



**UNIVERSIDAD DE JAÉN**  
Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación

## Trabajo Fin de Grado

# Educación Física en el Medio Natural

**Alumno/a:** Sergio Pecino Haro

**Tutor/a:** Prof. Dña. María Luisa Zagalaz Sánchez  
Prof. Dña. Débrorah Sanabrias Moreno

**Dpto.:** Didáctica de la Expresión Musical, Plástica y Corporal

**Julio, 2021**

## **Resumen**

La finalidad de este Trabajo de Fin de Grado es crear una propuesta didáctica en el área de Educación Física basada en la Actividad Física en el Medio Natural. Con esto se busca dar valor a la realización de este tipo de prácticas dentro del funcionamiento de un colegio, ya que no es lo normal debido a dificultades como la formación del profesorado, la posibilidad de realización dentro del ajustado horario escolar o la implicación de las familias. Al llevar a cabo actividades en el Medio Natural permite que el alumnado conozca otras realidades y se introducen metodologías con las que buscar una mayor participación, motivación e interés. Además, se trabajará de manera interdisciplinar con las materias de Ciencias de la Naturaleza y Ciencias Sociales. La idea principal de la propuesta es que el alumnado salga de su zona de confort y descubra una manera diferente de aprender.

**Palabras clave:** Actividad física, Medio Natural, Educación Primaria, Educación Física.

## **Abstract**

The objective of this Final Degree Project would be to create a didactic proposal in the Physical Education area, based on the physical activity in the natural environment. With this, I am looking for the value of doing these activities inside the school's functioning, because it is not something normal due to the teachers's formation, the possibility of doing it in a tight timetable or the implication of the families. If we do these activities in a natural environment, we will achieve that students know about other realities and we could be able to introduce different methodologies which we could search for a bigger participation, motivation and interest. Furthermore, we will work in an interdisciplinary way with the subjects of Natural Science and Social Science. The main idea of this proposal is to make students able to go out of their comfort zone and to give them the opportunity to discover a different way to learn.

**Key words:** Physical activity, Natural Environment, Education Primary School, Physical Education.

# Índice

1. Introducción.....	pág. 1
2. Objetivos.....	pág. 2
3. Justificación.....	pág. 2
4. Marco teórico.....	pág. 3
4.1. La escuela y la educación física.....	pág. 3
4.1.1. Definición del concepto de educación física.....	pág. 4
4.1.2. La educación física en el currículum educativo.....	pág. 4
4.2. Educación física y medio natural.....	pág. 5
4.2.1. Importancia de la actividad física y el medio natural.....	pág. 6
4.2.2. Las actividades en el medio natural en los bloques de contenidos curricular...	pág.7
4.3. Valores a desarrollar con AFMN.....	pág. 8
4.4. Adversidades, escuela y actividades en el medio natural.....	pág. 9
4.5. Falta de formación en el profesorado.....	pág. 10
5. Propuesta didáctica.....	pág. 10
5.1. Contextualización.....	pág. 10
5.2. Competencias.....	pág. 11
5.3. Objetivos.....	pág. 13
5.3.1. Objetivos de área .....	pág. 13
5.3.2. Objetivos específicos .....	pág. 14
5.4. Contenidos .....	pág. 15
5.4.1. Contenidos específicos .....	pág. 16
5.5. Metodología .....	pág. 16
5.6. Temporalización .....	pág. 17
5.7. Recursos y materiales.....	pág. 17
5.8. Sesiones.....	pág. 18
5.9. Evaluación.....	pág. 23
5.10. Criterios de evaluación.....	pág. 23
6. Conclusiones y reflexión.....	pág. 24
7. Bibliografía.....	pág. 26
8. Legislación.....	pág. 27
9. Anexos.....	pág. 28

## 1. Introducción

Vivimos en una sociedad que cambia constantemente y la Educación no es ajena en este proceso. Aun así, la adaptación al cambio es complicada, somos rígidos y ofrecemos una gran resistencia a adaptarnos. La adaptación es continua en todos los cursos, pero concretamente este año nos hemos enfrentado a una pandemia la cual ha cambiado radicalmente el sistema educativo. La COVID-19 nos ha puesto ante un espejo de realidad al que no queríamos mirar y nos ha mostrado la debilidad de nuestra sociedad. Y por contraposición nos ha llevado a valorar el tema principal de este Trabajo de Fin de Grado: La Actividad Física en el Medio Natural (AFMN).

En muy poco tiempo hemos pasado de vivir en zonas con poca ventilación con unos aforos muy grandes a buscar sea como sea el aire libre. La Educación, también tiene que adaptarse y dónde antes se buscaba el mayor tiempo dentro del aula como eje vertebrador de la docencia, ahora se busca la manera de realizar las actividades con unas distancias mínimas y una ventilación adecuada.

De esta manera, se busca introducir la AFMN al currículo actual a mejorar el proceso de enseñanza-aprendizaje. Para la mayoría del alumnado, el hecho de salir del centro a realizar cualquier tipo de actividad, ya les motiva y les sitúa en una predisposición muy diferente a la que tienen dentro del aula, dónde el aprendizaje siempre es muy similar, aunque se traten diferentes áreas.

Las posibilidades que nos ofrece la AFMN es muy amplia y en este curso 2020/2021 más aún, puesto que buscamos la manera de poner en la balanza el aprendizaje efectivo para el alumnado y la salud de todas y cada una de las personas que formamos parte de la comunidad educativa. La principal posibilidad que nos ofrece la AFMN, si miramos del ámbito académico, es la interdisciplinariedad, ya que podemos trabajar diferentes áreas en un mismo lugar. Siempre se habla de lo importante que es trabajar de forma interdisciplinar y que el proceso de enseñanza-aprendizaje debe estar ligado a la vida real, que los conocimientos sean útiles para el alumnado. Aquí tenemos diferentes conceptos que trabajar: la AFMN, el cuidado de la naturaleza, el valor de la educación física (EF) a través de actividades lúdicas y recreativas, etc. Por otro lado, no somos conscientes de lo importante que es para nuestro día a día, para nuestra calidad de vida, pasar tiempo en el medio natural. Aquí nos olvidamos del resto del mundo y si dejamos que nuestros cinco sentidos se centren en el lugar dónde nos encontramos, nos daremos

cuenta de que la naturaleza nos puede aportar mucho más de lo que creemos. Esto ha sido muchísimo más relevante después de pasar tanto tiempo en casa debido a la situación que atravesamos.

En conclusión, buscamos que la AFMN tenga más relevancia dentro del currículo y sea una de las partes principales a trabajar en el área de EF en concreto, pero extrapolable al resto de áreas que puedan nutrirse de este tipo de actividades. Para ello, necesitamos mayor formación del profesorado en este ámbito que ayude a los profesionales de la docencia a transmitir el valor de la AFMN.

## **2. Objetivos**

Los objetivos a conseguir a través de esta propuesta didáctica serían los siguientes:

- Encontrar una manera de aprender fuera del aula con una metodología diferente a la habitual.
- Trabajar de forma interdisciplinar diferentes áreas del currículo.
- Valorar el Medio Natural y todo lo que nos puede ofrecer, tanto dentro como fuera del ámbito académico.
- Concienciar sobre el Medio Natural, dándole una mayor importancia a las acciones individuales que realicemos estando en él.
- Conseguir una participación activa y real del alumnado para con la asignatura.
- Inculcar valores de respeto hacia los demás, incluyendo no solo a las personas, sino al medio que nos rodea.

