



PENSAR EN MOVIMIENTO: Revista de
Ciencias del Ejercicio y la Salud

ISSN: 1409-0724

ergon4fitness@racsa.co.cr

Universidad de Costa Rica
Costa Rica

Aguado, Alfredo Miguel
LA FORMACIÓN EN LAS ACTIVIDADES FÍSICAS EN EL MEDIO NATURAL
PENSAR EN MOVIMIENTO: Revista de Ciencias del Ejercicio y la Salud, vol. 4, núm. 1,
2006, pp. 61-70
Universidad de Costa Rica
Ciudad Universitaria Rodrigo Facio, Costa Rica

Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=442042955007>

- Cómo citar el artículo
- Número completo
- Más información del artículo
- Página de la revista en redalyc.org

redalyc.org

Sistema de Información Científica
Red de Revistas Científicas de América Latina, el Caribe, España y Portugal
Proyecto académico sin fines de lucro, desarrollado bajo la iniciativa de acceso abierto

ARTÍCULO TÉCNICO:

LA FORMACIÓN EN LAS ACTIVIDADES FÍSICAS EN EL MEDIO NATURAL

Alfredo Miguel Aguado
Escuela Universitaria de Educación de Palencia
Universidad de Valladolid, España
E-mail: almiag@mpc.uva.es

INTRODUCCIÓN

En la mayoría de los casos, la práctica de Actividades Físico Deportivas como oferta de actividades extraescolares suele girar en torno a deportes concretos; sin embargo, no es extraña la utilización del medio natural desde otro tipo de organizaciones, como puedan ser ofertas de campamentos de verano, colonias o actividades genéricas de salidas a la naturaleza. En este último ámbito, es posible encontrar otra forma de abordar estos contenidos, aunque menos frecuente, me refiero a la fórmula de Escuela Municipal donde se desarrolle, en vez de un único deporte, las Actividades Físicas en el Medio Natural de forma global. Este artículo se presenta como una propuesta para observar la formación docente de los profesores-monitores que se encargan de esta tarea, pero atendiendo, no a los factores técnico-deportivos, sino a sus aspectos de educación en general.

Para desarrollar el tema, se propone la creación de una Escuela Municipal de Actividades Físicas en el Medio Natural. Es una propuesta entre la teoría y la práctica; teoría, porque se analizan los postulados teóricos que van sustentando todo el trabajo y porque lo hace, como ya veremos, desde una experiencia de colaboración con la formación universitaria; y práctica, porque ya se llevó a cabo con éxito en el Patronato Municipal de Deportes de la ciudad de Palencia durante dos años.

Con el fin de entender la estructura y el método de trabajo, empezamos analizando lo que es la actividad, a qué nos referimos con Actividad Física en el Medio Natural (AFMN) y cuáles son sus características más relevantes relacionadas con el tema que nos ocupa. A continuación, se explica el proceso de formación docente a través de seminarios o grupos de trabajo, incidiendo en su metodología y su importancia concreta en este tipo de tareas. En nuestro caso lo hacemos coincidir con la formación universitaria, pero podría utilizarse el mismo modelo desde otro colectivo de acción como pudieran ser clubes deportivos o empresas de servicios. Por último, se exponen algunas consecuencias didácticas para la puesta en práctica de dicho proceso de formación docente.

EL CONCEPTO DE ACTIVIDAD FÍSICA EN EL MEDIO NATURAL

Si atendemos a las palabras que lo componen, “**Actividades Físicas en el Medio Natural**”, es posible interpretar dos significados diferentes. Por una parte, parece aludir a cualquier actividad física que se lleve a cabo en un entorno natural; por otra, que sólo se refiere a las actividades físicas que necesitan de ese medio natural para poder llevarse a cabo.

Decantarse por uno u otro posicionamiento va a depender del contexto donde nos encontremos, la bibliografía consultada o la clasificación elegida, pero, en todo caso, siempre nos encontramos con el mismo eje: actividades físicas, es decir, eminentemente motrices; en torno a un lugar específico: medio natural.

