



LA EDUCACIÓN FÍSICA EN CONTACTO CON LA NATURALEZA

Análisis de los beneficios en la formación del alumnado y estudio de los resultados tras una práctica escolar.

CRISTINA MAGRIZ GONZÁLEZ

4º Educación Primaria | TRABAJO FIN DE ESTUDIOS | 2018/2019

TUTORA: VIRGINIA ALCARAZ RODRÍGUEZ

ÍNDICE

1.	Resumen.....	2
2.	Justificación del tema.....	2
3.	Objetivos del trabajo.....	2
4.	Marco Teórico.....	3
4.1.	La Educación Física y el Medio Natural.....	3
4.2.	Análisis de cómo abordan el curriculum y los libros de texto las actividades físicas en la naturaleza.....	6
4.3.	Educación Física en el Medio Natural en los centros.....	12
4.4.	Impedimentos y posibles soluciones para el desarrollo de la Actividad Física en la naturaleza.....	18
5.	Propuesta de Intervención Didáctica.....	20
5.1.	Justificación Socio-educativa.....	20
5.2.	Contextualización.....	21
5.3.	Objetivos, contenidos y competencias básicas.....	21
5.4.	Metodología didáctica.....	24
5.5.	Sesiones de trabajo y temporalización.....	24
5.5.1.	Sesiones de trabajo.....	24
5.5.2.	Temporalización.....	39
5.6.	Análisis de la intervención.....	39
5.7.	Evaluación.....	42
6.	Conclusiones del trabajo.....	46
7.	Referencias Bibliográficas.....	48
8.	Anexos.....	50
8.1.	Anexo 1: Entrevistas.....	50
8.2.	Anexo 2: Fichas carrera de orientación.....	58
8.3.	Anexo 3: Mapa carrera de orientación.....	61

I. RESUMEN

El presente trabajo versa sobre “*La Educación Física en contacto con la naturaleza*” en la etapa de primaria dentro de los centros escolares. En él se abordará la situación actual en los centros respecto a la práctica de actividad física en el medio natural, tanto desde el punto de vista legislativo como la realidad que se lleva a cabo día a día en las clases de Educación Física. Analizaremos las ventajas, beneficios y múltiples aplicaciones del medioambiente en la educación y formación de los alumnos en futuros ciudadanos. Así contemplamos la naturaleza como un aula más en la que también se aprende, mucho más allá de las limitadas y poco motivadoras clases con sillas, mesas y cuatro paredes, limitando el movimiento de los más pequeños. Además, se aportará una propuesta de intervención con algunas nociones de una posible práctica en Educación Primaria para demostrar la viabilidad de un escenario natural dentro y fuera del centro.

II. JUSTIFICACIÓN DEL TEMA

La práctica de Educación Física o cualquier otra asignatura que suponga un contacto con la naturaleza tiene un gran impacto positivo en la educación de estos, no solo por las actitudes y comportamientos que experimentan, sino por el contexto diferente al que están acostumbrados. En las prácticas escolares del Grado de Educación Primaria, observamos con gran frecuencia que el alumnado está en contacto movimiento y su atención no es muy continua. Sin embargo, cuando se practican juegos en los que han de moverse por la clase, hacer grupos y participar, su atención aumenta. Sacar a los niños y niñas de su contexto habitual les hace estar mucho más pendientes de su entorno, de las personas que están con ellos y de las responsabilidades que tienen con respecto a ese entorno. En este caso, hablamos de la naturaleza y del cuidado que se debe tener con respecto a ella.

En definitiva, se hace necesario las investigaciones para demostrar los beneficios que sabemos que son evidentes pero que en la práctica, dichas actividades no se dan tanto como deberían. Los entornos urbanos y naturales han de ser aprovechados en la educación de los pequeños, no solo por la falta de actitudes ante el medioambiente y actitudes en la convivencia de los jóvenes sino también con el fin de potenciar otras formas de aprendizaje tanto o incluso más efectivas que los libros de texto.

III. OBJETIVOS DEL TRABAJO

El principal objetivo de dicho trabajo es clarificar los beneficios que aporta la educación en la naturaleza a los niños y niñas, tanto actitudinales como conceptuales, dentro de los cuales se encuentra la promoción de la actividad física en el alumnado, así como presentar las dificultades que se ponen de manifiesto en la práctica de actividad física en la naturaleza y proponer posibles soluciones para una mayor aplicación de estas actividades en la vida escolar del alumnado. Además, queremos dar a conocer la situación respecto a las actividades en el medio natural a lo largo de los años a través del análisis de la legislación educativa que comenzó el siglo pasado hasta conocer la situación curricular de nuestros días y cómo aplican o dejan de aplicar los centros las directrices que en ellos se recogen.

IV. MARCO TEÓRICO

4.1.LA EDUCACIÓN FÍSICA Y EL MEDIO NATURAL

La Educación Física forma parte de la enseñanza básica del alumnado de primaria y en este momento es una fuente de trabajo a través de la cual se consigue el cambio del ser humano a nivel físico y psíquico. Es beneficiosa para nuestra salud, creando hábitos saludables en niños tan importantes ante el problema de obesidad que sufre España, pero también desarrolla unos comportamientos y valores clave para la inserción óptima de los menores en la sociedad. Por ello, este trabajo versa sobre las posibilidades que esta ofrece y más concretamente la aportación que hace a la educación de niños y niñas su desarrollo en la naturaleza.

Comencemos tratando la educación física y su relación con el medio natural desde el punto de vista de diferentes autores. Reafirmando nuestra idea inicial, Edwin Coto (2008) plantea que la educación física “se puede considerar como una de las alternativas con recursos para conducir el proceso de la educación hacia el medio natural”, que a pesar de sus dificultades de puesta en práctica, es clave en la situación ambiental que vivimos actualmente. Según Tejada y Sáez (2009), la Actividad Física en la naturaleza son actividades que relacionan varias disciplinas y que se llevan a cabo en contacto con el medio natural, con una finalidad educativa y recreativa. Pedrero (2007) añade a esto el desarrollo de destrezas útiles siempre en el “ámbito saludable de la naturaleza”. Retomando la idea inicial que teníamos de la Educación Física en la naturaleza Jesús

Tejada Mora y Jesús Saéz Padilla (2009) realizan un estudio de las capacidades promovidas por la educación física que ya analizó Lleixá (2003), y sus conclusiones radican en que la defensa del área de educación física va más allá de las meras cualidades físicas y abarca también el desarrollo del ser humano en todas sus dimensiones, es decir, que a través del movimiento la persona avanza en capacidades físicas, sensoriales, emocionales e intelectuales.

Aguado (2015) recoge todo lo que hemos planteado anteriormente y además nos dice que aunque la naturaleza nos ofrece mucho a la educación física, también tienen el valor de “*un aula más con gran potencial educativo*”, no solo en el área de la Educación Física sino en otras ramas del conocimiento. Las salidas a la naturaleza no tienen por qué ser exclusivamente físicas, puesto que en una misma excursión podemos observar plantas trabajando la biología, propiedades del agua o fauna local. Además este autor plantea los términos “*mini-sociedad*” y “*clima*”, dos aspectos que se crean cuando estamos fuera del centro o dentro de él pero en un escenario distinto. Formamos una sociedad, en cuanto a que los alumnos y alumnas deben ser un grupo unido para que ninguno se despiste, podemos incluso repartir roles e ir introduciendo conductas frente a un medio diferente al habitual. Hablamos de sociedad también cuando paramos para comer, para dar un paseo o ver un animal en conjunto, es decir, hacemos uso de unos horarios con fines educativos y sociales. También se crea un clima diferente al que se tiene en una clase, puesto que es necesario para un desarrollo óptimo de la actividad, para el que se necesita de la ayuda de todos (Aguado, 2015).

Olivera y Olivera (2016) destacan el concepto de “*aventura*” a la hora de definir las Actividades Físicas en el medio natural y afirman que son actividades “*cuyo fundamento motriz es el deslizamiento aprovechando las energías libres de la naturaleza mediante la utilización de la tecnología, no se basan en el entrenamiento ni buscan el rendimiento y el cuerpo no es un medio sino el depositario final de las emociones y sensaciones generadas*”. Es decir, estos autores ven en estas actividades un medio basado en el deporte en agua, tierra, aire... Por lo que para ellos el enfoque natural y educativo queda un poco al margen y hacen uso de la tecnología.

Navarro, Arufe y Sancosmed (2015) en el estudio de los beneficios y razones para introducir el medio natural en la Educación Física agrupan una serie de motivos a través

del estudio de varios autores y sus razones. Así destacamos algunas razones: la consideración de la naturaleza como el aula perfecta dadas sus grandes posibilidades educativas frente a cualquier escenario educativo (Baena y Granero, 2007); la naturaleza es un ámbito en el que no solo se promueve el ámbito motriz, sino también cognitivo, social y afectivo, mediante procesos de enseñanza-aprendizaje en un medio poco habitual; se potencia la educación ambiental tan importante en la situación actual del planeta, los “*comportamientos proambientales*” aumentan con la práctica deportiva en la naturaleza y sirve para crear hábitos saludables en contacto con el medio (Rosa y Días, 2012). A estas razones debemos añadir el desarrollo de valores respecto al medio y a los compañeros/as.

Respecto al medio conseguimos una sensibilización en el cuidado de la flora y la fauna, y respecto al grupo se desarrollan valores de respeto y trabajo en equipo para el desarrollo óptimo de la actividad. La falta de este contacto con la naturaleza desde edades tempranas puede ocasionar estrés, ansiedad, un mayor déficit de atención y un aumento de la probabilidad de padecer obesidad, lo que Richard Louv (2005) denominó “*Síndrome de Déficit de Naturaleza*”. Según Louv, cuanto más tiempo pasemos en el interior más propensos somos a estados de ánimo negativos y a una disminución de la capacidad de atención.

Freire (2011) acuñó el concepto de “Pedagogía Verde”, una visión de la educación del alumnado “*atenta a la naturaleza del niño y a la naturaleza que es el niño*”. Nos habla de una necesidad con el mundo físico “no humano” con la finalidad de desarrollar de forma saludable las dimensiones “*corporal, emocional, social e intelectual*” (Freire, 2011). Incluso Rousseau en el siglo XVIII (1792) con su obra “El Emilio”, destacó la importancia de una educación en contacto con la naturaleza, ya que su intención era la de estimular los sentidos mediante el contacto con el medio natural, pues entendía que todo lo que se aprende tiene un origen sensorial (Arufe, Navarro y Sancosmed, 2015).

Veamos a continuación cómo aborda el currículum y los libros de texto la importancia de las actividades en el Medio Natural.

4.2. ANÁLISIS DE CÓMO ABORDAN EL CURRÍCULUM Y LOS LIBROS DE TEXTO LAS ACTIVIDADES FÍSICAS EN LA NATURALEZA.

Las Actividades Físicas en el medio natural no tienen una fecha de inicio fija, según autores como Pedraza (2005), surgen en los años 50 como reacción a un conjunto de fenómenos sociales tales como el paro, un aumento de las horas libres y el consumismo, que además coinciden con una mayor preocupación por la conservación de la naturaleza. Por otra parte destacamos otra concepción de su inicio, Arribas et al. (2008) adelantan su inicio a la primera mitad del siglo pasado en forma de actividades de aventura, comenzando así a institucionalizarse. Estamos hablando del senderismo, la escalada, etc. Estas actividades han aumentado el impacto medioambiental, por lo que hoy en día se busca una mayor concienciación ante la conservación del medio natural. Sea como fuere, las actividades físicas en la naturaleza han abandonado su finalidad inicial de necesidad y supervivencia, convirtiéndose en una cuestión de ocio y cambio de entorno frente a la ciudad y su organización (Sicilia, 1999).

El currículum escolar asocia más bien el término *educación ambiental* a planos externos a la escuela, pero los valores cívicos de conservación del medio no solo atañen al exterior del centro u hogar.

Echemos una vista atrás en cuanto a la evolución de las leyes educativas respecto a la actividad física en la naturaleza. Citando a Lleixá (1995), podemos ver cómo en los documentos publicados tras la Ley General de Educación de 1970, se hace referencia a algunos objetivos y contenidos de leve relación con la educación ambiental y estos están más enfocados al desarrollo de capacidades físicas básicas, donde se dice textualmente:

Se iniciará también en las actividades al aire libre desarrollando destrezas y aptitudes de índole física que, enmarcadas en el ámbito de la naturaleza, dentro de una acepción libre, tienden a proporcionar la distensión y el recreo, al mismo tiempo que intentan conseguir fines formativos de carácter individual y colectivo (Orden Ministerial agosto de 1971).

Vemos como el elemento educativo concreto hacia el medio ambiente no queda claro y deja abierto qué clase de “valores formativos” son los que se promueven en los estudiantes. Las actividades eran sobre todo acampadas, caminatas y juegos de orientación en el medio natural. Estas eran consideradas muy importantes complementariamente a la educación física y su finalidad estaba más orientada al

desarrollo físico e higiénico (Lleixá, 1998). Recogido por Tejada Mora y Saéz Padilla, 2009). Más adelante en el apartado de los centros veremos a través de testimonios si se llevaba a cabo algún tipo de actividad de esa índole.

La llegada de una nueva ley en 1990 abrió más el campo de la actividad física en la naturaleza. La Ley Orgánica del Sistema Educativo contempló aspectos psicosociales, yendo más allá de los aspectos biológicos del alumnado (Ruiz Pérez, 2000). Además Lleixá (2003) señala la presencia de nuevos objetivos referidos al equilibrio personal, la inserción en la sociedad y con las personas, y capacidades cognitivas. Siguiendo a Romero (1994), la llegada de la LOGSE a los centros, supuso una aplicación de contenidos curriculares en cada área. Además, destaca la relevancia del medio en la Educación Primaria debido a las necesidades educativas de la demanda social (Santos, 2003). Si hay algo que marca la diferencia respecto a leyes anteriores es el carácter abierto y flexible de esta, puesto que deja a las comunidades autónomas y a las administraciones la concreción de ciertos aspectos curriculares.

