

Recibido: 15/05/2012

Aceptado: 20/07/2012

## ENSEÑANZA DE ACTIVIDADES EN EL MEDIO NATURAL Y SU RELACIÓN CON EL ENTORNO ESCOLAR

### TEACHING ACTIVITIES IN THE NATURAL ENVIRONMENT AND ITS RELATIONSHIP WITH THE SCHOOL ENVIRONMENT

#### **Autor:**

Baena-Extremera, A.<sup>(1)</sup>; Granero-Gallegos, A.<sup>(2)</sup>; Sánchez-Fuentes, J.<sup>(1)</sup>; Ayala-Jiménez, J.D.<sup>(1)</sup>; Vaquero-Cristobal, R.<sup>(1)</sup>; Martínez-Molina, M.<sup>(1)</sup>.

#### **Institución:**

<sup>(1)</sup>Universidad de Murcia abaenaextrem@um.es

<sup>(2)</sup> Centro de Profesores Cuevas-Olula (Almería)

#### **Artículo procedente del I Congreso Internacional de Actividad Física en el Medio Natural. Nuevos Retos para las empresas de Turismo Activo**

#### **Resumen:**

El objetivo de este artículo es transmitir una propuesta de como enseñar las actividades en la naturaleza a los alumnos de educación física, buscando la máxima transferencia entre el centro escolar y el entorno natural. Para ello se proponen ciertas unidades didácticas por curso en las que se informa a los alumnos además, de lugares donde poder realizarlas fuera del centro. La propuesta ha dado resultados muy interesantes, pues se ha aumentado la práctica de estas actividades entre los alumnos y familiares, en su tiempo libre.

**Palabras Clave:** actividades en la naturaleza, centro escolar, unidad didáctica.

## **Abstract:**

The aim of this paper is to convey a proposal of how to teach the outdoor activities to students in physical education, looking for the maximum transfer between the school and the environment. This will suggest some teaching units per course in which students are informed also of places do them on off-center. The proposal has yielded very interesting, as it has increased the practice of these activities among the students and their families in their spare time.

**Key Words:** activity in the nature, school, didactic unit.

## 1. INTRODUCCIÓN

Es curioso pensar que, muchas de las situaciones que ocurren en los centros escolares, son semejantes o iguales a las de otros centros de diferentes ciudades, provincias e incluso países. Entre otras semejanzas, sucede que cada lunes de cada semana, mes y año escolar, llegamos al centro y tras saludar a nuestros compañeros y alumnos, siempre surge la misma pregunta: ¿qué tal el fin de semana? ¿qué habéis hecho? Y lo significativo es que con el paso del tiempo, en el entorno escolar la pregunta sigue siendo la misma en cada promoción que termina sus estudios, pero las respuestas van cambiando con ellas.

Desde la generación juvenil pasiva del fin de semana, pasando por la generación de la videoconsola, el botellón y la “amoto”, hasta llegar a la población actividad de fin de semana, cada vez más, encontramos alumnos que nos explican con todo tipo de detalles, lo bien que se lo han pasado con su familia, cuando durante el fin de semana, se fueron al campo a practicar algún tipo de deporte. En años anteriores, hemos podido apreciar que la sociedad española era más partícipe de actividades deportivas no propias de la naturaleza pero que tendían a llevarse al medio natural (típico partido de fútbol del domingo, palas o tenis en la era, juegos de comba, etc.). Pero tal vez la influencia del área de Educación Física, la proliferación de empresas deportivas en el medio natural, el avance de la tecnología y la influencia de otros factores, han hecho que los alumnos (hijos ahora y padres después), adquieran ciertos conocimientos de Actividades Físicas en el Medio Natural (AFMN), que los ayuda hoy y los ayudará mañana a ocupar su tiempo libre, haciendo deporte. La sociedad española es según García Ferrando (2006), más practicante de deporte en el medio natural, y eso lo observamos reflejado por la respuesta de nuestros alumnos, ya que cada vez está más relacionada con estas prácticas:

- ¡Profe, profe!, ¡el sábado nos fuimos mis tíos, mis padres y yo a la Sierra de Baza. Hicimos senderismo y cogimos la bicicleta, y ¿sabes quién arregló el pinchazo de mi primo? Pues yo. ¡No veas que bien nos lo pasamos!