## **3. Justificación**

La elección de este tema para desarrollar mi Trabajo de Fin de Grado (TFG) viene por dos razones principalmente, aunque hay varias más que se podrían destacar, vamos a centrarnos en estas dos:

La primera de ellas, la necesidad de un cambio metodológico en el enfoque de la EF, y otras materias, en el currículo. La realización de diferentes actividades en el Medio Natural hará que los alumnos y las alumnas vean esta área con unos ojos diferentes, puesto que salir de la zona de confort educativa a la que están acostumbrados hará que la motivación y ganas sean mayores; comenzarán a valorar entornos naturales, que seguramente tengan muy a la mano y

visiten poco o incluso ni conozcan; pero, sobre todo, crear conciencia sobre el Medio Natural que nos rodea y que debemos cuidar y proteger.

La segunda, viene dada por la situación que estamos viviendo a raíz de la Pandemia Mundial de la COVID-19. Nuestras vidas han cambiado y lo que empezó siendo hace 15 meses un virus mortal que nos hacía quedarnos en casa dos semanas, ha terminado cambiando toda nuestra vida. Ha cambiado nuestra manera de relacionarnos y en los colegios se nota este cambio. Dónde antes siempre se fomentaba la participación en grupo, el ayudar a los demás y prestar todas las cosas que tiene el alumnado, hoy es todo lo contrario. Se ha intentado implantar una individualización de las relaciones personales, dónde no puedes acercarte a nadie que no sea de tu misma burbuja, no puedes compartir los materiales o simplemente no puedes ver la sonrisa que se esconde tras una mascarilla.

El medio natural nos ofrece la posibilidad de trabajar al aire libre, dónde las distancias no son un problema, dónde no hay una silla y un pupitre que más nadie puede tocar, dónde se puede aprender y disfrutar del aprendizaje de una forma diferente a la que llevamos viviendo estos meses.

Volviendo a la AFMN, se busca que a través del área de EF se trabajen otras áreas como pueden ser Ciencias de la Naturaleza, Ciencias Sociales o Lengua. Buscar esta interdisciplinariedad es muy importante si se trabaja de esta forma fomentar un aprendizaje más significativo del alumnado, dónde se puede despertar su interés por diferentes temas a tratar desde el Medio Natural.

En conclusión, el fin principal de esta propuesta didáctica es el aprendizaje a través del ocio y la recreación. Conseguir que el alumnado adquiera diferentes aptitudes y pueda desarrollarlas en el Medio Natural. Para ello, se realizarán diferentes juegos y actividades primero en entorno conocido, que sería el centro y después se desarrollarían en el Medio Natural.

## **4. Marco teórico**

### **4.1. La escuela y la educación física**

En el primer apartado se va a llevar a cabo una aproximación al concepto de EF, con el fin de resaltar los beneficios que puede traer a la vida de las personas y la relevancia de introducir esta materia escolar en las vidas del alumnado desde edades tempranas.

#### **4.1.1. Definición del concepto de educación física**

Antes de destacar algunos de los beneficios que tiene la EF, hay que encontrar una definición que nos acerque a la realidad que queremos conseguir. En el sistema educativo actual se entiende que “el área de EF tiene como finalidad principal el desarrollo de la competencia motriz orientada a la puesta en práctica de procesos, conocimientos y actitudes motrices para realizar actividades y ejercicios físicos, representaciones, escenificaciones, juegos y deportes” (Junta de Andalucía, 2015, p.596).

Una vez que se entiende la EF en el sistema educativo actual, según lo indicado por la Junta de Andalucía, que se va a trabajar a lo largo de este TFG, ha de tenerse en cuenta que cada persona va a percibir la EF de modo distinto, ya que va a depender de las propias circunstancias y de las características físicas y corporales individuales del alumnado. De esta manera, la EF tendrá un lugar relevante dentro de nuestra vida, puesto que nos proporcionará diferentes herramientas que podremos utilizar en distintos momentos. De esta forma, en un futuro, realizar cualquier trabajo físico o en una situación de peligro en la que realicemos movimiento, se verá reflejada la EF.

“La EF permite desarrollar habilidades de competencia recreativa en los niños y niñas, de manera que estos tengan todos los mecanismos para mantenerse activos toda la vida” (Vargas y Orozco, 2003 p.119).

En esta cita se encuentra una de las ideas principales que vertebran este TFG. ¿Qué ofrecer a los niños y niñas durante su infancia que les sirva el resto de su vida? Pues bien, para que los conocimientos y aptitudes que se ofrecen al alumnado les sean útiles el resto de su vida, es necesario conseguir que los interioricen como suyos, la única manera de hacer eso es a través del interés y la motivación.

#### **4.1.2. La educación física en el currículum educativo**

Según el Real Decreto 126/2014, de 28 de febrero, por el que se establece el currículum básico de la Educación Primaria, Andalucía recoge en su Decreto 97/2015, de 3 de marzo, por el que se establece la ordenación y las enseñanzas correspondientes a la Educación Primaria en la Comunidad Autónoma de Andalucía es la ley educativa en la que nos vamos a centrar.

Siguiendo a Pérez y Vargas (2003) a nivel educativo y social, se puede observar en los diferentes centros educativos que las asignaturas troncales, como es el caso de lengua o matemáticas, tienen mayor relevancia tanto a nivel curricular como en relación a tiempo y

contenidos. Aun así, cabe destacar la importancia de la asignatura de EF como materia fundamental para la mejora personal y social de nuestro alumnado.

De hecho, la propia Junta de Andalucía hace referencia a la importancia de:

Fomentar el deporte escolar como práctica deportiva que se programa y desarrolla desde el centro educativo requiere el fomento de esa práctica desde un enfoque lúdico-recreativo, donde predomina el desarrollo de valores educativos como la cooperación-colaboración, la coeducación, la solidaridad, la igualdad de oportunidades. (Junta de Andalucía, p. 595)

Tal y como se recoge, a través de la EF, se trabajan valores indispensables para la vida de nuestro alumnado; buscando, de esta forma, conseguir una formación óptima para estos.

Para Vargas y Orozco (2003) se encuentra una gran dificultad para el desarrollo de la actividad física entre los niños y jóvenes. Incluso apoyándose en la EF como iniciación en la actividad física, no sería suficiente debido a que no está bien organizada ni se ofrece suficiente tiempo para que su efectividad sea real.

Según esos autores, el esfuerzo debe ser el doble para que el potencial del área de EF sea real. Se deben encontrar los mecanismos para que esta materia sea de real utilidad para los niños y niñas que la cursen. Una de las ideas principales que destacar es que “la actividad física deportiva debe estar presidida por valores como el respeto y la convivencia” (Venero, 2007, p.51).

De este modo, la actividad principal que vertebra esta propuesta es la AFMN que no es muy habitual utilizar dentro de las programaciones didácticas, por diferentes motivos que se especificarán más adelante, pero de la que vamos a conocer todos sus beneficios.