Con respecto a la Educación Física, la Ley de Cultura Física y Deporte de 1980 daba un paso adelante estableciendo la obligatoriedad de la asignatura en las etapas no universitarias y dejaba para el Ministerio de Educación la organización de su enseñanza. Es aquí donde estaría la LOGSE, que supuso la “normalización” de la asignatura. Sus ejes principales giraban en torno al conocimiento del propio cuerpo, la mejora de la salud y calidad de vida, el juego y el deporte, y la expresión y comunicación (Hernández & Arauz, 1991. Recogido por Molina, Valenciano Valcárcel y Úbeda-Colomer, 2016). Lo único más cercano a las actividades en el medio natural que hemos encontrado dentro de esta ley es el objetivo número 7, el cual dice: “Conocer y valorar la diversidad de actividades físicas y deportivas y los entornos en que se desarrollan, participando en su conservación y mejora.”. Como vemos su referencia es muy indirecta y no se nombra ningún concepto relacionado con lo natural, aunque apreciamos que con cada ley se amplía un poco más sobre este tema. En cuanto a los contenidos, en la LOGSE hay contenidos relacionados con la actividad física en la naturaleza en el bloque de juegos, en el de salud corporal y levemente en el de habilidades y destrezas. Centrándonos en el que más hincapié hace, dentro del bloque de juegos se hace referencia a los juegos de campo, exploración y aventura, y en el de salud corporal se nombra las medidas de seguridad y riesgo que

implican las actividades en el medio natural (Fernández-Quevedo, del Campo y Mínguez, 2008).

Con la aprobación de la LOE no obtenemos demasiados cambios a lo anterior establecido, pero sí debemos destacar la aparición de competencias básicas, donde destaca “Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico”. Es entonces cuando vemos una referencia directa al entorno del niños como uno de los valores claves en su formación. En relación con los contenidos destacan unos más específicos de los que presentaba la LOGSE, como “*Manifestar respeto hacia el medio natural en los juegos y actividades al aire libre, identificando y realizando acciones concretas dirigidas a su preservación*” (Ley Orgánica de Educación, 2006). Esto atañe al tercer ciclo, pues no encontramos un apartado específico para la actividad física en el medio, sin embargo sí que aparece implícitamente en sus contenidos. A partir del curso 2014/2015, en el Real Decreto de 2014 ya se incluyen en el primer ciclo contenidos relacionados con nuestro tema en cuestión, dentro del bloque “Los juegos y las actividades deportivas”.

A continuación se presentan en una tabla los contenidos referentes a la LOGSE y la LOE que hacen referencia a la actividad física en el medio natural.

Contenidos LOGSE	<p>Juegos 6. Práctica de juegos de campo, de exploración y aventura.</p> <p>Salud corporal 1. Medidas de seguridad y de prevención de accidentes... 4. Adopción de las medidas de seguridad ... 3. Respeto a los propios límites y restricción de los deseos cuando impliquen un riesgo...</p> <p>El cuerpo: habilidades y destrezas 3. Experimentación y utilización de las habilidades básicas en diferentes situaciones y formas de ejecución. 6. Adaptación de habilidades motrices para desenvolverse con seguridad y autonomía en otros medios diferentes al habitual. 7. Preparación y realización de actividades recreativas ... 1. Autonomía y confianza en las propias habilidades motrices en diversos tipos de situaciones y medios.</p>
Contenidos LOE	<p>Primer ciclo Actividad física y Salud - Respeto de las normas de uso de materiales y espacios...</p> <p>Segundo ciclo Actividad física y salud - Medidas básicas de seguridad en la práctica de la actividad física ...</p> <p>Tercer ciclo Habilidades y destrezas - Adaptación de la ejecución de las habilidades motrices a contextos de práctica de complejidad creciente, con eficiencia y creatividad.</p> <p>Actividad física y salud - Medidas de seguridad en la práctica de la actividad física...</p>

Tabla 1. Comparativa de contenidos LOGSE y contenidos LOE (Recogido de Fernández-Quevedo, del Campo y Mínguez, 2008)

No podemos olvidarnos de la actual LOMCE, en la que se profundiza en las actividades que conectan con otras áreas y en valores de conservación del medio natural, donde hay cabida para las marchas y excursiones a pie o en bicicleta, acampadas, actividades de orientación, grandes juegos en la naturaleza... (Muñoz Díaz, 2014). Dentro de los criterio de evaluación, nos encontramos con uno directamente relacionado con este tipo de actividades: *“Manifestar respeto hacia el entorno y el medio natural en los juegos y actividades al aire libre, identificando y realizando acciones concretas dirigidas a su preservación”*. Además, encontramos estándares de aprendizaje más concretos que nunca, como lo encontramos en *“Realiza actividades físicas y juegos en el medio natural o en entornos no habituales, adaptando las habilidades motrices a la diversidad e incertidumbre procedente del entorno y a sus posibilidades”*, donde se destacan las habilidades básicas, las actividades en el medio natural y dar a conocer las diferentes tipologías que existen (Muñoz Díaz, 2014). Parece evidente la evolución y el aumento de la presencia del medio natural en el currículo de Educación Primaria, coincidiendo con un aumento en su práctica.

Como hemos visto, el medio natural empieza a estar presente cada vez más en el currículo con el paso de los años, coincidiendo con el aumento de las actividades al aire libre y el ocio, además de una proliferación de los valores hacia el medioambiente a causa del impacto que causan estas actividades en dicho medio.

A continuación, vamos a analizar la aparición de las actividades en el medio natural en los libros de texto de Educación Física en Primaria. Para ello hemos observado varios estudios sobre el tema.

La presencia de las actividades en el medio natural en los libros de texto supone una muestra de la práctica de estas en la escuela. Cuanto más presentes estén, mayor cabida les dará el o la docente, aunque en la mayoría de los casos no se tenga libro de texto en primaria y si se tiene que no se use. Para dicho análisis vamos a basarnos en un estudio recogido por Moya-Mata, Ruiz-Sanchís, Martín y Ros en 2017. En dicho estudio se aclaró que los tantos por ciento de imágenes relacionadas con las actividades en el medio natural en los diferentes ciclos de primaria fueron del 50% en el tercer ciclo, del 30% en el segundo ciclo y del 20% en el primer ciclo, donde en su mayoría eran dibujos. De entre los deportes en un medio diferente al aula se recogen hasta once modalidades, dentro de

las cuales la orientación es la más representada, seguida de la escalada y el esquí (Moya-Mata, Ruiz-Sanchís, Martín y Ros, 2017).

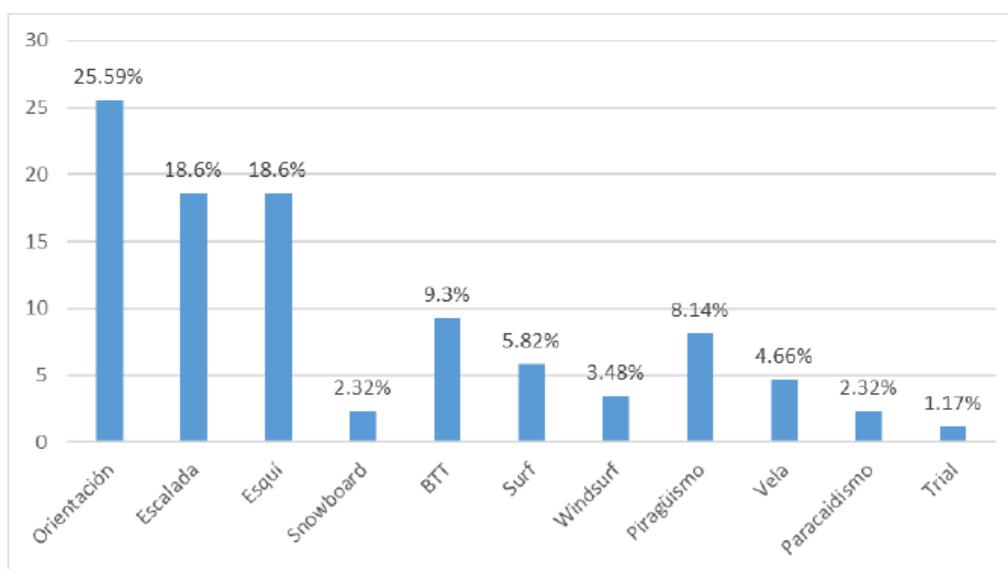


Figura 1. Gráfico en el que se muestra la presencia de deportes en los libros de texto usados en Educación Física (Recogido por Moya-Mata, Ruiz-Sanchís, Martín y Ros, 2017).

También es destacable nombrar que en su investigación, los deportes que más predominan son los terrestres con un 74%, seguidos de los acuáticos y los aéreos. Es entendible que se muestren más los terrestres pues son de más facilidad a la hora de su práctica. En cuanto a las editoriales, en las más usadas como Anaya y Bruño predominan la orientación, en Edelvives el esquí y en Santillana la escalada.

Como resultado podemos decir que aún hay un gran trabajo que hacer respecto a las actividades en la naturaleza, dentro de las cuales la orientación es de las más presentes. Es una diferencia con respecto a años atrás, sin embargo aun queda mucho camino por hacer y que se espera mejorar con el tiempo. Estos autores destacan que otros estudios anteriores confirman que la orientación y el senderismo son las actividades más recurrentes en Primaria (Navarro et al., 2015. Recogido por Moya-Mata, Ruiz-Sanchís, Martín y Ros, 2017), sin embargo, la presencia de estos deportes no coincide con su práctica. La presencia de la orientación parece deberse sobre todo a que puede ser desarrollada dentro del centro y en entornos cercanos naturales cercanos (Rubio y Hernández, 2009). Merece mencionar de entre las conclusiones de estos estudios la no presencia de deportes adaptados a personas discapacitadas, dicen, “*en contra de las líneas de actuación establecidas en el último Congreso Internacional de Montañismo CIMA*

2015, donde se especifican la integración de todas las personas en las actividades de montañismo y mejorar la accesibilidad de las personas con discapacidad” (Moya-Mata et al. 2017).

Otro aspecto que nos gustaría destacar y que muestra la evolución que tratamos de mostrar respecto a las actividades en la naturaleza a lo largo de los años, se hace patente en el número de artículos publicados referentes a este tema. Mayorga, Martínez, Guijarro y Casado (2017) realizaron un estudio en el que mostraban el número de artículos publicados desde 1990 hasta el año 2016 y plasmaron los resultados en el siguiente gráfico.

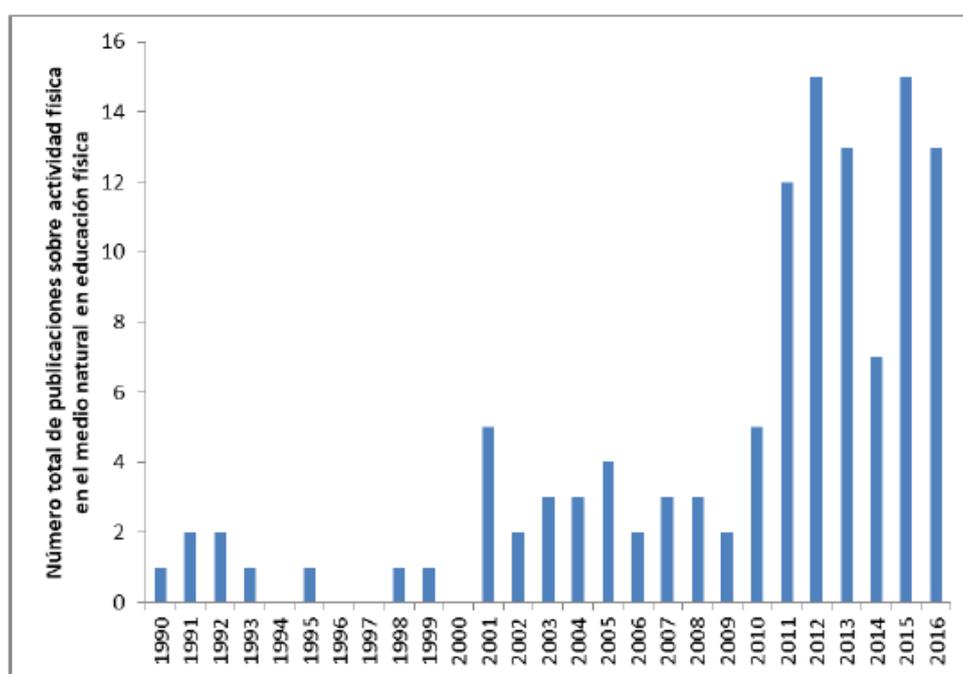


Figura 2. Gráfico que muestra el aumento de publicaciones sobre Educación Física en el Medio Natural entre los años 1990 y 2016 (Recogido por Matorga, Martínez, Guijarro y Casado 2017)

Así aclararon que ha habido una tendencia a aumentar el número de publicaciones con el paso del tiempo. En la década de los noventa se dio una media de 0,9 publicaciones por año, mientras que entre el 2000 y el 2009 se dio una media de 2,7 publicaciones por año, por no decir que desde el año 2010 hasta el 2016 la media fue de 11,4. Este auge en la investigación va parejo a la evolución de las leyes que hemos analizado anteriormente y con la mayor práctica en los centros escolares.

4.3. EDUCACIÓN FÍSICA EN EL MEDIO NATURAL EN LOS CENTROS

A continuación, al igual que en el apartado que estudiamos la evolución de las leyes con respecto a las actividades en el medio natural, en este punto analizaremos la práctica de Educación Física en entornos naturales a través de las vivencias de seis personas. Una mujer que estudió primaria en los años 70, un hombre y una joven que estudiaron primaria en los años 90 y dos alumnas estudiantes de primaria en la actualidad. Todo esto con el fin de ver la evolución de la práctica de actividad física en la naturaleza en los centros. Además, añadiremos el punto de vista sobre la educación en la naturaleza de una estudiante de último curso de mención Educación Física.

A partir de los relatos que se han realizado, podemos decir que a principios de los 70 las actividades fuera del centro no eran muy comunes. Las salidas escolares se realizaban muy de vez en cuando y no precisamente a entornos naturales. Dolores responde brevemente pues nombra museos, viajes a las cuevas, las ruinas de Itálica y poco más. Cuando se le pide hacer referencia a las actividades de cualquier tipo, ya no en Educación Física, comenta una presencia de actividades de convivencia muy típicas en su centro, en las que pasaba tiempo con sus compañeras y estaba en entornos diferentes al habitual, es decir, las actividades en la naturaleza eran mínimas e incluso no recuerda dar nada en clase asociado directamente con la naturaleza. Ambas partes, el no experimentar la naturaleza ni teórica ni prácticamente, concuerda con el estudio de la Ley Educativa de 1970, en la que no había ninguna referencia directa a los espacios naturales, por lo que los centros pasaban bastante por alto estos contenidos.

