Medio natural

El plano del gimnasio: dónde está cada cosa

Sesión 1 de 5 · 4.º de Primaria · Situación de aprendizaje «Perdidos en el cole»

Situación de aprendizaje Perdidos en el cole	**Etapa y curso** 4.º de Primaria
Sesión 1 de 5 · 45 min	**Material** Plano del gimnasio y plano del colegio a escala 1:500 (1 cm son 5 m), 12 de cada, plastificados · Planos en blanco para dibujar · 15 balizas de cartulina con una letra · Tarjetas de control · Lápices · Cronómetro y silbato
Organización Parejas	**Espacio** Gimnasio y recinto del colegio (unos 60 × 40 m: patio, porche, huerto); aparcamiento y entrada, prohibidos

CALENTAMIENTO — 7 min

1. ¿Dónde está el norte? 7 min

Trote suave; a la voz de un lugar del colegio («¡la puerta del comedor!»), todos señalan hacia él. El profesor dice dónde sale el sol y por dónde se pone: ¿hacia dónde queda el norte? Movilidad de tobillos y rodillas, y dos aceleraciones cortas.

Variante más fácil: Solo lugares que se ven desde allí.

Variante más difícil: Lugares que no se ven: «¡la secretaría!».

PARTE PRINCIPAL — 30 min

1. El plano del gimnasio 15 min

Cada pareja coloca el plano para que coincida con el gimnasio: la puerta del plano mirando a la puerta de verdad. El profesor marca en su plano un punto; la pareja va y pone allí un cono. Luego, al revés: el profesor pone un cono y la pareja lo marca en su plano. Cinco puntos de cada.

Variante más fácil: Plano con dibujos de las espalderas, porterías y bancos.

Variante más difícil: Plano sin dibujos, solo líneas.

2. Carrera de memoria 15 min

El primero mira en el plano de la base dónde está su tarjeta, sin llevárselo. Corre, la busca y vuelve con ella; sale el siguiente. Si no la encuentra, vuelve a mirar el plano. Gana el equipo que trae sus cuatro tarjetas sin equivocarse de sitio.

Variante más fácil: Se puede llevar el plano.

Variante más difícil: Dos tarjetas por viaje.

VUELTA A LA CALMA 8 min

1. La ruta con el dedo 8 min

Estiramientos de piernas, 15 segundos cada uno. Uno sigue con el dedo en el plano el camino que ha hecho hoy y el otro le corrige. Cada pareja dice qué referencia les ha servido más.

Variante más fácil: El profesor dibuja el camino en la pizarra.

Variante más difícil: Se dibuja el camino en el plano con lápiz.

Medio natural

Orientar el plano en el patio e ir y volver de la base

Sesión 2 de 5 · 4.º de Primaria · Situación de aprendizaje «Perdidos en el cole»

Situación de aprendizaje Perdidos en el cole	**Etapa y curso** 4.º de Primaria
Sesión 2 de 5 · 45 min	**Material** Plano del gimnasio y plano del colegio a escala 1:500 (1 cm son 5 m), 12 de cada, plastificados · Planos en blanco para dibujar · 15 balizas de cartulina con una letra · Tarjetas de control · Lápices · Cronómetro y silbato
Organización Parejas	**Espacio** Gimnasio y recinto del colegio (unos 60 × 40 m: patio, porche, huerto); aparcamiento y entrada, prohibidos

CALENTAMIENTO — 7 min

1. ¿Dónde está el norte? 7 min

Trote suave; a la voz de un lugar del colegio («¡la puerta del comedor!»), todos señalan hacia él. El profesor dice dónde sale el sol y por dónde se pone: ¿hacia dónde queda el norte? Movilidad de tobillos y rodillas, y dos aceleraciones cortas.

Variante más fácil: Solo lugares que se ven desde allí.

Variante más difícil: Lugares que no se ven: «¡la secretaría!».

