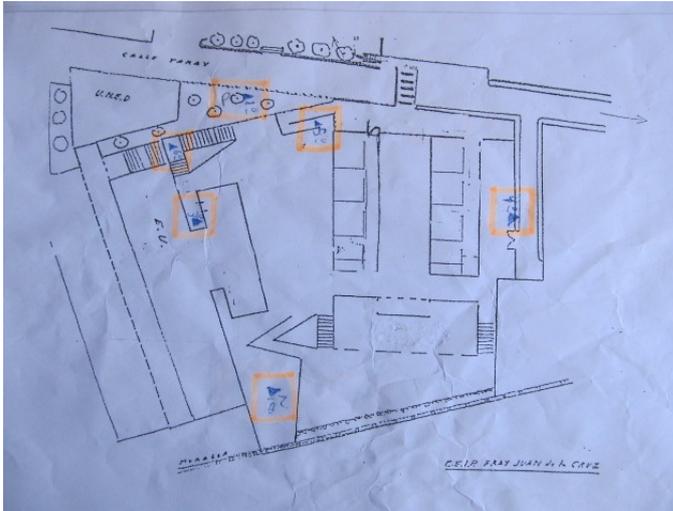
Antiguamente el hombre no disponía de mapas ni de brújulas y aprendió a orientarse a través de fenómenos naturales, otro sistema de orientación, para desplazarse y poder sobrevivir en el entorno en el que habitaba.

## 8.4.3. Nombre y palabra elegida por cada alumno

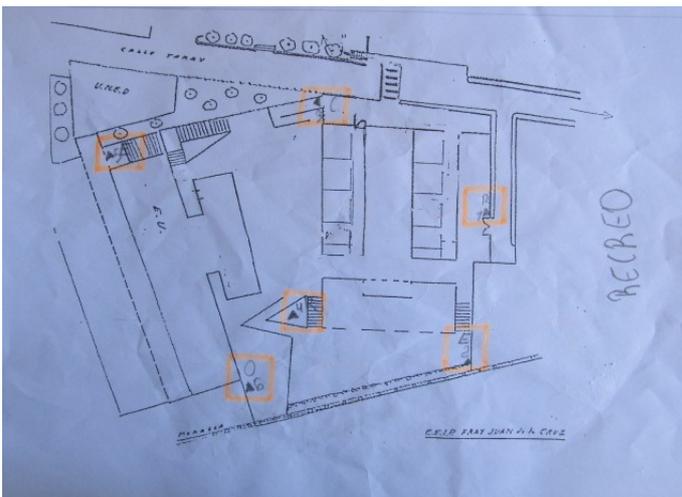
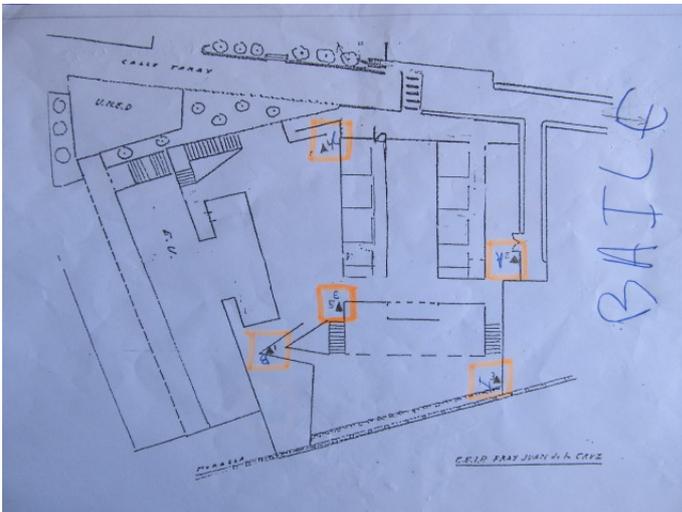
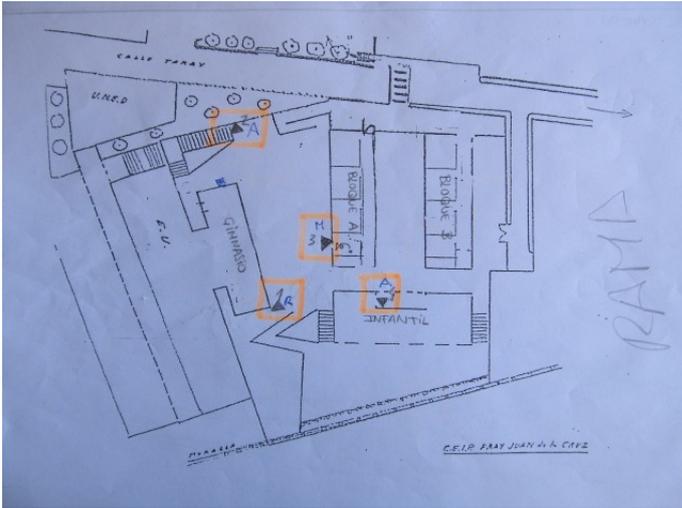


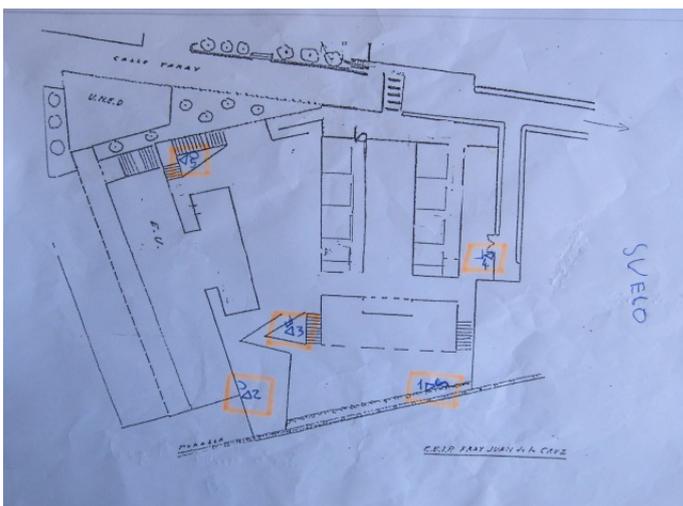
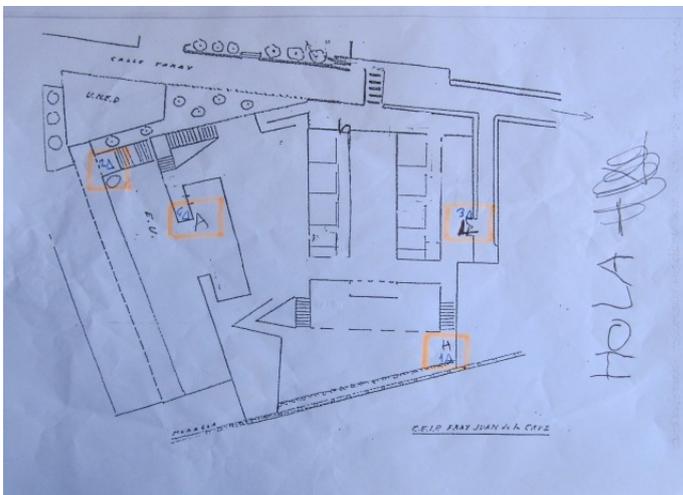
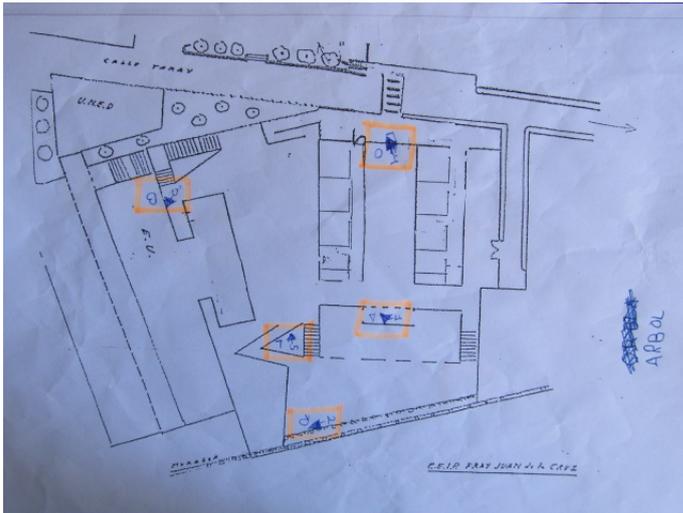
<b>YORDANI</b>	<b>BERNAL</b>
<b>JORGE ARRIBAS</b>	<b>VACA</b>
<b>JORGE MARTÍN</b>	<b>HALCÓN</b>
<b>MARTA</b>	<b>PATO</b>
<b>CARLOS</b>	<b>PATATA</b>
<b>AROA</b>	<b>ÁRBOL</b>
<b>ENRIQUE</b>	<b>ZAPATO</b>
<b>ALFREDO</b>	<b>PALA</b>
<b>ELIANA</b>	<b>RAMPA</b>
<b>ALBA</b>	<b>CEBRA</b>
<b>DANIEL</b>	<b>HOLA</b>
<b>JAVIER</b>	<b>SUELO</b>
<b>ALEJANDRA</b>	<b>BAILE</b>
<b>MARÍA</b>	<b>TORO</b>
<b>IVÁN</b>	<b>MADRID</b>
<b>MARIO</b>	<b>PANDA</b>
<b>VÍCTOR</b>	<b>RECREO</b>
<b>PALOMA</b>	<b>RAMA</b>