Sin embargo, a pesar de esta falta en su educación, solo se ve repercusión en sus hábitos, es decir, a la pregunta de si le gusta practicar deporte ella contesta que por su forma de ser y su estilo de vida no le apetecía nada el deporte. Observamos cómo su educación no fomentó ni fomenta en ella actitudes deportivas y saludables con respecto a su cuerpo, probablemente debido a esa falta de motivación en sus clases, además de la falta de una experiencia en la naturaleza, puesto que según ella, considera que su educación podría haber sido mejor *“eran ejercicios muy básicos, me hubiese gustado que hubiese sido más amplia la enseñanza de Educación Física”*. A pesar de ello, cuando se hace referencia a los entornos naturales nos cuenta que le gustan por ser lugares tranquilos, que la alejan del estrés y del ajetreo de la ciudad. Es más, ante la falta de esa educación en su etapa de primaria, se le pregunta si considera que los niños y niñas de hoy sí deberían experimentar

las actividades en la naturaleza más de lo que ella lo hizo, a lo que contesta algo muy interesante:

Les hace mucho bien, se relacionan mucho más con los compañeros, hacen ejercicio con otros niños, les ayuda a estar entretenidos, mucho más que con el móvil y los ordenadores. [...] Además, no tienen malos hábitos y es más saludable para ellos, más si tienen que compartir desayuno o merienda (Anexo 1: Entrevistas).

Dolores tiene muy claro la necesidad de este tipo de entornos en los niños y niñas, no tanto por el factor físico, sino por el factor actitudinal. Considera la naturaleza un aspecto que les aleja de la adicción a la tecnología y mejora la convivencia, se destaca de toda la entrevista la comparación que hace entre su época y la actual:

Hubiera repercutido para bien en los estudios porque habría tenido más conocimiento sobre las cosas y los entornos naturales. No sé si en la conducta me hubiese cambiado porque en aquel entonces no había los problemas de conducta, ni siquiera los problemas en alimentación que hay ahora. Creo que hoy en día es más necesario el contacto con los compañeros y el medio natural que en aquel entonces (Anexo 1: Entrevistas).

Considera que ahora es tan necesario que se hace imprescindible, pues soluciona mucho los problemas a los que se enfrentan los alumnos y alumnas de hoy. Hay incluso un declive en la manera de pensar de los adultos que estudiaron a principios de los 90. Juan nombra excursiones como la granja escuela, convivencias en casas rurales, etc. Sin embargo, estas actividades no parecen haber contribuido para bien en su educación, bien por la mala organización de estas o por realizar las salidas que marca el currículum pero sin profundizar en sus beneficios. Él describe las actividades naturales como inservibles “cuando hemos salido al aire libre hemos hecho los mismos ejercicios, cuando salíamos era para mejorar nuestra resistencia en largas distancias. No creo que tener un mayor contacto con la naturaleza me hubiese ayudado”, exactamente como se predecía, estas actividades estaban vacías y no estaban enfocadas al aprendizaje de actitudes y competencias en entornos naturales. Podemos concluir que se practicaban más actividades, pero sin ningún efecto en los estudiantes.

Sin embargo, María Concepción, que estudió unos años después, en los 2000, y que está formándose como maestra de Educación Especial, opina que estas salidas son muy beneficiosas, *“es una suerte y una oportunidad aprender los conocimientos de primera mano y no todo a través de un libro o un ordenador, todo se retiene mejor y te interesa más”*. Ella realizaba una salida de este tipo por trimestre, hay un cambio en el aumento de estas actividades, pues experimentó el cambio de la LOGSE a la LOE, donde en sus últimas etapas de primaria vaticinó un aumento de estas actividades y lo que es más interesante, un enfoque más directo a su conservación y beneficios. Pero aun así, no fue suficiente para instaurar en ella unos hábitos saludables deportivos, aunque sí un respeto por la naturaleza, *“hoy en día perdemos mucho escondiéndonos detrás de una pantalla y no nos damos cuenta de que es necesario experimentar para poder llegar a aprender”*. Estos entornos, interiores y exteriores al centro, no la hicieron sentirse cómoda practicando deporte delante de gente, lo que ha provocado en ella una falta total de actividad física, fruto de la falta de experiencias positivas desde edades tempranas, argumentando que no se le dan bien y no se siente cómoda realizando actividad física.

Para concluir con esta evolución, saltamos a la primaria actual con dos testimonios de alumnas. Comenzamos preguntándoles por qué tipo de actividades hacen cuando salen del centro. María Teresa cuenta *“hacemos ligas de Ringol, por ejemplo este sábado vamos a Alcalá de Guadaíra. No salimos mucho con la asignatura de gimnasia”* a lo que añade *“el año pasado fuimos al bosque suspendido. Me encantó pero me dio un poco de miedo, me gustó porque aprendes mucho de la naturaleza, ves cosas nuevas e interesantes. Si vas por ejemplo a parques naturales protegidos ves animales”*. Su centro promueve actividades extraescolares físicas, como ligas de Ringol, en la que participan niños y niñas por igual y vemos por primera vez actividades dirigidas a la práctica de Educación Física en espacios naturales, aunque según ella son muy pocas. La LOMCE experimenta un cambio con respecto a tener aspectos directamente dirigidos al aprendizaje de actitudes frente a la naturaleza y lo que es más interesante, la promoción de actividades diferentes y novedosas para ellos, como la escalada, la tirolina o ejercicios suspendidos en el aire. Esto los lleva a conocer otras practicas deportivas diferentes a las habituales que se hacen dentro del centro, y estas experiencias aumentan su conocimiento deportivo, dando la oportunidad en un futuro de seguir practicando estas actividades si despiertan en ellos un interés. Por ello, en el estudio de los puntos anteriores vemos un aumento en la práctica de estas actividades, fruto de la visibilidad que tienen hoy en día para los menores, mucho

mayor de la que tenía el siglo pasado, cuando nadie se planteaba este tipo de actividades menos comunes. Respecto a la sensibilización a la naturaleza ambas están muy a favor de ella, Miriam las apoya porque afirma que actualmente estamos pegados al móvil y a los ordenadores y añade que en la naturaleza se siente bien, libre y saludable (Romero, 2019). María Teresa coincide en que *“la naturaleza depende de nosotros y debemos cuidarla porque si no somos nosotros los que salimos perdiendo”*. Ambas tienen muy instaurada esa sensibilización hacia los medios naturales y su conservación, por no hablar de los beneficios que a ellas les provoca, considera además que este tipo de actividades deben ser más habituales *“porque no estoy apenas en la naturaleza, solo cuando voy a mi campo que hay un bosque”*, esta alumna cree que son imprescindibles ante la falta de entornos naturales en su día a día.

La evolución ha sido muy positiva, desde comienzos en los que los alumnos y alumnas no adquieren ningún tipo de hábito pero que aun así parecen tener un apego a lo natural, hasta alumnas actuales que tienen una experiencia mayor pero que aun así la consideran escasa. Dolores como madre hace un apunte muy interesante y que se destaca entre todas las demás entrevistas y es el hecho de que, tras su vivencia en aquel entonces y ahora, las actitudes de los niños y niñas han empeorado en términos de convivencia y respeto, por lo que considera que las actividades en las que el grupo está junto, conviviendo en espacios diferentes donde todos somos iguales y nos comportamos de manera diferente que dentro del aula, son clave para los problemas que afrontan los niños y niñas de hoy. Estamos hablando de la obesidad, la contaminación del planeta y la convivencia. Esta visión coincide con los planteamientos de este marco teórico, naturaleza como aspecto imprescindible en nuestras vidas por los beneficios físicos y psíquicos que produce en nosotros.

A partir de la experiencia en periodo de prácticas, todos habremos observado cómo los niños y niñas no son capaces de estar quietos durante el tiempo que dura la clase, aspecto que se agrava cuanto más pequeños son. De ahí el uso de elementos que atraigan su atención y les mantenga conectados. Uno de los aspectos que los mantienen motivados y atentos, y que podemos observar en nuestra práctica docente es el cambio de escenario.

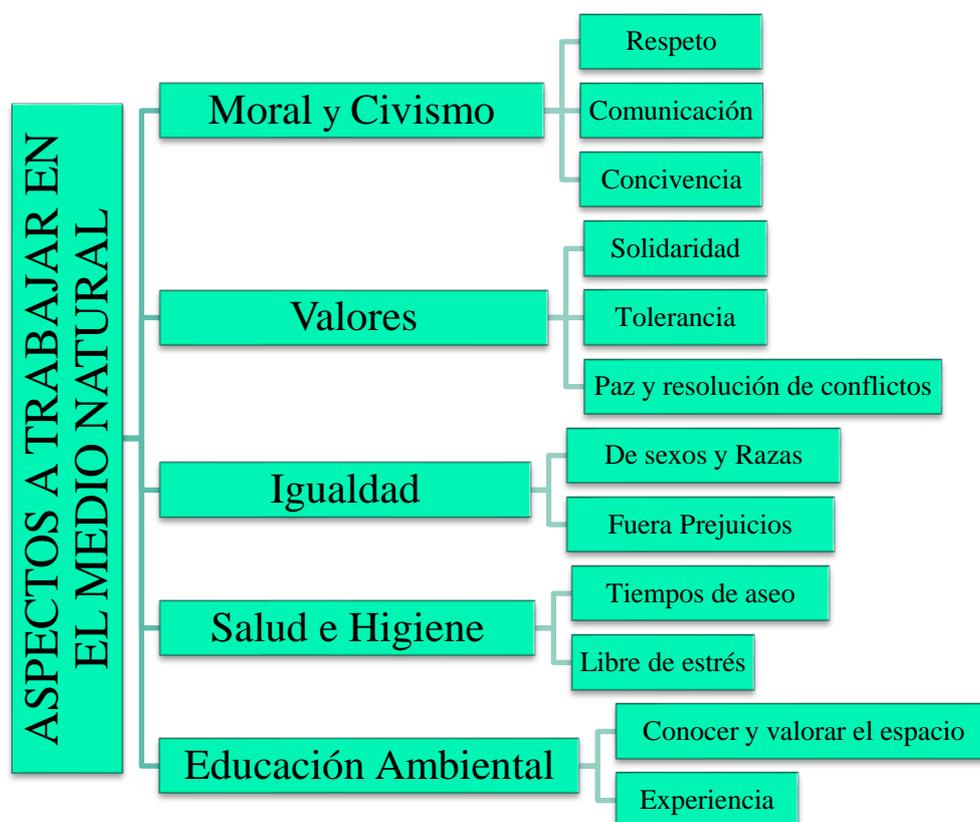
Ponemos en común una serie de aspectos destacados por Reyes (2014) y Arribas (2008) que ponen en claro aspectos positivos de la salida del entorno habitual de aprendizaje, como son la motivación, es decir, el sentimiento que surge al salir de clase con los

compañeros y practicar actividades no habituales suponen un reto; la participación, clave en el proceso, la cual posibilita crear nuevos aprendizajes, individuales y colectivos; también destacan la autonomía, ya que la naturaleza deja libertad a los alumnos y alumnas para vivenciar e incluso adquirir un estilo de vida propio; favorece la socialización, es decir, el trabajo entre iguales, cooperativo y el respeto entre el alumnado; el cambio de espacio también hace que la actividad sea atractiva y diferente, conociendo el medio y el tan necesario respeto y cuidado del lugar. Todo esto, por no hablar del factor de competencia motriz en terrenos diferentes al duro del centro que se adquieren, el hecho de estar en un entorno diferente crea una experiencia más fácil de recordar y por lo tanto las prácticas que en ella ocurren (Núñez García, 2016). Así podemos concluir que las actividades realizadas fuera del entorno del aula afectan positivamente al desarrollo físico, mental y social de los alumnos (Monjas y Pérez Brunicardi, 2003. Recogido por Núñez García, 2016).

En el trabajo de las actividades físicas en el medio natural, las posibilidades educativas son increíbles. Esto no solo atañe a contenidos asociados a la Educación Física sino también valores igual de importantes en los niños y niñas, y otros contenidos de otras asignaturas. Esto es una ventaja puesto que podemos aprovechar la visita al exterior y las zonas verdes para aplicar conocimientos de otras asignaturas como ciencias naturales, lengua castellana... Siguiendo a autores como Arufe et al. (2012) podemos trabajar:

- Moral y educación cívica: podemos trabajar el respeto, tan importante en la actualidad debido a los problemas de convivencia que se dan con frecuencia; la comunicación, destacable también en la convivencia, y las relaciones sociales.
- Valores como la Paz: aquí se destaca la solidaridad, el respeto (no solo entre compañeros sino con el medio y la sociedad en general), la tolerancia y valorar los conflictos como oportunidades positivas.
- Igualdad entre sexos y razas: la práctica de deporte en el medio natural en un entorno de igualdad, todos somos diferentes, nos comportamos diferentes en otros entornos no habituales y dejamos de lado los prejuicios.
- Salud e higiene: actividades en contacto con el aire puro, espacios tranquilos, espacios verdes con fauna y flora, desconectados del estrés de la ciudad y la contaminación. Además, establecemos tiempos de aseo.
- Educación ambiental: este destaca por encima de todos por su alto grado de aplicación en el escenario en el que nos encontramos. Se busca que el alumno

conozca, cuide y valore el medio natural, que solo se puede dar si este está en contacto con él (Freire, 2011. Recogido por Núñez García, 2016).



Esta Educación Ambiental es básica ante el aumento del deterioro del medio ambiente. Por ello estas actividades promueven la sensibilización de los espacios, su belleza y promueve en ellos un deseo de su conservación. Según Anglada (2004) hay una gran cantidad de actividades que trabajan temas transversales como la igualdad o la salud, pero la experiencia y el contacto directo con la realidad de la naturaleza hace que la educación ambiental sea posible. Es evidente que los aprendizajes experimentados directamente por el alumnado, donde puedan sentir el medio natural serán más completos que desde dentro del aula.

A continuación vamos a poner de manifiesto algunas conclusiones sacadas de un estudio que analizó la aplicación de las actividades en la naturaleza en los centros a través de entrevistas a docentes. En el estudio recogido por Torres et. Al (2016), se descubrió que solo el 25% de los encuestados llevaban a cabo una unidad didáctica sobre las actividades en el medio natural como marca la LOMCE, el resto argumentaba que el horario no se lo

permitía y que las llevaban a cabo a través de actividades complementarias o extraescolares. Por esto se llegó a la conclusión de que el bloque de contenidos referidos a las actividades en la naturaleza “*no recibe un tratamiento de igualdad en relación con el resto de los bloques*” de Educación Física. En cuanto al tipo de actividades que se llevan a cabo, todos los encuestados realizaban actividades de orientación, seguido del senderismo, y por último actividades con pistas (Torres, Monleón, Sánchez, Torres y Aranda, 2016).

