



Revista

WANCEULEN E.F. DIGITAL

Número 4 - Mayo 2008

**JUEGOS Y ACTIVIDADES EN EL MEDIO NATURAL.
UNA PROPUESTA PRÁCTICA**

José Antonio Rebollo González

ISSN: **1885-5873**

PÁGINAS: 253-261

INTRODUCCIÓN

En los últimos tiempos escuchamos con gran frecuencia los valores tan extraordinariamente importantes que posee el medio natural, la necesidad de cuidar la naturaleza como medio para mantener nuestra salud y la de nuestros/as hijos/as, etc.

Desde el punto de vista de la escuela, es necesario que ayudemos a nuestro alumnado a que conozca la naturaleza para de esta manera poder cuidarla y respetarla, desde el área de Educación Física añadiríamos también disfrutarla, nos parece de suma importancia enseñar a estas criaturas en formación, estrategias para divertirse en contacto con el medio.

Cuando nos planteamos el desarrollo de estos contenidos, es frecuente que nos aborden un mar de dudas, ya que tenemos pocas posibilidades de acceder al entorno natural y podemos caer en la tentación de reducir el desarrollo de estas actividades al día que podamos estar en contacto con la naturaleza.

Esta opción nos parece escasa, ya que si bien es cierto que en los centros es compleja la tarea de salir a estar en contacto con la naturaleza, nos parece muy interesante que en Primaria apostemos por un proceso que vaya desde el Colegio a la Naturaleza, es decir plantear en clase propuestas que puedan tener aplicación en el campo, y en este sentido vamos a proponer algunos juegos y actividades que podemos plantear a nuestro alumnado y que posteriormente van a ver plasmadas cuando hagamos alguna salida.

JUSTIFICACIÓN

En estos momentos donde la sociedad se aleja cada vez más del asfalto, la actividad deportiva en espacios abiertos cobra un auge extraordinariamente importante. Nuestra vida cotidiana impone demasiadas reglas, y estamos poseídos por la competitividad, las prisas, el tráfico, el estrés, etc. Por otra parte, el elevado coste de las instalaciones deportivas reglamentarias, debido a la falta de suelo urbano etc, hace que desde las mismas instituciones se vaya potenciando la realización de actividades deportivas en el medio natural, siendo al mismo tiempo una fuente de ingresos importante para la población rural, dando origen al turismo rural que cada vez toma más protagonismo.

La Naturaleza tan íntimamente ligada a la vida del hombre y tan absolutamente tiranizada por las actuaciones del mismo, se convierte como tantas veces en la válvula de escape que necesita la población, y desde los centros educativos, debemos sensibilizar y educar a los participantes, para lograr que el medio natural forme parte de nuestras vidas y así poder participar en su cuidado, conservación y disfrute.

Si ya la LOGSE mantenía la importancia del trabajo de estos contenidos dentro de nuestra área, hemos recogido los apartados de la LOCE, en los que se recoge aspectos interesantes en torno a la vigencia de estos contenidos dentro del trabajo en las clases de Educación Física.

En la LOE dentro de los fines en el artículo 2, podemos recoger la formación para la adquisición de valores que propicien el respeto hacia los seres vivos y el medio ambiente, en particular al valor de los espacios forestales y el desarrollo sostenible. Algo que nos parece bastante significativo ya que podemos vincular las actividades que hacemos en contacto con el medio natural a la necesidad de desarrollarlas atendiendo a las consecuencias negativas que pueda tener para el entorno, si estamos hablando de senderos señalar las pautas a tener en cuenta a la hora de desarrollarlo, y así de cualquier actividad que podamos desarrollar. Por lo tanto uniéndolo con el punto h, es necesario que el alumnado adquiera hábitos saludables a través del ejercicio físico y el deporte de una manera significativa y responsable con el entorno en el que nos vamos a mover.

PRINCIPIOS GENERALES (LOE)

h) Conocer y valorar su entorno natural, social y cultural, así como las posibilidades de acción y cuidado del mismo.

De la misma manera podemos ver como Las declaraciones de derechos universales por parte de Naciones Unidas recogen en su artículo 29 de la Declaración de los derechos del niño la necesidad de inculcar al niño el respeto del medio ambiente natural y el derecho a percibir el medioambiente como una riqueza común.