Por otra parte, pese a que, posiblemente, todo hecho es educativo, no tiene por qué tener tal intencionalidad. Salir con el grupo de amigos a ascender una montaña, remar durante dos horas seguidas para llegar a un determinado lugar, recorrer en bicicleta de montaña un sendero entre valles y collados, y todo un largo etcétera, puede ser un deporte, una actividad social, un momento de distensión ante el stress cotidiano; pero, tan sólo cuando se llevan a cabo con la intención y sistematización que caracteriza el propósito de educar, es cuando se denominan Actividades Físicas en el Medio Natural. Si no existe este objetivo, cuando nos pregunten qué hemos estado haciendo las últimas dos horas, seguramente contestaremos que montañismo, piragua o bicicleta de montaña.

Teniendo en cuenta todo lo anterior, vamos a considerar la siguiente definición: *“Aquellas actividades eminentemente motrices llevadas a cabo en un medio natural con una clara intención educativa”* (Miguel, 2001: 47)

Con esta definición se resalta la importancia de un determinado espacio, **el Medio Natural**, en detrimento del contenido que en él se realice. Es la utilización de este espacio, con sus características, lo que permite hablar del conjunto **“Actividades Físicas en el Medio Natural”**, en vez de una u otra actividad.

La justificación de esta singularidad, o importancia del espacio de actuación frente al contenido, se ha venido dando históricamente a través de instituciones tan emblemáticas como han sido las asociaciones excursionistas, los Scout, la Gimnasia Natural Austriaca o la Institución Libre de Enseñanza. No vamos a realizar ahora un estudio histórico del tema, tan sólo mencionar que, si la importancia está en el medio dónde se realizan es porque dicho medio posee unas características que lo hacen diferente (espacios amplios, terrenos desconocidos,

cambiantes y con multitud de estímulos para los sentidos, contacto directo con las fuerzas de la naturaleza, etc.). Además, mantener la situación educativa a lo largo de uno o más días, como es el caso de excursiones, campamentos o colonias, va a potenciar determinados factores (intensidad de la experiencia, tratamiento educativo de hechos cotidianos, poder de rememoración, etc.) que repercuten directamente en el hecho educativo. (Puig, 1987; Wass, 1992).

Por otra parte, y centrándonos en sus posibles inconvenientes, el hecho de llevarse a cabo en horarios y espacios no habituales resalta la importancia de la responsabilidad civil, la disponibilidad horaria, la preparación previa de la actividad y el coste económico que suponen los desplazamientos y la estancia. Además, no depende exclusivamente del profesorado, siendo muchos los factores (por ejemplo los climáticos) que nos pueden alterar lo programado o incluso impedir su puesta en práctica.

Todas estas características van a influir a la hora de plantearnos cómo ha de ser la formación del futuro docente o monitor deportivo. Así, hemos considerado que una buena manera de afrontar este reto es mediante la impartición de seminarios o grupos de trabajo que agrupen a futuros responsables interesados en el tema.

Para poder entender mejor lo que a continuación se desarrolla, es necesario explicar que soy profesor de la Escuela Universitaria de Educación de Palencia y que soy responsable de la asignatura de Actividades Físicas en el Medio Natural desde hace ya catorce años. Con el fin de dar al alumnado la posibilidad de profundizar en el tema, de trabajar de forma complementaria y diferente de la que se lleva a cabo en la asignatura, se diseñó en el curso académico 92-93, un seminario de formación que lleva por título *“Otras Aulas de educación Física”* (OAEF). Las características del seminario,

en cuanto a trabajo voluntario, libremente elegido y con un acercamiento más real al tema de estudio, le dan, o por lo menos eso se pretende, un carácter cercano a la formación permanente.

En este contexto universitario, y después de ponernos de acuerdo con el Patronato Municipal de Deportes de la ciudad de Palencia, fue donde surgió la idea de la creación de una Escuela Municipal de Aire libre para escolares de 8 a 14 años y cuyos profesores monitores salieran del seminario de formación OAEF.

EL SEMINARIO DE FORMACIÓN

Cuando pensamos en la creación de la Escuela Municipal de AFMN, siempre nos planteamos dos temas paralelos: por un lado, la del profesor-monitor responsable de enseñar a su grupo de niños y niñas a desplazarse por el medio natural, orientarse por el bosque, trepar por las rocas, montar en bicicleta de montaña o disfrutar de un día de montaña aprendiendo a cuidar de su entorno, es decir su formación técnica deportiva; y por otro, qué formación pedagógica debían de tener los futuros profesores-monitores.

