


UNIDAD DIDÁCTICA	8. ORIENTACIÓN		
Nº Sesión:	5/6		
Curso:	6º		
Bloques:	1 Y 4		
Material a emplear	- Balizas pequeñas de 15x15cm o 30x30cm. - Mapa del Parque y Hojas de control.		
Objetivos de sesión	- Hacer una carrera de orientación en un entorno mas amplio y natural. -Disfrutar de este deporte. - Trabajar la resistencia aeróbica.		ESQUEMA
CALENTAMIENTO 1.-Desplazamiento hasta un parque cercano.			
PARTE PRINCIPAL 2.- Carrera de Orientación. La idea es poder disponer de un parque cercano al coelgio, o en el caso de los pueblos, aprovechar el entorno natural próximo, para realizar una verdadera prueba de orientación. Repasar los consejos básicos sobre el nº de registro de las balizas a encontrar, <i>Pensar antes de correr</i> , y que a una hora concreta se cierra el control. (Diez minutos antes de la hora prevista para retornar al colegio). En esta ocasión todos comparten el mismo mapa y el mismo recorrido, salen cada minuto, y pueden escoger libremente el orden que mejor les convenga para realizar el recorrido propuesto. Los alumnos que hayan terminado antes y tengan fuerzas de sobra, nos podrán ayudar,cuando terminen sus compañeros, a recoger las balizas.			
VUELTA A LA CALMA <ul style="list-style-type: none"> • Retorno andando al centro. 			