#### **4.2. Educación física y medio natural**

Si tuviéramos que encontrar una definición exacta para la AFMN nos sería muy complicado, ya que son muchos los autores que nos han ofrecido la definición de este concepto. Lo que si tenemos claro es, siguiendo las palabras de Gómez (2008) la naturaleza les proporciona a todos los seres humanos la posibilidad de volver a sus inicios a través de adaptación, superación, etc., y ponerse frente a sí mismo, mediando la naturaleza como patrón de medida.

Tomando de referencia a Gómez (2008) si de alguna manera intentáramos clasificar la AFMN diríamos que tiene dos vertientes principales: social o pedagógica. De esta forma podemos enfocar la actividad en búsqueda de ocio, recreación o socialización sin olvidar la

parte pedagógica, ya que las actividades que tienen un cierto grado de incertidumbre y se desarrollan en el medio, poseen una finalidad educativa por un lado y recreativa y deportiva por otro, por lo tanto, contiene un carácter interdisciplinar.

#### **4.2.1. Importancia de la actividad física y el medio natural**

Para Castillo y Almonacid (2012), es de vital importancia que haya diferencias entre las actividades que se llevan a cabo dentro del aula y las que se desarrollan en la Naturaleza, ya que la Naturaleza ofrece una variedad de posibilidades que potencian el proceso de aprendizaje y tiene un carácter cambiante que le añade un punto de incertidumbre y riesgo en el desarrollo de la práctica por parte de los jóvenes. De esta forma, tenemos que ser muy conscientes de las diferencias que encontramos entre trabajar con el alumnado dentro del aula, dónde conocen todas las posibilidades que esta les ofrece y trabajar en el medio natural dónde el terreno es desconocido, no lo dominan y van a tener que ir adaptándose conforme lo vayan descubriendo.

Además las AFMN les da un contexto diferencial para promover en los más jóvenes aspectos positivos como la responsabilidad, la empatía, la autonomía y la educación ambiental aportando aspectos educativos como recoge Caballero Blanco, Hernández Hernández y Reina del Valle (2018) de la siguiente manera:

- El carácter social (conflictos reales).
- El medio natural como espacio donde se desarrolla la actividad.
- La posibilidad de interaccionar con la naturaleza.
- La gestión de la incertidumbre (aventura/reto).
- La asunción del riesgo (objetivo/subjetivo).
- El carácter deslizante.
- La motricidad como vehículo de interacción.
- El carácter vivencial.
- La alta implicación emocional que conlleva.

#### **4.2.2. Clasificación de la Actividad física en el medio natural**

Dentro de la AFMN no existe un consenso de cómo clasificar las actividades que se pueden realizar, así que vamos a utilizar la clasificación de Arribas (2008), que nos muestra una cantidad de ítems muy relevantes para poder organizar la puesta en práctica adaptándose siempre a las actividades que se van a llevar a cabo, el espacio del que disponemos y el contexto en el que nos encontramos:

### **A) Características del espacio.**

Se tiene en cuenta si se realiza en el medio natural (rutas en bici o a pie, escalada de montaña...) o en un medio adaptado para su desarrollo (un ejemplo sería trabajar la orientación en el patio del colegio).

### **B) Características de la actividad.**

- Específicas: son expresamente destinadas para el desarrollo de la capacidad motriz en el medio natural. Ejemplos: senderismo, bici de montaña, carreras de orientación.

- Complementarias: no son directamente destinadas al desarrollo motriz, pero sí al conocimiento de aspectos relacionados con el medio natural. Ejemplos: concienciación ambiental, técnicas de acampada, primeros auxilios, entre otros.

### **C) Características del contexto.**

#### Recursos

- ✓ Materiales
- ✓ Económicos
- ✓ Humanos

#### Adaptación a los participantes

- ✓ Edad y capacidades
- ✓ Facilidad o dificultad de aprendizaje
- ✓ Interés y aplicación contextual

#### Accesibilidad

- ✓ Cercano
- ✓ Lejano

#### Valoración pedagógica

- ✓ Contenidos y competencias de la EF
- ✓ Capacidad de adaptación a diferentes ritmos
- ✓ Interdisciplinariedad
- ✓ Respeto medioambiental

### **4.2.3. Las actividades en el medio natural en los bloques de contenidos curricular**

De esta manera, encontramos en el Decreto 97/2015, de 3 de marzo, por el que se establece la ordenación y las enseñanzas correspondientes a la Educación Primaria en la

Comunidad Autónoma de Andalucía cuatro bloques de contenidos de los cuales nos vamos a centrar en tres de ellos para la puesta en marcha de AFMN:

Bloque 1. “El cuerpo y sus habilidades perceptivo motrices”: desarrolla los contenidos básicos de la etapa que servirán para posteriores 4 aprendizajes más complejos, donde seguir desarrollando una amplia competencia motriz. Se trabajará la autoestima y el autoconocimiento de forma constructiva y con miras a un desarrollo integral del alumnado.

Bloque 2. “La EF como favorecedora de salud”: está centrado en la consolidación de hábitos de vida saludable, de protocolos de seguridad antes, durante y después de la actividad física y en la reflexión cada vez más autónoma frente a hábitos perjudiciales. Este bloque tendrá un claro componente transversal.

Bloque 4. “El juego y el deporte escolar”: desarrolla contenidos sobre la realización de diferentes tipos de juegos y deportes entendidos como manifestaciones culturales y sociales de la motricidad humana. El juego, además de ser un recurso recurrente dentro del área, tiene una dimensión cultural y antropológica.

De esta forma, se van a trabajar diferentes bloques de contenido en una misma propuesta didáctica.

#### **4.3. Valores a desarrollar con AFMN**

Se ha hablado en apartados anteriores de la relevancia social que tiene la práctica de AFMN y es aquí dónde vamos a desgranar la importancia que tiene para el desarrollo de los alumnos y alumnas el trabajar en el Medio Natural a diferencia de trabajar en el aula.

Atendiendo a las aportaciones de Prat, Font, Soler y Calvo (2004), recogido en Venero (2007), se pueden destacar valores como su carácter vivencial; continuas situaciones de interacción con otras personas o su carácter universal a la vez que diverso.

De esta misma forma, se puede resaltar la importancia del desarrollo personal y la conciencia crítica que se obtiene de estar en contacto con la naturaleza. Si desde edades tempranas enseñamos al alumnado a cuidar, valorar y mantener el Medio Natural, estaremos ofreciendo a nuestro alumnado una concienciación ambiental muy importante para el futuro que nos espera.

Al estar en contacto con la Naturaleza, trabajar actitudes físicas y adaptarnos al medio en el que estamos, conseguimos un trabajo interdisciplinar que no se puede llevar a cabo con tanta eficacia dentro de los centros escolares. De aquí extraemos una serie de valores que serán

de gran importancia para las personas que estamos formando, tales como, la solidaridad, la empatía o la sociabilidad.