4.4. IMPEDIMENTOS Y POSIBLES SOLUCIONES PARA EL DESARROLLO DE ACTIVIDAD FÍSICA EN LA NATURALEZA

Llegados a este punto, es indudable el grado de beneficios que aporta la práctica físico-deportiva en la naturaleza tanto a niveles psicológicos y sociológicos, como físicos y educativos. Debido a estas evidencias, la presencia y práctica en los centros ha aumentado considerablemente y es considerado por los niños y niñas un aspecto clave que les encanta. Aun así, encontramos que son más escasas de lo que deberían y que ante el problema medioambiental que atravesamos, se hacen más necesarias que en años anteriores. Al centrarnos en su práctica, la mayoría de las ocasiones las razones que se dan ante su falta de práctica son los inconvenientes o problemas que se plantean cuando se quieren llevar a cabo. A continuación vamos a estudiar los problemas más comunes a los que se enfrentan los docentes e intentaremos proponer soluciones reales.

Siguiendo las conclusiones sacadas por Monjas y Pérez Brunicardi (2003) (Recogido por Torres, Monleón, Sánchez y Aranda, 2016), los problemas más habituales a los que se enfrentan las actividades en la naturaleza son:

- Problemas económicos, puesto que tanto el centro como el alumnado deben pagar una cantidad para desplazarse y realizar alguna actividad determinada.
- Problemas de localización, puesto que en muchas ocasiones los centros son muy urbanos y se sitúan lejos de entornos naturales, lo que desencadena la pérdida de tiempo en el camino y el gasto de dinero en transporte.
- Problemas de asistencia, puesto que en las salidas se necesitan autorizaciones que en ocasiones los padres no firman por miedo ante el tipo de actividades.
- Problemas en adaptaciones, puesto que el alumnado discapacitado va a un lugar natural sin adaptaciones ninguna y no sabe a lo que se enfrenta, ni si va a poder llevar a cabo la actividad.

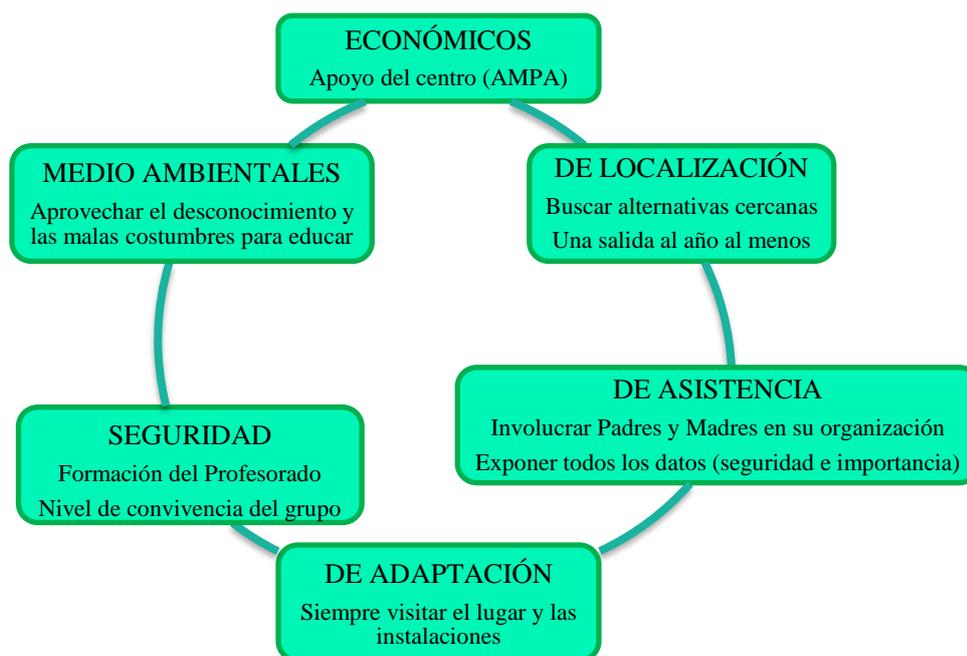
- Problemas de seguridad, el profesorado debe concienciarse y responsabilizarse del grupo, que sean conscientes del riesgo y que tomen precauciones, muchos docentes no se creen capaces o no piensan que puedan controlar la clase.
- Problemas medioambientales, puesto que la visita del humano a estos medios puede causar un impacto en el medio, ya sea de manera voluntaria o involuntaria.

Ante estos problemas, que son los más comunes, proponemos un serie de soluciones, las más lógicas, algunas de entre las que proponen Torres et Al. (2016):

- Ante los problemas económicos, el centro puede apoyar esa cantidad con la mitad o algo menos de la mitad, aun así, muchos centro cuentan con el apoyo del AMPA, para la cual los padres dan una mínima cantidad cada mes que apoya en la realización de excursiones.
- Frente a los problemas de localización, son muy pocos y muy raros los centros que no tienen cerca un parque o espacio verde, por muy pequeño que sea. Además, la salida a un lugar fuera del entorno es obligatoria, el grupo pasa un día diferente y no tienen por qué realizar solo actividades físicas, sino también de la asignatura de Naturales, por lo que a la salida se le saca el máximo partido posible.
- Frente a los problemas de asistencia, Reyes (2014) propone involucrar a padres, madres y profesores en la organización de las actividades, así se descartarán las que se crean más peligrosas y se tranquilizará demostrando la seguridad de oras que estén en duda. Es esencial hacerles conscientes de la necesidad de estas actividades.
- Ante problemas de adaptaciones, se proponen alternativas que den respuesta ante las dificultades que puedan presentar los alumnos y alumnas. Los docentes y organizadores siempre deberían ir antes al lugar de la actividad para ver las condiciones de esta y si es apta para dichos alumnos.
- Ante los problemas de seguridad, la formación de los docentes es clave y la relación con el grupo es de vital importancia. No solo en la formación sobre la actividad sino de control de la clase, además, siempre hay que contar con profesionales para actividades más elaboradas.
- Frente a los problemas medioambientales, no consideramos esto un problema real puesto que de eso tratan estas actividades, de aprender a cuidar estos entornos. Son muy buenos para enseñar los comportamientos que debemos tener ante estos

medios y qué hábitos llevar a cabo para proporcionar la estabilidad de estos. Como la utilización de la basura, el trato a la flora y fauna...

A la hora de analizar los problemas que surgen no encontramos obstáculos verdaderamente infranqueables, no son demasiados y a la mayoría podemos darle soluciones fáciles. Todo depende de la organización que le demos a nuestra metodología y que intentemos no dejar ningún cabo suelto.



V. PROPUESTA METODOLÓGICA PARA EL DESARROLLO DE LA EDUCACIÓN FÍSICA EN EL MEDIO NATURAL

5.1. JUSTIFICACIÓN SOCIO-EDUCATIVA

La presente propuesta metodológica se plantea conforme a las ideas resaltadas en el marco teórico de dicho trabajo. Ante la falta de experiencias en entornos diferentes a los del centro y debido al aumento de la dependencia de las tecnologías, se hace necesario una mayor presencia de los medios naturales en la Etapa de Primaria. Tras el análisis de la aplicación y presencia de estas en los centros educativos, se ha detectado una falta de su práctica en edades tempranas y dada la necesidad en la sociedad en la que crecen los niños y niñas, se hace indispensable la adquisición de ciertas actitudes. Nos referimos a las conductas medioambientales para la protección y sostenibilidad de la naturaleza, tan

castigada por las generaciones actuales, con el fin de remediar o disminuir el impacto sobre ella en el futuro. Esto forma parte de la formación de ciudadanos críticos que tanto defendemos en nuestros años de carrera. En consecuencia, los medios elaborados para este avance son imprescindibles, por ello la presencia de intervenciones diferentes y mejor organizadas se hacen más necesarias que nunca. En concreto esta intervención didáctica está dirigida para el tercer ciclo de Educación Primaria.

5.2. CONTEXTUALIZACIÓN

En el momento de poner en marcha la propuesta, el alumnado llevaba a la práctica la Unidad Didáctica de Expresión Corporal. Esta unidad se deja siempre para el final de curso y estaba presente en los tres ciclos. Concretamente el curso escogido, 5º de primaria, discernía de esta unidad, el único curso con una unidad diferente. En este caso, tenía programada la Unidad de *Materiales alternativos*, pero dado a que por parte del profesor de Educación Física no consideraba estos contenidos demasiado relevantes, se planteó llevar a cabo la Unidad de Orientación y Naturaleza, por lo que se tuvo libertad desde el primer momento para desarrollar todas las sesiones planteadas e incluso añadir algunas más. De tal modo se trabajó sobre los conocimientos previos en orientación espacial que se dan en años anteriores, introduciendo poco a poco elementos relativos a la orientación y el manejo de planos así como de los componentes que los conforman.

5.3. OBJETIVOS, CONTENIDOS Y COMPETENCIAS BÁSICAS.

Con la presente propuesta se proponen alcanzar los siguientes objetivos en relación al área de Educación Física, primero se hace referencia al currículum y después a los objetivos concretos de esta práctica.

Objetivos del Currículum de Educación Física elegidos para esta propuesta:

- Conocer su propio cuerpo y sus posibilidades motrices en el espacio y el tiempo, ampliando este conocimiento al cuerpo de los demás.
- Reconocer y utilizar sus capacidades físicas, habilidades motrices y conocimiento de la estructura y funcionamiento del cuerpo para el desarrollo motor, mediante la adaptación del movimiento a nuevas situaciones de la vida cotidiana.
- Desarrollar actitudes y hábitos de tipo cooperativo y social basados en el juego limpio, la solidaridad, la tolerancia, el respeto y la aceptación de las normas de

convivencia, ofreciendo el diálogo en la resolución de problemas y evitando discriminaciones por razones de género, culturales y sociales.

- Conocer y valorar la diversidad de actividades físicas, lúdicas, deportivas y artísticas como propuesta al tiempo de ocio y forma de mejorar las relaciones sociales y la capacidad física, teniendo en cuenta el cuidado del entorno natural donde se desarrollen dichas actividades (Currículum Andalucía para Educación Primaria, 2015).

Objetivos concretos de la presente intervención didáctica:

- Conocer y practicar los conceptos de orientación.
- Mejorar la capacidad de orientación en el espacio del alumnado.
- Experimentar el movimiento de su propio cuerpo en entornos no habituales y reconocer los efectos de la actividad física y la higiene.
- Conocer, respetar y valorar tanto el medio natural como las dinámicas grupales de convivencia que ayudan al desarrollo óptimo de la actividad.
- Aprender juegos y actividades alternativas en contacto con el medio natural.
- Acercar el medio natural y las actividades naturales al alumnado de manera lúdica.
- Trabajar en grupo de manera cooperativa.
- Aprender a convivir y mejorar las relaciones interpersonales.
- Adquirir y aplicar reglas y principios para la resolución de problemas motores, actuando de una cierta manera autónoma.

Contenidos del Currículum de Educación Física elegidos para esta propuesta (dentro del Bloque 4: “El juego y deporte escolar”):

- Puesta en práctica de juegos y actividades deportivas en entornos no habituales o en el entorno natural. Iniciación y exploración del deporte de orientación.
- Respeto del medio ambiente y sensibilización por su cuidado y mantenimiento sostenible.
- Aceptación y respeto hacia las normas, reglas, estrategias y personas que participan en el juego.
- Aprecio del trabajo bien ejecutado desde el punto de vista motor y del esfuerzo personal en la actividad física.
- Aceptación de formar parte del grupo que le corresponda, del papel a desempeñar en el grupo y del resultado de las competiciones con deportividad.

- Contribución con el esfuerzo personal al plano colectivo en los diferentes tipos de juegos y actividades deportivas, al margen de preferencias y prejuicios.

Contenidos concretos de la presente intervención didáctica:

- Conocimiento de los conceptos básicos en una carrera de orientación, así como los componentes de un plano.
- Adquisición de las nociones espaciales y mejora de la coordinación espacial.
- Aceptación de formar parte del grupo que le corresponda, del papel a desempeñar en el grupo y del resultado de las competiciones con deportividad.
- Práctica de juegos y actividades en entornos no habituales y en entornos naturales, concretando en el deporte de orientación.
- Adaptación a nuevos entornos y desarrollo de actitudes respetuosas frente a ellos.
- Respeto al medio ambiente y sensibilización en su cuidado.
- Respeto hacia las normas, estrategias y participantes de los juegos y actividades.
- Adquisición de conductas deportivas y participativas, presentando una actitud abierta y de respeto hacia las actividades colectivas.

En relación a las competencias básicas se han escogido las siguientes para esta intervención didáctica:

- Competencias sociales y cívicas: la Educación Física permite el desarrollo y práctica de habilidades sociales y estrategias de convivencia con respecto al grupo.
- Competencias en ciencia y tecnología: al estar en contacto con la naturaleza se desarrollan habilidades con respecto al medio y pueden aplicarse conocimientos de otras asignaturas para el desarrollo de las actividades y sus estrategias.
- Sentido de la iniciativa y espíritu emprendedor: cierta autonomía en la toma de decisiones que han de llevar a cabo en sus equipos para la consecución de un objetivo común, además de cierta iniciativa en las dinámicas de clase como la formación de grupos.
- Aprender a aprender: saber de dónde partimos y qué necesitamos saber para el óptimo desarrollo de las actividades y el trato hacia el medio ambiente.
- Competencia en comunicación lingüística: el alto grado de trabajo cooperativo y la importancia de la convivencia hacen que seas básicas ciertas habilidades de

comunicación para llegar a un consenso grupal, así como el desarrollo de capacidades de argumentación y toma de decisiones.

5.4.METODOLOGÍA DIDÁCTICA

Estamos ante una técnica de Instrucción Directa, más concretamente nos decantamos por la asignación de tareas, aunque también tenemos aspectos de los grupos reducidos. Con asignación de tareas nos referimos al estilo más común, en el que el docente propone tareas de manera masiva y hay una ejecución más libre por parte del alumnado, es decir, tienen un rango de decisión dentro de esa actividad. El alumnado decide comienzo y final, además del ritmo de la ejecución de la tarea. Así la información se ha proporcionado a través de explicaciones y demostraciones, siempre proporcionando un conocimiento de los resultados tras su práctica para mejoras futuras.