Como punto de partida, asumimos que no basta con poseer un conocimiento técnico de la actividad, se necesita, sobre todo, una fuerte dosis de motivación y gusto personal para poder realizar este tipo de acciones. Por supuesto, no podemos olvidarnos de la necesaria preparación teórico-práctica, pero no parece suficiente (temporalmente hablando) como para incidir de forma positiva en este aspecto motivacional. Por otra parte, la puesta en práctica de experiencias personales, vividas directamente por el alumnado, puede verse reducida a lo indispensable por factores espaciales, temporales y/o económicos. Por tanto, parece coherente que, desde la responsabilidad que conlleva una formación docente, realicemos esfuerzos para que ésta tenga la mayor cobertura posible en todas sus facetas.

Todo esto hace que pensemos en la fórmula de seminarios o grupos de trabajo como una manera adecuada para abordar la formación de

estos futuros profesores. Esta forma de trabajar ayuda a establecer contactos más personales, vehiculan la acción entre la teoría y la práctica de una forma más clarificadora, acercan al concepto de formación permanente, tan importante en el mundo de la educación. Los hechos y conceptos, y mucho más los procedimientos y las actitudes, no se aprenden simplemente conociéndolos o habiéndolos retenido en la memoria durante un determinado tiempo. El aprendizaje necesita de un trabajo previo y posterior al mismo, trabajo en cuya realización tienen mucho que ver los aspectos motivacionales. Creemos que situar una materia dentro de contextos educativos, necesita de un lugar para la puesta en práctica donde poder profundizar y donde podamos trabajar como “los mayores” y los resultados sean visibles. Todo ello requiere una estructura de no obligatoriedad, de comodidad y flexibilidad en los horarios y actividades, características que, creemos, reúne el grupo de trabajo.

Por mi parte, quisiera reforzar esta idea desde mi propia experiencia. Estos años de trabajo me han traído, además de gratificantes experiencias personales, la satisfacción de ver cómo antiguos alumnos/as de la EUE y del seminario han seguido colaborando con nosotros aun después de acabar sus estudios. Algunos, incluso perteneciendo a capitales de provincia distintas de la nuestra, Palencia, hemos podido comprobar que, en su vida profesional, bien sea en la enseñanza formal o no formal, han continuado trabajando en el tema y construyendo sus propias alternativas y diseñando sus propios esquemas de trabajo.

Explicamos a continuación la estructura y la metodología del seminario, teniendo en cuenta que se creó desde el ámbito universitario, pero que una de sus repercusiones fue la creación de la Escuela Municipal. El diseño de trabajo se pensó

de forma genérica y tuvo una aplicación práctica concreta que se hizo realidad y que funcionó, bajo nuestro punto de vista, de una forma adecuada y con resultados muy positivos tanto para el Patronato Municipal de Deportes como para la Universidad.

Estructura del Seminario

Para abordar el tema desde un punto de vista lo más real posible, y para motivar a la acción y marcar las tareas que debían llevarse a cabo, el seminario se planteó como un grupo de profesionales, que trabajábamos, bien en la educación formal, bien en la no formal, interesados en temas relacionados con las actividades físicas en el medio natural. De esta forma se trataba de dar coherencia al esfuerzo que realizásemos a la vez que poseíamos ciertas ventajas. Cuando uno acude a su trabajo suele pesar más un proyecto inmediato que un trabajo a largo plazo (es decir, estamos más preocupados por “salvar” el quehacer diario que por establecer una buena base de acción que nos posibilite acciones futuras). Es posible cambiar las estrategias y tareas, si así lo consideramos importante, sin que ello tenga otras repercusiones colaterales. Podemos contar con el apoyo de la Universidad para disponer de materiales e instalaciones. Siendo todavía estudiantes podemos centrarnos en los aspectos educativos teórico-prácticos, avanzando en el conocimiento de la materia, sin que existan presiones derivadas del trabajo y su burocracia. Llevar adelante actividades físicas en el medio natural, tales como marcha, acampada, orientación, etc., supone tener cierta información sobre lugares donde poder acudir, disponer de la cartografía existente, documentos divulgativos, etc. La catalogación de esta información, su búsqueda y su posterior archivado para ponerlo al alcance de todos los demás, supondrá uno de los trabajos a realizar, al cual hemos denominado búsqueda de información.

