



EL SENDERISMO EN LA EDUCACIÓN PRIMARIA

UNIDADES DE APRENDIZAJE PARA : 3°, 4° Y 5°

Grupo "Pintacoda"

Ilustraciones: Flora Juvilla Vidal.

Septiembre 2009



Introducción

La marcha constituye una actividad física y deportiva que encuentra su expresión más amplia en el senderismo.

Estas unidades de aprendizaje presentan los aprendizajes a adquirir y las tareas que conducen a su dominio. Permiten pues, adquirir a través de los saberes propios de la actividad deportiva de senderismo, los objetivos y contenidos definidos en el currículo.

La Educación Física a través de las actividades propuestas es una de las mejores fuentes de desarrollo de la autonomía e iniciativa del niño. Las situaciones propuestas en senderismo, contribuirán a reforzar fundamentalmente, la autonomía de los alumnos y el dominio de la seguridad.

Se presentan tres unidades de aprendizaje correspondientes a tres niveles de práctica, y a las habilidades motrices, cuyo dominio es necesario para lograrlas. Estas habilidades expresadas en comportamientos propios de la actividad de marcha, de senderismo, caracterizan los contenidos definidos en el currículo. En principio cada unidad de aprendizaje está pensada para unas 15 ó 18 sesiones de trabajo a razón de una por semana. Pretenden hacer adquirir un nivel de práctica identificado por unos comportamientos significativos en ciertas condiciones. Las habilidades que constituyen el nivel son abordadas a través de tareas propuestas en las fichas de trabajo.

ELEMENTOS FORMATIVOS. RELACIÓN CON LOS ELEMENTOS CURRICULARES DEL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA:

OBJETIVOS GENERALES.

El objetivo más pertinente para enmarcar esta actividad de senderismo es el que se enuncia:

8. Conocer y realizar actividades físicas y juegos en el medio natural valorando las posibilidades de acción y cuidado del mismo, respetando las normas de seguridad y adaptando las habilidades motrices a la diversidad e incertidumbre procedente del entorno.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN.

Criterios de evaluación a los que hace referencia esta actividad:

2º Ciclo

2. Consolidar nociones espacio-temporales relativas a apreciación de distancias, intervalos, orientación en recorridos sencillos y orden, reconociendo la izquierda y derecha en uno mismo y en los demás.
13. Participar de forma activa y disfrutar en las actividades organizadas en el medio natural adaptando las habilidades motrices y mostrando interés y respeto por la conservación del entorno.

3º Ciclo

1. Orientarse en el espacio tomando puntos de referencia, interpretando planos sencillos para desplazarse de un lugar a otro y escogiendo un camino adecuado y seguro.
13. Participar en las actividades organizadas en el medio natural manifestando, de una forma activa y crítica, actitudes de respeto, valoración y defensa del medio ambiente.

CONTENIDOS.

Todos los contenidos reflejados pertenecen al Bloque nº 5 "Juegos y Deportes". Se han seleccionado los que hacen referencia a las actividades físicas en el medio natural.

1º Ciclo.

- Juegos de aire libre en el parque o en entornos naturales cercanos al colegio.
- Exploración y disfrute de la motricidad al aire libre respetando la naturaleza.

2º Ciclo

- Iniciación a la orientación deportiva mediante propuestas lúdicas (gimnasio, patio, parque).
- Práctica y disfrute de actividades motrices lúdicas relacionadas con la naturaleza (juegos de campo, de exploración, de aventura, marcha, escalada...).

- Conocimiento y cuidado del entorno natural.

3º Ciclo

- Iniciación al deporte de orientación (colegio, parque, medio natural). Toma de contacto con la brújula. Participación en la organización y desarrollo de juegos de orientación.
- Práctica responsable de actividades físicas lúdicas y deportivas en las salidas al entorno natural de la Comunidad autónoma.
- Conocimiento, disfrute, cuidado y valoración de la naturaleza.

LAS COMPETENCIAS BÁSICAS

La escuela tiene por misión enseñar a actuar. También debe enseñar a comprender. Todas las disciplinas contribuyen a esta misión. La Educación Física se apoya en el movimiento para conseguir este objetivo. En efecto, las actividades motrices constituyen el mejor campo experimental que puede ofrecer cotidianamente el maestro para abordar concretamente la construcción de nociones que explican el movimiento. Estas provienen esencialmente de la biología y de la mecánica (*competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico*).

Las actividades físicas y deportivas permiten igualmente abordar la construcción nociones transversales como espacio y tiempo (*competencia matemática*).

Estas tareas también favorecen la adquisición de comportamientos significativos de actitudes de la vida colectiva (*seguridad, respecto al otro, ayuda mutua, solidaridad, autonomía*) que concurren en el ejercicio de la ciudadanía (*competencia social y ciudadana*).