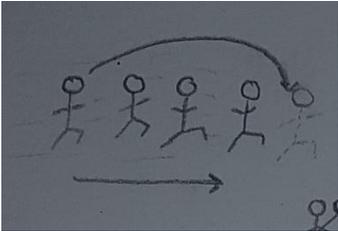
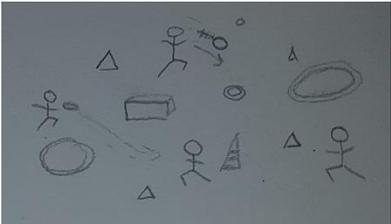
Añadimos también el estilo de grupos reducidos, puesto que en la mayoría de las actividades se ha trabajado por grupos, de hecho, la actividad de orientación por el centro se hizo por equipos de 5, con un portavoz, un secretario que observaba el comportamiento del grupo y un portador del mapa. Así pretendíamos trabajar la cooperación aprovechando el reparto de roles ya establecido en cada clase.

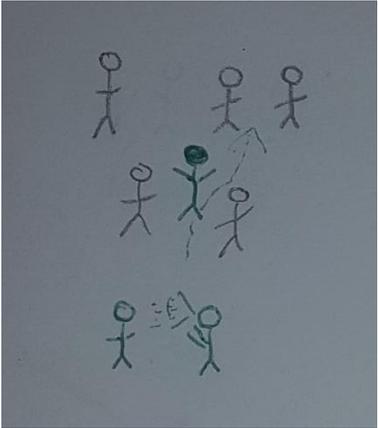
5.5.SESIONES DE TRABAJO Y TEMPORALIZACIÓN

5.5.1. Sesiones de trabajo

La unidad que desarrollamos a continuación se denomina: ***Orientación y Naturaleza***

SESIÓN 1: ME ORIENTO EN EL ESPACIO	
Duración:	40 min Instalaciones: polideportivo Unidad Didáctica: <i>Orientación y Naturaleza</i>
Objetivos:	<ul style="list-style-type: none"> ● Trabajar en grupo de manera cooperativa. ● Mejorar la capacidad de orientación en el espacio del alumnado. ● Aprender a convivir y mejorar las relaciones interpersonales.

Contenidos:			
<ul style="list-style-type: none"> ● Adquisición de las nociones espaciales y mejora de la coordinación espacial. ● Aceptación de formar parte del grupo que le corresponda, del papel a desempeñar en el grupo y del resultado de las competiciones con deportividad. ● Respeto hacia las normas, estrategias y participantes de los juegos y actividades. ● Adquisición de conductas deportivas y participativas, presentando una actitud abierta y de respeto hacia las actividades colectivas. 			
Material y Espacios			
Conos de colores, aros de colores, 3 indíacas, 3 discos voladores, 2 antifaces.			
Edades: 5º Primaria			
<u>Periodo</u>	<u>Descripción</u>	<u>Descripción gráfica</u>	<u>Min.</u>
Parte Inicial	<p>El semáforo:</p> <p>Se hacen grupos de 6 o 7 personas, al decir color rojo el grupo cambia de dirección, al decir verde el último corre a ser el primero y al decir amarillo todos corren alrededor del primero.</p>		10 min
Parte principal	<p>Tarea 1:</p> <p>En el campo dibujado en el patio se distribuyen objetos de diferente forma y color, se les pide que caminen por el espacio mientras que se pasan tres indíacas y tres discos voladores entre todos, cuando el profesor</p>		15 min

	<p>diga un objeto o color han de parar, localizarlo lo más rápido posible y tocarlo.</p> <p>Tarea 2:</p> <p>Cuatro equipos, dos son los bolos, los otros dos tienen que guiar al compañero de los ojos vendados para que no se choque con los bolos, el primero que llegue al final sin tocar a ningún compañero gana. Después cambian papeles.</p> <p>Variable: que los alumnos que hacen de bolos adopten posturas distintas.</p>		<p>10 min</p>
<p>Calma</p>	<p>Adivina quién falta</p> <p>Se forma un grupo con todos los alumnos sentados y se saca a uno. Este ha de observar a todos los alumnos y luego taparse los ojos, el profesor/a saca a otro alumno y lo coloca a espaldas de este. El que adivina debe decir qué compañero falta. (1)</p>		<p>5 min</p>
<p>Observaciones:</p> <p>(1) Pueden cambiarse de sitio para hacerlo más difícil.</p>			

SESIÓN 2: ME ORIENTO EN EL ESPACIO II

Duración: 40 min **Instalaciones:** polideportivo **Unidad Didáctica:** *Orientación y Naturaleza*

Objetivos:

- Trabajar en grupo de manera cooperativa.
- Mejorar la capacidad de orientación en el espacio del alumnado.
- Conocer su propio cuerpo y sus posibilidades motrices en el espacio y el tiempo, ampliando este conocimiento al cuerpo de los demás.
- Aprender a convivir y mejorar las relaciones interpersonales.

Contenidos:

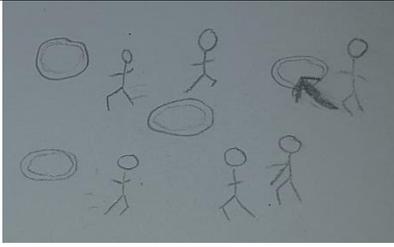
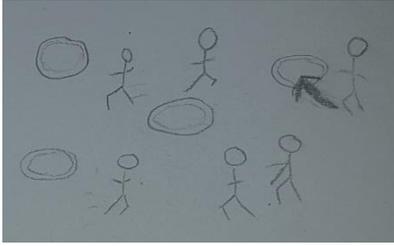
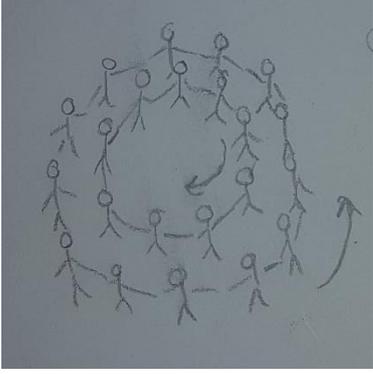
- Adquisición de las nociones espaciales y mejora de la coordinación espacial.
- Aceptación de formar parte del grupo que le corresponda, del papel a desempeñar en el grupo y del resultado de las competiciones con deportividad.
- Respeto hacia las normas, estrategias y participantes de los juegos y actividades.
- Adquisición de conductas deportivas y participativas, presentando una actitud abierta y de respeto hacia las actividades colectivas.
- Aprecio del trabajo bien ejecutado desde el punto de vista motor y del esfuerzo personal en la actividad física.

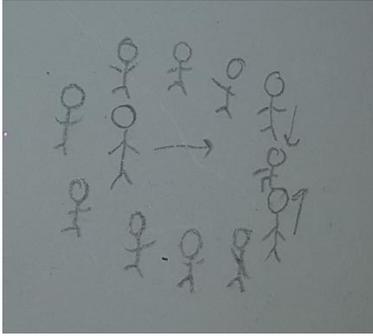
Material y Espacios

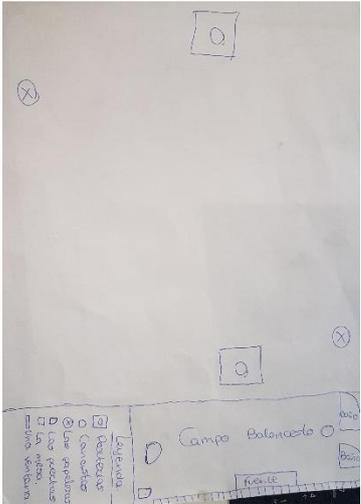
Conos de colores, música.

Edades: 5º Primaria

<u>Periodo</u>	<u>Descripción</u>	<u>Descripción gráfica</u>	<u>Min.</u>
Parte Inicial	Pilla pilla Se trata del juego del pillar, el infectados, pero tienen la		

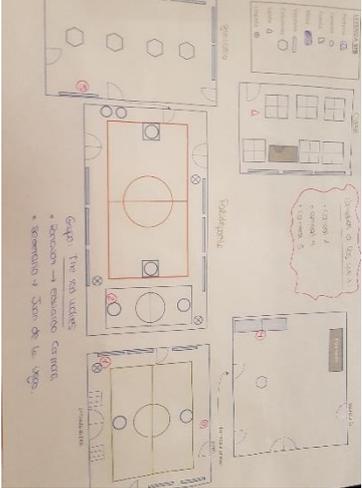
	<p>oportunidad se salvarse cuando el profesor toque el silbato. Habrá algunos aros repartidos por el espacio para que solo algunos puedan entrar y salvarse de pillar.</p>		<p>10 min</p>
<p>Parte principal</p>	<p>Tarea 1: En esta ocasión utilizando el espacio anterior, se trata del pillar pero no hace falta tocar el silbato, pueden entrar en un aro durante un máximo de 10 segundos para evitar que le pillen.</p> <p>Tarea 2: Se forman dos círculos cogidos de las manos, uno por fuera y otro por dentro. Previamente habremos formado parejas, al para la música deberán dejar de girar y buscar a su pareja, cuando lo hagan se sentarán en el suelo. El primero que lo consiga gana.</p>	 	<p>15 min</p> <p>10 min</p>

<p>Calma</p>	<p>Pistolero</p> <p>Uno en el centro, los demás en círculo, al decir un nombre esa persona se sienta y los de los lados han de dispararse, el que lo haga antes gana y el otro pasa al medio.</p>		<p>5 min</p>
<p>SESIÓN 3: CREACIÓN DEL MAPA DEL COLE</p>			
<p>Duración: 40 min Instalaciones: polideportivo Unidad Didáctica: <i>Orientación y Naturaleza</i></p>			
<p>Objetivos:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Conocer, respetar y valorar tanto el medio natural como las dinámicas grupales de convivencia que ayudan al desarrollo óptimo de la actividad. ● Trabajar en grupo de manera cooperativa. ● Aprender a convivir y mejorar las relaciones interpersonales. 			
<p>Contenidos:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Adquisición de las nociones espaciales y mejora de la coordinación espacial. ● Conocimiento de los conceptos básicos en una carrera de orientación, así como los componente de un plano. ● Aceptación de formar parte del grupo que le corresponda, del papel a desempeñar en el grupo y del resultado de las competiciones con deportividad. ● Respeto al medio ambiente y sensibilización en su cuidado. ● Respeto hacia las normas, estrategias y participantes de los juegos y actividades. 			
<p>Material y Espacios</p> <p>Conos de colores, aros de colores, 3 indíacas, 3 discos voladores.</p>			
<p>Edades: 5º Primaria</p>			

	<p>indicado en la ficha. Así comenzaremos a explicar La Orientación. Para ello pondremos ejemplos en el proyector de mapas de orientación, la leyenda y los controles.</p> <p>Tarea 2:</p> <p>En la segunda parte de la sesión se les pedirá que dibujen un plano de una zona del colegio: la clase, el pasillo, el patio 1, el patio 2 y el patio 3 (o secretaría). Además crearemos entre todos un sistema de códigos que llamaremos leyenda y que usaremos para elaborar el plano.</p>	 <p>The image shows a hand-drawn map of a school area. At the top, there is a square with a circle inside. Below it, there are several circles with 'X' marks. At the bottom, there is a legend with symbols and text: a square with a circle, a circle with a dot, a circle with a cross, and a circle with a dot. The text in the legend includes 'Leyenda', 'Cuarto', 'Pasillo', 'Patio', 'Cancha', 'Balneario', 'Baño', 'Piscina', 'Cafetería', 'Comedor', 'Aula', 'Laboratorio', 'Biblioteca', 'Gimnasio', 'Paseo', 'Jardín', 'Paseo', 'Jardín'. The map also shows a 'Cancha Balneario' and a 'Baño'.</p>	<p>10 min</p>
<p>Calma</p>	<p>Hablamos y comentamos los planos realizados y los problemas que han tenido.</p>		<p>5 min</p>
<p>SESIÓN 4: PRACTICANDO LO APRENDIDO</p>			
<p>Duración: 40 min Instalaciones: polideportivo Unidad Didáctica: <i>Orientación y Naturaleza</i></p>			
<p>Objetivos:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Trabajar en grupo de manera cooperativa. ● Aprender a convivir y mejorar las relaciones interpersonales. ● Adquirir y aplicar reglas y principios para la resolución de problemas motores, actuando de una cierta manera autónoma. 			

<p>Contenidos:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Conocimiento de los conceptos básicos en una carrera de orientación, así como los componente de un plano. ● Respeto hacia las normas, estrategias y participantes de los juegos y actividades. ● Práctica de juegos y actividades en entornos no habituales y en entornos naturales, concretando en el deporte de orientación. ● Adquisición de conductas deportivas y participativas, presentando una actitud abierta y de respeto hacia las actividades colectivas. 			
<p>Material y Espacios</p> <p>Conos de colores, música.</p>			
<p>Edades: 5º Primaria</p>			
<u>Periodo</u>	<u>Descripción</u>	<u>Descripción gráfica</u>	<u>Min.</u>
Parte Inicial	<p>Se unen los 5 planos para formar un mapa con su respectiva leyenda.</p> <p>Bajamos al patio con el mapa (uno para cada grupo), lápiz, goma y un objeto cualquiera.</p> <p>Una vez abajo explicaremos los pasos a seguir ante un mapa de orientación: 1º se orienta, “¿Qué significa orientar un mapa y cómo lo hacemos?”. 2º Identificamos los elementos de la leyenda que están a nuestro alrededor.</p>		10 min

SESIÓN 5: RESOLVIENDO EL ENIGMA			
Duración: 40 min Instalaciones: polideportivo Unidad Didáctica: <i>Orientación y Naturaleza</i>			
Objetivos:			
<ul style="list-style-type: none"> ● Trabajar en grupo de manera cooperativa. ● Aprender a convivir y mejorar las relaciones interpersonales. ● Adquirir y aplicar reglas y principios para la resolución de problemas motores, actuando de una cierta manera autónoma. 			
Contenidos:			
<ul style="list-style-type: none"> ● Aceptación de formar parte del grupo que le corresponda, del papel a desempeñar en el grupo y del resultado de las competiciones con deportividad. ● Adquisición de conductas deportivas y participativas, presentando una actitud abierta y de respeto hacia las actividades colectivas. ● Práctica de juegos y actividades en entornos no habituales y en entornos naturales, concretando en el deporte de orientación. ● Respeto hacia las normas, estrategias y participantes de los juegos y actividades. 			
Material y Espacios			
Lápiz, mapas, reloj, hojas complementarias para la actividad.			
Edades: 5º Primaria			
<u>Periodo</u>	<u>Descripción</u>	<u>Descripción gráfica</u>	<u>Min.</u>
Parte Inicial	Utilizando el gran mapa y los grupos anteriores, donde recordemos que tenemos un secretario/a y un/una portavoz. A cada grupo se le asignará el		10 min