Para Alquézar (2011), se pueden extraer diferentes beneficios de la realización de AFMN que se clasificarían en:

- Desarrollo psicológico: Debido a lo inhabitual del terreno, el alumnado se verá capaz de superar diferentes tareas, desarrollando de esta manera su autoestima, confianza y autonomía.
- Desarrollo físico: Este desarrollo se fundamenta en la necesidad de una implicación global de todo el cuerpo durante la realización de las prácticas.
- Desarrollo sociológico: Al trabajar en grupo existe un fomento de la cooperación grupal, la comunicación y el respeto entre los y las participantes.
- Desarrollo educativo: Aprender en el medio natural, basándonos en lo anteriormente dicho, va a potenciar el conocimiento de las capacidades y limitaciones del alumnado.

Así mismo, debemos dar mucha más relevancia a este tipo de propuestas, ya que como hemos podido observar los beneficios que se obtienen son múltiples y muy útiles para la vida.

#### **4.4. Adversidades, escuela y actividades en el medio natural**

Ya que se ha hablado de los beneficios de las AFMN y cómo se pueden llevar a cabo en Educación Primaria, ¿Por qué no se realizan? Dentro del área de EF no se encuentra ningún bloque de contenidos que trate la AFMN, pero sí se encuentran diferentes referencias. En el Real Decreto 126/2014 de 28 de febrero, que está recogido dentro de la Ley Orgánica 8/2013 de 9 de diciembre para la Mejora de la Calidad Educativa (LOMCE), aparecen algunas referencias de como adaptar diferentes acciones motrices al Medio Natural.

Aun así, encontramos muchas dificultades para su realización como: materiales e instalaciones específicas o una formación y experiencias propias. (Alquézar, 2011).

García et al. (2005) citados en Fernández (2016) establecen una serie de dificultades por las que no se incluyen las AFMN en las programaciones de educación primaria:

En conclusión, se exponen aquí las principales dificultades que nos vamos a encontrar a la hora del desarrollo de AFMN, lo que hace mucho más complicado poder incluirlo en la programación del área de EF para poder llevarlo a cabo. Sin embargo, podemos utilizarlo como punto de partida para mejorar las condiciones que dificultan llevar a cabo este tipo de prácticas.

#### **4.5. Falta de formación en el profesorado**

En este apartado se va a realizar mayor hincapié a una de las principales dificultades a las que se ha de hacer frente en el desarrollo de AFMN: la formación y los recursos del profesorado.

La experiencia propia, la cual es compartida con diferentes agentes del ámbito educativo, plasma que hay un amplio trabajo de planificación el desarrollo de las actividades pues estas van acompañadas de una formación, aprendizaje, el cual ha de permitir al alumnado entender e interiorizar de formar correcta los aprendizajes.

Ello conlleva la necesidad de conocer el medio en el que se va a trabajar, hacer un estudio de campo y adaptar las diferentes actividades al lugar dónde se van a desarrollar.

Por otro lado, Gallego et al. (2016) recogen las palabras de Prat y Camerino (2012) afirmando que:

Dentro del campo de la EF, diversas investigaciones estudian el potencial educativo que supone integrar tecnologías, emergiendo resultados como el desarrollo del trabajo autónomo, la utilización de recursos innovadores, mejora de la cooperación y relación interpersonal, resolución de retos, potenciación de la reflexión y del aprendizaje constructivo. (p. 60)

De esta manera, debemos incidir en conseguir una formación integral del profesorado del área de EF, que venga acompañada de diferentes metodologías, herramientas y aptitudes que den capacidad de adaptación frente a los diferentes medios naturales, grupos de alumnado o recursos necesarios.

### **5. Propuesta didáctica**

#### **5.1. Contextualización**

El colegio Gibralfaire, ubicado en la barriada de Miraflores de los Ángeles desde el año 1972, es un centro concertado que funciona en régimen de cooperativa, donde el alumnado puede cursar sus estudios de manera ininterrumpida desde 1er curso de Educación Primaria hasta 4º curso de ESO. Esto da una gran estabilidad a nuestro alumnado en su proceso de enseñanza-aprendizaje, al no tener que enfrentarse a un cambio de centro antes de los 16 años.

Contamos con 18 unidades de Educación Primaria y 15 de Educación Secundaria Obligatoria. Así mismo está en funcionamiento una Unidad de Apoyo a la Integración en Primaria para atender al alumnado con necesidades educativas especiales.

En cuanto a recursos culturales El Distrito Bailén-Miraflores o Distrito 4 es uno de los once distritos en que está dividida administrativamente la ciudad de Málaga. Según datos del Ayuntamiento de Málaga de enero de 2005, en el distrito 4 estaban censados 62.543 ciudadanos. El límite sur del distrito lo forma la Avenida Carlos de Haya, que lo separa del distrito Cruz de Humilladero, al sureste con el distrito Centro y al suroeste con el distrito Teatinos-Universidad. Al noreste con el Distrito Palma-Palmilla, que se extiende al otro lado de la Avenida del Arroyo de Los Ángeles, y al noroeste y oeste con el distrito Puerto de la Torre. Al norte bordean el distrito los Montes de Málaga.

Con respecto a las instalaciones del centro, principalmente hay dos edificios, en los cuales están todas las aulas de Ed. Primaria y Ed. Secundaria. Consta de aulas de informática, música, tecnología, salas de psicomotricidad, aulas de pedagogía, apoyo, una biblioteca y un pabellón cubierto. El centro escolar también consta de aula matinal y comedor escolar. Refiriéndome al tipo de alumnado presente en el centro escolar, podemos encontrar un número aproximado de 700 alumnos repartidos en los tres niveles del centro escolar, los cuales tienen un nivel cultural medio, al igual que el nivel socioeconómico.

La propuesta que aquí se detalla se va a llevar a cabo con el alumnado de tercer ciclo, de la clase de 6º A de Educación Primaria, compuesta por 12 niñas y 13 niños.

## **5.2. Competencias**

Con esta propuesta didáctica se trabajarán y adquirirán las diferentes competencias recogidas en la LOMCE (2013):

- Competencia en comunicación lingüística (CCL)

El alumnado adquirirá nuevos conceptos que tendrá que utilizar a lo largo del desarrollo de la Unidad Didáctica, tanto para comunicarse con sus compañeros, compañeras y profesorado, como para la utilización académica y personal de vocabulario relacionado con el tema a tratar, la AFMN.

- Competencia matemática y competencias en ciencia y tecnología (CMCT)

La utilización de diferentes herramientas como mapas, datos informativos sobre el terreno de estos mapas, la utilización de diferentes operaciones para realizar las mediciones de los

kilómetros recorridos, cambios de unidades a la hora de utilizar un mapa, ayudarán al alumnado a adquirir esta competencia.

- Competencia digital (CD)

La utilización de diferentes herramientas digitales, como pueden ser ordenadores, móviles, tablets, etc., para la búsqueda de información o el desarrollo de diferentes actividades, serán de gran ayuda para la adquisición de esta competencia.

- Competencia para aprender a aprender (CPAA)

Para la adquisición de esta competencia, tenemos que animar al alumnado a que participe de la manera más óptima posible en el desarrollo de la Unidad Didáctica. Partiendo del interés general por el tema a tratar y las actividades a desarrollar, podemos lograr que se genere un conocimiento ampliado sobre el que ya tenían y consigan aprender de manera más significativa. La principal herramienta que tenemos que potenciar aquí es la motivación del alumnado.

- Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor (SIE)

En el desarrollo y adquisición de esta competencia hay que tener en cuenta que el alumnado es el protagonista principal de su aprendizaje. De ahí que se espere una actitud positiva, con capacidad de iniciativa propia que le ayude a conseguir lo que se proponga. Por el camino adquirirá cualidades como: adaptación al cambio, rol de liderazgo, trabajo en equipo o capacidad de análisis.

- Conciencia y expresiones culturales (CEC)

Con la adquisición de esta competencia, el alumnado analiza y valora diferentes manifestaciones culturales que son propias de cada lugar y por lo general muy concretas. Como consecuencia a esta adquisición, el alumnado comprende y conoce los diferentes hitos culturales propios de cada entorno.

- Competencias sociales y cívicas (CSC)

Competencia basada en la mejora de la calidad de las relaciones entre las personas y el medio que nos rodea. De esta forma, la AFMN es una pieza clave en la adquisición de esta competencia, ya que podemos observar claramente como se relaciona el alumnado entre sí y con el medio. Una buena convivencia a través del cumplimiento de las normas es esencial.

## 5.3. Objetivos

### 5.3.1. Objetivos de área

Los objetivos que se van a tratar en esta propuesta pertenecen a varias áreas y están recogidos en la Ley de Andalucía (2014), son los siguientes:

#### Educación Física

1. Conocer su propio cuerpo y sus posibilidades motrices en el espacio y el tiempo, ampliando este conocimiento al cuerpo de los demás.
2. 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.
3. Utilizar la imaginación, creatividad y la expresividad corporal a través del movimiento para comunicar emociones, sensaciones, ideas y estados de ánimo, así como comprender mensajes expresados de este modo.
4. Adquirir hábitos de ejercicio físico orientados a una correcta ejecución motriz, a la salud y al bienestar personal, del mismo modo, apreciar y reconocer los efectos del ejercicio físico, la alimentación, el esfuerzo y hábitos posturales para adoptar actitud crítica ante prácticas perjudiciales para la salud.
5. 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.
6. 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.

#### Ciencias de la Naturaleza

2. Analizar y seleccionar información acerca de las propiedades elementales de algunos materiales, sustancias y objetos y sobre hechos y fenómenos del entorno, para establecer diversas hipótesis, comprobando su evolución a través de la planificación y la realización de proyectos, experimentos y experiencias cotidianas.

3. Reconocer y comprender aspectos básicos del funcionamiento del cuerpo humano, estableciendo relación con las posibles consecuencias para la salud individual y colectiva, valorando los beneficios que aporta adquirir hábitos saludables diarios como el ejercicio físico, la higiene personal y la alimentación equilibrada para una mejora en la calidad de vida, mostrando una actitud de aceptación y respeto a las diferencias individuales.

#### Ciencias sociales

5. Conocer y valorar el patrimonio natural y cultural de Andalucía y España y contribuir activamente a su conservación y mejora, mostrando un comportamiento humano responsable y cívico, colaborando en la disminución de las causas que generan la contaminación, el cambio climático, en el desarrollo sostenible y el consumo responsable, mediante la búsqueda de alternativas para prevenirlos y reducirlos.

#### **5.3.2. Objetivos específicos**

- ❖ Conocer el valor histórico y ambiental de la zona a visitar.
- ❖ Desarrollar la capacidad y habilidad de orientación.
- ❖ Acercarse a la Historia y Patrimonio de Málaga.
- ❖ Valorar el potencial de la AFMN y del medio.
- ❖ Respetar las normas de juego y las indicaciones del profesor en todo momento.
- ❖ Aprender a jugar en equipo o en colaboración.
- ❖ Resolver situaciones y problemas de manera eficaz.
- ❖ Tomar decisiones correctas, tanto para el propio bien, como en beneficio del grupo.
- ❖ Adoptar hábitos saludables.
- ❖ Respetar a los compañeros y dejar de lado conflictos y disputas.
- ❖ Ser capaz de orientarse en el propio centro y entornos naturales cercanos.
- ❖ Interpretar un plano y relacionar su leyenda con lo real.
- ❖ Usar y utilizar correctamente los diversos materiales con los que se trabaja

## 5.4. Contenidos

### Educación Física

#### Bloque 1: “El cuerpo y sus habilidades perceptivo motrices”

- Ubicación y orientación en el espacio tomando puntos de referencia. Lectura e interpretación de planos sencillos.

#### Bloque 4: “El juego y deporte escolar”

- Adaptación de la organización espacial en juegos colectivos, adecuando la posición propia, en función de las acciones de los compañeros, de los adversarios y, en su caso, del móvil.
- Puesta en práctica de juegos y actividades deportivas en entornos no habituales en el entorno natural. Iniciación y exploración del deporte de orientación.
- Respeto del medio ambiente y sensibilización por su cuidado y mantenimiento sostenible.

### Ciencias de la Naturaleza

#### Bloque 2: “El ser humano y la salud”.

- Identificación y adopción de determinados hábitos: alimentación variada, higiene personal, ejercicio físico regulado sin excesos o descanso diario.
- Desarrollo de una actitud crítica ante los factores y las prácticas sociales que perjudican un desarrollo sano y obstaculizan el comportamiento responsable ante la salud.
- Realización de forma autónoma y creativa de actividades de ocio, individuales y colectivas.

### Ciencias Sociales

#### Bloque 2: “El mundo en el que vivimos”.

- Los problemas ambientales: la degradación, la contaminación y la sobreexplotación de recursos. Conservación y protección del medio natural: La acumulación de residuos. El reciclaje. El desarrollo territorial sostenible. Consumo responsable. El cambio climático: causas y consecuencias.

#### **5.4.1. Contenidos específicos**

- La Actividad Física en el Medio Natural. Beneficios de su realización.
- Los materiales de las carreras de orientación.
- El cuidado medio ambiental. Respeto por el entorno natural.
- Aceptación de las reglas del juego.
- Conocimiento de hábitos alimentarios, de higiene y deportivos.
- La interpretación de planos para la Orientación.

#### **5.5. Metodología**

La metodología principal, que es el eje sobre el que se vertebra esta propuesta didáctica, es la participación activa del alumnado y el protagonismo principal del mismo. Siempre escuchamos que tenemos que innovar y tenemos que mejorar las diferentes metodologías porque ya están “anticuadas”. Soy de los que creo firmemente que no hay una metodología exclusiva que le sirva a todo el alumnado por igual y que por lo tanto debemos indagar e investigar qué es lo que mejor funciona con cada tipo de alumno o alumna.

Si de algo no hay duda, es que cuando el alumnado es el protagonista principal del aprendizaje, es el que marca el ritmo y el equipo docente desarrolla a la perfección su rol de guía, el aprendizaje es más productivo y relevante. ¿Por qué sucede esto? Porque el alumnado se siente el centro de este proceso de enseñanza-aprendizaje y por lo tanto su actitud mejora, se interesa, busca información y pregunta. Esto crea en el grupo un ambiente de trabajo más productivo y eficaz entre el propio alumnado como con el equipo docente.