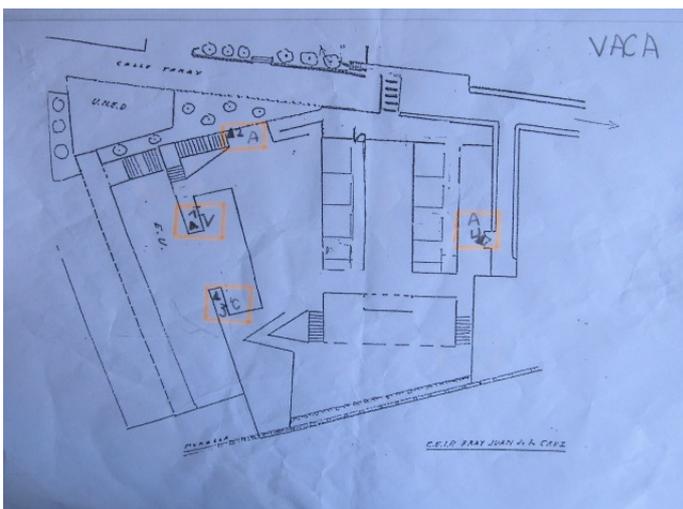
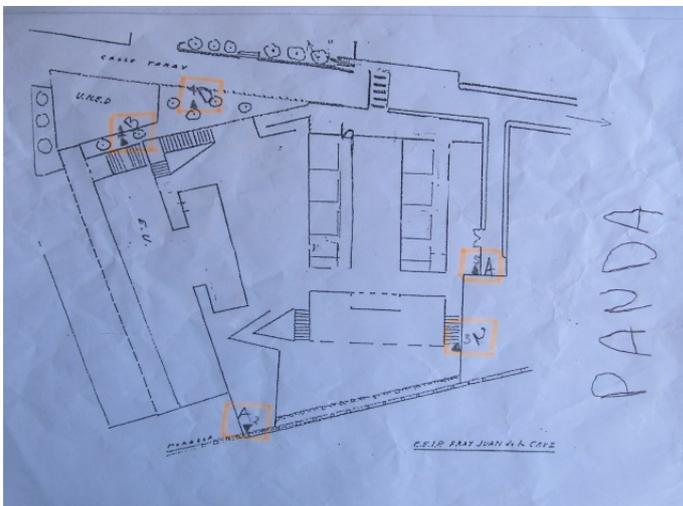
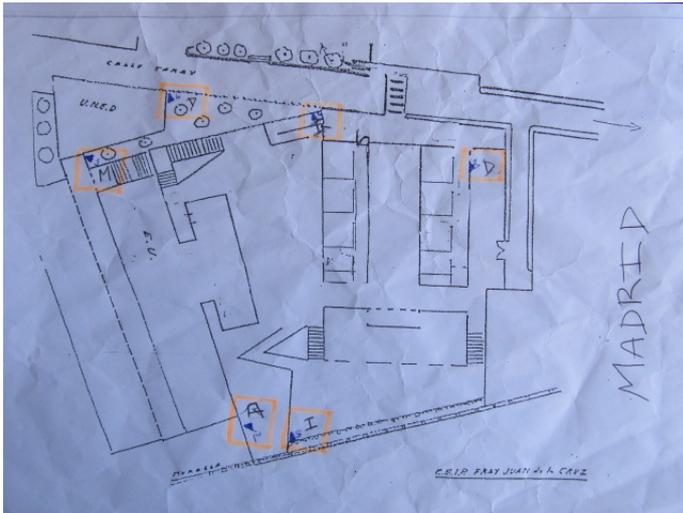
8.4.4. Planos finalizados

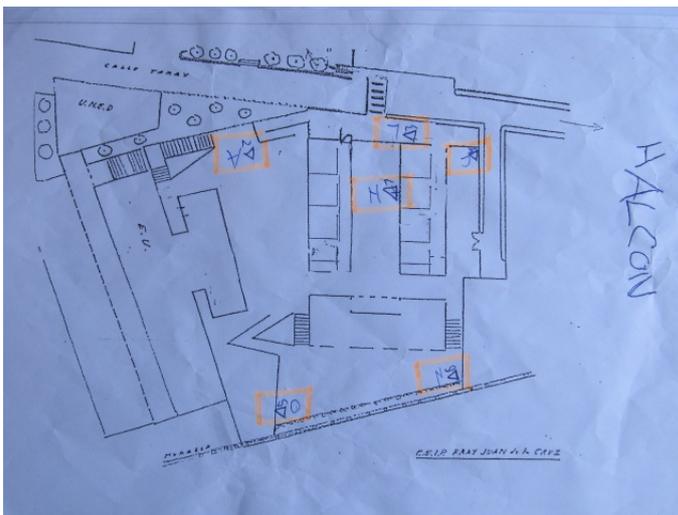
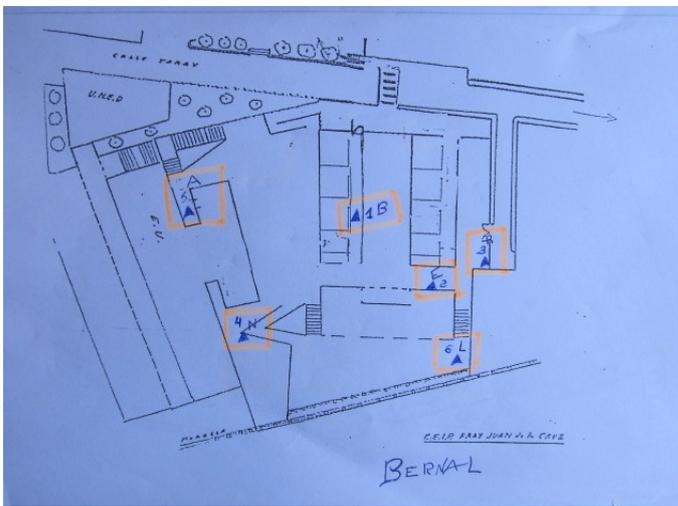
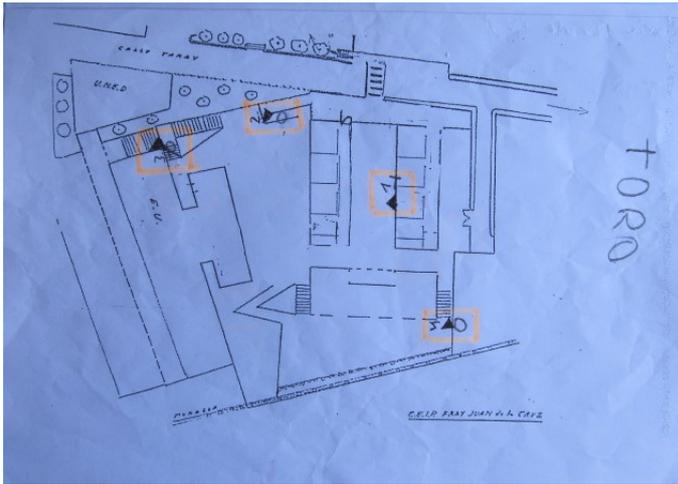


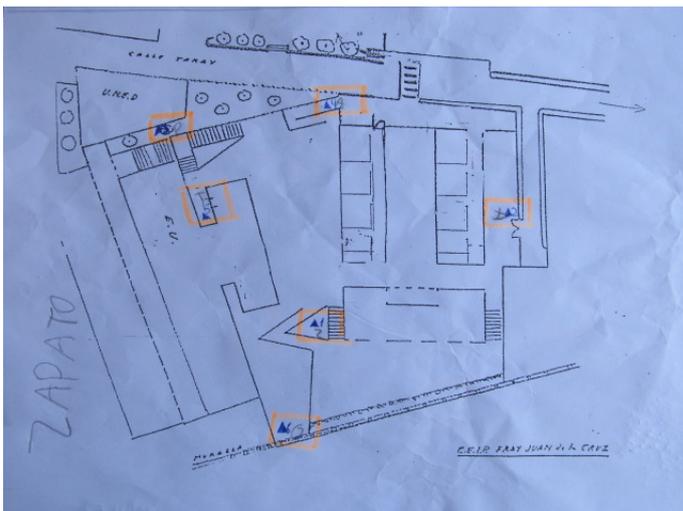
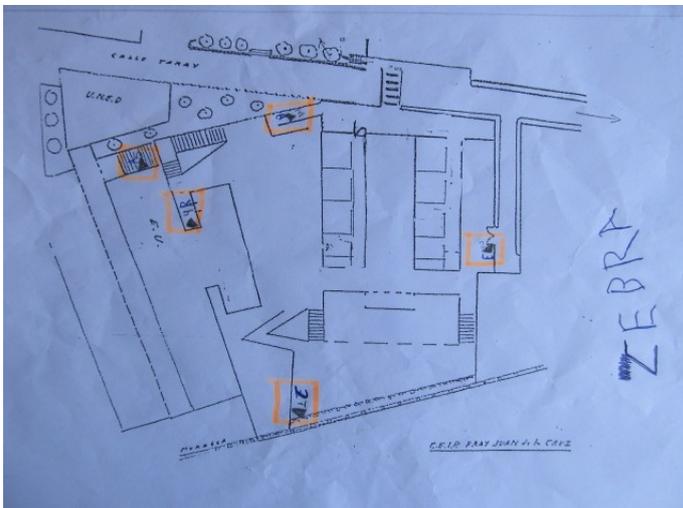
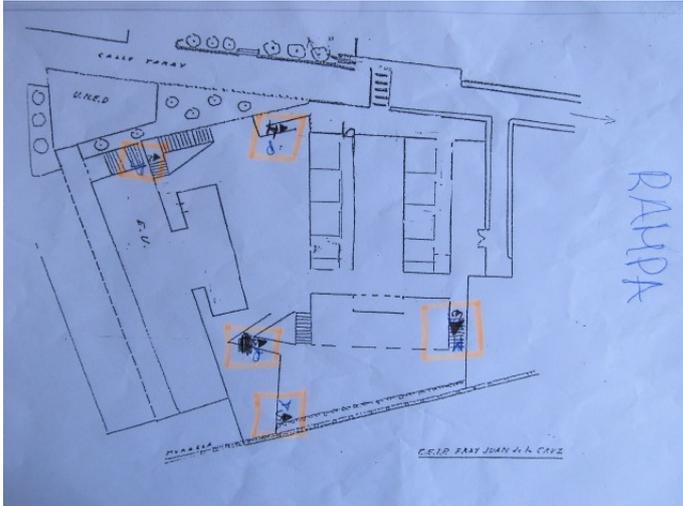
- Plano de la alumna con NEE