	<p>mapa del centro y una hoja de observación (Anexo 3).</p>		
<p>Parte principal</p>	<p>En cada mapa se indicarán 4 controles más los puntos de salida y llegada. En cada control se enfrentarán a una pregunta relacionada con la orientación o el medio ambiente y un grupo de palabras de las que solo podrán coger una. La idea es que cada grupo encuentre 3 de los 4 controles, indicándoles el número al que deben ir al comienzo de la carrera.</p> <p>Los grupos irán saliendo escalonadamente y con un orden diferente para no pisarse. En la meta se encontrará la profesora, donde los portavoces de cada grupo en representación, aportarán la palabra y tendrán que trabajar con los portavoces de los otros grupos para formar el enigma.</p> <p>Las preguntas de cada control son: Nombra al menos 3 beneficios de la actividad física en el medio natural; ¿qué es lo primero que debemos hacer con un mapa?; ¿para qué sirve la leyenda en un mapa?; y nombra</p>		<p>25min</p>

	al menos 4 actividades o deportes que pueden desarrollarse en la naturaleza.		
Calma	Al final de la sesión nos reuniremos y comentaremos las respuestas, veremos los problemas que se han presentado durante la actividad, y les haremos reflexionar por qué creen que no se realizan demasiadas actividades en la naturaleza por parte del centro.		5 min
SESIÓN 6: EN BUSCA DEL TESORO DEL PARQUE DE LOS PERDIGONES			
Duración: 40 min Instalaciones: polideportivo Unidad Didáctica: Orientación y Naturaleza			
Objetivos:			
<ul style="list-style-type: none"> ● Experimentar el movimiento de su propio cuerpo en entornos no habituales y reconocer los efectos de la actividad física y la higiene. ● Conocer, respetar y valorar tanto el medio natural como las dinámicas grupales de convivencia que ayudan al desarrollo óptimo de la actividad. ● Aprender juegos y actividades alternativas en contacto con el medio natural. ● Acercar el medio natural y las actividades naturales al alumnado de manera lúdica. ● Trabajar en grupo de manera cooperativa. ● Adquirir y aplicar reglas y principios para la resolución de problemas motores, actuando de una cierta manera autónoma 			
Contenidos:			

<ul style="list-style-type: none"> ● Práctica de juegos y actividades en entornos no habituales y en entornos naturales, concretando en el deporte de orientación. ● Adaptación a nuevos entornos y desarrollo de actitudes respetuosas frente a ellos. ● Respeto al medio ambiente y sensibilización en su cuidado. ● Respeto hacia las normas, estrategias y participantes de los juegos y actividades. ● Adquisición de conductas deportivas y participativas, presentando una actitud abierta y de respeto hacia las actividades colectivas. 			
Material y Espacios Mapas, lápiz, material complementario para la actividad.			
Edades: 5º Primaria			
<u>Periodo</u>	<u>Descripción</u>	<u>Descripción gráfica</u>	<u>Min.</u>
Parte Inicial	Daremos una vuelta por el entorno, estudiando fauna y flora. También veremos si el parque está dotado de recursos para su limpieza.		10 min
Parte principal	Con los mismos grupos y funciones de las sesiones anteriores, llevaremos a cabo una carrera de orientación en el Parque de los Perdigones, muy cerca del centro. Para ello se les proporcionará un mapa del parque, donde habrá unos controles de los que tendrán que recoger una cinta para probar que han pasado por él. En cada punto responderán a preguntas más directamente relacionadas		15 min

	<p>con el medio natural y sobre las mejoras que aportan sobre el comportamiento del alumnado.</p> <p>De nuevo el secretario deberá observar y anotar en la ficha utilizada anteriormente para evaluar a sus compañeros durante la actividad.</p> <p>Tarea 2:</p> <p>Cuatro equipos, dos son los bolos, los otros dos tienen que guiar al compañero de los ojos vendados para que no se choque con los bolos, el primero que llegue al final sin tocar a ningún compañero gana. Después cambian papeles.</p> <p>Variable: que los alumnos que hacen de bolos adopten posturas distintas.</p>		10 min
Calma	<p>Al final, cuando todos los grupos hayan acabado, deberán resolver un acertijo que les dirá la ubicación de una llave para abrir una caja con el tesoro. Es aquí donde metemos el aspecto de trabajo cooperativo por un bien común.</p> <p>Durante la sesión respetaremos tiempos de hidratación, higiene</p>		5 min

	y respeto al medio natural en el que nos encontramos, poniendo en práctica lo aprendido en clase.		
--	---	--	--

5.5.2. Temporalización

Estas sesiones tendrán la duración de tres semanas, 45 minutos por cada sesión, dos sesiones por semana. La propuesta tendrá lugar durante el mes de mayo en un centro de Sevilla, la actividad en el parque se realizará después del recreo, no durando más de dos horas.

5.6. ANÁLISIS DE LA INTERVENCIÓN

La presente propuesta versa sobre la orientación en el espacio, con la culminación de una carrera de orientación para poner en práctica todo lo aprendido, y una introducción al tema del Medio Natural. Tanto la orientación como la Naturaleza son dos conceptos muy lejanos para este alumnado, puesto que nunca han realizado ninguna actividad de orientación, reconociendo el propio docente su falta de experiencia en el tema. Desde el primer momento, a pesar del desconocimiento en el tema, el alumnado ha estado participativo en todo momento y ha adquirido con rapidez los conceptos que se iban proporcionando.

Las primeras sesiones son una introducción al movimiento en el espacio y sirvieron para conocer las ideas previas del alumnado sobre la orientación y el Medio ambiente. Las primeras actividades se siguieron con éxito pues se trabajó mucho en grupo, siguiendo el objetivo de mejorar el trabajo en equipo y la cooperación para que en la actividad de carrera de orientación, el equipo estuviese lo más unido posible. No se observaron problemas de orientación en el espacio, fue complicado por el carácter competitivo del alumnado, pero esto jugó a nuestro favor para que las actividades tuviesen una máxima participación. Se trabajó la comunicación en grupo, las nociones de tiempo, además de una introducción al deporte de orientación y su implicación con la naturaleza.

Respecto a las sesiones más importantes, fueron la previa a la carrera de orientación y la propia carrera. En la sesión previa los equipos realizaron la ficha recogida en el Anexo 2, en la cual ya debían concretar beneficios de la Naturaleza y deportes que pueden

practicarse en ella. Además, se les pidió a cada grupo que realizaran un plano de una parte del centro, trabajando así la leyenda. Algunas de las respuestas fueron las siguientes:

NOMBRE DEL GRUPO: Los Jugadores Estelares

NOMBRE DEL SECRETARIO/A: Alvaro Serrano

NOMBRE DE EL/LA PORTAVOZ: Noelia

¿QUÉ BENEFICIOS CREES QUE TIENE EL CONTACTO CON EL MEDIO NATURAL?

1. que tiene oxígeno en cada parte de las plantas.
2. que nos dan papel higiénico.
3. que tenemos madera.
4. que nos dan comida.
5. que nos dan agua.
6. tenemos más contacto con el aire libre.
7. que tenemos un lugar para vivir.
8. que tenemos un lugar para dormir.

¿QUÉ ACTIVIDADES FÍSICAS PODEMOS REALIZAR EN EL MEDIO NATURAL?

Infectado, escondite, pilla pilla, correr, fútbol.

NOMBRE DEL SECRETARIO/A: Johana González Pérez

NOMBRE DE EL/LA PORTAVOZ: Álvaro Valdovinoso Sanz (Valdi)

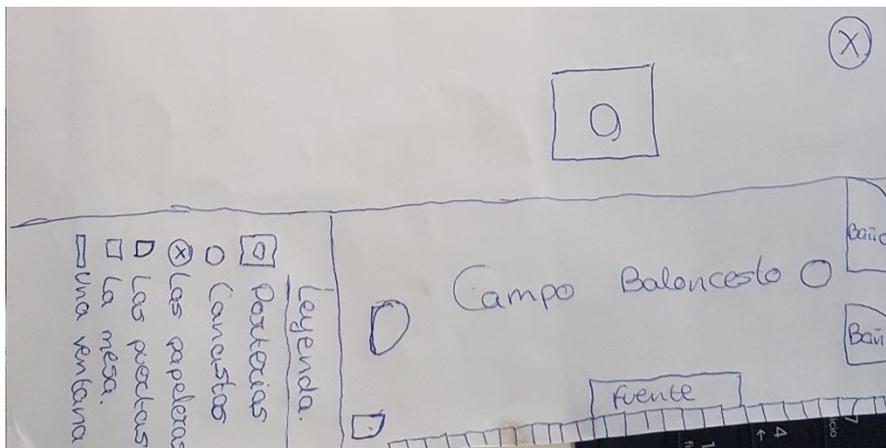
¿QUÉ BENEFICIOS CREES QUE TIENE EL CONTACTO CON EL MEDIO NATURAL?

Podemos correr.

Obtendremos salud al andar por el campo.

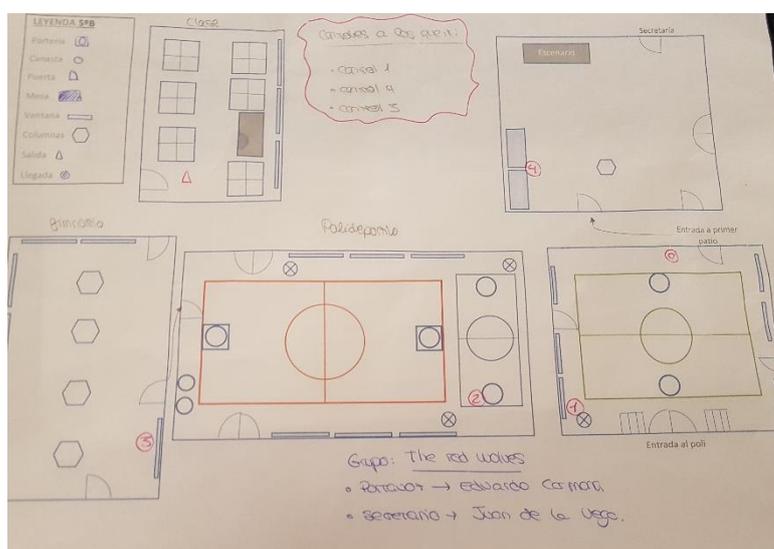
Podemos respirar.

Desconectamos de las nuevas tecnologías.



A pesar de la falta de práctica en actividades relacionadas con la Naturaleza, los dos cursos respondieron bien a las preguntas, fruto de la mayor concienciación que hay en la actualidad. Comentamos las ideas en voz alta y acercamos el tema de la Naturaleza al alumnado.

Posteriormente las sesiones se centraron en mejorar la cooperación de los grupos y observar cómo se movía el alumnado por el espacio. Al no encontrar problemas se realizó la carrera de orientación, que tuvo mucho éxito en las dos clases. Para ello se elaboró un mapa con controles que no tuvieron problema en descifrar.



En cuanto a la Atención a la Diversidad no fue necesaria ninguna modificación para el alumnado con dificultades, puesto que la propuesta está diseñada para que todos realicen las actividades con normalidad. Debemos comentar que la última sesión en el parque no hemos podido llevarla a cabo por temas de gestión de la actividad por parte del centro, prueba de los impedimentos que presentan estas actividades cuando se quieren poner en marcha.

Esta propuesta ha cubierto con creces lo que se esperaba y ha proporcionado un resultado mejor del previsible. Los niños y niñas se sienten muy motivados cuando se les presenta algo diferente que nunca habían experimentado y es con esa curiosidad con la que se ha jugado durante la intervención, y que por lo tanto ha permitido su éxito.

Este éxito y aceptación por parte del alumnado ha animado a seguir llevándola a cabo en el futuro e incluso desarrollar su puesta en marcha y desarrollo en profundidad para un mejor resultado. La respuesta ha sido muy positiva y fiable, pero quizás habría sido

mucho más interesante poner en práctica las actividades en el Medio Natural, ya que al no poder disponer de un entorno Natural por problemas administrativos, los conceptos relacionados con la naturaleza han quedado muy teóricos, no se ha podido experimentar en el acto con el medio. Por lo tanto, a simple vista parece una propuesta dirigida más a la Orientación que a trabajar el impacto de la Naturaleza en el alumnado. Repetimos que esto era de esperar por las reticencias que comentamos en el marco teórico de este trabajo ante este tipo de actividades por parte de los centros. Aun así se ha trabajado con lo poco que se tenía y el resultado ha sido favorable.

5.7. EVALUACIÓN

Durante la práctica de esta propuesta se ha llevado un análisis a través de la observación para conocer la aceptación del grupo ante este cambio de contenidos. Para este curso y para todos es la primera vez que tenían una Unidad Didáctica sobre orientación, e incluso la primera vez que tratan el tema de la naturaleza. Se han observado los siguientes criterios de evaluación:

- C.E.3.1. Aplicar las habilidades motrices básicas para resolver de forma eficaz situaciones de práctica motriz con variedad de estímulos y condicionantes espacio-temporales.
- C.E.3.3. Elegir y utilizar adecuadamente las estrategias de juegos y de actividades físicas relacionadas con la cooperación, la oposición y la combinación de ambas, para resolver los retos tácticos implícitos en esos juegos y actividades.

La rúbrica elaborada para la evaluación del alumnado es la siguiente:

TERCER CICLO (5º primaria)	1	2	3	4
C.E.3.1. Aplicar las habilidades motrices básicas para resolver de forma eficaz situaciones de práctica motriz	Confunde direcciones, no comunica mensajes a sus compañeros de manera adecuada para	Presenta problemas para resolver situaciones motrices con varios estímulos espaciales.	Realiza la actividad sin problemas, responde bien ante los compañeros y trabaja en equipo	No solo se orienta en el espacio correctamente, sino que elabora estrategias para sí mismo y para su grupo, con el fin de

con variedad de estímulos y condicionantes espacio-temporales.	que estos se orienten.		para conseguir un fin. Se orienta en el espacio sin dificultad.	mejorar y ser más eficiente en la actividad.
C.E.3.3. Elegir y utilizar adecuadamente las estrategias de juegos y de actividades físicas relacionadas con la cooperación, la oposición y la combinación de ambas, para resolver los retos tácticos implícitos en esos juegos y actividades	No contribuye al grupo y dificulta el desarrollo de la actividad. No aporta técnicas para resolver los problemas de las actividades.	Tiene ciertas limitaciones cuando se trabaja en grupo, no está demasiado implicado en la resolución de los conflictos que plantea la actividad.	Realiza la actividad sin problemas, propone estrategias para resolver el problema que plantea la actividad y colabora con su grupo en la realización de la misma.	No solo hace uso de técnicas aprendidas anteriormente y durante las sesiones, sino que además valora la de los demás elaborando tácticas grupales de manera cooperativa.