Además de conocer los lugares, las técnicas y las progresiones adecuadas, es necesario, sobre todo en esta materia, vivenciar las

situaciones, es decir, realizar prácticas y excursiones personales. Parte del trabajo del grupo consistirá en efectuar salidas con el fin de ir adquiriendo mayor experiencia. En estas excursiones, los alumnos somos nosotros mismos, de forma que el contexto educativo está predeterminado, conocemos quiénes somos, cuáles son nuestras motivaciones, recursos, limitaciones etc. Esto puede tener poco que ver con otras situaciones y otros contextos, pero tenemos la seguridad de poder llevarlo adelante.

Por otro lado tenemos que elaborar proyectos para ponerlos en práctica en centros escolares, grupos de jóvenes, etc. En dichos proyectos dependemos de que gusten, de que salgan económicos, de que sean realizables, etc. Por último, consideramos que las realizaciones prácticas tienen elaboraciones propias que pueden ser interesantes de destacar y enfatizar. Por ejemplo, la puesta en práctica de una jornada de escalada para un grupo implica el conocimiento de unas técnicas básicas y una estructura educativa bien elaborada; pero, sin duda, también sería interesante la elaboración de una progresión adecuada para un alumnado específico. Este documento que crea el profesor/a debe estar apoyado en referencias bibliográficas, pero no por ello carece de originalidad y relevancia. Nos referimos a temas como la responsabilidad civil, la educación ambiental o primeros auxilios. A todo ello lo hemos denominado elaboración de documentos.

Estos tres trabajos principales –búsqueda de información, proyectos prácticos y elaboración de documentos- dan lugar a carpetas, archivos y bases de datos que necesitan un tratamiento específico y una catalogación. Además, es preciso que las reuniones que mantenemos queden recogidas en actas siempre que queramos. Todo ello debe de ser articulado en un proceso a lo largo del curso escolar. Es necesario que todo ello esté coordinado

con el fin de que los sucesivos documentos puedan ir confeccionándose con un orden lógico.

Metodología

Pero ¿cómo se articula todo ello?, ¿de qué forma se lleva adelante?, ¿qué papel tiene el alumnado? Todos estos puntos son los que van a certificar el *modus operandi* del seminario. Es cierto que todo el diseño del trabajo está predeterminado y articulado por el coordinador del mismo, pero todos, absolutamente todos los procesos pueden ser modificados y transformados por los participantes. Las fechas de entrega, la elaboración de los trabajos, los temas sobre los que gira cada salida o proyecto, el diseño de las fichas, los temas de conversación y discusión grupal y hasta los planteamientos iniciales que dan vida al grupo de trabajo son cuestionados y puestos sobre la mesa para modificar aquello que se crea conveniente. Procuramos que los participantes entren en una estructura articulada y con un sentido determinado, pero que pueda ser moldeada y tratada tanto con vistas a adaptarlo dentro del proceso como a corregirlo para futuros planteamientos.

Basamos el Seminario en el trabajo en equipo. Se forman grupos para organizar la búsqueda de información, preparar las salidas y construir documentos; todas las excursiones tienen en cuenta a la totalidad de los participantes y en las reuniones semanales todo el grupo se informa de lo que hacen el resto de compañeros. Los grupos son la base que sustentan el seminario, pero no por ello perdemos de vista la dimensión individual. En efecto, las prácticas y excursiones buscan la preparación y formación individual.

Por último, resta explicar con más detalle el tema de los proyectos por su especial incidencia en el futuro profesional del alumno/a.

Intentamos salir de nuestro pequeño grupo y pensar en actuaciones más personales donde cada componente pueda diseñar una excursión, pero en aquel tema que le motive especialmente. Las motivaciones pueden ser muy diversas,

desde la amplitud de las apetencias personales hasta las posibilidades de trabajar en un proyecto que le sugiera o ayude en un futuro profesional. Por eso, las diferencias clave con el apartado de las salidas son:

- El trabajo es individual o en pequeños grupos.
- El contexto de realización no tiene por qué ser el seminario y las personas que lo componemos.

Con respecto al segundo apartado es posible ubicar los proyectos en todos los contextos de educación sistematizada y consciente donde se realicen actividades físicas en el medio natural. Sería posible pensar en el alumnado de la E.U.E., en el de los centros públicos de Secundaria o Primaria, en los clubes o asociaciones culturales y juveniles, ofertas de ocio adulto, etc. Los temas elegidos pueden ser excursiones, cursos de formación o información, titulaciones de tiempo libre, escuelas municipales, etc. Es importante resaltar que se trata de trabajos que pueden ser llevados a cabo, lo cual implica que deben ser preparados en todos sus detalles, desde la puesta en funcionamiento hasta su realización práctica, así como la recogida de datos y su posterior análisis.