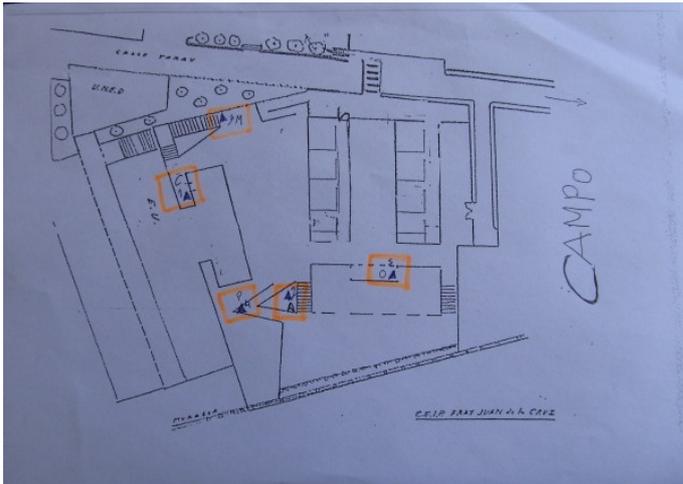












#### 8.4.5. Reflexión

- ¿Qué habéis aprendido en esta sesión?
- ¿El manejo de los planos ha sido difícil?
- ¿Qué os ha parecido la actividad?
- ¿Con qué problemas os habéis encontrado?

## 8.5. SESIÓN 4

### 8.5.1. Elementos más significativos del parque









### 8.5.2. Letras distribuidas por el entorno natural















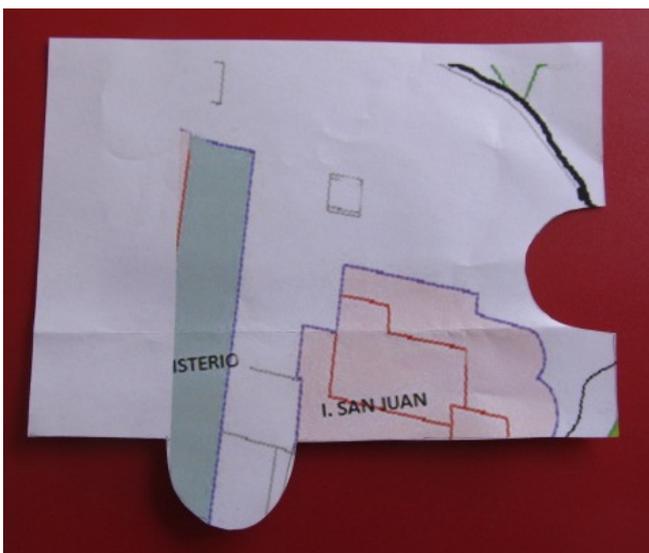
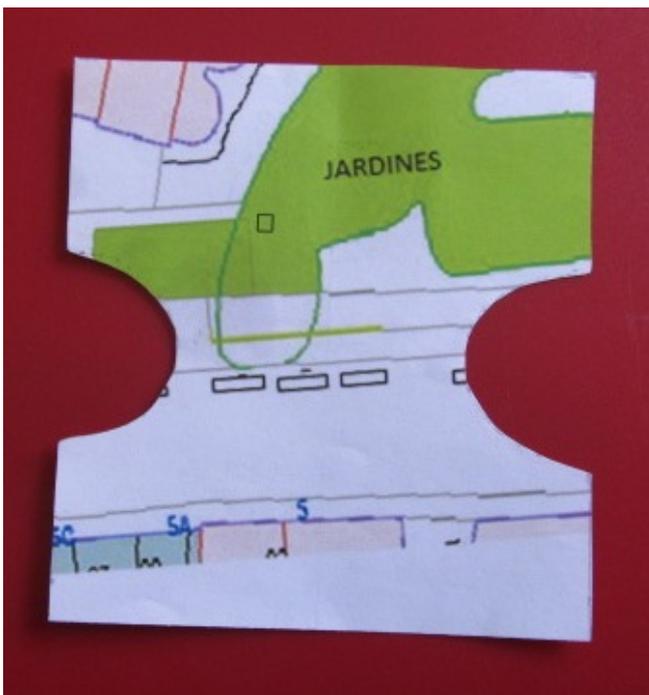
### 8.5.3. Reflexión

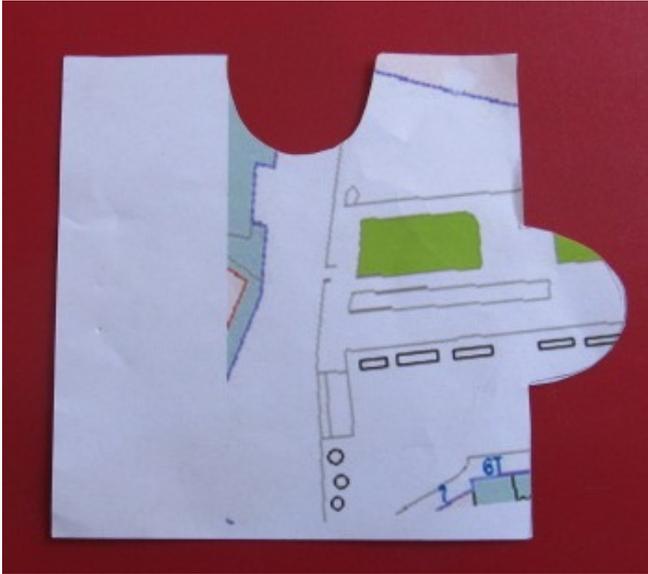
- ¿Creéis que es difícil orientarse en él?
- ¿Posee muchos puntos destacables para orientarnos?
- ¿Con qué problemas os habéis encontrado?
- ¿Os ha resultado difícil localizar todas las letras?