Tabla 2. Rúbrica usada en la Unidad Didáctica *Orientación y Naturaleza* de la presente Propuesta de intervención.

Estas observaciones se han realizado con la ayuda del tutor académico, puesto que con tantos alumnos es difícil asimilar sus nombres. Además de esta rúbrica valorada por el docente, se contempla la autoevaluación realizada por los grupos durante la carrera de orientación, dándole un valor numérico al grupo según las anotaciones del secretario/a del mismo, valiendo cada ítem 1 punto menos uno que vale 2. He aquí un par de ejemplos:

NOMBRE DEL GRUPO:
Los erizos

NOMBRE DEL SECRETARIO/A:
Zahara

NOMBRE DE EL/LA PORTAVOZ:
Alvaro

Observa el comportamiento de tu grupo y durante el desarrollo de la actividad marca con una cruz si se dan o no los siguientes comportamientos:

	SI	NO
El grupo orienta el mapa antes de comenzar a andar	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Se identifican los elementos de la leyenda con los de la realidad	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Participan todos los miembros del grupo	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Se responde a las preguntas a partir del acuerdo de todos	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
El grupo se equivoca de control	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
El grupo se pierde con facilidad	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Al grupo le cuesta encontrar los controles	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
El grupo trabaja unido sin crear conflictos	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
El grupo baraja diferentes soluciones para la pregunta propuesta	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

RESPUESTAS A LAS PREGUNTAS:

3 1. respirar, comida y ^{agua} abrazar

7 2. orientar mapa

2 3. sendero, arenales, bicicleta, rero

NOMBRE DEL GRUPO:
Red Wolves

NOMBRE DEL SECRETARIO/A:
Vigan

NOMBRE DE EL/LA PORTAVOZ:
Edu Gorrina

Observa el comportamiento de tu grupo y durante el desarrollo de la actividad marca con una cruz si se dan o no los siguientes comportamientos:

	SI	NO
El grupo orienta el mapa antes de comenzar a andar	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Se identifican los elementos de la leyenda con los de la realidad	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Participan todos los miembros del grupo	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Se responde a las preguntas a partir del acuerdo de todos	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
El grupo se equivoca de control	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
El grupo se pierde con facilidad	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Al grupo le cuesta encontrar los controles	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
El grupo trabaja unido sin crear conflictos	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
El grupo baraja diferentes soluciones para la pregunta propuesta	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

RESPUESTAS A LAS PREGUNTAS:

1. C 1 para localizar los objetos del lugar

2. C 4 Abora, Hitorde, arenales, arenales y arenales

3. C 3 Sendero, arenales, bicicleta y rero

De esta manera se da un 60% de valor a la rúbrica, a través de la observación del docente y un 40% a la autoevaluación del alumnado.

Para la evaluación de la propuesta en su conjunto se realizó un diagrama en círculo con afirmaciones en positivo, para que ellos mismos evaluaran no solo la actividad de orientación sino todas las actividades propuestas desde el primer día. Como decimos destacamos el valor positivo de estas afirmaciones y la evaluación de su implicación en las tareas propuestas.



Figura 3. Método de autoevaluación en forma circular para la evaluación de las actividades de la Unidad Didáctica *Orientación y Naturaleza*.

De esta manera no se hace tan personal y pueden ser sinceros. Hemos de añadir que los comentarios sobre la propuesta fueron muy positivos y los objetivos se cumplieron sin mayores dificultades.

En cuanto a la autoevaluación de la acción del estudiante en prácticas, comentamos que no fue sencillo incorporarse al grupo tan tarde, además de la dificultad de compaginar la organización de esta propuesta con el diseño y práctica de las unidades de Expresión Corporal de los demás cursos. También dificultó el trabajo las condiciones en las que ya se encontraba el alumnado, pues los dos últimos meses de caracterizan por un decaimiento en el ánimo de los niños y niñas, después de todo un curso, se nota la menor motivación ante las actividades a causa de la cercanía de las vacaciones. A esto se suma un mes de mayo muy caluroso, en el que en dicho centro los patios son imposibles para impartir Educación Física pues el sol está presente durante toda la mañana. Aun así se cumplió lo esperado y la experiencia ha sido positiva para llevarla a cabo en un futuro de manera más extendida. En varias ocasiones, la falta de experiencia hace mella en la resolución de los conflictos que plantea la actividad, pero afortunadamente no ha dificultado el desarrollo de la misma. La libertad que ha ofrecido el tutor de prácticas ha posibilitado la propuesta, también gracias a los materiales disponibles y al interés del alumnado ante un

tema nuevo. Todo ello desemboca en los resultados aquí recogidos, es decir, un mayor interés por el tema de la orientación y un deseo de practicarlo en familia al aire libre.

VI. CONCLUSIONES DEL TRABAJO

Para terminar y tras la intervención de la propuesta en un centro, confirmamos las teorías e ideas recogidas en el marco teórico de dicho trabajo. Es evidente la negativa ante las actividades al aire libre por parte de los centros. Es comprensible esta negativa para actividades no propuestas desde principio de curso, pues llevan un proceso administrativo importante. Sin embargo, no son comunes estas actividades aunque hemos analizado cómo ha aumentado su presencia en colegios, presencia impulsada principalmente por la incorporación del Medio Natural como contenido en el currículum de Educación Física.

Esta presencia en el currículum se ha dado gracias al avance en las actividades al aire libre y la popularización de su práctica en la sociedad, por no hablar del gran cambio que ha acontecido con los años en la mentalidad de los ciudadanos. Con este cambio nos referimos a la nueva actitud ante el medio ambiente y su conservación, fruto de la gran pérdida de entornos naturales, especies, flora y como consecuencia los efectos que esto tiene sobre nuestro planeta. Esta mayor concienciación ha hecho que se tenga muy en cuenta la educación en el Medio Natural, no solo por su conservación, sino también por los beneficios que aporta a salud y comportamientos en el alumnado. Estos comportamientos van desde la cooperación y la responsabilidad, hasta valores de respeto tanto hacia compañeros como hacia medios diferentes a los habituales.

Este cambio de entornos provoca un cambio en el comportamiento habitual de los niños y niñas, que no solo varía fuera del aula sino también fuera del centro. Alumnos más vergonzosos se muestran más participativos en medios nuevos e inexplorados. Estos aspectos de la enseñanza también son importantes y es gracias a este tipo de actividades los docentes son conscientes de las posibilidades de su alumnado, de su potencial, de todo aquello que pueden dar.

Es muy complicado poner en práctica este tipo de intervenciones por las limitaciones, que recalamos tienen fácil solución, que nos encontramos cuando queremos llevar a cabo actividades en la naturaleza. Aun así, se ha querido demostrar que las posibilidades son infinitas, que pueden encontrarse soluciones cuando la comunidad educativa y los padres

están interesados y conocen los beneficios de estas actividades, pues el mayor impedimento es la falta de información.

A pesar de no poder llevar a cabo la propuesta al completo, la respuesta ha sido positiva y el alumnado ha pedido más actividades de este tipo, por lo que el objetivo de abrir una puerta en el centro a este tipo de tareas se ha cumplido. Destacamos la falta de formación del profesorado ante la orientación y las actividades en el Medio Natural, y el interés en conocer más sobre este tema para actividades futuras. Por último, recalcar el efecto que ha tenido en el alumnado, que ahora conoce el tema y que se interesa por realizar estas carreras de orientación en medios diferentes a los habituales como el centro, es decir, se ha observado un aumento de la concienciación sobre el Medio Natural y la motivación de estar más en contacto con él, participando también las familias en el desarrollo de este tipo de actividades al aire libre.

VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Aguado, A. (2015). La Educación Física En El Medio Natural. *E-balonmano.com: Revista de Ciencias del Deporte*, Vol. XI, 3-4. Recuperado de: <http://www.e-balonmano.com/ojs/index.php/revista/article/view/184>

Coto Vega, E. (2008). La educación física en el área rural y su tratamiento didáctico en el medio natural. *InterSedes: Revista de las Sedes Regionales*, Vol. IX (17), 59-69.

Gorosabel, M. (2014). *La naturaleza en las escuelas de Educación Primaria: Una propuesta de intervención* (Trabajo fin de grado). Universidad Internacional de La Rioja, La Rioja. Recuperado de: <https://reunir.unir.net/handle/123456789/2567>

Louv, R. (2010). *Last Child In the Woods*. Atlantic Books. London.

Matorga, D., Martínez, A., Guijarro, S., y Casado, C. (2017). Evolución de la investigación sobre actividad física en el medio natural en educación física: Resultados en Web of Science desde 1990 a 2016 [Figura 2]. *Espiral. Cuadernos del Profesorado*, Vol. X (21), 126-131. Recuperado de:

https://www.researchgate.net/publication/321272030_Evolucion_de_la_investigacion_sobre_actividad_fisica_en_el_medio_natural_en_educacion_fisica_Resultados_en_Web_of_ScienceTM_desde_1990_a_2016

Moya-Mata, I., Ruiz-Sanchís, L., Martín Ruiz, J., y Ros, C. (2017). Actividades deportivas en el medio natural: su representación en libros de texto de Educación Física en Primaria. *Sportis*, Vol. III (3), 505-524.

Moya-Mata, I., Ruiz-Sanchís, L., Martín Ruiz, J., y Ros, C. (2017). Actividades deportivas en el medio natural: su representación en libros de texto de Educación Física en Primaria [Figura 1]. *Sportis*, Vol. III (3), 505-524.

Muñoz Díaz, J. (2014). El currículo del área de educación física de primaria en la LOMCE. Análisis del real decreto 126/2014. *EmásF*, Vol. V (27), 24-39. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/4736174.pdf>

Navarro, R., Arufe, V., y Sancosmed, E. (2015). Las actividades en el medio natural en la educación física escolar. Formación y actitud del profesorado de Educación Primaria. *Retos*, (27), 122-126. Recuperado de:

<https://recyt.fecyt.es/index.php/retos/article/view/34361>

Núñez, L. (2016). *La Educación Física en el Medio Natural, una nueva propuesta para la práctica* (Trabajo Fin de grado). Universidad de Valladolid, Valladolid. Recuperado de <https://uvadoc.uva.es/bitstream/10324/18393/1/TFG-B.920.pdf>

Peñarrubia, C., Guillén, R., y Lapetra, S. (2015). Las Actividades en el medio natural en Educación Física, ¿teoría o práctica? *Cultura CCD, Vol. XI* (12), 27-36.

Pérez, R., y Delgado, M. (2012). La educación física y la adquisición de valores relacionados con el medio ambiente. *Investigación en la Escuela*, 85-118.

Pérez, R., Caballero, P., y Jiménez, L. (2009). Evolución histórica de las actividades físicas en el medio natural con fines educativos. *Materiales para la Historia del Deporte, Vol. VII*, 59-76.

Reyes, V. (2013). *Actividades Físicas en el Medio Natural y Educación Física* (Trabajo fin de grado). Universidad de Valladolid, Valladolid. Recuperado de: <https://uvadoc.uva.es/bitstream/10324/3225/1/TFG-B.240.pdf>

Sáez, J. (2008). El Diseño De Las Actividades En El Medio Natural En El Nuevo Currículo De Educación Secundaria Obligatoria A Partir De La Ley Orgánica De Educación (Loe). *Ágora para la EF y el Deporte, Vol. VII*, 99-124.

Sáez, J., Caballero, J., y Fuentesal, J. (2012). Un análisis DAFO sobre las actividades en el medio natural. Estrategias de intervención desde la perspectiva de la educación física. *Trances, Vol. IV* (6), 445-460.

Tejada, J., y Sáez, J. (2009). Educación física y educación ambiental. Posibilidades educativas de las actividades en el medio natural. Perspectivas de futuro: la educación al aire libre y el aula naturaleza. *Wanceulen E.F. Digital*, (5), 124-137. Recuperado de: https://www.researchgate.net/publication/44283756_Educacion_fisica_y_educacion_am

biental Posibilidades educativas de las actividades en el medio natural Perspectiva
s de futuro la educacion al aire libre y el aula naturaleza

Torres, F., Monleón, C., Sánchez, V., Torres, A., y Aranda, P. (2016). Actividades físicas en el medio natural en el área de educación física en centros de secundaria de la comarca de la costera: análisis y propuesta práctica. *Actividad física y deporte: ciencia y profesión*, (25), 31-43.

VIII. ANEXOS

8.1. ANEXO 1 ENTREVISTAS

Entrevista a Dolores, de 54 años, antigua alumna del centro María Auxiliadora de Sevilla, en la calle San Vicente, ubicado en pleno centro.

1. ¿Recuerdas en qué años aproximadamente estudiaste Educación Primaria?

Comencé en el año 1971 en el centro Doctor Fedriani, en 1973 fui al centro Nuestra Señora de la Hermosa en Badajoz y volví a Sevilla en el año 1975, cuando entré en María Auxiliadora. Terminé aproximadamente en 1978 si no recuerdo mal.

2. ¿Qué recuerdas sobre las clases de Educación Física?

Íbamos a un polideportivo que estaba dentro del colegio y saltábamos a la comba, el potro y escalábamos en las espalderas. También me suena practicar con los aros. No recuerdo haber practicado ningún deporte en concreto.

3. ¿Cómo era tu profesor/profesora de Educación Física?

Era una profesora, vestía con el chándal del colegio al igual que nosotras. Cuando nos mandaba los ejercicios estaba presente con nosotras, éramos todas niñas y nos corregía si lo hacíamos mal, incluso nos apartaba si lo hacíamos mal para que practicásemos más y nos centráramos en la tarea.

4. ¿Realizaste alguna salida en tus años de Educación Primaria? ¿De qué tipo eran?
¿Y dentro de la asignatura de educación física?

Si, visitábamos museos por ejemplo pero poco más, a veces íbamos a las cuevas, las ruinas de Itálica...

Dentro de la asignatura de Educación Física recuerdo con certeza que nunca realicé ninguna salida, todo se limitaba al interior del polideportivo.

5. ¿Recuerdas alguna salida en la que tuvieses un contacto con la naturaleza, es decir, espacios verdes, campo...?

Las ruinas de Itálica no sé si se considera un espacio natural, creo que estaba cerca del campo. Lo que sí realizábamos eran convivencias aunque no recuerdo el sitio, no tengo mucho recuerdo de salir en autobús y el colegio estaba en plena ciudad.