Con este telón de fondo, la creación de la escuela Municipal pasó a ser un trabajo más para los alumnos que quisieron cursarlo. Hasta un total de cuatro personas asumieron el reto y lo llevaron a cabo durante dos años en plena colaboración con la Universidad, realizándose acciones conjuntas en la planificación y la realización de prácticas y excursiones comunes. Todos los supuestos teóricos se planteaban como un trabajo más, se buscaba información, se construían documentos de trabajo y se planificaban y realizaban prácticas concretas de Senderismo, Orientación, Escalada... La diferencia estaba en que todo se llevaba a

la práctica porque la Escuela Municipal se creó, los niños y niñas eran reales y, por tanto, los contextos educativos también lo eran. Los profesores-monitores que se hicieron cargo de la Escuela Municipal habían sido alumnos del Seminario y durante dos años siguieron siéndolo, participando de todo el proceso de formación del que hemos hablado.

Otros muchos alumnos y alumnas del Seminario han participado en otros eventos que tienen que ver con las AFMN, dando así continuidad a proyectos más allá de la estructura del Seminario Universitario. Veamos algunos de ellos: Con el Patronato Municipal de Deportes de la ciudad de Palencia se llevó adelante un Campus deportivo; año tras año, desde 1992, se celebra un recorrido popular de Orientación urbana y se han impartido cursos específicos de formación en montaña en varias ocasiones; se han desarrollado proyectos con el Ayuntamiento de Burgos, la Diputación de Palencia y con la de Valladolid; se han realizado actividades extraescolares y campamentos organizados con AMPAS y centros escolares como han sido los colegios públicos Jorge Manrique y el Virgen de la Calle de Palencia, Nicomedes Sanz de Santovenia de Pisuerga, los I.E.S. de Aguilar de Campoo y Sahagún de Campos, etc.

En definitiva, el aspecto motivacional que mencionábamos en un principio, nos parece básico a la hora de entender la formación de los futuros responsables de estas actividades.

Por otra parte, la creación de estos y otros proyectos nos ha permitido sacar algunas conclusiones en cuanto a los aspectos didácticos a tener en cuenta en dicha formación. A continuación hacemos un repaso de todos ellos haciendo hincapié en aquellos que consideramos más oportunos.

CONCLUSIONES DIDÁCTICAS

Las AFMN deben de perseguir, sobre todo, que el alumnado consiga su ADAPTACIÓN AL MEDIO NATURAL y, en lo que a actividad motriz se refiere, la puesta en contacto con las habilidades motrices específicas relacionadas con ello.

De nuevo reiteramos la importancia del espacio, del medio natural. La palabra “adaptación” significa acomodarse, avenirse a unas circunstancias o condiciones; en este caso, las condiciones son las del Medio Natural (es fácil comprender la importancia de la Naturaleza para el ser humano). En definitiva, se trata de poder recorrer senderos, caminos, veredas, subir colinas, disfrutar de valles, cimas y entrantes, trepar, saltar, correr... Todo ello, con plena conciencia de lo que somos capaces o no de hacer, según nuestra particular condición física, estado anímico, dominio del material, técnicas o, por qué no, nuestra apetencia y gusto personal en un momento determinado.

Es aconsejable abordar el tema desde una pluralidad de espacios y entornos naturales para conseguir esa adaptación. La **diversidad** de espacios y acciones a incluir dentro de los mismos debe ser otra de las características de las AFMN. Una vez lograda esa adaptación, será cuando nos centraremos más en los contenidos específicos de cada modalidad deportiva como pudiera ser la orientación, la escalada, el montañismo, etc.

PAUTAS DE TRABAJO

Como en la planificación de cualquier otra actividad, necesitamos proveernos de un método de trabajo que nos asegure la consecución de nuestros objetivos. Considerando lo expuesto hasta ahora, vamos a destacar una serie de pautas o premisas para poner en práctica en la realización de AFMN. Puesto que lo que hacemos es, principalmente, actividad físico-motriz, vamos a diferenciar aquellas rutinas o pautas comunes a todos los trabajos de actividad física de aquellas otras específicas de las AFMN.