## 8.6. SESIÓN 5

### 8.6.1. Piezas del puzle

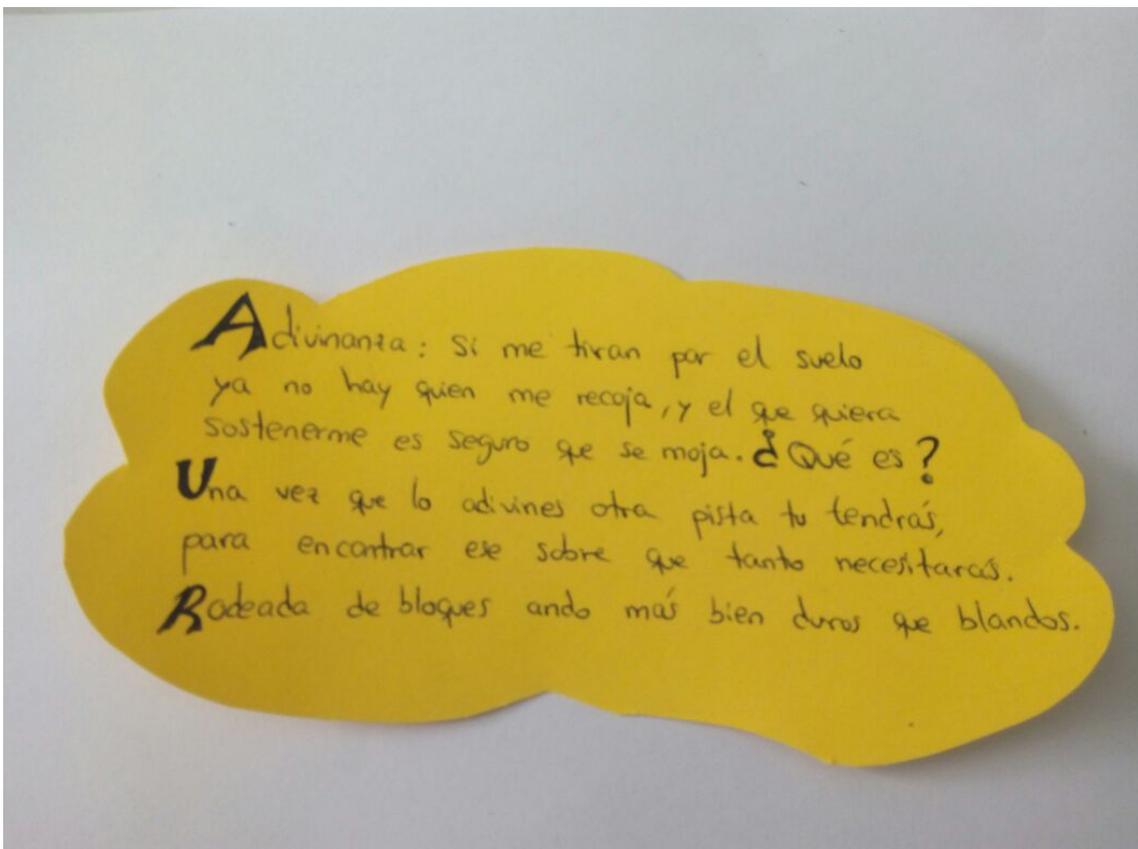






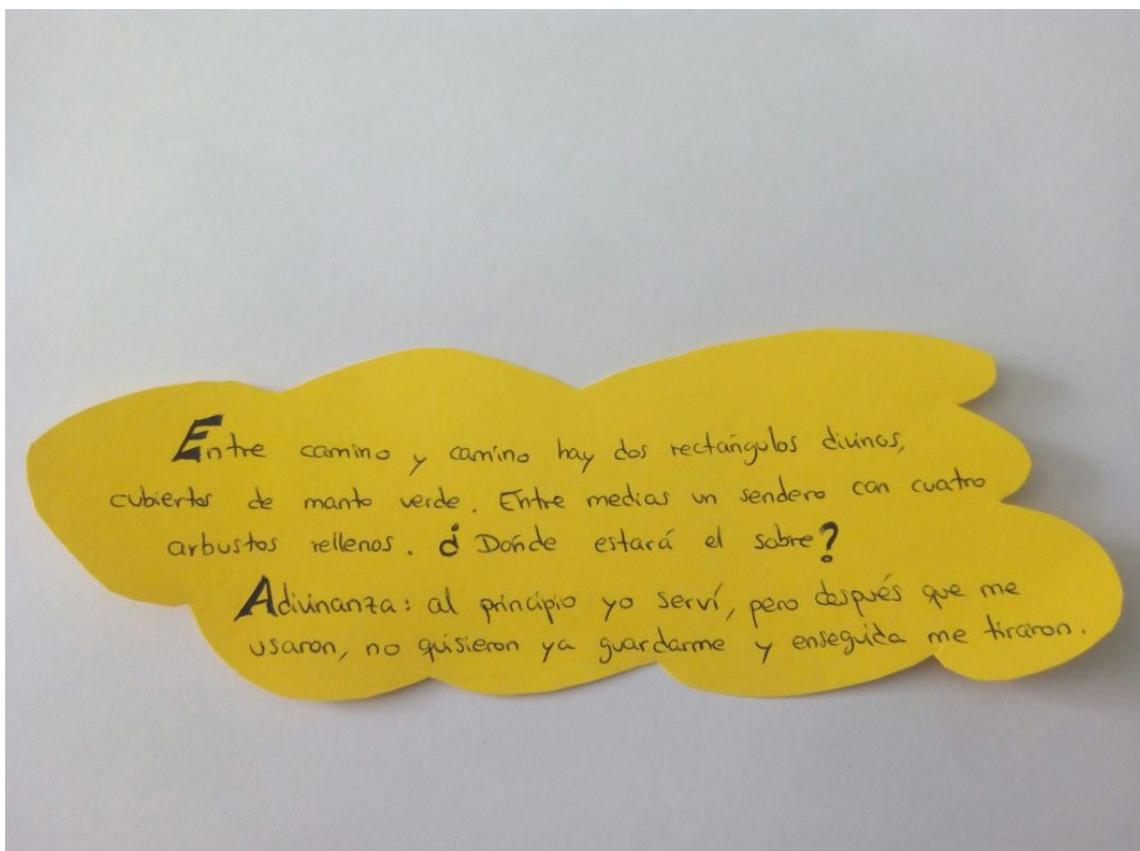
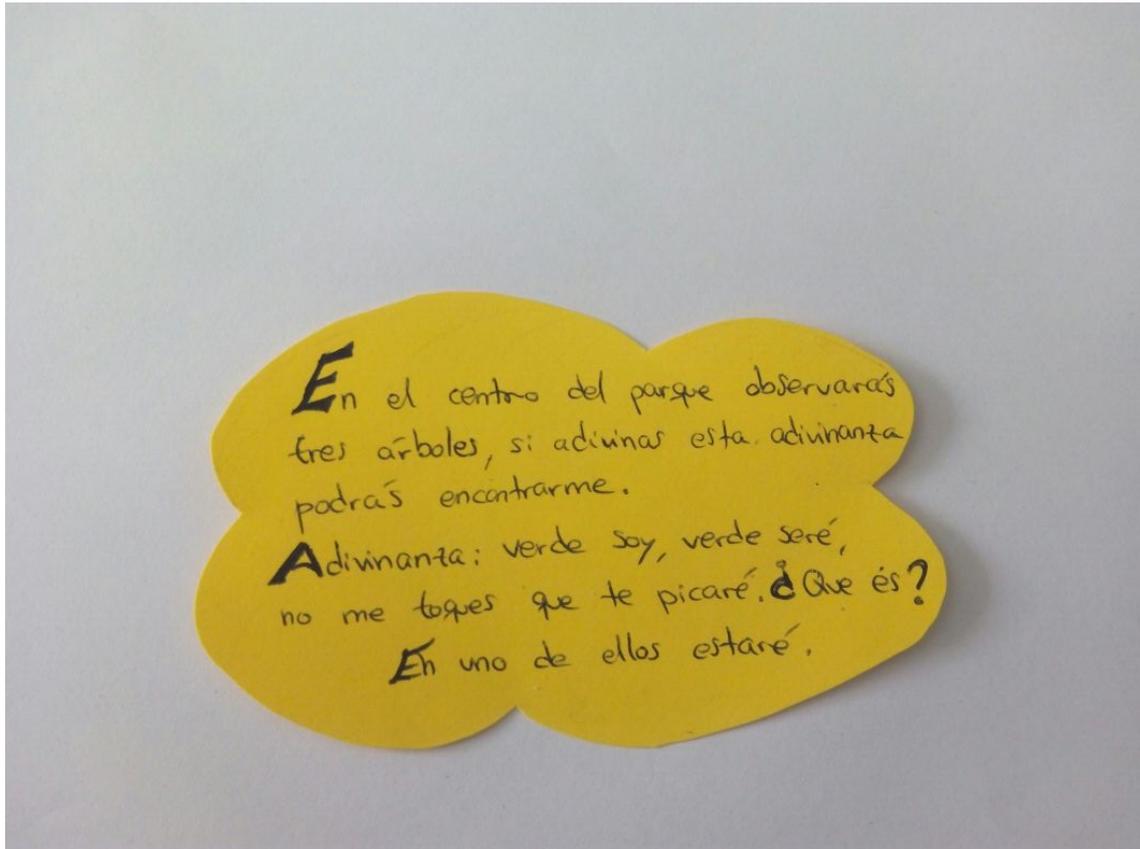
### 8.6.2. Pistas