6. ¿Crees que te hubiese ayudado más si hubieses tenido más contacto con la naturaleza en tus años de primaria?

Pues sí, hubiera repercutido para bien en los estudios porque habría tenido más conocimiento sobre las cosas y los entornos naturales. No sé si en la conducta me hubiese cambiado porque en aquel entonces no había los problemas de conducta que hay ahora, ni siquiera los problemas en alimentación que hay ahora. Creo que hoy en día es más necesario el contacto con los compañeros y el medio natural que en aquel entonces.

7. ¿Consideras que podría haber sido mejor tu educación en actividad física? ¿En qué aspectos?

Si, eran ejercicios muy básicos, me hubiese gustado que hubiese sido más amplia la enseñanza de educación física.

8. ¿Te gusta practicar actividades físicas? ¿Por qué?

No, la edad me motiva a no hacerlo, me limita, quizás si fuese más joven me animaría más. En mis años de juventud, por mi forma de ser y pensar no estaba en mis planes hacer deporte ni practicarlo, por falta de tiempo y falta de motivación. No me apetecía ni me apetece.

9. ¿Te gusta estar en contacto con el medio natural? ¿Por qué?

Si, por la tranquilidad, echar un día así es muy positivo. Me encanta el silencio, no hay estrés, ni coches... Además es más sano, respiras mucho más aire puro, sin contaminación ni ruido, me ayuda a relajarme.

10. ¿Crees que los niños y niñas de hoy deberían tener más contacto con la naturaleza en los años de primaria? ¿Por qué?

Si, les hace mucho bien, se relacionan mucho más con los compañeros, hacen ejercicio con otros niños, les ayuda a relacionarse y a estar entretenidos, mucho más que con el móvil y los ordenadores. Se conocen mejor y les hace mejores personas. Además, no tienen malos hábitos y es más saludable para ellos, más si tienen que compartir desayuno o merienda.

Entrevista a Juan, de 32 años, que estudió en SAFA Nuestra Señora de los Reyes, otro centro concertado del centro de Sevilla.

1. ¿Recuerdas en qué años aproximadamente estudiaste Educación Primaria?

No lo recuerdo con exactitud, pero con seguridad puedo decir que debió ser entre los años 1992 y 1997.

2. ¿Qué recuerdas sobre las clases de Educación Física?

Pues sobre todo me acuerdo de hacer mucho juego libre, ver muchos vídeos de jugadas y diferentes deportes. Practicábamos fútbol, baloncesto, baseball, carrera continua y sprint. También recuerdo practicar salto a la comba y ejercicios como los abdominales, flexiones, etc.

3. ¿Cómo era tu profesor/profesora de Educación Física?

Tenía a un profesor, nunca iba en ropa de deporte, siempre vestía vaqueros y camisa. Al comenzar la clase nos daba apuntes con ejercicios, cuando veíamos los videos nos explicaba las diferentes jugadas, marcaciones y técnicas que se usaban en los distintos deportes.

4. ¿Realizaste alguna salida en tus años de Educación Primaria? ¿De qué tipo eran?
¿Y dentro de la asignatura de Educación Física?

*Si, fuimos a lipasam, fuimos de convivencia, museos, al zoo, al teatro, al cine...
En primaria no recuerdo haber salido con la asignatura de educación física, nada destacable que recuerde.*

5. ¿Recuerdas alguna salida en la que tuvieses un contacto con la naturaleza, es decir, espacios verdes, campo...?

Creo que sí, fuimos a la granja escuela, creo que a algún parque cercano, las convivencias las hacíamos en una casa rural, que estaba en plena naturaleza.

6. ¿Crees que te hubiese ayudado más si hubieses tenido más contacto con la naturaleza en tus años de primaria?

Creo que no, cuando hemos salido al aire libre hemos hecho los mismos ejercicios, cuando salíamos era para mejorar nuestra resistencia en largas distancias. No creo que tener un mayor contacto con la naturaleza me hubiese ayudado.

7. ¿Consideras que podría haber sido mejor tu educación en actividad física? ¿En qué aspectos?

No, creo que estaban bien, tenía a un buen profesor. Hacíamos mucho juego libre pero no se me ocurre nada que lo mejorase, no me importaba demasiado y las recuerdo correctas.

8. ¿Te gusta practicar actividades físicas? ¿Por qué?

Si, porque me apasiona el deporte, es sano, me gusta jugar al fútbol y salir a correr.

9. ¿Te gusta estar en contacto con el medio natural? ¿Por qué?

Si, porque me gusta la naturaleza y todo lo que tenga que ver con hacer algo al aire libre es bueno para el cuerpo, respirar aire puro y limpio...

10. ¿Crees que los niños y niñas de hoy deberían tener más contacto con la naturaleza en los años de primaria? ¿Por qué?

Si, porque creo que hacer actividades al aire libre es bueno para ellos. Ahora los niños viven mucho en la ciudad, son muy urbanitas y no tienen mucho contacto con la naturaleza. Es bueno para la salud y respirar aire no tan contaminado.

Entrevista a María Concepción de 22 años, antigua alumna del centro Escuelas Salesianas María Auxiliadora, en la zona de Nervión, Sevilla.

1. ¿Recuerdas en qué años aproximadamente estudiaste Educación Primaria?

Aproximadamente entre el año 2002 y 2008.

2. ¿Qué recuerdas sobre las clases de Educación Física?

Recuerdo que hacíamos muchos juegos y actividades en grupo. También que todos los trimestres teníamos que hacer pruebas de salto, resistencia y flexibilidad que era necesario pasar para aprobar la asignatura.

3. ¿Cómo era tu profesor/profesora de Educación Física?

Tuve varios profesores en esa etapa educativa, pero por lo general todos eran muy animados y enérgicos, y nos motivaban mucho a participar y divertirnos en las clases.

4. ¿Realizaste alguna salida en tus años de Educación Primaria? ¿De qué tipo eran?
¿Y dentro de la asignatura de Educación Física?

Creo recordar que hacíamos al menos una salida al trimestre y eran de todo tipo tanto lúdicas como culturales o educativas. Dentro de la asignatura de Educación Física recuerdo patinaje sobre hielo en invierno

5. ¿Recuerdas alguna salida en la que tuvieses un contacto con la naturaleza, es decir, espacios verdes, campo...?

No recuerdo muchas salidas porque hace bastantes años que terminé esa etapa, pero alguna de las que recuerdo son excursiones de senderismo o paseando en barco por el río Guadalquivir.

6. ¿Crees que te hubiese ayudado más si hubieses tenido más contacto con la naturaleza en tus años de primaria?

Claro que sí, siempre es una suerte y una oportunidad aprender los conocimientos de primera mano y no todo a través de un libro o un ordenador, todo se retiene mejor y te interesa más.

7. ¿Consideras que podría haber sido mejor tu educación en actividad física? ¿En qué aspectos?

Si. Si hubiese sido más completa y no tan repetitiva y cerrada, es decir, si hubiésemos hecho más actividades además de juegos.

8. ¿Te gusta practicar actividades físicas? ¿Por qué?

Depende de la actividad. No se me da muy bien el deporte y no estoy del todo cómoda realizando actividades físicas.

9. ¿Te gusta estar en contacto con el medio natural? ¿Por qué?

Si. Me gusta disfrutar de las distintas manifestaciones que la naturaleza nos ofrece cada día y que muchas veces pasamos por alto, me transmite mucha paz y tranquilidad.

10. ¿Crees que los niños y niñas de hoy deberían tener más contacto con la naturaleza en los años de primaria? ¿Por qué?

Por supuesto, hoy en día perdemos mucho escondiéndonos detrás de una pantalla y no nos damos cuenta de que es necesario experimentar para poder llegar a aprender.

Entrevista a María Teresa, alumna de 6º de primaria en el centro concertado María Auxiliadora de Sevilla.

1. ¿Recuerdas en qué año comenzaste la primaria?

Creo que en 2013 según mi madre.

2. ¿Cómo es tu profesor/a de Educación Física?

Es un hombre, me gusta mucho porque hacemos muchos bailes, ratos libres para jugar a lo queramos, hacemos mucha gimnasia y tiene muchos juegos guais.

3. ¿Has realizado salidas del centro con la asignatura de Educación Física?

Hacemos ligas de Ringol, por ejemplo este sábado vamos a Alcalá de Guadaíra. No salimos mucho con la asignatura de gimnasia.

4. ¿Recuerdas salidas al medio natural? ¿Te gustaron?

No hacemos muchas, el año pasado fuimos al bosque suspendido. Me encantó pero me dio un poco de miedo, me gustó porque aprendes mucho de la naturaleza, ves cosas nuevas y muy interesantes. Si vas por ejemplo a los parques naturales protegidos ves animales.

5. ¿Crees que los niños de hoy deberían tener más contacto con la naturaleza?

Si, porque la naturaleza depende de nosotros y debemos cuidarla porque sino somos nosotros los que salimos perdiendo. Es que si la naturaleza no se cuida podemos tener problemas para respirar...

6. ¿Te gustaría hacer más actividades en la naturaleza?

Si, porque no estoy apenas en la naturaleza, solo cuando voy a mi campo que hay un bosque.

Entrevista a Miriam, alumna de 6º de primaria en el centro concertado Escuelas Salesianas María Auxiliadora de Sevilla.

1. ¿Recuerdas en qué año comenzaste la primaria?

No lo recuerdo.

2. ¿Cómo es tu profesor/a de Educación Física?

Es un hombre, me gusta porque es muy bueno. Lo que hacemos es correr.

3. ¿Has realizado salidas del centro con la asignatura de Educación Física?

Si, culturales.

4. ¿Recuerdas salidas al medio natural? ¿Te gustaron?

No, solo una que hicimos el año pasado al bosque suspendido, hicimos rocódromo y tirolina. Me gustó porque pasé tiempo con mis compañeros y sin móviles. La naturaleza te desconecta de tanta tecnología. También hemos ido a las minas del Río Tinto.

5. ¿Crees que los niños de hoy deberían tener más contacto con la naturaleza?

Si, porque actualmente estamos todo el día con los móviles, ordenadores...

6. ¿Te gustaría hacer más actividades en la naturaleza?

Si, porque me siento muy bien, me siento libre y es bueno para mi salud.

Entrevista a Rocío, de 22 años, estudiante de la mención de Educación Física en último año del Grado de Educación Primaria.

1. ¿Te gusta estar en contacto con la naturaleza? ¿Por qué?

Si, por que es un espacio distinto al que estamos acostumbrados, tiene mayor espacio, siempre te invita a la tranquilidad, estar en contacto con la naturaleza en sí, no siempre en tu misma zona urbana y puedes hacer otras actividades diferentes.

2. *¿Crees que la naturaleza es beneficiosa en los años de primaria? ¿Por qué?*

Si, creo que les puede aportar mucho bien, es el sentido de que conocen otros medios, se relacionan con ellos y experimentan un espacio más amplio y tranquilo. También siempre y cuando haya unas precauciones, porque también puede ser un espacio peligroso.

3. *¿Crees que las actividades en la naturaleza deben realizarse o no hacen falta? ¿Por qué?*

Creo que tanto en Educación Física como en otras asignaturas se debería hacer mínimo una al año, pero siempre que haya la posibilidad de hacer más, pues fomentar ese tipo de actividades. Claro que depende mucho de los medios que tenga y de los recursos, no es lo mismo un centro que tenga fácil acceso a espacios verdes que uno plenamente céntrico, porque hay que tener en cuenta que en una clase son varios niños y moverse del centro es complicado. Aun así creo que sí, que son necesarias.

4. *En tu experiencia, ¿Crees que se hacen suficientes actividades en el medio natural durante la primaria?*

Creo que hacen falta más, en mi colegio recuerdo que íbamos una vez al año a un parque a las afueras del colegio. Pero solo una vez. Entiendo que mi centro, que estaba en los Remedios, tuviese más difícil esas salidas, pero si que hay algunos parques que a lo mejor se podría haber fomentado eso.

5. *¿Repercute la naturaleza en algo más que lo físico?*

Pues sí, el respeto a la naturaleza es clave en nuestros días, además el aire que respiran no es el mismo que en la ciudad, entonces para la capacidad pulmonar y eso es beneficioso.

6. *¿Qué problemas o excusas crees que se ponen ante la falta de estas actividades?*

Creo que son los medios, los recursos y el tiempo. Creo que esas son las barreras principales que un maestro se encuentra cuando quiere practicar una actividad de ese

estilo. Son barreras pero tampoco pienso que sean infranqueables, si tienes tiempo ganas y se quieren puedes solucionarlo.

7. ¿Crees que tienen solución o verdaderamente no se pueden hacer?

Si, es cuestión de llevar un plan estructurado y coherente que se pueda llevar a la junta directiva y demás. Si tienes tus sesiones bien planificadas y buscas alternativas siempre se puede, nunca va a haber un centro que tenga a más de un Kilómetro un parque o espacio verde. Siempre que se busquen los medios, se pueden optimizar los recursos para llevar a cabo ese tipo de actividades.

8.2.ANEXO 2: FICHAS CARRERA DE ORIENTACIÓN (SESIÓN 4-5)

NOMBRE DEL GRUPO:	NOMBRE DEL SECRETARIO/A:
	NOMBRE DE EL/LA PORTAVOZ:
¿QUÉ BENEFICIOS CREEIS QUE TIENE EL CONTACTO CON EL MEDIO NATURAL?	
1.	_____

2.	_____

3.	_____

4.	_____

5.	_____

- 6. _____

- 7. _____

- 8. _____

¿QUÉ ACTIVIDADES FÍSICAS PODEMOS REALIZAR EN EL MEDIO NATURAL?

NOMBRE DEL GRUPO:	NOMBRE DEL SECRETARIO/A:	
	NOMBRE DE EL/LA PORTAVOZ:	
Observa el comportamiento de tu grupo y durante el desarrollo de la actividad marca con una cruz si se dan o no los siguientes comportamientos:		
	SI	NO
El grupo orienta el mapa antes de comenzar a andar		
Se identifican los elementos de la leyenda con los de la realidad		
Participan todos los miembros del grupo		
Se responde a las preguntas a partir del acuerdo de todos		
El grupo se equivoca de control		
El grupo se pierde con facilidad		
Al grupo le cuesta encontrar los controles		
El grupo trabaja unido sin crear conflictos		
El grupo baraja diferentes soluciones para la pregunta propuesta		

RESPUESTAS A LAS PREGUNTAS:

1. _____

2. _____

8.3. ANEXO 3: MAPA CARRERA DE ORIENTACIÓN (SESIÓN 5)