PARTE PRINCIPAL — 30 min

1. Orienta el plano 10 min

Cada pareja busca tres cosas que vea a la vez en el plano y en el patio. Gira el plano hasta que las tres coinciden. Se mueven a otra esquina del patio y vuelven a orientarlo.

Variante más fácil: Las tres cosas están marcadas en color en el plano.

Variante más difícil: Sin hablar: cada uno orienta su plano y se comparan.

2. Recorrido en estrella 20 min

La pareja recibe en la base un plano con una baliza marcada. Va, apunta la letra en su tarjeta y vuelve a la base. En la base recibe la siguiente; intentan encontrar las 12. Los dos van siempre juntos y se turnan para llevar el plano.

Variante más fácil: Balizas a menos de 15 m.

Variante más difícil: Dos balizas por viaje.

VUELTA A LA CALMA 8 min

1. La ruta con el dedo 8 min

Estiramientos de piernas, 15 segundos cada uno. Uno sigue con el dedo en el plano el camino que ha hecho hoy y el otro le corrige. Cada pareja dice qué referencia les ha servido más.

Variante más fácil: El profesor dibuja el camino en la pizarra.

Variante más difícil: Se dibuja el camino en el plano con lápiz.

Medio natural

Recorrido por todo el colegio; dibujar uno propio

Sesión 3 de 5 · 4.º de Primaria · Situación de aprendizaje «Perdidos en el cole»

Situación de aprendizaje Perdidos en el cole	**Etapa y curso** 4.º de Primaria
Sesión 3 de 5 · 45 min	**Material** Plano del gimnasio y plano del colegio a escala 1:500 (1 cm son 5 m), 12 de cada, plastificados · Planos en blanco para dibujar · 15 balizas de cartulina con una letra · Tarjetas de control · Lápices · Cronómetro y silbato
Organización Parejas	**Espacio** Gimnasio y recinto del colegio (unos 60 × 40 m: patio, porche, huerto); aparcamiento y entrada, prohibidos

CALENTAMIENTO — 7 min

1. El cartero 7 min

Cada uno recibe una carta con el número de una zona. Mira el plano grande y la lleva corriendo a esa zona. Coge otra carta de allí y la lleva a la zona que dice.

Variante más fácil: Zonas a la vista desde la base.

Variante más difícil: La carta dice un dibujo del plano, no el número.

PARTE PRINCIPAL — 30 min

1. Recorrido en mariposa por el colegio 22 min

Cada pareja hace primero el recorrido A y vuelve a la base; después, el B. En cada baliza se apunta la letra en la tarjeta. Tres pitidos: todo el mundo vuelve a la base. Nadie entra en las zonas marcadas en rojo en el plano.

Variante más fácil: Solo el recorrido A.

Variante más difícil: Las balizas se buscan en el orden que la pareja elija, y se cronometra.

2. Dibuja tu recorrido 8 min

Marcan cinco puntos con un círculo y un número, en el orden del recorrido. Al lado de cada uno escriben dónde va la baliza: «detrás del banco del porche». Comprueban que ningún punto está en zona prohibida.

Variante más fácil: Tres puntos.

Variante más difícil: Un punto que no se vea desde el anterior.

VUELTA A LA CALMA 8 min

1. La ruta con el dedo 8 min

Estiramientos de piernas, 15 segundos cada uno. Uno sigue con el dedo en el plano el camino que ha hecho hoy y el otro le corrige. Cada pareja dice qué referencia les ha servido más.

Variante más fácil: El profesor dibuja el camino en la pizarra.

Variante más difícil: Se dibuja el camino en el plano con lápiz.