- GRUPO 1

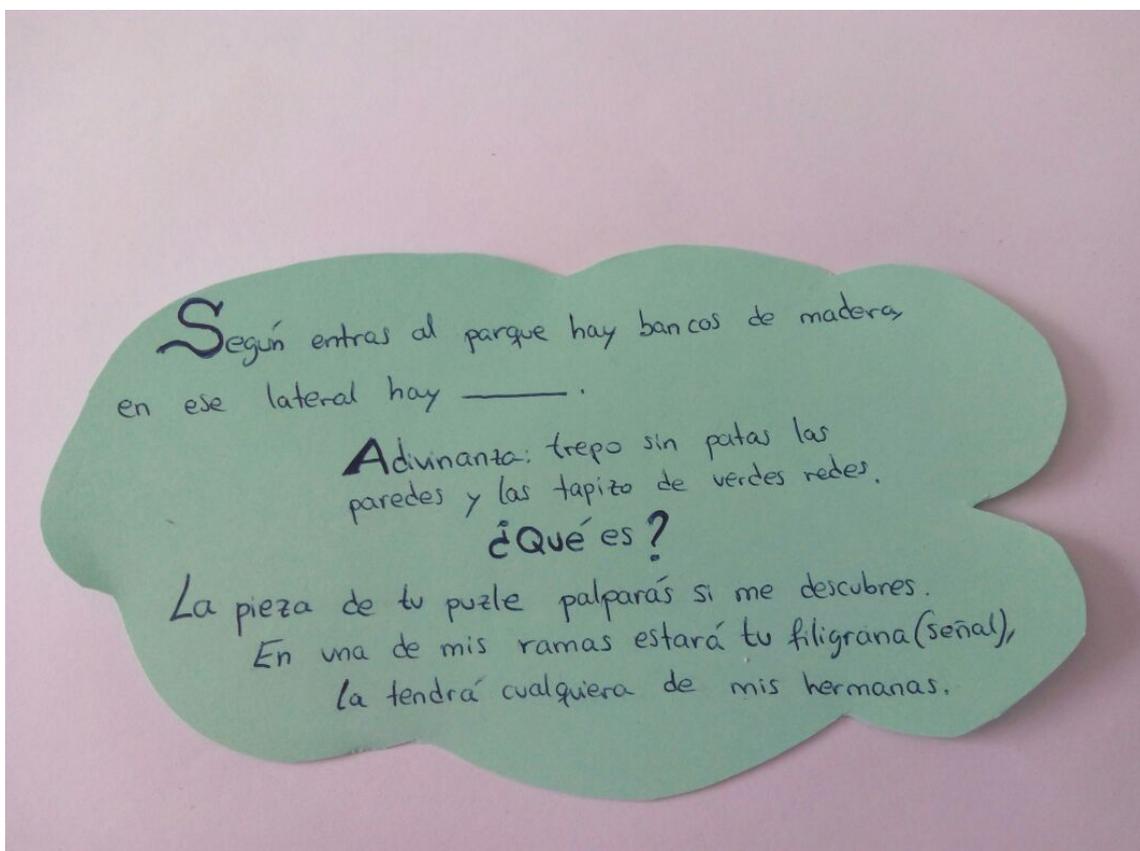
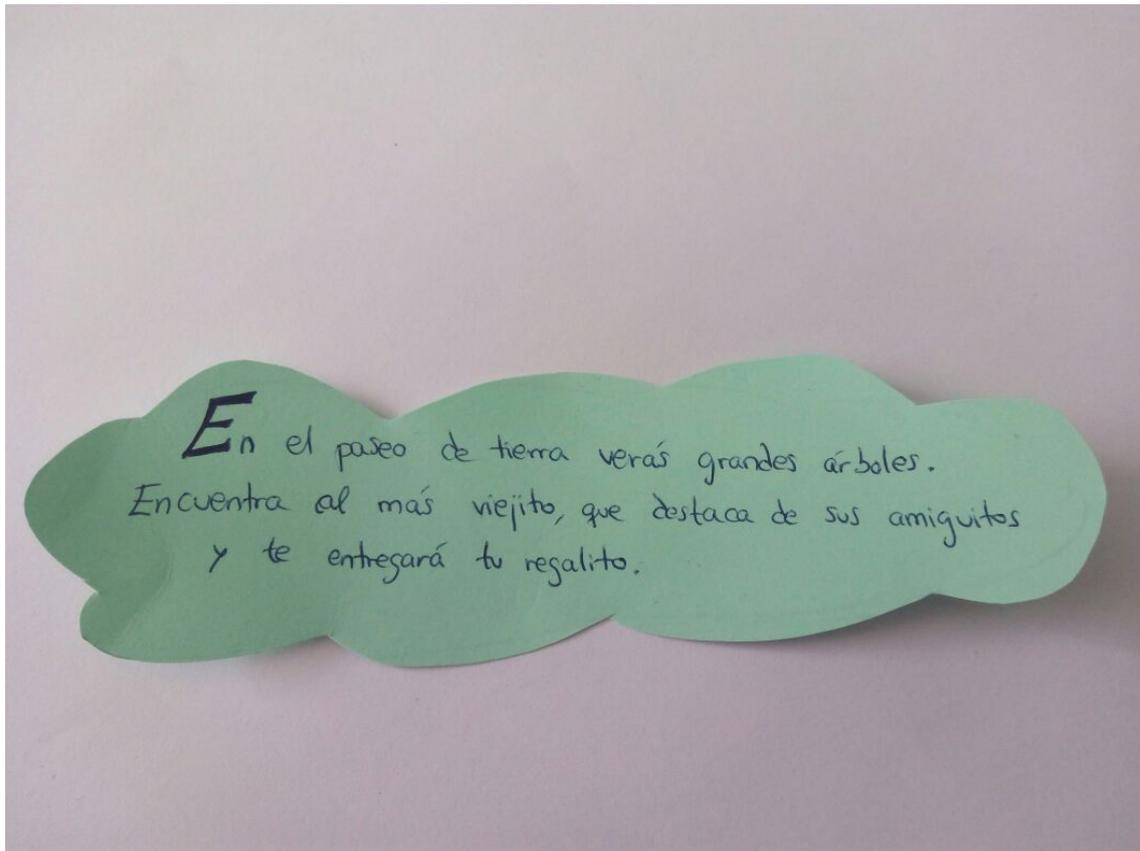


**P**isa fondo en el jardín y verás a Zuloaga,  
rodeado de unas flores todas ellas muy iguales,  
aromáticas y dulces porque son primaverales.  
Entre tanta alegría coge el sobre que te  
guía...

**D**esde la bella muralla de este parque  
ajardinado, se ve un barrio de Segovia, que está  
bastante poblado. Entre pico y pico está el sobre que  
estás buscando. Eso sí, solo uno tiene el mando  
y entre ranura y ranura anda.