Otra de las patas de esta metodología es la motivación, ya que si el alumnado se encuentra motivado, con ganas e ilusión, la labor docente se facilita muchísimo, porque tanto alumnado como profesorado reman en la misma sintonía.

Para el desarrollo de esta propuesta didáctica es muy importante fomentar el trabajo en equipo y el trabajo cooperativo. Habrá momentos en los que el alumnado tenga que tomar decisiones y el equipo docente no va a tomar partido. Para que estas decisiones sean fructíferas debe haber entre el alumnado una implicación bastante alta, donde se tendrán que poner de acuerdo, tendrán que discutir qué decisión es la correcta teniendo en cuenta que debe beneficiar a la mayoría del grupo y cómo se va a llevar a cabo. En definitiva, tomar decisiones que afectan a los demás y aceptar las consecuencias que puedan venir, básicamente prepararlos para la vida adulta.

En la propuesta podemos encontrar un enfoque interdisciplinar, ya que hay varias áreas implicadas como: Ciencias de la Naturaleza, Ciencias Sociales, Matemáticas o Lengua.

La propuesta consta de 5 sesiones que se irán desarrollando en progreso con respecto a la dificultad. Esto quiere decir que habrá una escalada que irá desde la búsqueda de información sobre AFMN y terminará con diferentes actividades en el medio natural.

En conclusión, el alumnado va a trabajar de manera cooperativa y casi autónoma durante el desarrollo de la programación didáctica y la evaluación de la misma dependerá en gran medida de cómo se relacione el grupo entre sí.

### **5.6. Temporalización**

Esta propuesta didáctica se llevará a cabo en el mes de junio de 2021. Ya se ha especificado en apartados anteriores que intervendrán varias áreas, con lo que algunas sesiones se aprovecharán de las materias de Ciencias de la Naturaleza y Ciencias Sociales.

Las sesiones de EF se realizan los miércoles y viernes después del recreo, con lo que ambos días podemos aprovechar las sesiones de después del recreo que son de Ciencias Sociales y Ciencias de la Naturaleza.

Aclarar que las tres primeras sesiones durarán 45 minutos y se desarrollarán en el horario de EF y las dos últimas sesiones aprovecharemos el horario de las otras dos materias.

### **5.7. Recursos y materiales**

Dentro de los recursos y materiales que vamos a necesitar para llevar a cabo la programación didáctica encontramos:

- Instalaciones: aula, patio, paraje natural.
- Recursos materiales: ordenadores, proyector, papel, bolígrafo, mapas, balizas, brújula, pelotas, frisbies, calzado adecuado, gorra, protección solar y botellas de agua.
- Recursos humanos: A parte del profesorado del área de EF, necesitaremos contar con 2 monitores para dar apoyo y la autorización de los padres. Con respecto a los monitores nos ayudarán integrantes de la Asociación Juvenil ADEKKA, un grupo que realiza senderismo y carreras de montaña, y se conocen el terreno bastante bien. Por otro lado, contaremos con la participación de 2 policías para que, durante la carrera de orientación.

## 5.8. Sesiones

La Actividad Física en el Medio Natural		Fecha: 2/06/21
<b>Tarea: 1</b>	<b>Sesión: 1</b>	<b>Nombre:</b> ¿Qué sabes del medio natural? ¿Qué es la orientación?
<b>Materiales:</b> Ordenadores portátiles, folios, bolígrafos,		
Nº de Actividad	Descripción	
<b>Actividad 1</b>	Se pasará al alumnado un cuestionario para ver los conocimientos previos sobre el tema y se debatirá en clase sobre el tema.	
<b>Actividad 2</b>	Se dará una información sobre la AFMN y la importancia que tiene en nuestro día a día. No será muy profunda, se trabajará por encima, para que sean ellos y ellas las que busquen la información más específica para la siguiente sesión.	
<b>Duración:</b> 45 minutos	<b>Espacio:</b> aula	
<b>Instrumentos de Evaluación:</b> cuestionario inicial (Anexo I)		

**Tabla 1. Sesión 1. Elaboración propia.**

La Actividad Física en el Medio Natural		Fecha: 04/6/2021
Tarea: 2	Sesión: 2	Nombre: Preparamos juegos para el Medio Natural
<b>Materiales:</b> pizarra digital, portátiles, material deportivo.		
Nº de Actividad	Descripción	
Calentamiento	Juego "Stop". El alumnado se reparte por el campo y uno de ellos es el que debe atrapar a los demás. En el momento que vaya a pillar a alguien, este puede decir "stop" y quedarse inmóvil con las piernas abiertas para que alguien lo salve. Termina el juego cuando todos y todas estén pillados.	
Actividad 1	Puesta en común de la información recogida en la sesión anterior y en casa.	
Actividad 2	Conocer los juegos que vamos a realizar en el MN que será un juego popular, "el pañuelito" y una versión del béisbol llamada "pichi". Se explicará el reglamento.	
Actividad 3	Práctica de los dos juegos, dentro del centro, que se van a llevar a cabo en el MD en las próximas sesiones.	
Vuelta a la calma	Juego "La Bomba". Se forma un círculo donde todos están de pie y un alumno se queda en el centro del círculo. El alumnado del círculo se va pasando una pelota mientras el que está en el centro hace una cuenta atrás de 10 segundos en voz baja. El que tenga la pelota cuando el alumno del centro diga "bomba", está eliminado.	
<b>Duración:</b> 45 minutos	<b>Espacio:</b> Centro Escolar	
<b>Instrumentos de Evaluación:</b> rúbrica de evaluación (Anexo II)		

**Tabla 2. Sesión 2. Elaboración Propia.**

La Actividad Física en el Medio Natural		Fecha: 09/06/2021
Tarea: 3	Sesión: 3	Nombre: ¿Qué es la orientación?
<b>Materiales:</b> venda para los ojos, mapa, brújula, papel, bolígrafo.		
Nº de Actividad	Descripción	
Calentamiento	Juego “Encuentra la pista”. El alumnado se dividirá por parejas, uno de ellos se tapaná los ojos y el otro tendrá que guiarle para encontrar un objeto que habrá escondido previamente. Las indicaciones deberán ser izquierda, derecha, adelante, atrás, arriba o abajo.	
Actividad 1	Explicación y toma de contacto con los mapas, brújulas y otros conceptos útiles de la orientación.	
Actividad 2	Colocación de diferentes balizas señaladas en el mapa que tendrán que encontrar, utilizando el mapa, brújulas, coordenadas.	
Vuelta a la calma	Juego “Policía y Ladrón”. El alumnado se sienta realizando un círculo, dónde uno tiene el rol de “ladrón” que debe guiñar el ojo a los demás para eliminarlos y otra alumna el rol de “policía” que debe encontrar quién es el ladrón.	
<b>Duración:</b> 45 minutos	<b>Espacio:</b> Centro Escolar	
<b>Instrumentos de Evaluación:</b> rúbrica de evaluación (Anexo II)		