- El médico le ha mandado a mi madre que ande más de una hora porque tiene el colesterol alto, así que se ha apuntado a un club de senderismo. El otro día nos llevó a una ruta que había estado haciendo con el club y no se acordaba mucho, hasta tal punto que nos perdimos. ¡Gracias a que llevábamos un mapa y lo que aprendí en las clases de orientación, pudimos saber que camino teníamos que coger para volver al coche!

- ¡Pues yo estuve visitando el Parque Natural de Sierra Nevada y como mi padre le gusta la escalada, nos llevó a practicar a los Peñones de San Francisco!

- Cogí los apuntes que nos habías dado en clase y se los enseñe a mi madre, y le gustó tanto la fotos, que nos propuso ir el sábado a ver la cueva. Cuando fuimos, resulta que podíamos hacer espeleología en ella y ver por dentro más detenidamente cómo vivían nuestros antepasados. ¡Sabes profe, les estuve enseñando lo que habíamos visto en clase y el monitor se quedó sorprendido!

Estas y otras opiniones relacionadas con los contenidos vistos en clase (senderismo, bicicleta de montaña, piragüismo, orientación, conocimiento y conservación del medio, etc.), ocurren a menudo en el primer día de la semana de los centros educativos de nuestro país, sucediéndose cada vez con más frecuencia. Es síntoma de que la población hace más deporte que en épocas anteriores (Rodríguez, 2007), donde cada vez los practicantes acuden más al medio natural para practicar (Granero y Baena, 2007) y que los españoles empiezan a hacer un uso constructivo de su tiempo libre (utilizando entre otros, los conocimientos adquiridos en Educación Física).

Durante la enseñanza primaria y secundaria, se trabajan contenidos de AFMN desde el desarrollo de los diferentes bloques de contenidos legislados en las ordenes y reales decretos curriculares (véase Granero-Gallego, Baena-Extremera y Martínez, 2010; Orden 10 de Agosto de 2007 y el Real Decreto 1631/2006, de 29 de diciembre). Esto es debido, porque cada vez una mayor multitud de autores conocen, entienden y valoran las bondades educativas de estas actividades en nuestros alumnos (véase por ejemplo Baena-Extremera, 2011; Baena y Granero, 2008; Granero y Baena, 2007). Por ello, a

continuación, vamos a presentar una experiencia que se está realizando con los alumnos de Educación Secundaria Obligatoria, y que pretende acercar aún más, las AFMN y los Deportes de Aventura a los alumnos, profesores, padres y madres de nuestra sociedad.

## 2. ORIGEN DE LA EXPERIENCIA

Esta experiencia nace cada lunes, cada primer día de clase de cada semana, a partir de las 8 de la mañana, de manera paralela en muchos centros españoles a la vez. Surge en las aulas, en los gimnasios, en los pasillos y entre los corrillos de la sala de profesores. Y es que como vemos y sabemos, nace y crece la necesidad de seguir ofreciendo y formando al alumnado con respecto a los contenidos de AFMN, ofreciéndole recursos de práctica deportiva en el medio, de ocupación de su tiempo libre, de relación familiar y social con estos deportes.

## 3. DESARROLLO

La propuesta que se ha hecho, se basa en ofertar un gran abanico de contenidos de AFMN y Deportes de Aventura en los cursos de Educación Física de la E.S.O. y Bachillerato, teniendo en cuenta aquellos deportes que más se pueden practicar en las inmediaciones de la localidad, ya que la idea es, “formar para practicar más” durante el tiempo libre y de ocio.

Teniendo presente el potencial de la zona en la que nos situamos (Granada), el Departamento de Educación Física ha diseñado su Programación Didáctica de forma que la selección y distribución de contenidos del bloque de AFMN se distribuya durante los cursos de E.S.O. y Bachillerato a lo largo de las Programaciones de Aula, quedando encuadrada de la siguiente forma:

Tabla 1: Distribución de unidades didácticas.