Medio natural

Colocar nuestras balizas y correr el recorrido de otra pareja

Sesión 4 de 5 · 4.º de Primaria · Situación de aprendizaje «Perdidos en el cole»

Situación de aprendizaje Perdidos en el cole	**Etapa y curso** 4.º de Primaria
Sesión 4 de 5 · 45 min	**Material** Plano del gimnasio y plano del colegio a escala 1:500 (1 cm son 5 m), 12 de cada, plastificados · Planos en blanco para dibujar · 15 balizas de cartulina con una letra · Tarjetas de control · Lápices · Cronómetro y silbato
Organización Parejas	**Espacio** Gimnasio y recinto del colegio (unos 60 × 40 m: patio, porche, huerto); aparcamiento y entrada, prohibidos

CALENTAMIENTO — 7 min

1. El cartero 7 min

Cada uno recibe una carta con el número de una zona. Mira el plano grande y la lleva corriendo a esa zona. Coge otra carta de allí y la lleva a la zona que dice.

Variante más fácil: Zonas a la vista desde la base.

Variante más difícil: La carta dice un dibujo del plano, no el número.

PARTE PRINCIPAL — 30 min

1. Colocamos y probamos 30 min

Cada pareja coloca sus cinco balizas donde dice su plano (8 minutos). Da su plano a otra pareja, que hace el recorrido. Al volver, la pareja que lo ha hecho dice qué baliza estaba mal puesta o mal dibujada. Se arregla el plano y se recogen las balizas.

Variante más fácil: El profesor acompaña a colocar.

Variante más difícil: Se cronometra a la otra pareja y se compara con el tiempo propio.

VUELTA A LA CALMA — 8 min

1. La ruta con el dedo 8 min

Estiramientos de piernas, 15 segundos cada uno. Uno sigue con el dedo en el plano el camino que ha hecho hoy y el otro le corrige. Cada pareja dice qué referencia les ha servido más.

Variante más fácil: El profesor dibuja el camino en la pizarra.

Variante más difícil: Se dibuja el camino en el plano con lápiz.

Medio natural

La carrera de orientación del cole

Sesión 5 de 5 · 4.º de Primaria · Situación de aprendizaje «Perdidos en el cole»

Situación de aprendizaje Perdidos en el cole	**Etapa y curso** 4.º de Primaria
Sesión 5 de 5 · 45 min	**Material** Plano del gimnasio y plano del colegio a escala 1:500 (1 cm son 5 m), 12 de cada, plastificados · Planos en blanco para dibujar · 15 balizas de cartulina con una letra · Tarjetas de control · Lápices · Cronómetro y silbato
Organización Parejas	**Espacio** Gimnasio y recinto del colegio (unos 60 × 40 m: patio, porche, huerto); aparcamiento y entrada, prohibidos

CALENTAMIENTO 7 min

1. ¿Dónde está el norte? 7 min

Trote suave; a la voz de un lugar del colegio («¡la puerta del comedor!»), todos señalan hacia él. El profesor dice dónde sale el sol y por dónde se pone: ¿hacia dónde queda el norte? Movilidad de tobillos y rodillas, y dos aceleraciones cortas.

Variante más fácil: Solo lugares que se ven desde allí.

Variante más difícil: Lugares que no se ven: «¡la secretaría!».

PARTE PRINCIPAL 28 min

1. La carrera de orientación del cole 28 min

Cada pareja elige recorrido y recibe su plano y su tarjeta de control. Busca las balizas en orden y apunta la letra. Al llegar, el profesor apunta el tiempo. Si sobra tiempo, la pareja hace otro recorrido.

Variante más fácil: Recorrido fácil con fotos de los lugares en el plano.

Variante más difícil: Recorrido difícil sin hablar entre la pareja.

VUELTA A LA CALMA 10 min

1. Revisamos la tarjeta 10 min

Se comparan las letras con la solución. Cada pareja marca dónde se perdió y por qué. Cada uno escribe una cosa que hizo su pareja para ayudarle.

Variante más fácil: Solo comparar las letras.

Variante más difícil: Dibujar en el plano el camino que hicieron de verdad.