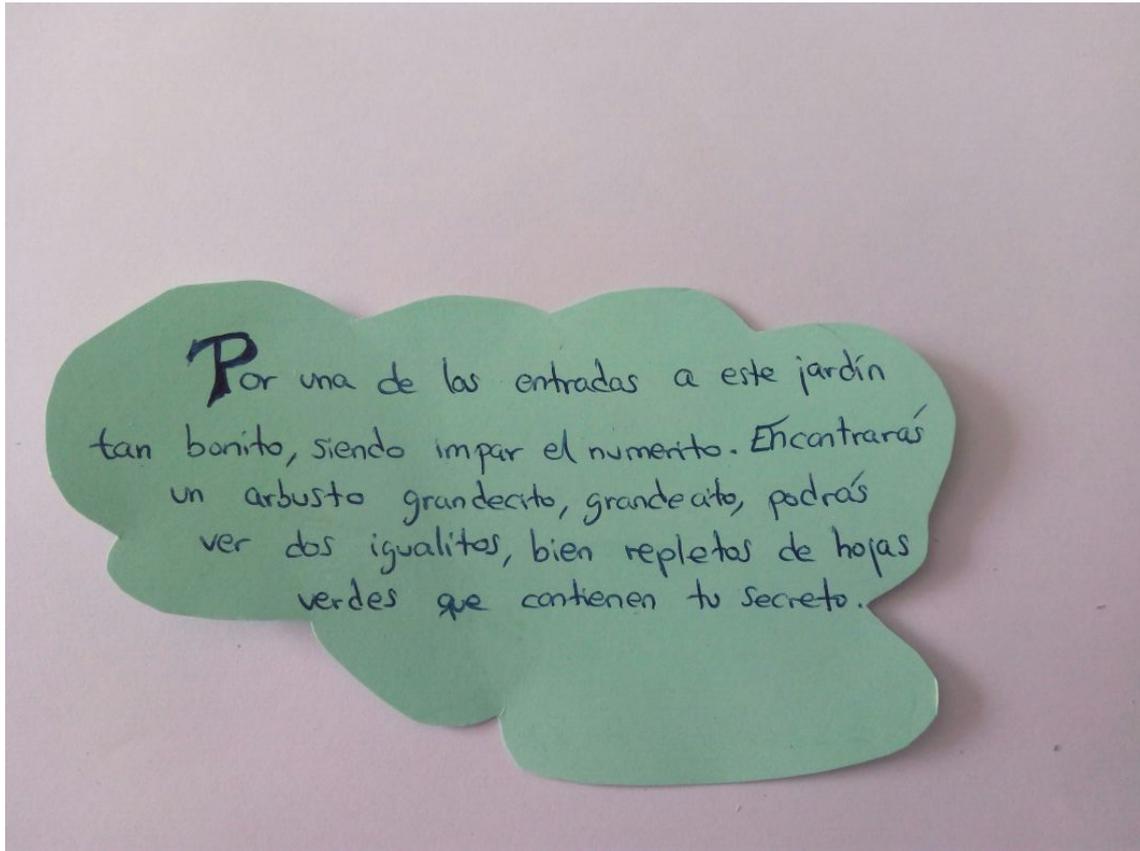


## • GRUPO 2

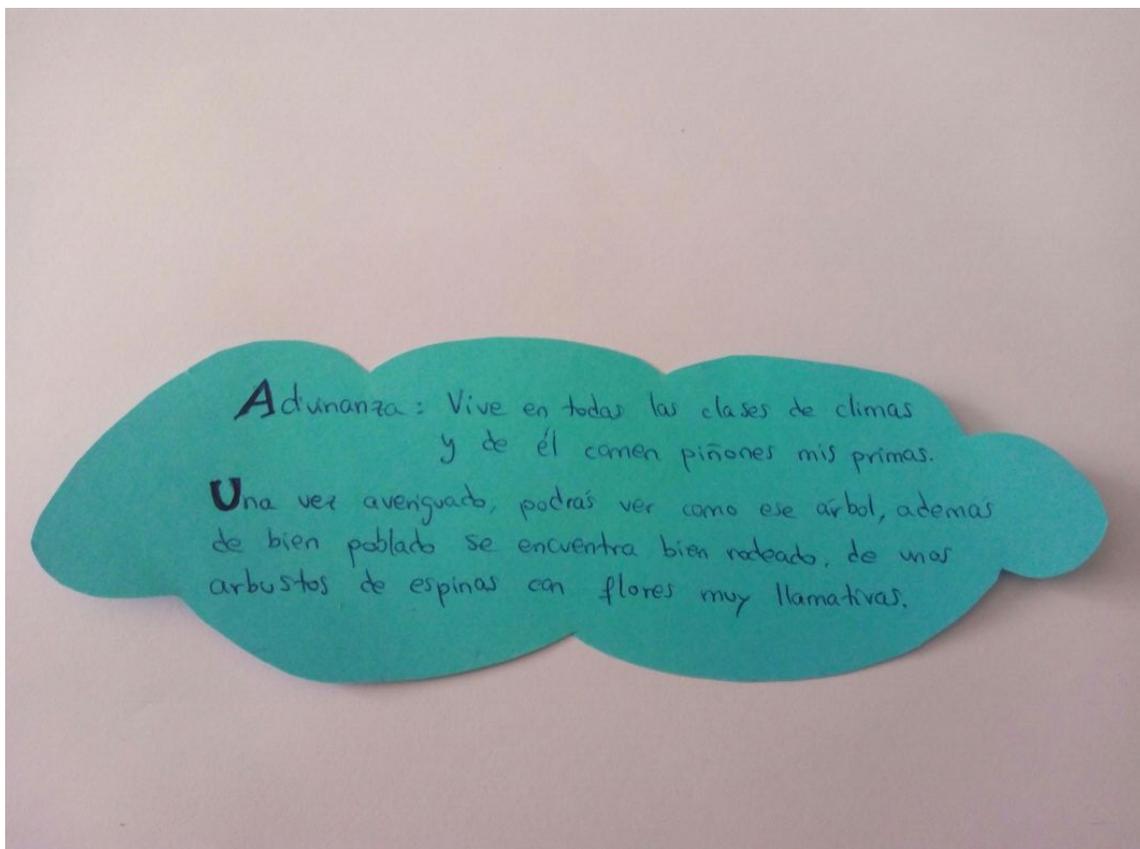


Desde el punto de partida, por la rampa apedreada, a mano derecha encontrarás simulada una seta amurallada, y rodeándola te enseñará su pieza más destacada.

Dentro de este jardín encontrarás también pintadas, dirígete hacia allí donde la veas dibujada. Su reluciente color marcado entre la muralla, te hará ver la pista que se te manda.

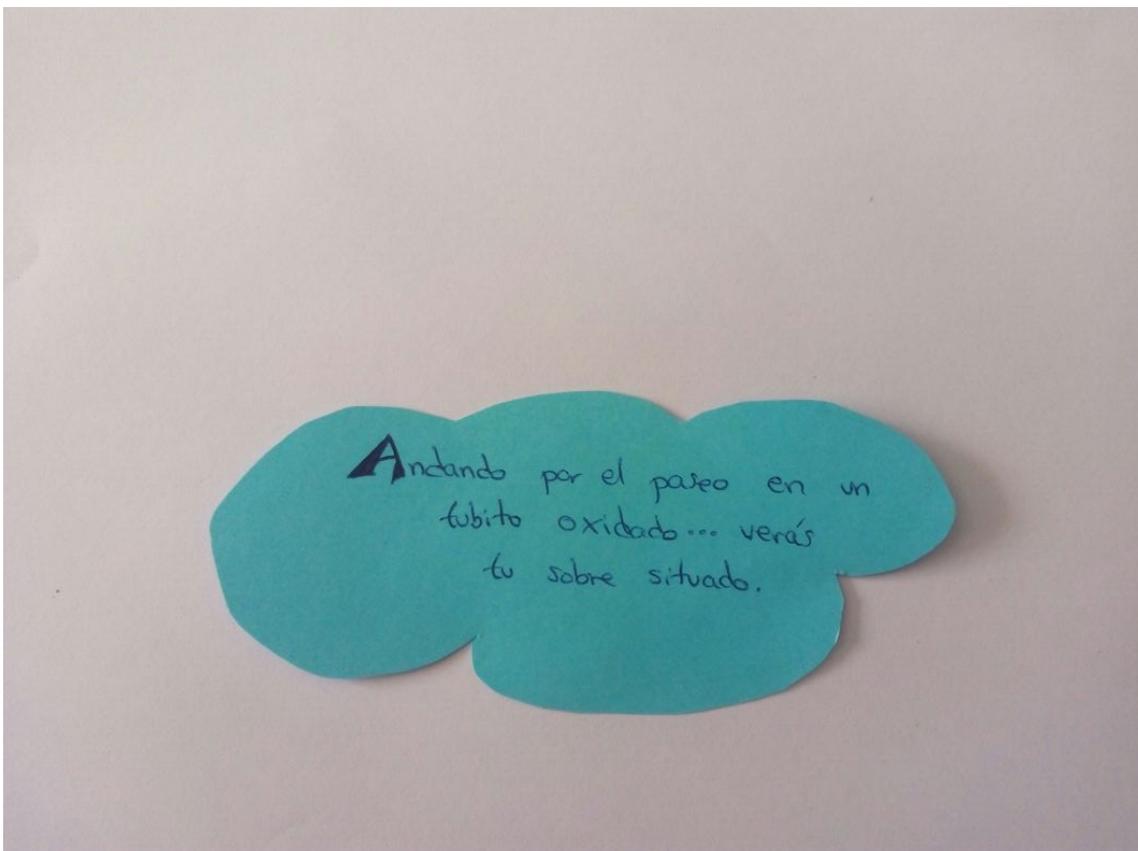
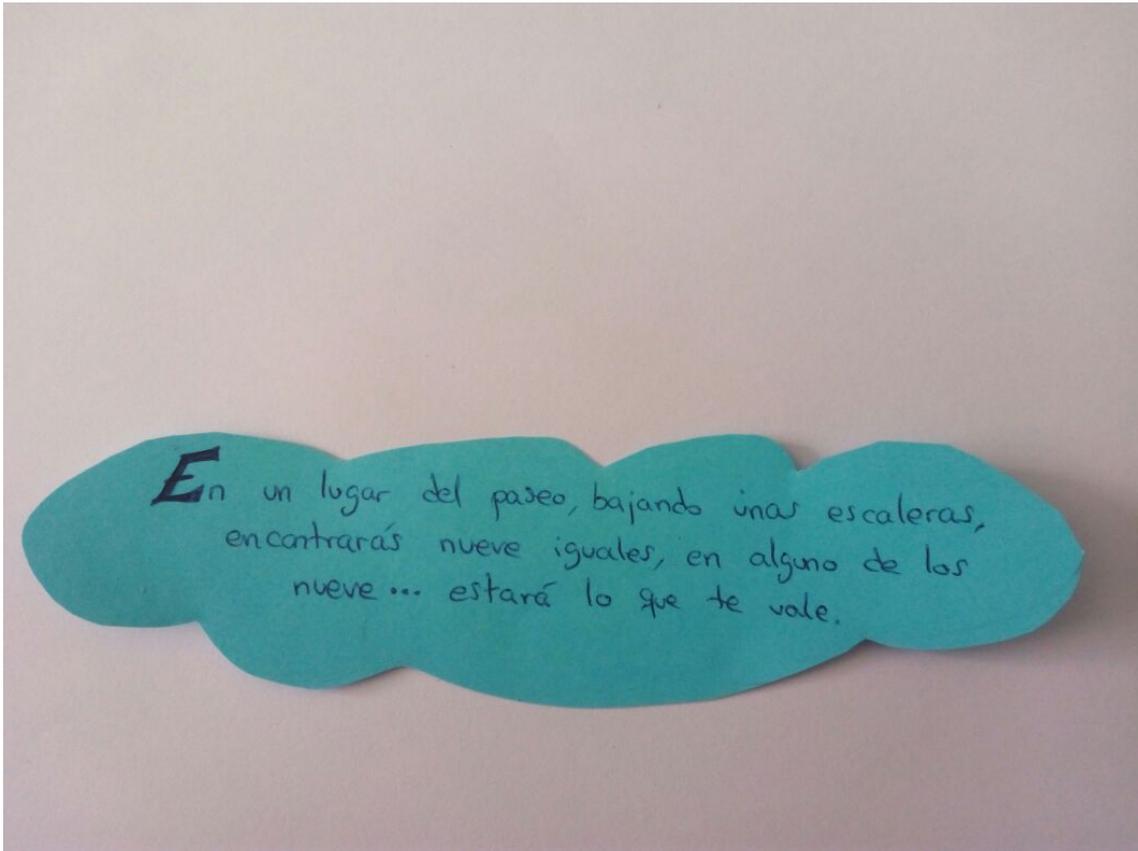