CURSO	UNIDADES DIDÁCTICAS	CONTENIDOS	APORTACIONES PRÁCTICAS PARA EL TIEMPO LIBRE
1º E.S.O.	UD. Senderismo y Bicicleta Todo Terreno.	Normas de senderismo, tipo de senderos, conservación del medio, la mochila, ritmo ... Manejo y técnica de la Bicicleta.	Lugares de interés de la localidad y pequeños recorridos turísticos. Lugares y zonas donde poder realizar rutas de una mañana a pie o en bicicleta.
	UD. Tropa y escalada.	Iniciación a la escalada.	Lugares donde se puede acceder tras una pequeña ruta andando y con necesidad de un pequeño mapa, a una escuela de escalada.
2º E.S.O.	UD. Senderismo y Orientación.	Senderismo y orientación con mapas.	
	3º E.S.O.	UD. Escalada.	Escalada y rappel.
UD. Descenso de Barrancos		Iniciación al Descenso de Barrancos	Actividad TIC relacionada con el descenso de barrancos. Visita de algunas webs temáticas.
4º E.S.O.	UD. Montañismo.	Senderismo, orientación y montañismo. Flora, fauna y conservación.	Guía de Sierra Nevada, flora, fauna endémica, conservación. Senderos de Sierra Nevada y refugios de montaña. Visita de un Albergue y subida a un pico.
	UD. Bicicleta Todo Terreno.	Técnica, desarrollos, mecánica,...	Actividad TIC relacionada con la Bicicleta. Ruta en actividad complementaria de Bicicleta Todo Terreno.
1º Bach.	UD. Técnicas Verticales.	Escalada, vías ferratas, pasamanos, etc.	Escalada deportiva en la escuela de Alfacar (cercana al centro). Información sobre otras escuelas la provincia.
	UD. Piragüismo	Iniciación al piragüismo.	Piragüismo en el Pantano de Cubillas (cercano al centro). Información sobre otros lugares de práctica, tanto de playa (Motril, Salobreña,...) como de pantano (Quentar).
2º Bach.	UD. Espeleología	Iniciación a la espeleología.	Información sobre cuevas de interés. Visita a la Cueva de Piñar. Actividad TIC de Visita Interactiva a la Cueva de Hundidero-Gato.

En el apartado de aportaciones prácticas para el tiempo libre, se ha intentado reflejar la propuesta que se hace desde el Departamento de Educación Física y del centro, para que los alumnos adquieran los

conocimientos necesarios para llevar esas prácticas a su tiempo libre y de ocio. Así, en primer curso con la Unidad Didáctica de Senderismo y Bicicleta, se le proporciona al alumno información escrita e interactiva (a través de diferentes páginas de webs de asociaciones, clubes, etc.) donde podrán encontrar lugares de interés de la localidad y pequeños recorridos turísticos para hacer en su tiempo libre y de ocio. De igual manera, la información que se le proporciona va referida a rutas por lugares de interés turístico que se puedan realizar en una mañana a pie o en bicicleta, donde sea necesario llevar una mochila con agua, algo de comida, etc.

En segundo curso, se proponen dos unidades: una de trepa y escalda, y otra de senderismo y orientación. Unificando ambas unidades didácticas, se les proporciona a los alumnos un pequeño dossier sobre lugares donde podrán realizar escalada, accediendo tras una pequeña ruta andando y con necesidad de un pequeño mapa para orientarte y que les guiará hacia los lugares de práctica.

En tercero de la E.S.O., se unen las dos unidades de escalada y descenso de barrancos puesto que se aplican técnicas como el rappel (son comunes en ambas) y la propuesta que se le hace va relacionada con lugares de la provincia donde poder practicar barranquismo. Como complemento, se realiza una actividad TIC relacionada un Descenso de Barrancos interactivo y posteriormente se hace una visita al mismo Barranco (en Alhama), el cual no dispone de curso activo de agua (no haciendo falta traje de neopreno) y siendo propicio para la práctica en estas edades.

Para cuarto de la E.S.O., se proponen dos unidades didácticas: con el montañismo se propone recordar contenidos vistos en cursos anteriores en unidades de senderismo y orientación. Sobre la propuesta práctica, se les entrega a los alumnos una pequeña Guía de Sierra Nevada, con información de la flora, la fauna, y medidas de conservación del medio. En la guía, se incluye además información sobre los senderos (kilómetros, nivel, desnivel acumulado,...) más importantes de Sierra Nevada y los refugios de montaña. Con la unidad de Bicicleta Todo Terreno, la propuesta es similar, ya que se les

informa a través de una pequeña guía, de rutas turísticas de la localidad y de los alrededores, con pocos desniveles y kilómetros, propicias para este curso. Con respecto a las actividades TICs, trabajamos con una webquest temas relacionados con la técnica de la Bicicleta, los desarrollos, el frenado, la mecánica, etc. y culmina dicha unidad didáctica con una salida cicloturista por la localidad que ocupa toda la mañana escolar.

