

ALFOSO MARTÍNEZ

Unité didactique : ORIENTATION

1. - INTRODUCTION ET DESCRIPTION

OBJET : SPORT D'ORIENTATION

Emplacement temporaire :
Pendant le deuxième niveau du deuxième cycle de E.S.O.

DURÉE

Huit séances de plus de l'évaluation.

TEMPS:

Au cours du 3^e trimestre. Grâce aux meilleures conditions météorologiques, la plupart des activités doivent être faites à l'extérieur.

Choix du sujet et justification :

Cette unité d'enseignement est incluse dans le bloc de jeux et de contenus sportifs, elle fournit également des liens vers le contenu des autres blocs, tels que le conditionnement physique. L'occasion sera le sport et ses propres actions seront liées à la résistance (le mouvement), capacité de décision (itinéraire le plus approprié), des compétences des conseils (comment je vais y arriver) et de l'observation.

ORGANISATION DE LA TABLE DES MATIÈRES :

À choisir d'abord le contenu général d'appréhender la réalité et de les traduire sur le rôle et puis petit à petit ils présenteront l'orientation dans un environnement de plus en plus hostile ou inconnu.

Premièrement dans le gymnase, le terrain de sport du lycée, plus tard, la zone d'influence de l'école et enfin un concours en territoire inconnu (maison de campagne), qui servira de point culminant de l'unité d'étude et d'évaluation finale de contrôle.

En outre, au cas où certains élèves qui connaissent déjà les rudiments de ce sport, nous pourrons commencer à utiliser la boussole, les perles et les exercices dans des zones difficiles.

2. - CHOIX DES OBJECTIFS:

Cette unité d'enseignement est étroitement liée aux objectifs suivants de la 4^{ème} de l'ESO.

1. - Connecter votre remise en forme avec votre capacité de développer l'activité physique.
2. - Raconter comment l'activité physique augmente votre condition physique et la qualité de vie et la santé.
3. - Développer les compétences positives dans la pratique d'activités physiques, sentir le plaisir dans le mouvement.
4. - Comprendre et évaluer le potentiel de résistance auto-conduite.
5. - Améliorer votre condition physique par des activités dans le milieu naturel dans le respect de leur conservation.
6. - L'activité physique se rapporte à l'environnement social et au respect des règles.
7. - Participer, indépendamment du niveau de compétence atteint, dans les activités sportives et récréatives.
8. - Accroître les chances de rendement moteur grâce à l'utilisation de différents efforts.

3. OBJECTIFS PEDAGOGIQUES :

Le goût pour l'activité physique.
Développement de la condition physique générale.
Connaître et protéger l'environnement.

ALFOSO MARTÍNEZ

Comprendre le plan comme une représentation du terrain.

Comprendre la relation entre des éléments réels et leurs symboles dans la légende à fin de guider l'avion avec le sol.

Savoir ce qu'est une balise.

Trouver des références en utilisant des séquences courtes.

Appliquer correctement la technique de pouce.

Apprendre l'art des trois étapes avec la boussole et la carte.

4. - Contenu:

1. - Conception:

- Le croquis.
- La carte
- L'échelle
- Contours
- La carte d'orientation technique / plan
- La Légende
- La Commission de contrôle
- La Beacon
- Chauffage
- Boussole

2. - Procédure:

- Visite des marqueurs dans l'ordre marqué.
- Profilage correcte de la carte.
- Le non-respect ou de demander à tout participant.
- Respect de la nature et de l'environnement.

3. - Attitudes:

- Augmentation de l'estime de soi-même par l'issue du parcours correctement.
- Évaluation des capacités d'autonomie.
- Promouvoir le travail coopératif en travaillant en petits groupes
- Respecter le travail de nos collègues et concurrents.

5 .- SEQUENCE DES MATIÈRES:

Session 1:

Objectif opérationnel

- Apprendre le sport d'orientation générale sur un plan théorique.
- Assurer la réalité sur le papier.

Présentation d'orientation du sport à travers la vidéo et mise en évidence des idées les plus importantes.

Reconnaissance des moyens de la salle de gym (nous avons déjà retiré tous ou presque tous les éléments) pour les capturer plus tard dans le document (au niveau individuel de l'élève) en mettant l'accent sur des colonnes, fenêtres, portes, etc.
correction immédiate.

Session 2:

Objectif opérationnel

- Assurer un positionnement correct et de l'orientation plutôt que les éléments de la salle de gym.
- Connaître les symboles de ces éléments, comprendre ce qu'est une légende.
- Réaliser une visite complète de la salle de gym

Au niveau que nous avons fait, nous allons placer les éléments de remise en forme (cheval, tapis, bancs, etc.) Pour ce faire, nous les avons placés de manière dispersée partout dans tout le gymnase.

ALFOSO MARTÍNEZ

Précédemment, nous avons décidé que nous allons utiliser des symboles sur une base consensuelle. (Légende)

Nous allons dans la salle de gym pour mettre les élèves en quatre contrôles. Ils entrent un à un, avec 30 " avant de faire de faire le voyage. Nous leur donnons la carte avec l'itinéraire établi qu'ils doivent faire afin de relever correctement les marques et les contrôles.

Session 3:

Les objectifs opérationnels

- Se familiariser avec les techniques de ce sport.
- Connaître les variantes de base.