Las comunes son (Vaca, 96):

- Favorecer la construcción de un espacio y un tiempo adecuado para

- el trabajo en grupo: normativa de uso, lugares y tiempos específicos para tareas diferenciadas.
- Permitir el acceso personalizado a las diferentes tareas.
 - Dejar momentos para el aprendizaje de tareas individuales, grupales y de gran grupo, que favorezcan los aspectos de aprendizaje individual, con un compañero/a y con el grupo, además de los contactos sociales para compartir tareas.
 - Nuestra atención está centrada en las capacidades motrices, pero sin olvidarnos del resto de las capacidades. Se atenderá a aspectos lógico-matemáticos, verbales, espaciales, musicales, motrices, afectivos y sociales.
 - Diseño de las actividades desde una perspectiva de **procesos de enseñanza-aprendizaje**, en los que pongamos atención en qué y cómo aprenden nuestros alumnos:
 - Partir de sus experiencias previas.
 - Procurar que lo aprendido les resulte significativo y funcional.
 - Buscar la transferencia y la generalización de lo aprendido a las actividades cotidianas.
 - Diseñar las sesiones de acuerdo con el desarrollo madurativo y evolutivo del alumnado, atendiendo a las zonas de desarrollo próximo (el profesor como mediador en vez de instructor).
 - Programar sobre la base de criterios de globalidad e interdisciplinariedad.
 - Intentar que el alumnado cobre un papel activo, haciéndole participe en su propio aprendizaje.
 - Facilitar el aprendizaje por descubrimiento, siempre que sea posible.
- Favorecer la toma de decisiones, dentro de sus niveles de capacidad, lo que trae como consecuencia la orientación para poder comparar y elegir.
 - Trabajar de forma consciente la metacognición.

Cuando nos centramos exclusivamente en las AFMN, las premisas o pautas metodológicas serían:

a) Lógicamente la primera, y si es necesario única, tarea del profesorado es anular el riesgo físico al 100%. Todas las actividades tienen una progresión a seguir que es necesario conocer y respetar al máximo en cada individuo en particular y no sólo de forma grupal.

Tradicionalmente, se distingue entre los riesgos objetivos y los subjetivos. Los primeros son aquellos que se pueden medir, son iguales para todos y se detectan con facilidad. Por ejemplo, el grado de pendiente de una ladera, la estrechez de una senda o la altura a la que nos encontramos. Los segundos se refieren a los que no se pueden medir porque dependen de cada persona y de cómo esté viviendo una determinada situación. También se conocen como **Factores Emocionales**. Por ejemplo, cuando la pendiente es sencilla, con menor inclinación de la que estamos acostumbrados a subir en el parque cercano al Colegio, y, sin embargo, algún niño se niega a subirla por miedo a caerse, resbalar, etc.

Es tan importante considerar las emociones como un factor más de progresión dentro de las AFMN que no tenerlas en cuenta puede llegar a anular la propia actividad. Nadie que tenga miedo, sean cuales fueren sus motivos, va a prestar atención a nuestras consignas ni va a poder razonar con claridad y, en consecuencia, no existirá el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Los riesgos objetivos serán los que permitan al profesorado determinar las condiciones de realización de cada actividad. Los subjetivos, van a ser un factor importante a la hora de elegir las consignas, diseñar progresiones, elegir el material u optar por el espacio adecuado.

b) La realización de AFMN necesita desarrollarse en el Medio Natural para aprovechar sus particularidades, sin embargo, ya hemos visto que esto no es tarea fácil y que, aun contando con la disponibilidad del grupo y del profesorado, va a depender de otros factores como son los económicos, climáticos y administrativos. Así que la experiencia nos demuestra que, aún en los casos más optimistas, las salidas al medio natural se programan en contadas ocasiones. Los parques y jardines, así como las instalaciones artificiales pueden ser de gran utilidad como sustitutos en determinadas ocasiones.

Los parques y jardines son espacios seminaturales que nos sirven de escalón entre la artificiosidad de los gimnasios y la Naturaleza en estado puro. Poseen muchas de las características del medio natural y cuentan con una enorme ventaja sobre éste: suelen estar cercanos a nuestro lugar de trabajo hasta tal punto que, en no pocas ocasiones, están lo suficientemente próximos como para realizar las sesiones diarias. Esto supone anular alguno de los inconvenientes como el económico y el de espacios desconocidos.