Hemos podido comprobar como efectivamente la nueva ley de educación considera importante el trabajo de estos contenidos y nosotros queremos animar al profesorado a que desarrolle estos contenidos de forma global y que el trabajo que reseñábamos antes vaya siempre de la escuela a la naturaleza, en un proceso continuo en el que veamos la transferencia del trabajo que se realiza en el aula al entorno, parques, plazoletas, zonas verdes, medio natural. En la línea de lo que señalan Santiuste y Villalobos, 1999, hemos querido recoger en el siguiente cuadro como serían las actuaciones que se llevarían a cabo.

En el tiempo de clase	Actividades en el aula–gimnasio Actividades en el patio o parque cercano del barrio o municipio.
Si disponemos de más tiempo	Actividades en un gran parque o medio natural cercano. Salidas o excursiones al medio natural distante.

PLAN DE ACTUACIÓN

1.- EVALUACION INICIAL

- ¿A quien va dirigida?
 - Sondeo de las características e intereses del grupo.
 - Características psicológicas de los individuos de ese grupo.
- ¿Donde se podría realizar?
 - Estudio del entorno para ver las posibilidades que nos ofrece.

- ¿Que podríamos realizar?
 - En función de todo lo anterior nos planteamos una serie de posibilidades, que posteriormente discutiremos.
- ¿Cuándo?
 - La época del año en la que realicemos nuestra actividad va a marcar también el tipo de actividad.

2.- DEFINIR LA ACTIVIDAD

Una vez examinados todas las condiciones anteriores, pasaremos a analizar todas las posibilidades que nos ofrecen y en función de esto marcaremos las pautas a seguir, y el tipo de actividad que realizaremos.

3.- OBJETIVOS

En este apartado debemos hacer especial hincapié, pues es un elemento que marcará nuestro trabajo dentro de la actividad. Debemos desterrar la idea de realizar las actividades para sacar a los niños al campo, o para que se diviertan. Sin ánimo de criticar debemos de superar el aspecto lúdico-recreativo como objetivo exclusivo dentro de las actividades que podamos realizar. Tendremos que aprovechar esos aspectos, para introducir objetivos de formación y aprendizaje de tal forma que podamos seguir en la línea de formación integral de los participantes. De esta forma será mucho más fácil sensibilizar a los participantes a cerca de la Naturaleza, y de las múltiples posibilidades que nos ofrece sin necesidad de dañar el equilibrio ecológico.

Por lo tanto los objetivos irán dirigidos en tres líneas:

- RECREACIÓN
- INVESTIGACIÓN
- EDUCACIÓN

PLAN DE ACTIVIDADES

ACTIVIDADES ANTES:

- Examinar con detenimiento los lugares en los que se podría desarrollar la actividad.
- Observar las vías de comunicación que tienen los distintos lugares.
- Establecer contacto con el centro de salud más cercano para conocer los horarios, etc.
- Permisos y autorizaciones en caso que sea necesario para utilizar las diversas instalaciones y terrenos.
- Reunión del equipo de trabajo.
- Lluvia de ideas de actividades que se podrían realizar.
- Condicionantes:

- Horario
- Impedimentos, etc.
- Temporalización y distribución de actividades: individuales, pequeño y gran grupo.
- Lista de material.
- Presupuesto de gastos, (lo más detallado posible).
- Metodología
- Evaluación inicial.
- Cartas a los padres explicándoles nuestra idea, material necesario y documentación que se requiere.

ACTIVIDADES DURANTE:

- Recepción de los participantes y de sus padres o tutores mostrándoles la instalación.
- Recogida de documentación.
- Revisión del cuestionario médico por si existiera algún problema.
- Información sobre la medicación de los participantes.
- Asamblea para explicar las normas de actuación.
- Instalación en tiendas o cabañas.
- Distribución en grupos.
- Juegos de presentación, conocimiento, etc.
- Conocimiento de la instalación.
- Atención a comidas, higiene, limpieza y conservación del entorno en el que nos encontramos.
- Desarrollo de actividades individuales, pequeño grupo y gran grupo, favoreciendo el desarrollo del individuo.
- Favorecer la integración de todos los participantes, prestando especial atención a los más desfavorecidos.
- Potenciar la participación de todos en todas las actividades sin distinción de edad, sexo, etc.
- Realizar una Evaluación Continua en la que podamos observar diariamente la evolución de la actividad solucionando los pequeños problemas que puedan aparecer y adaptando nuestra actividad a realidad en la que nos encontremos.