**Tabla 3. Sesión 3. Elaboración Propia.**

La Actividad Física en el Medio Natural		Fecha: 11/06/2021
Tarea: 4	Sesión: 4	Nombre: Jugamos en el Medio Natural
<b>Materiales:</b> materiales para juegos, pañuelo, conos, pelota.		
Nº de Actividad	Descripción	
Calentamiento	Juego “Caballería”. El alumnado se dispone en línea recta en una parte del campo, mientras que un alumno o alumna se queda en mitad del campo y deberá atrapar a todos los que pueda mientras cruzan a la otra parte del campo. Conforme los vayan atrapando se irán uniendo al centro del campo para seguir atrapando. Gana el ultimo o última que atrapen.	
Actividad 1	Explicación y delimitación del espacio del medio natural que se va a utilizar. Recordatorio de las reglas de juegos “el pañuelito” y “pichi”.	
Actividad 2	Puesta en práctica de lo aprendido en anteriores sesiones. Se jugará primero al “pañuelito” para calentar y después al “pichi” para finalizar la sesión.	
Vuelta a la calma	Juego “La patata caliente”. El profesor hinchará un globo que el alumnado se irá pasando mientras van acertando las preguntas que el profesor vaya realizando. Al que le explote el globo mientras responde estará eliminado.	
<b>Duración:</b> 1h y 30 minutos	<b>Espacio:</b> medio natural	
<b>Instrumentos de Evaluación:</b> rúbrica final (Anexo III)		

Tabla 4. *Sesión 4. Elaboración Propia.*

La Actividad Física en el Medio Natural		Fecha: 16/06/2021
Tarea: 5	Sesión: 5	Nombre: Carrera de Orientación en el Medio Natural
Materiales: mapa, brújula, papel, boli,		
Nº de Actividad	Descripción	
Calentamiento	<p>Juego “Simón dice...”. El profesor irá dando diferentes instrucciones relacionadas con la orientación (3 pasos a la izquierda, 2 pasos hacia atrás, 5 pasos adelante) pero solo deberán acatar las órdenes cuando el profesor diga “Simón dice...”. El alumno o alumna que se equivoque quedará eliminada.</p>	
Actividad 1	<p>Recordatorio de cómo se utiliza el mapa, brújula y coordenadas con un juego de preguntas y respuestas sobre orientación (norte, sur, este y oeste) y sobre el terreno (dónde hay árboles, dónde hay rocas, delimitación del terreno).</p>	
Actividad 2	<p>División del grupo en cuatro subgrupos y carrera de orientación en el medio natural, para ello entregaremos a cada grupo una brújula y un mapa y tendrán que encontrar los diferentes ítems señalados en el mapa en el menor tiempo posible.</p>	
Vuelta a la calma	<p>Juego “El fotógrafo”. Realizamos cuatro subgrupos. En cada uno de ellos se establecen dos roles: una persona cogerá el rol de “fotógrafo” y otra el del “jugador-cámara”, mientras que el resto de jugadores deben de posar para una fotografía.</p> <p>El “fotógrafo” mira hacia los jugadores de la fotografía y posteriormente, se vuelve de espaldas. El jugador – cámara corre hacia el grupo de la fotografía y les cambia de posición. EL “fotógrafo” se debe girar y encontrar las diferencias.</p>	
Duración: 3 horas	Espacio: Medio Natural	
Instrumentos de Evaluación: rúbrica final (Anexo III)		

Tabla 5. Sesión 5. Elaboración Propia.

## 5.9. Evaluación

La evaluación que se hará de la programación didáctica será completa. Se evaluará al alumnado al inicio de la misma, habrá una evaluación continua durante el desarrollo de la propuesta y habrá una evaluación del profesorado y la propuesta por parte del alumnado.

### *Evaluación del alumnado*

La evaluación del alumnado constará de tres partes: evaluación inicial, evaluación formativa y evaluación final.

- Evaluación inicial: se pasará al alumnado una rúbrica-cuestionario para que la completen y de esta forma poder comprobar los conocimientos iniciales que tiene el alumnado. (Anexo I)
- Evaluación formativa: aquí utilizaremos diferentes hojas de control y rúbricas dónde iremos tomando nota de lo más relevante. Se evaluarán aspectos como su interés, su motivación, su actitud e implicación. (Anexo II)
- Evaluación final: junto a las otras dos evaluaciones, podemos valorar si han conseguido los objetivos esperados y que grado de consecución han tenido. (Anexo III)

### *Evaluación del profesorado y la propuesta*

La evaluación del profesorado la realizará el alumnado, de esta forma rellenará un cuestionario que recoja diferentes ítems que se han trabajado durante las sesiones y tendrá que completar con el grado de satisfacción. (Anexo IV)

A modo de conclusión, en la última sesión se puede hacer una puesta en común de lo que más ha gustado y lo que menos, consiguiendo de esta forma que la información se comparta entre todos los alumnos y las alumnas. De esta manera se evaluará también la propuesta llevada a cabo y el grado de satisfacción conseguido.

## 5.10. Criterios de evaluación

Estos criterios han sido recogidos del Decreto 97/2015, de 3 de marzo, por el que se establece la ordenación y las enseñanzas correspondientes a la Educación Primaria en la Comunidad Autónoma de Andalucía:

- Aplica las habilidades motrices básicas para resolver de forma eficaz situaciones de práctica motriz con variedad de estímulos y condicionantes espacio- temporales.
- Manifiesta 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.

- Relaciona los conceptos específicos de EF con los de otras áreas al practicar actividades motrices y artístico-expresivas.
- Extrae y elabora información relacionada con temas de interés en la etapa y compartirla utilizando fuentes de información determinadas y haciendo uso de las tecnologías de la información y la comunicación como recurso de apoyo al área y elemento de desarrollo competencial.
- Reconoce e interioriza los efectos beneficiosos de la actividad física en la salud y valorar la importancia de una alimentación sana, hábitos posturales correctos y una higiene corporal responsable.
- Concreta ejemplos del comportamiento humano en la vida diaria que influyan positiva o negativamente sobre el medio ambiente, describiendo algunos efectos de mala praxis ante los recursos naturales (contaminación, derroche de recursos...) utilizando instrumentos para la observación de estas actuaciones que permitan analizar las posibles consecuencias de estos actos.
- Obtiene información concreta y relevante sobre hechos o fenómenos previamente delimitados, utilizando diferentes fuentes (directas e indirectas), junto con las tecnologías de la información y la comunicación para obtener información, aprendiendo y expresando contenidos sobre Ciencias sociales.

## **6. Conclusiones y reflexiones**

En todo lo recogido en este TFG queda de manifiesto la importancia del área de EF y sobre todo de la importancia de la AFMN como recurso para trabajar y ampliar en el currículo. La intención principal de esta propuesta didáctica ha sido que el alumnado disfrute de un proceso de enseñanza-aprendizaje alternativo, con un carácter interdisciplinar y centrado en el cuidado de uno mismo, los compañeros y compañeras y el Medio Natural.

En la propuesta se ha desarrollado una batería de objetivos con los que conseguir y adquirir diferentes conocimientos, actitudes y aptitudes que generalmente no son las primordiales a explotar dentro del currículo, pero que van a ser muy necesarias en las personas del siglo XXI que estamos formando. Trabajar desde la motivación personal, buscando la conexión con el grupo y con el Medio Natural, hace de la AFMN una herramienta muy valiosa en la época que vivimos.