Aunque el uso y aprovechamiento de los parques son muy aconsejables e interesantes en sí mismos, no puede sustituir al medio natural; puede que se diseñe sesiones donde nos centremos en el aprendizaje de contenidos que después serán válidos a la hora de salir al Medio natural, y utilicemos, para ello, únicamente los patios, los jardines o el parque de la ciudad; pero en algún instante, si queremos que esos aprendizajes cumplan la función que se le otorgaba en apartados anteriores, necesitaremos salir, tocar... sentir un espacio natural.

Las instalaciones artificiales, como los rocódromos, nos van a permitir practicar, de forma sencilla, cómoda y segura, aquellos aprendizajes que nos interesa estén consolidados

cuando nos acerquemos al Aula Naturaleza. Estamos hablando de instalaciones que van a ser recursos didácticos y las vamos a utilizar como sistemas de progresión tanto en los aspectos técnicos y tácticos como en los emocionales. De nuevo, es conveniente reiterar lo expuesto en el párrafo anterior: no se consideran estas instalaciones como sustitutos del Medio Natural, sino como herramientas didácticas a utilizar por el profesorado.

c) Tendemos a la autonomía del alumnado en el medio donde nos encontremos. Así que, una parte de los contenidos a tratar deben de avanzar en lo que sería necesario conocer para realizar las mismas actividades en el ocio personal. Esto no significa que tenga que conseguirse este objetivo en los primeros momentos del aprendizaje. A veces, las edades con las que trabajamos nos imponen unos límites que, seguramente, se salvarán en sucesivos años. Por ejemplo, si trabajamos la escalada con niños de doce años podemos enseñarles a asegurar a los compañeros pero nunca permitiremos que puedan subir de primero o que lo hagan por su cuenta, sin un responsable presente (recordemos el primer guión).

d) Puesto que salir al medio natural es una oportunidad única de estar en contacto con la naturaleza, es conveniente no plantear todo el trabajo desde una perspectiva motriz, intentaremos dotarla de un carácter interdisciplinar. Esto supone tratar siempre el tema transversal de la E. Ambiental y el conocimiento cultural de la zona donde accedamos.

Es difícil concretar qué contenidos, exactamente, son los que hay que trabajar; pero, por otra parte, es más difícil todavía entender que se pueda realizar una excursión en piragua sin que se sepa el nombre del río que nos ha acogido; o que se atravesase un bosque de hayas en otoño sin saber cómo se llama el árbol que tan perfectamente ha tapizado el suelo que

cruje bajo nuestros pies. Cada excursión, cada lugar concreto que visitamos, nos permite observar directamente todo tipo de información, ya sea ésta referida a vegetación, fauna, relieve, historia, geografía, costumbres, anécdotas, cuentos, arquitectura popular, arte... Es imposible abarcar todos los temas. El profesorado, en consonancia con su particular grupo y su talante personal, es el responsable de realizar la selección oportuna. Parece evidente que no será la misma información si el grupo es de 8 años que si es de 18; o si el pueblo por el que pasamos tiene elementos históricos característicos y propios que si no los tiene.

A todo lo anterior, sea cual sea el campo o rama de que se trate, lo denominamos **aspectos culturales**, y tienen un denominador común: deben de estar presentes, o tener relación, en el espacio o lugar donde nos encontremos. No tiene sentido explicar el tipo de hojas que tienen los abetos si no estamos en presencia de ellos, o comentar lo que es la Espadaña en las iglesias románicas si no la estamos viendo.

Cuando entablamos un diálogo con la naturaleza, no olvidamos que existe un tema de importancia vital en nuestros tiempos que se llama **Educación Ambiental**. Las razones para considerarlas son obvias. Está en la mente de todos los problemas medioambientales que sufrimos en la actualidad. La Educación debe aportar su granito de arena y poner todos los medios a su alcance para intentar paliar este problema. Se trata de planificar actividades que abarquen las cinco categorías que la bibliografía específica sobre el tema consideran de interés:

- Tomar conciencia de un medio ambiente global y sensibilización al respecto.
- Aprender conocimientos para comprender el funcionamiento del Medio Natural y sus problemas.
- Asumir valores que permitan un comportamiento y participación activa en la mejora del medio.
- Adquirir aptitudes para determinar y resolver problemas ambientales.

- Posibilitar la participación activa en tareas para resolver dichos conflictos ambientales.