ACTIVIDADES DESPUÉS :

Evaluación final

- Análisis pormenorizado de todos los apartados de nuestro proyecto:
 - Objetivos
 - Actividades
 - Instalaciones
 - Personal de la instalación
 - Grupo de participantes
 - Equipo de monitores
 - Dirección de la actividad
 - etc.

- Propuestas de mejora

TALLER PRÁCTICO

En el desarrollo de este taller práctico hemos propuesto por una parte un abanico de juegos con diferentes objetivos con la idea de centrar a los participantes en torno a lo que sería el trabajo de trasladar lo que hacemos en el aula a la realidad vivencial del alumnado algo que nos parece de suma importancia, debemos plantearnos en la escuela como objetivo fundamental educar para la vida, con todo tipo de argumentos unos relativos al trabajo y otro relativos a la utilización activa y educativa del tiempo libre por lo tanto debemos también enseñar a divertirse, como señalan Bravo y Romero, 1998. *La escuela ha de preparar para la vida realizando actividades que orienten a su alumnado a descubrir cauces de desenvolvimiento acorde con el entorno en el que viven y con su historia y las actividades en la naturaleza pueden contribuir de manera eficaz a ese despertar.*

En este sentido hemos propuesto una serie de juegos que vamos realizando en el aula y que intentamos que el alumnado los realice en cualquier espacio, por supuesto planteamos que se pueden realizar en la mejor instalación polideportiva que existe: LA NATURALEZA.

Vamos a ir describiendo los juegos en relación al objetivo que queremos conseguir:

JUEGOS DE CONOCIMIENTO

Este tipo de juegos que en cualquier bibliografía podemos encontrar para que los participantes se conozcan, bien cuando tenemos un grupo nuevo o cuando hacemos un intercambio con otros centros, o incluso también si organizamos un campamento de dos o tres días, presentando una propuesta que sirva para conocer algo de las personas que nos rodean y compartir esa información, teniendo un efecto de gran interés para nuestro trabajo.

El tesoro humano

En este juego tratamos de que los participantes se conozcan un poco más y para eso formulamos algunas preguntas simples pero que provoquen una interacción entre los que juegan.

- Busca a cuatro personas que sean de lugares diferentes
- Busca a alguien que necesite un cariño. Dáselo
- Busca a alguien que tenga el mismo hobby que tú
- Busca a dos personas y juntas inventad vuestro grito de guerra. Gritadla.
- Busca a alguien que sea más alto que tu.
- Busca a dos personas que le guste el mismo color que a ti
- Habla con alguien que le guste la misma comida que a ti

Los animales

Repartimos un papelito a cada participante en el que aparece la imagen de un animal, en nuestro caso queríamos hacer 5 grupos y hemos puesto (pollitos, gallos, gatos, perros y patos), una vez que cada uno tiene su papel, tiene que encontrar a los demás animales de su misma especie haciendo el sonido del animal que te toque. Una variante puede ser que además del sonido puedas hacer los gestos del animal en cuestión.

JUEGOS COOPERATIVOS

Caballeros a sus caballos

JUEGOS DE AGRUPAMIENTOS

Una vez planteada una actividad en el medio natural nos parece interesante buscar estrategias lúdicas para realizar los grupos, algo que nos será de gran ayuda ya que cuando los grupos salen de una actividad lúdica son aceptados por todos y en este sentido hemos planteado el siguiente juego.

Gymkhana

Hemos propuesto esta actividad que nos da muchas posibilidades a la hora de trabajar con el alumnado ya que tiene unas características muy adecuadas para trabajar en cualquier etapa educativa, en este caso hemos planteado una serie de actividades adaptada a los participantes que hemos tenido (Alumnos de la Universidad), pero que se pueden modificar en función de las personas con las que vayamos a trabajar.