Les étudiants prennent leur niveau de condition physique, sans balises. Lorsque l'exercice commence, la première chose à faire pour marquer les balises qui sont dans une carte-guide dans son plan. Ensuite, faire le tour de l'ordre établi.

Nous faire plusieurs voyages individuellement avec de différentes variantes:

- 1 - avec des balises vrai – faux (il doit savoir quels sont ceux que nous demandons et non pas par le nombre de référence, le choix, etc.)
- 2 - Pour les relais (équipes de 2-3 étudiants. L'étudiant qui est en premier doit localiser la première marque et revenir pour donner le départ au prochain coéquipier qui doit aller chercher la marque 2, et ainsi de suite ...)
- 3 - Avec beaucoup de tags sans ordre.

Session 4:

Objectif opérationnel

- Atteindre la cible d'un environnement plus large, du lycée.

Les élèves reçoivent une carte du lycée, sans contrôles et doivent les copier dans un certain temps (30 "-1") d'une carte-guide avant de partir pour faire le voyage.

Tours de 5 boutons de contrôle du centre de la zone de sport.

Routes de huit contrôles de relais avec l'ordre établi.

Routes de 8 contrôles tout au long du lycée sans ordre strict sur le parcours.

Session 5:

Objectif opérationnel

- Établir l'importance du temps et de l'ordre dans les circuits.

Les étudiants doivent faire un tour de huit contrôles tout au long de l'école avec un record de l'heure. Nous essayons de faire un classement immédiat de l'essai.

Une autre option pour consolider les acquis et corriger les erreurs, c'est de faire un voyage dans lequel, après chaque balise on doit retourner au contrôle pour vérifier qu'ils n'ont pas tort et quelle est la cible de la prochaine balise.

Pour mettre fin à la session on expliquera la technique des trois étapes et ensemble on ira passer de deux balises en utilisant cette technique.

Session 6:

Objectif opérationnel

- Encourager la confiance en soi-même.

Route de 10 contrôles prochains avec des balises fausses. L'aide est accordée par les descriptions et le nombre des contrôles. Après chaque contrôle on doit revenir pour constater qu'on va bien et pour vérifier quelle est la prochaine cible.

Tour de sept contrôles consécutifs avec des balises fausses.

Nous revenons à la pratique de l'art des trois étapes, mais en groupes de 2-3 et en faisant un voyage très court (3-4 balises).

Session 7:

Objectif opérationnel

- Assurer le domaine de l'orientation.
- Accueil des courbes de niveau et de l'environnement naturel.

Faire une visite plus longue: le quartier. (10 commandes)

Comme nous allons e faire le contrôle final d'évaluation à la Casa de Campo avez à faire est en contact avec un avion de ce lieu où vous allez passer en revue les différents éléments utiles pour l'orientation (routes, ruisseaux, canaux, lignes de lumière , etc.) Valley Heights distinguer la forme des courbes de niveau.

ALFOSO MARTÍNEZ

Session 8:

Objectif opérationnel

- Assurer l'exactitude de distinguer les formes et les éléments d'un plan «réel».
- Préparation du contrôle final de trimestre.

Faire un exercice dans lequel les étudiants doivent trouver des éléments sur une carte et distinguer les vallées des collines.

Préparer l'activité d'évaluation en délimitant la zone d'opération, les tâches à accomplir et la formation de groupes de travail.

réunion Septembre :

Contrôle d'évaluation.

Objectif opérationnel

- L'étudiant doit faire un tour de huit balises sans boussole, par des moyens inconnus (Casa de Campo) dans les plus bref délai et par couples, de sorte que nous avons défini la zone, nous avons expliqué en détail la légende ainsi que deux des enseignants placés à des endroits stratégiques à partir desquels on contrôle de différentes lignes (tous les groupes doivent aller dans ces zones de contrôle).

6 METHODOLOGIE ET RESSOURCES.-

En général, les étapes suivantes :

- 1 : l'instruction directe :

Enseigner les rudiments de l'orientation (Plan, carte, légende, marqueur, etc) ..

- 2 : apprentissage guidé :

Préparation des plans et l'emplacement des symboles.

- 3 : Résolution des problèmes:

Établir des stratégies pour obtenir toutes les bouées dans le plus bref délai.

RESSOURCES D'ENSEIGNEMENT

Enseignement :

modèles de diffusion :

Affectation spéciale -

- Niveau du Groupe
- Éducation Mutuelle

Et l'approche de résolution de problèmes:

- Découverte guidée

MATÉRIAUX ET ESPACES

Pour développer cette unité il est nécessaire:

- Les plans du lycée (l'élaboration du gymnase étudiant)
- Les plans du quartier.
- Cartes de Garcia Aldavez.
- Boussoles
- Vidéo de présentation.
- Gymnase avec ses éléments.
- Autres zones facilement accessibles.

7 - RÉFÉRENCES:

- Kronlund, M. (1991). L'orientation professionnelle. Technique, tactique et la stratégie de course d'orientation et traado des itinéraires pour les concurrents. Madrid: H. Martin Kronlund.
- GOMEZ Encinas, V. et autres (1996). L'activité physique et le sport parascolaires dans les écoles. Orientación.MEC sport. Madrid.
- OSMA RODRIGUEZ, M^a del Carmen. (1997). La course d'orientation. Comunidad de Madrid, Ministère de l'Education et de la culture. Madrid.