A veces, encontramos una síntesis basada en cinco palabras: **conciencia** de un problema, **conocimientos** para entenderlo, **actitud** para implicarse, **aptitudes** para saber cómo intervenir y posibilidad de **participar** activamente en el proceso.

e) Las pautas metodológicas anteriores necesitan herramientas para que se hagan realidad. Son materiales didácticos que se construyen tanto por parte del alumnado como por parte del profesorado. En función de la finalidad que se persigue con ellos podemos dividirlos en tres grupos:

Documentación de referencia, sirve de recuerdo, para el alumnado. Incluimos aquellos aspectos que no pueden olvidarse por descuido. Como ejemplos tenemos la lista de material individual, lista de material colectivo o los escritos para recordar aspectos tales como horarios, lugares de cita, normativa, consejos básicos...

Documentación cartográfica, ayudan a situarse en el espacio: conocer con antelación datos de la excursión, los esfuerzos a realizar, los lugares a visitar, etc. Los perfiles topográficos, croquis de las rutas, mapas de cordales, topográficos u otros mapas menos habituales como hidrográficos, turísticos... pueden servirnos para este fin.

Documentación de trabajo o fichas de aprendizaje donde reflejar aquellos contenidos que queremos enseñar o evaluar, tales como aspectos naturales o culturales de la zona, técnicas o materiales relativos a la

actividad, desarrollo de la creatividad, desarrollo sensorial, desarrollo del lenguaje...

Aunque se considera una herramienta más de trabajo, destacamos el **Cuaderno del alumno** por su importancia, puesto que implica a todo el proceso y no sólo a una actividad determinada. Es como un diario, rellenarlo es una tarea compartida entre el profesorado, el grupo de clase y el alumnado, y tendrá que ver con lo realizado, lo aprendido y lo vivido por parte del alumnado. Es una herramienta de trabajo y de evaluación (Bores, 2000).

REFERENCIAS

- Alexander, M.; Holtzer, C. (1971) *Educación al aire libre*. Buenos Aires: Troquel.
- Álvarez, C. (1990) *Derecho ambiental, manual práctico*. Madrid: Pénthalon.
- Amicale EPS. (1986) *El niño y la actividad física*. Barcelona: Paidotribo.
- Atwood, B.S. (1990) *Cómo explicar los mapas*. Barcelona: CEAC S.A.
- Baden Powell (1991) *Escultismo para muchachos*. Costa Rica: Scout interamericana.
- Bores, N. (2000) *El cuaderno del alumno en el área de Educación Física en la Enseñanza Secundaria Obligatoria*. Tesis doctoral, Inédito.
- Revista de Ciencias del Ejercicio y la Salud*[®]
Vol. 4, N°1, 2006
- Corber, M.V. et al. (1989) *Trabajar mapas*. Madrid: Alhambra.
- Earthworks Group (1991) *50 Cosas simples que los niños pueden hacer para salvar la tierra*. Barcelona: Círculo de lectores.
- Funollet, F. (1989) "Las Actividades en la Naturaleza como marco de una Educación Física activa y eficaz", en *Apunts Educació Física i Esportes*, n° 16-17, 81-85.
- Gómez, V. (2003) *Las actividades en la Naturaleza*. Barcelona: Praxis.
- Martínez De Haro, V. [coord.] (1993) *La Educación Física en primaria. Reforma -6 a 12 años- volumen II*. Barcelona: Paidotribo.
- Miguel, A. (2001) *Actividades físicas en el medio natural en la educación física escolar*. Palencia: PMD.
- Pliego, D. (1993) *Manual de senderismo*. Madrid: La librería.
- Puig, J.M.; Trilla, J. (1987) *La pedagogía del ocio*. Barcelona: Laertes.
- Pinos, M. (1997) *Actividades Físico Deportivas en la Naturaleza*. Madrid: Gymnos.
- Ruiz, A.; Ruiz, P. (1982) *La acampada y nosotros*. (manual práctico de acampada para niños). Madrid: Pénthalon.
- Sonnier, G. (1977) *La montaña y el hombre*. Barcelona: R.M.
- Vaca, M.J. (1996) *La Educación Física en la práctica en Educación Primaria*. A.C. Cuerpo, Educación y Motricidad. Palencia.
- Walthert, N. (1989) *La marcha fuente de salud*. Bilbao: Ediciones Mensajero.
- Wass, S. (1992) *Salidas escolares y trabajo de campo en la Educación Primaria*. Madrid: Morata.