La dinámica que hemos planteado sigue las pautas que señala Rebollo (2002), y en este caso hemos unido el desarrollo de la gymkhana con la configuración de un Puzzle, como desarrolla este mismo autor.

Ha sido una actividad por equipos, cada uno tiene que conseguir todas las piezas del puzzle y escribir la frase que se encuentra escondida. En este caso hemos planteado un tablero en el que se tienen que mover como el caballo en el ajedrez pero siempre dando el último salto a la derecha, un ejemplo lo tenemos a continuación.

Salto de caballo a la derecha

TA	TU	MAN	DÍ	MA	ME	CON	LA	NE	NA	MI	N
NO	A	TU	EL	NI	ÑO	TIE	LA	NA	TU	RA	ME
LE	ZA	TE	RRI	LO	DA	EN	UN	E	UN	SAL	TO
SE	DAS	LO	QUE	TE	<u>QUI</u>	SIR	VA	O	NO	LA	DA
NI	MU	BOL	CHO	TE	LA	BU	EN	A	LO	UN	DI
A	I	ME	TRON	AR	DIO	UNA	PA	TA	A	DA	EN
SE	GU	RO	QUE	TE	EN	EN	LA	SIR	VE	TU	DU
UN	NI	CO	NA	PE	RO	NO	TE	BU	DAR	NA	DA
DE	NA	DA	SI	NO	TE	MAN	SE	DE	CIR	LO	QUE
U	NA	PU	ÑE	TE	RA	VE	A	LA	PAR	TE	DE
A	TRA	E	ME	U	DAS	N	ES	PIN	DAR	GA	DE
CO	NO	SE	QUE	HA	CE	U	NA	TI	A	CO	MO

Hemos planteado 6 pruebas en las que buscamos fundamentalmente el trabajo en equipo para la consecución de las mismas, combinando el tipo de habilidad necesaria para superar los distintos retos, los grupos pueden ir a la prueba que deseen sin un orden establecido, cuando superen la prueba le darán una parte del plano arriba indicado, siendo el objetivo descifrar la frase en el menor tiempo posible.

Pruebas

- Que rule: pasarse una moneda de cinco duros con un palillo de dientes entre todos los miembros del grupo.
- El peliculillas. Uno del grupo representa una película y el resto tiene que adivinarla. También puede ser que el grupo represente y uno tiene que adivinarlo.
- Ensártalo. Tenemos colocada una aguja en un lugar determinado y utilizando un hilo como testigo tenemos que colocarnos en la línea de salida y cuando se dé la señal salir ensartar la aguja y pasarle el hilo al compañero, así todos los miembros del grupo.
- Barbilleando: Pasarse una pelota pequeña todos los componentes del grupo con la barbilla.
- La carta viajera. Una carta de la baraja tiene que pasar por todos los componentes del grupo sosteniendo la carta con los labios de forma vertical.
- Hacer reír a un monitor sin tocarlo.

PRUEBAS DE RELEVO

- Relevo de la estaca
- Relevo del tapón
- Relevo estilo

BUSCA ESTOS CINCO OBJETOS

- CON PIEDRECITAS DEL CAMPO PON EL NOMBRE DE UNA FLOR
- BUSCA 8 ZATATILLAS DEL PIE IZQUIERDO

- REUNE 5 BASURILLAS QUE TE ENCUENTRES POR AHÍ Y TRAE LAS
- UNA GORRA
- BUSCA A ALGUIEN DE FUERA Y QUE NOS CANTE UNA CANCIÓN

BIBLIOGRAFÍA

- BRAVO, R. Y ROMERO, O. (1998). Actividades educativo-complementarias en la Naturaleza. Málaga: Aljibe.
- LOE. Ley Orgánica 2/2006 de 3 de mayo. BOE. Nº 106.
- REBOLLO, J.A. (2002). Deporte para Todos. Huelva: Diputación Provincial del Huelva.
- SANTIUSTE, Y. y VILLALOBOS, E. (1999). Juegos en el medio natural. Madrid: Pila Teleña.