Medio natural

Evaluación

4.º de Primaria · Situación de aprendizaje «Perdidos en el cole»

CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y SABERES BÁSICOS

Texto literal de la Orden de 30 de mayo de 2023 (BOJA 104, de 2 de junio de 2023), Anexo II. No se resume ni se reescribe.

CE 2. Adaptar los elementos propios del esquema corporal, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones, para dar respuesta a las demandas de proyectos motores y de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos de la vida diaria.

CE 3. Desarrollar procesos de autorregulación e interacción en el marco de la práctica motriz, con actitud empática e inclusiva, haciendo uso de habilidades sociales y actitudes de cooperación, respeto, inclusión, trabajo en equipo y deportividad, con independencia de las diferencias etnoculturales, sociales, de género y de habilidad de los participantes, para contribuir a la convivencia social y al compromiso ético en los diferentes espacios en los que se participa.

CE 5. Valorar diferentes medios naturales y urbanos como contextos de práctica motriz, interactuando con ellos y comprendiendo la importancia de su conservación desde un enfoque sostenible, adoptando medidas de responsabilidad individual durante la práctica de juegos y actividades físico-deportivas, para realizar una práctica eficiente y respetuosa con el entorno y participar en su cuidado y mejora.

Criterio de evaluación	Saberes básicos
2.1.b. Llevar a cabo proyectos motores de carácter individual, cooperativo o colaborativo, empleando estrategias de monitorización y seguimiento que permitan analizar los resultados obtenidos.	**B.4** Planificación y autorregulación de proyectos motores: mecanismos básicos para ejecutar lo planificado. Utilización de recursos digitales.
3.3.b. Desarrollar habilidades sociales de acogida, inclusión, ayuda y cooperación al participar en prácticas motrices variadas, resolviendo los conflictos individuales y colectivos de forma dialógica y justa, y mostrando un compromiso activo frente a los estereotipos, las actuaciones discriminatorias y cualquier tipo de violencia.	**D.2** Habilidades sociales: escucha activa y estrategias de negociación para la resolución de conflictos en contextos motrices.
5.1.b. Desarrollar una práctica motriz segura en contextos naturales y urbanos de carácter terrestre o acuático, adecuando las acciones al análisis de cada situación y aplicando medidas de conservación ambiental.	**F.2** Espacios naturales en el contexto urbano: uso, disfrute seguro y mantenimiento. **F.5** Realización de actividades físicas seguras en el medio natural y urbano, valorando las posibilidades que brinda el entorno y clima de Andalucía.

RÚBRICA DE CUATRO NIVELES

Criterio	Excelente (4)	Satisfactorio (3)	Básico (2)	Pendiente de mejora (1)
5.1.b Se orienta con el plano de forma segura 34 % · Tarjeta de control y observación · Sesiones 3 y 5	Orienta el plano solo, encuentra todas las balizas del recorrido elegido, respeta las zonas prohibidas y vuelve a la base con los tres pitidos.	Encuentra casi todas las balizas con el plano orientado y respeta las normas.	Encuentra algunas balizas siguiendo a otros; se olvida de orientar el plano.	No encuentra balizas o entra en una zona prohibida.

Criterio	Excelente (4)	Satisfactorio (3)	Básico (2)	Pendiente de mejora (1)
2.1.b Dibuja y corrige su recorrido 33 % · Plano dibujado y corregido · Sesión 4	Sus cinco puntos están bien dibujados y descritos, la otra pareja los encuentra todos y aún así mejoran una descripción.	Los puntos están bien dibujados; corrigen el que falló.	Algún punto está mal dibujado y no lo corrigen.	No dibuja el recorrido o lo copia.
3.3.b Coopera con su pareja 33 % · Observación y frase de la pareja · Sesiones 4 y 5	Se turnan el plano, esperan al otro, deciden hablando y le ayuda cuando se pierde.	Van juntos y se turnan el plano casi siempre.	Va delante sin esperar o decide sin escuchar.	Se separa de su pareja o discute sin buscar solución.