Otra de las caras a destacar de la propuesta es su carácter lúdico y socioeducativo. No nos olvidemos de que la escuela como institución es uno de los pilares que conforman la sociedad que queremos para el día de mañana. Todo lo que los alumnos y las alumnas aprenden en el colegio lo llevan a su vida diaria y dependiendo de la relevancia que nosotros los docentes mostremos, esos aprendizajes serán significativos y marcarán al alumnado o los acabarán desechando. A través del juego en el medio natural, le abrimos al alumnado un abanico de posibilidades infinitas, todas la que el Medio Natural nos ofrece en su totalidad, desde una ruta senderista, pasando por una prueba de orientación hasta llegar a hacer del Medio Natural un lugar para aprender, disfrutar en compañía y amar a la naturaleza.

La otra cara de esta propuesta es la dificultad de realizar este tipo de propuestas debido a lo estrictos que son los horarios y lo masificadas que están las aulas. El equipo docente no tiene apenas autonomía e independencia para lograr introducir este tipo de prácticas en el día a día de un colegio. Aun así, con las dificultades ya mencionadas, es mucho más gratificante observar cómo el alumnado se interesa e investiga con propuestas así, a como lo hace dentro del día a día del centro.

En conclusión, ha sido muy gratificante poder explorar, investigar y reforzar mis conocimientos con respecto a la AFMN, ya que era una parte de la EF que no conocía tanto, y me ha hecho descubrir una ventana más en este bonito mundo de la Educación.

*“Mira profundamente a la naturaleza y entonces comprenderás todo mejor”* Albert Einstein.

## 7. Bibliografía

- Arribas Cubero, H. F. (2008). *El pensamiento la biografía del profesorado de Actividad Física en el medio natural: un estudio multicaso en la formación universitaria orientado a la comprensión de modelos formativos* (tesis doctoral). Universidad de Valladolid.
- Arufe-Giraldez, V., Calvelo Reyes, L., González Villamil, E. y López Lorenzo, C. (2012). Salidas a la naturaleza y profesorado de educación primaria. Un estudio descriptivo. *EmásF: Revista digital de educación física*, 19 (4), 30-38.
- Caballero Blanco, P.J., Hernández Hernández, E. y Reina del Valle, M. (2018). Análisis de los factores universales de las actividades físicas en el medio natural/actividades físicas de aventura en la naturaleza: estudio preliminar. Espiral. *Cuadernos del profesorado*, 11 (22), 61-68.
- Castillo-Retamal, F. y Almonacid Fierro, A. (2012). Las actividades en la naturaleza en la formación inicial docente: un acercamiento desde los sentidos. *Educação e Pesquisa*, (38) 3, 667-681.
- Fernández Martínez, J. (2016). Las actividades físicas en el medio natural en Educación Física en la etapa de primaria. El senderismo. *Revista Digital EFDeportes*, 20 (213).
- Gallego Lema, V., Muñoz Cristóbal, J. A., Arribas Cubero, H. F. y Rubia Avi, B. (2016). Aprendizaje ubicuo: un proceso formativo en educación física en el medio natural. *Revista Latinoamericana de Tecnología Educativa*, 15 (1), 59-73.
- Gómez López, A. (2008). El senderismo. Actividad física organizada en el medio natural. *Wanceulen E. F. Digital*, 4, 131-141.
- Rodríguez García, P. L. (2006). *Educación física y salud en primaria: hacia una educación corporal significativa y autónoma*. Barcelona: Inde.
- Santos Pastor, M. L. (2000). *Las actividades en el medio natural en la educación física escolar* (tesis doctoral). Universidad de Almería
- Vargas Pérez, P. y Orozco Vargas, R. (2003). La importancia de la Educación Física en el currículo escolar. *InterSedes: Revista de las Sedes Regionales*, (4) 7, 119-130.
- Venero Valenzuela, J. P. (2007). La clase de Educación Física como motor de cambio social. Reflexionando sobre actividades en la naturaleza, curriculum oculto y valores. *Retos. Nuevas tendencias en Educación física, Deportes y Recreación*, 11, 51-53.

## **8. Legislación**

Decreto 97/2015, del 3 de marzo, que establece la orden y las enseñanzas correspondientes a la enseñanza primaria en Andalucía. (BOJA, nº50, 13 marzo 2015).

Ley 17/2007, del 10 de diciembre, de la Enseñanza en Andalucía (BOJA nº 252, 26 diciembre 2007).

Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa. (BOE nº295, 10 diciembre 2013).

Orden del 17/03/2015 que desarrolla el currículo correspondiente a la Enseñanza Primaria en Andalucía. (BOJA nº60, 27 marzo 2015).

Orden del 4/11/2015 que establece la evaluación del proceso de aprendizaje del alumno de Educación Primaria en la Comunidad Autónoma de Andalucía (BOJA nº230, 26 noviembre 2015).

Real Decreto 126/2014, de 28 de febrero, por el que se establece el currículo básico de la Educación Primaria. (BOE nº52, 1 marzo 2014).

## 9. Anexos

### Anexo I

Nombre..... Curso.....				
Comportamientos observables	Siempre	Con frecuencia	A veces	Nunca
Diferencia entre AFMN y otros tipos de actividad física				
¿Respeto las normas de juego e indicaciones?				
¿Es capaz de orientarse en el centro o en el medio natural?				
Es capaz de tomar decisiones correctas por el bien del equipo				
Conoce los materiales y los usa correctamente				

### Anexo II (Rúbrica evaluación)

Nombre..... Curso.....				
Comportamientos observables	Siempre	Con frecuencia	A veces	Nunca
Conoce el reglamento de los juegos a realizar.				
Conoce el reglamento y la forma de funcionamiento de la carrera de orientación.				
Es capaz de ayudar a cualquier compañero o compañera que necesita ayuda				
Es capaz de adaptarse a las limitaciones que ofrece el terreno y respeta el medio ambiente				
Conoce las limitaciones que tiene su grupo y toma decisiones correctas por el bien del mismo				

### Anexo III (Evaluación final)

Nombre:..... Curso:..... Unidad didáctica: Actividad Física en el Medio Natural Sesión: .....
<b>▪De los objetivos propuestos para la sesión final se han cumplido:</b> - Desarrollar la capacidad y habilidad de orientación.  - Aprender a jugar en equipo  - Resolver situaciones de manera eficaz  - Respetar a los compañeros en todo momento
<b>▪ Qué técnicas y tácticas de cada deporte domina:</b> - - -
<b>▪ Conoce y aplica el reglamento:</b> - -
<b>▪Aspectos mejorables:</b>
<b>▪Incidencias (conflictos, faltas de asistencia, etc.):</b>

**Anexo IV (Evaluación del profesorado y la propuesta)**

Nombre:..... Curso:..... Unidad didáctica: Actividad Física en el Medio Natural Sesión: ..... Profesor:.....
▪ <b>Aspectos que te hayan llamado la atención de la actitud del profesor:</b> - - -
▪ <b>¿Qué técnicas o tácticas has aprendido hoy?:</b> - - - - -
▪ <b>¿Qué reglamento has aprendido hoy?:</b> - - - -
▪ <b>Forma de dirigir la sesión:</b>
▪ <b>¿Crees que el profesor utiliza un vocabulario adecuado?:</b>