Para primero de Bachillerato, se comienza con la unidad de técnicas verticales, englobando y recordando contenidos vistos en cursos anteriores (unidad didáctica de Escalada de segundo y tercero de la E.S.O.). En la propuesta práctica, se proporciona información sobre las escuelas de escalada más importantes de la provincia, y se visita la más cercana al centro, la escuela de Alfacar. En la siguiente unidad, aprovechamos el buen tiempo para introducir contenidos de agua y enseñarles a los alumnos las posibilidades de que disponemos, informándoles de pantanos, canales y playas donde poder alquilar estas embarcaciones y practicar este deporte.

Por último, en segundo de Bachillerato trabajamos únicamente la Espeleología, puesto que ubica contenidos de cursos anteriores (unidad de técnicas verticales y de escalada). La propuesta práctica para el alumnado, es informarles de las Cuevas turísticas y Cuevas de Espeleología que se pueden visitar, realizando una visita interactiva a través de las TIC a la Cueva de Hundidero-Gato, una de las más importantes de Andalucía. Terminamos la propuesta con la salida a la Cueva de Piñar, donde las familias acuden a menudo durante los fines de semana.

#### **4. VALORACIÓN DE LA EXPERIENCIA**

La experiencia que acabamos de narrar, se lleva realizando desde varios años y durante los mismos, se ha estado preguntando a los alumnos sobre las prácticas deportivas que realizan durante los fines de semana. Los resultados son sorprendentes, porque a pesar de no ser aún adultos, ni padres ni madres, si consiguen tener una gran influencia como hijos dentro de su familia, acercándoles con sus propuestas (y nuestras ideas) a que cada fin de semana,

sean más las familias que pasan tiempo en su compañía realizando Actividades Físicas en el Medio Natural.

La experiencia trata de unificar las clases de Educación Física con las prácticas diarias en el tiempo libre y de ocio. Para conseguir ese acercamiento, es imprescindible que los alumnos aparte de obtener los conocimientos necesarios para sus practicas, sepan donde y cuando realizarlas. Para ello, es necesario suplir esta carencia con informaciones concretas (a través de páginas webs, libros, revistas, apuntes, oficinas de turismo, etc.) de cada unidad didáctica para facilitarles su practica que sean capaces de establecer relaciones directas entre el conocimiento aprendido en los centros y la puesta en práctica en la vida real.

## 5. BIBLIOGRAFÍA DE REFERENCIA

1. Baena, A. (2011). Programas didácticos para Educación Física a través de la educación de aventura. *Espiral. Cuadernos del profesorado*, 4(7).
2. Baena, A. y Granero, A. (2008): Las actividades físicas en la naturaleza en el currículum actual: contribución a la educación para la ciudadanía y los derechos humanos. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, 14, 48-53.
3. García Ferrando, M. (2006). Veinticinco años de análisis del comportamiento deportivo de la población española (1980-2005). *Revista Internacional de Sociología*, (44), 15-38.
4. Granero, A. y Baena, A. (2007). Importancia de los valores educativos de las Actividades Físicas en el Medio Natural. *Revista Habilidad Motriz*, (29).
5. Granero-Gallegos, A.; Baena-Extremera, A. y Martínez, M. (2010). Contenidos desarrollados mediante las actividades en el medio natural de las clase de Educación Física en Secundaria Obligatoria. *Agora para la educación física y el deporte*, 12(3), 273-288.

6. Orden 10 de Agosto de 2007, por la que se establece la ordenación de la evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado de Educación Secundaria Obligatoria en Andalucía.
7. Real Decreto 1631/2006, de 29 de diciembre, por el que se establecen las enseñanzas mínimas correspondientes a la Educación Secundaria Obligatoria.
8. Rodríguez, D. (2007). Deporte y sociedad. *Revista Outdoor* (14), 6.