El aprendizaje en EF supone también trabajo, esfuerzo y repetición para todos los niños de la clase. El desarrollo de las capacidades de iniciativa y autonomía del alumno debe llevarse en paralelo con la educación de la seguridad. Ciertas situaciones, bien preparadas, podrán conducir a la puesta en práctica efectiva de la autonomía de los alumnos (*competencia para la autonomía e iniciativa personal*)

LA EDUCACIÓN EN LA SEGURIDAD

Las actividades físicas y deportivas, al recurrir al movimiento del cuerpo y al de los objetos, son a menudo fuente de incidentes y accidentes. En efecto, los más frecuentes son los choques por caída o colisión que son los que originan daños corporales.

Durante la práctica de actividades, se velará por la seguridad de los alumnos estudiando con cuidado las interacciones posibles que puedan tener, tanto si se desplazan en un entorno natural como si lo es en un entorno tecnológico actual (circulación automovilística, tractores y otras máquinas agrícolas, cerramientos electrificados...). Se podrán también identificar con los alumnos los factores potenciales de riesgo, con el fin de que aprendan a descubrirlos y que sean capaces por aprendizaje de dominarlos. Conseguirán así adquirir las competencias necesarias para su autonomía.

Recomendamos hacer vivir concretamente situaciones de autonomía completa a los alumnos, a condición de que los recorridos hayan estado siempre previamente reconocidos por el profesor y que se hayan tomado las medidas para poder intervenir rápidamente en caso de incidente.

LAS UNIDADES DE APRENDIZAJE Y LAS SITUACIONES

Las situaciones que se describen a continuación han sido tomadas de la publicación "Randonnée pédestre à l'école - Essai de réponses". Fédération française de la randonnée pédestre. Editions Revue EPS. 2007. Algunas de estas situaciones se han puesto en práctica en las clases de Educación Física por parte de algunos profesores y profesoras tanto pertenecientes al Grupo de Trabajo "Pintacoda" del Centro de Profesores y Recursos de Sabiñánigo (Huesca), como por otros que no pertenecen al citado grupo. Otras situaciones se están llevando a la práctica actualmente. Constatado el buen funcionamiento, hasta la fecha, de las situaciones en las clases y con las propuestas recogidas tras su puesta en práctica, se han reelaborado y competado en algunos de sus epígrafes las situaciones que aquí se describen.

Las ilustraciones han sido realizadas por Flora Juvilla Vidal.

Las situaciones se organizan en tres unidades de aprendizaje correspondientes a los cursos 3º, 4º y 5º de primaria. Algunas de ellas se han llevado a la práctica con alumnos de menor edad y otras con alumnos de 6º curso de primaria. Cada profesor según el grupo de alumnos puede adaptar las propuestas. Así ha ocurrido

con las diferentes clases de la escuela rural en las que se han llevado a la práctica con alumnos de diversos niveles a la vez.

Las fichas de trabajo proponen tareas a realizar en el marco de las sesiones de EF; sesiones que en algunas ocasiones durarán más de una hora, por lo que se sugiere ocupen media jornada escolar.

El profesor puede elegir una o varias tareas sacadas de una o de varias fichas dentro de un mismo nivel. El profesor hará así alternar, en función del compromiso de los alumnos, las situaciones de descubrimiento, de aprendizaje, de reaplicación, de juego, de revisión de aprendizajes anteriores, para hacerles mantener la atención, suscitar la motivación, equilibrar las situaciones de trabajo y regular el tiempo de esfuerzo.

Cada tarea descrita puede realizarse en una o en varias sesiones. La descripción viene acompañada de los siguientes epígrafes:

- La adquisición. El dominio de su acción en una actividad reposa sobre varias adquisiciones complementarias y constitutivas de la misma. El término "adquisición" corresponde a lo que el profesor quiere hacer construir en el alumno, lo que será fuente de progreso para él, una vez haya realizado el aprendizaje.
- Las características de la tarea propuesta a los alumnos, o "lo que hay que hacer" viene reflejado en los epígrafes siguientes: la finalidad de la tarea para el alumno, el acondicionamiento, las reglas de la situación o consignas, los criterios de éxito que constituyen para los alumnos y para el maestro un medio de control del éxito o fracaso de la tarea, y variables.
- Tras la puesta en práctica se constatan:
 - los comportamientos esperados, que son para el maestro la referencia en materia de eficacia de la respuesta. La marcha en senderismo no supone una gran técnica deportiva, los comportamientos son a veces redundantes con los criterios de éxito.
 - los comportamientos susceptibles de ser observados, según indicadores pertinentes
 - las propuestas de intervención y los posibles consejos o remedios para ayudar a solucionar los comportamientos observados (modificación de consignas, transformación de las condiciones materiales...)