- GRUPO 3

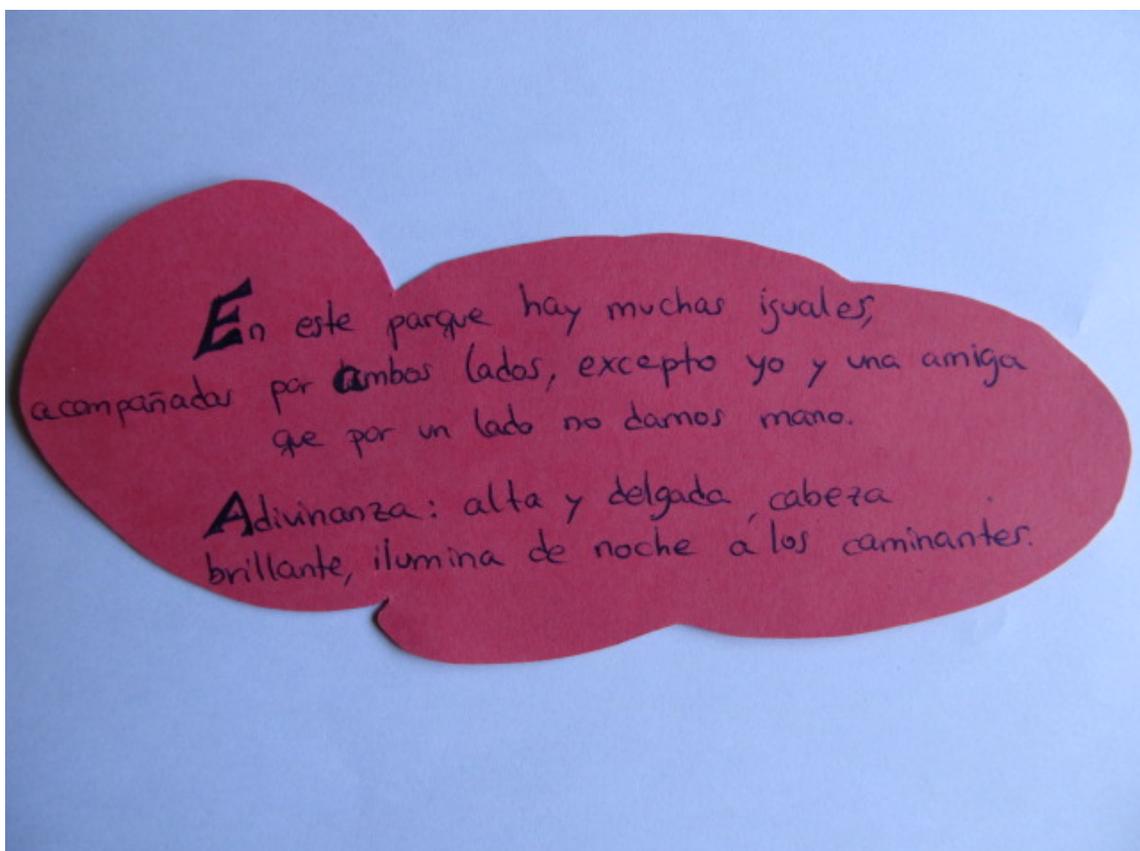
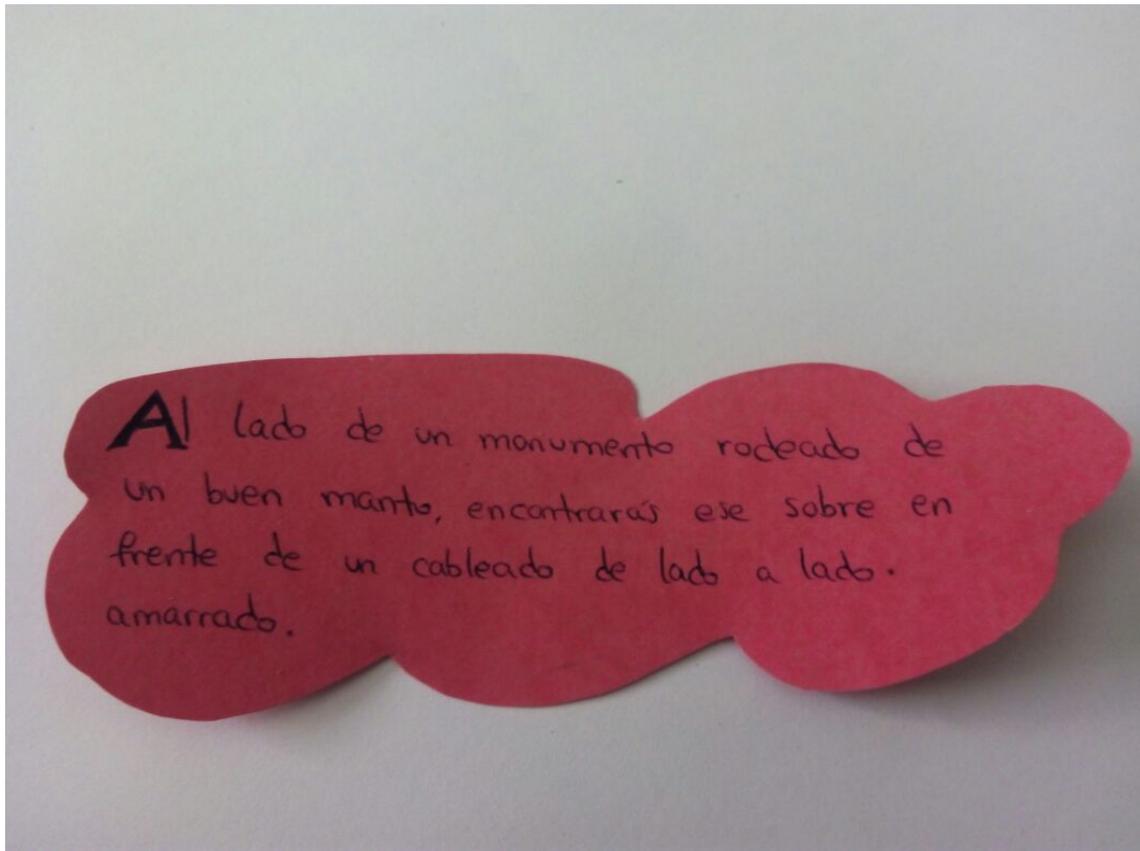


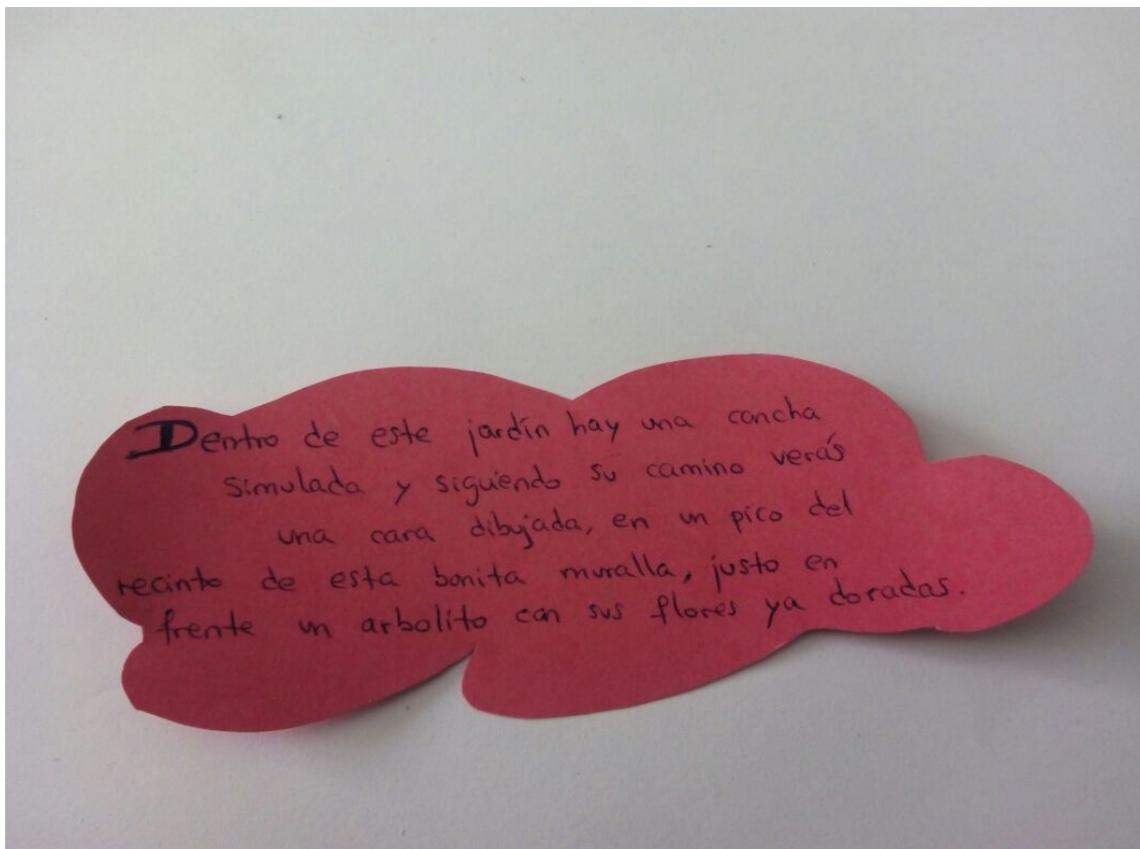
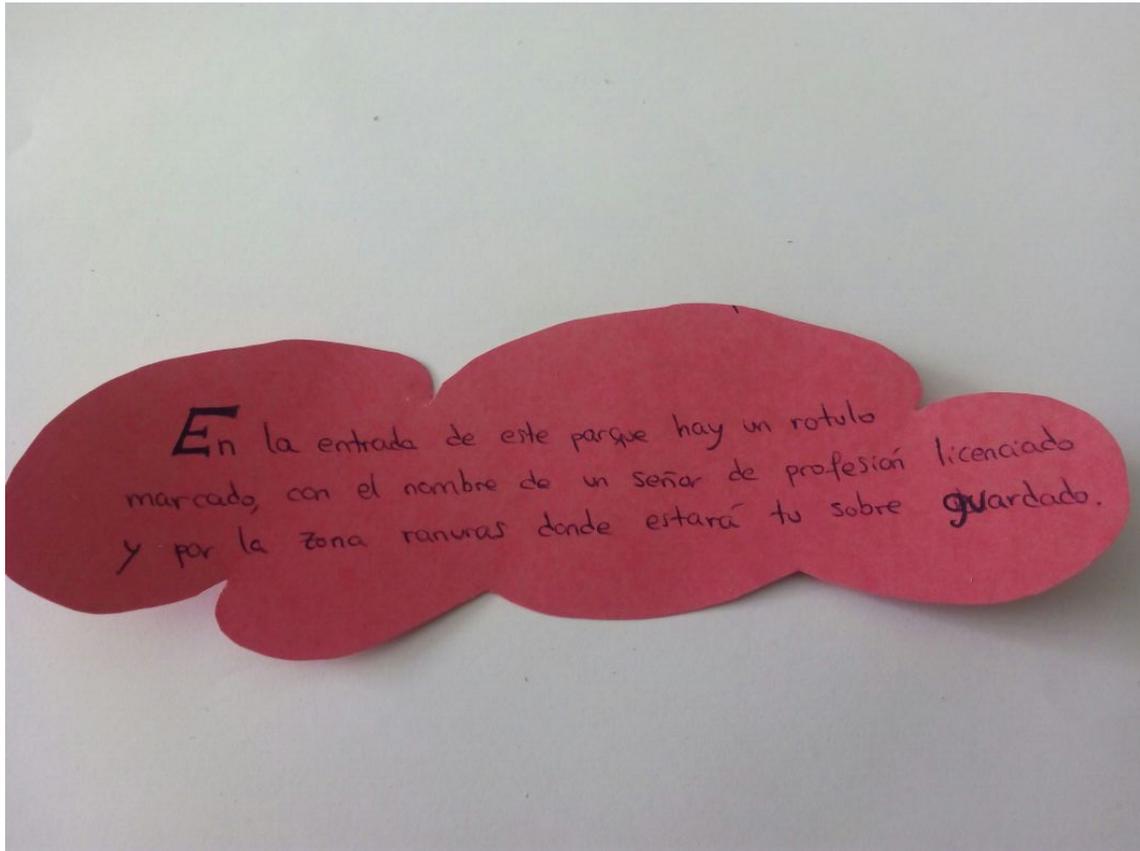
**E**n este mismo paseo, de todas las ventanitas, encontrarás una sola que es la más pequerita y al lado estará tu sobre con una nueva pista.

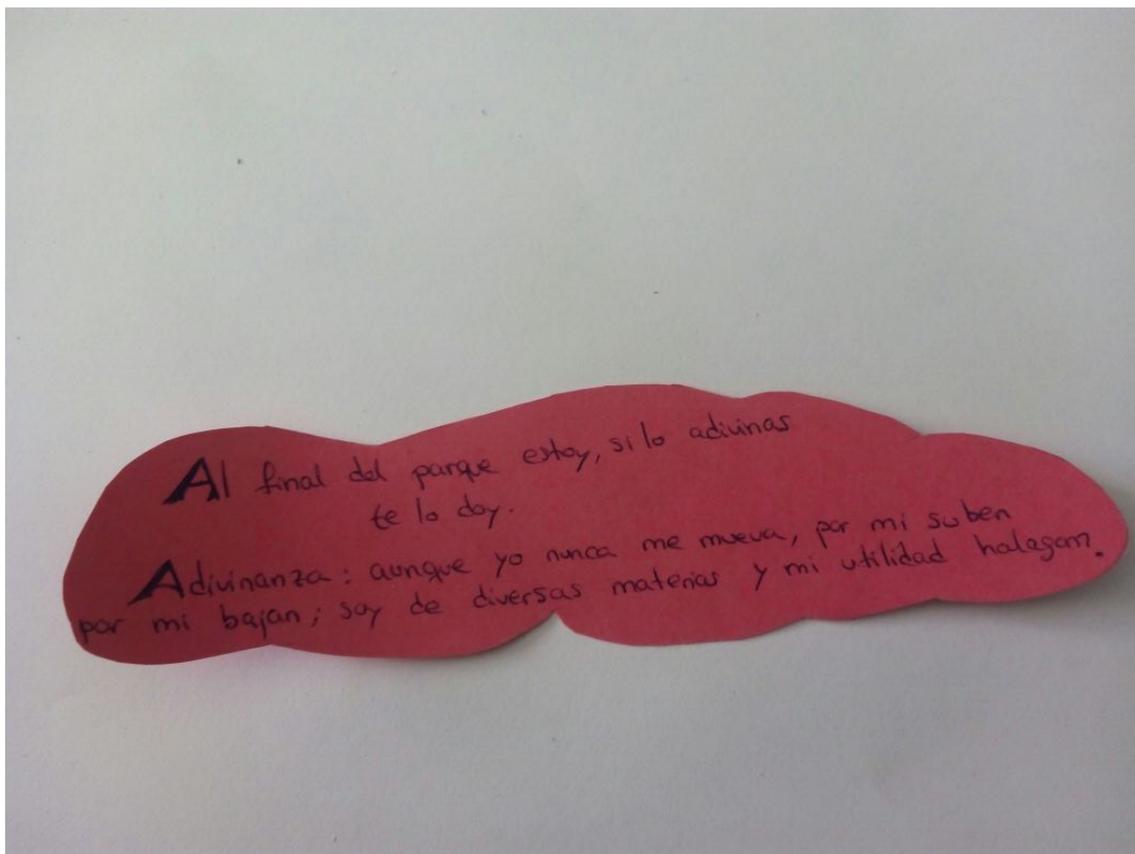
**A**gua potable doy y en el centro del parque estoy. Entre piedras que me observan, busca tu sobre de hoy, situado en las alturas... detrás de una de estas rocas duras.



## • GRUPO 4







### 8.6.3. Plano del parque (puzle formado)



### 8.6.4. Reflexión

- ¿Ha sido una sesión fácil?
- ¿La coordinación del grupo ha sido buena?
- ¿Os ha resultado complicado descifrar las adivinanzas?
- ¿La orientación a través de pistas es divertida?
- ¿Os ha costado encontrar los sobres?
- ¿Con qué sesión de la U.D os quedáis?

## 8.6.5. Ficha de autoevaluación

NOMBRE Y APELLIDOS DEL ALUMNO/A-----

CURSO----- GRUPO-----

PREGUNTAS	VALORACIÓN
¿He adquirido nuevos conceptos de orientación?	1 2 3 4 5
¿Estoy capacitado para orientarme en un espacio conocido?	1 2 3 4 5
¿Domino la orientación en un espacio natural semidesconocido?	1 2 3 4 5
¿Se localizar representaciones de puntos en un plano?	1 2 3 4 5
¿He aprendido a realizar actividades en el medio natural?	1 2 3 4 5
¿He sido cooperativo con mis compañeros?	1 2 3 4 5
¿He mostrado respeto en todo momento hacia mis compañeros?	1 2 3 4 5
¿He participado en todas las actividades diseñadas por el profesor?	1 2 3 4 5
¿Crees que debería trabajarse este tema en mayor medida, en la materia de Educación Física?	1 2 3 4 5
¿Es importante la orientación en la vida cotidiana?	1 2 3 4 5
¿Te ha parecido interesante esta unidad didáctica de orientación?	1 2 3 4 5

- Evalúate del 1 al 5, siendo el número 5 la máxima puntuación y el 1 la mínima. Rodea la opción conveniente.

**FICHA DE AUTOEVALUACIÓN PARA LA ALUMNA CON NEE:**

NOMBRE-----

CURSO-----

<b>PREGUNTAS</b>	<b>SÍ</b>	<b>NO</b>
<b>¿Has aprendido nuevos conceptos de orientación?</b>		
<b>¿Te han gustado las actividades planteadas?</b>		
<b>¿Sabes localizar elementos en un plano?</b>		
<b>¿Has participado en todas las actividades?</b>		
<b>¿Te ha gustado practicar actividades físicas en el medio natural?</b>		

**8.7. FICHA DE EVALUACIÓN DE LA U.D**

NOMBRE Y APELLIDOS DEL ALUMNO/A: -----

CURSO: ----- GRUPO: -----

ASPECTOS A CONSEGUIR	SÍ/NO/A VECES
----------------------	------------------

¿Conoce los conceptos básicos de orientación?	
¿Sabe orientarse a través de un plano?	
¿Domina la representación de puntos en el plano?	
¿Posee destreza y habilidad en la búsqueda de objetos?	
¿Traslada correctamente los objetos del plano a la realidad?	
¿Demuestra respeto y ayuda a sus compañeros/as?	
¿Se esfuerza para conseguir rendir al máximo de sus posibilidades?	
¿Domina la orientación mediante pistas?	
¿Participa de forma activa en todas las actividades dentro de su nivel de destreza?	

