

## **LA SUPERVIVENCIA EN EL AULA, UNA PROPUESTA METODOLÓGICA**

### **SURVIVAL IN THE CLASSROOM, A METHODOLOGICAL**

**Autor:**

Martínez, M.<sup>(1)</sup>; Vaquero-Cristóbal, R.<sup>(2)</sup>; Baena, A.<sup>(2)</sup>; Granero, A.<sup>(2)</sup>; Sánchez, J.A.<sup>(2)</sup>.

**Institución:**

<sup>(1)</sup> Universidad Católica San Antonio de Murcia.

<sup>(2)</sup> Universidad de Murcia.

[marinamartinezmolina@gmail.com](mailto:marinamartinezmolina@gmail.com)

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

**Resumen:**

El objetivo del presente trabajo fue adaptar la supervivencia en el medio natural al contexto educativo con el fin de proporcionar al alumnado una primera experiencia, hacerlo consciente de las posibilidades que ofrece este medio para su desarrollo personal y concienciarlo sobre valores de respeto y cuidado del medio ambiente. Para ello se llevó a cabo una dinámica grupal que a su vez fue un gran juego de roles, en el cuál se intervino sobre diferentes variables y elementos tales como el espacio, el tiempo y el material utilizado. Los alumnos debían trabajar en grupo y cohesionados para resolver una serie de problemas que se les iban planteando. En función de unos criterios cualitativos y cuantitativos se asignaba una puntuación a la solución dada y se les aplicaban una serie de incentivos/impedimentos los cuales condicionaban la

práctica y hacían que esta tuviera un gran grado de incertidumbre. La metodología utilizada fue el aprendizaje por problemas (estilo de enseñanza cognoscitivo). Con todo esto se pretendía que el alumno se implicara en la actividad desde el principio hasta el fin, fomentando su desarrollo físico, cognitivo y conductual.

**Palabras Clave:** estilos cognoscitivos, aprendizaje por problemas, estudiantes, motivación.

**Abstract:**

The aim of this study was to adapt the survival in the natural environment to the educational in order to provide students a first experience, sensitize them of the potential activities in the natural environment for personal development and education about values of respect and environment protection. A group dynamic which in turn was a great role play was carried out. It conditioned different variables and elements such as space, time and material used. Students must work in cohesive groups to resolve a problems. The solution provided by students was evaluated and punctuated according to qualitative and quantitative criteria. In addition, they received incentives / impediments which conditioned the practice and caused great uncertainty in practice. The problem-based learning (cognitive teaching style) was the methodology used. With all of this was intended that students become involved in the activity from the beginning to the end, promoting their physical, cognitive and behavioral development.

**Key Words:** cognitive styles, problem-based learning, students, motivation.

## 1. INTRODUCCIÓN

La naturaleza ha comenzado a adquirir protagonismo en el estilo de vida actual. Hay un gran deseo de volver a la misma en el tiempo libre, ya que es una forma de encontrarse a sí mismo y disfrutar vivencias nuevas. En este contexto las actividades físicas, deportivas, recreativas y de aventura han sido un vehículo cada vez más utilizado como compensación a la forma de vida urbana (Granero y Baena, 2010).

La práctica de actividad física en el medio natural es una buena forma de conseguir numerosos beneficios: a nivel físico mejora la condición física en general y la resistencia en particular, ya que supone una exigencia contra el medio que hay que solventar, ocupando a menudo grandes distancias y mucho tiempo de actividad con una intensidad moderada, lo que hace que se adapte a todas las edades; a nivel psicológico, al realizar este tipo de actividades el sujeto desconecta del estrés al que está sometido, mejorando su autoestima y haciendo que se sienta mejor consigo mismo; y a nivel social ayuda a relacionarse con los semejantes, puesto que ayuda a conocer a otras personas y disfrutar de un entorno social sano (Ruiz, García y Pierón, 2009).

Además de los beneficios en población adulta, el medio natural también tiene un gran potencial educativo en el ámbito escolar (Parra, Domínguez y Caballero, 2008; Parra, Roviera, Ortiz y Pérez, 2000; Santos y Martínez, 2006). Según Cornell, Hadley, Sterling, Chan y Boechler (2001), el medio natural es un lugar lleno de estímulos para desarrollar a los alumnos en todos sus ámbitos, contribuyendo a la educación integral de los alumnos, ya que favorece la socialización, se crean hábitos saludables, se mejora la capacidad de adaptación a otros entornos no conocidos, se desarrolla la autonomía y la autosuperación, etc.

El auge que están sufriendo estas actividades se está viendo reflejado en la productividad científica y didáctica. En los últimos años numerosos autores han realizado nuevas propuestas dentro de la educación física y el deporte relacionadas con actividades en el medio natural. Así, se encuentran

aplicaciones didácticas de espeleología (Baena y Granero, 2009), dinimizaciones de senderismo (Gómez, 2006; Parra et al., 2008), actividades y propuestas de escalada (Callejón, Pérez y De Haro, 1999; Fernández-Rio, 2000; Marinho y Turini, 2001), actividades de reto y aventura como medios educativos (Ewert, 1983, 1989; Meyer y Wenger, 1998; Witman, 1995), bicicleta de montaña (Baena, Calvo y Martínez, 2009) y multitud de programas de educación y aventura recogidos por Baena (2011).

Una de las modalidades en auge en relación con las actividades en la naturaleza es la supervivencia, un conocimiento que va muy unido al ser humano. Como apuntan García y Quintana (2005) la supervivencia en el medio natural ha existido siempre, pues la subsistencia ha estado vinculada con la supervivencia (caza, pesca, lucha contra otros animales depredadores, etc.). Incluso hoy en día todos los individuos están acostumbrados a sobrevivir en su ambiente natural, aunque puede ser que no se den cuenta de ello.

Domingo, Domingo y Navarrete (2003) definen la supervivencia como el arte que enseña a los individuos a sobrevivir en situaciones extremas o ante cualquier necesidad especial, así, como el conocimiento de los principios básicos de la vida al aire libre que lo preparan para lo inesperado.

La supervivencia como contenido didáctico ayuda a educa al alumno en valores sociales mediante la convivencia, en valores medio ambientales mediante el conocimiento y respeto del entorno natural, y favorece la creatividad, intentando que cualquier material u objeto pueda tener un fin práctico (Domingo, Domingo y Navarrete, 2003).

Es importante que la educación física, al igual que el sistema educativo, esté en continuo proceso de cambio y se adapte a los constantes cambios sociales (Granero, Baena y Martínez, 2010).

El objetivo del presente trabajo fue adaptar la supervivencia en el medio natural al contexto educativo con el fin de proporcionar al alumnado una primera experiencia, hacerlo consciente de las posibilidades que ofrece este

medio para su desarrollo personal y concienciarlo sobre valores de respeto y cuidado del medio ambiente.

## 2. MÉTODO

El uso del medio natural como escenario facilitador de experiencias al aire libre con propósitos educativos, donde se incluyen actividades de reto, aventura y supervivencia, presenta una larga tradición, sobre todo en Estados Unidos y que se puede remontar incluso hasta Platón (Neill, 2004; Outward Bound, 2006; Zmudy, Curtner-Smith y Steffen, 2009).

Con este propósito educativo se diseñó y desarrolló la propuesta del presente trabajo para trabajar la supervivencia. Esta se puede considerar una dinámica grupal y un gran juego de roles. Para su inclusión hubo que tener en cuenta diferentes variables y elementos que formaban parte esencial del desarrollo del juego. La dinámica a seguir a lo largo de los distintos retos que se planteó al alumnado fomentaba la cohesión y el trabajo en grupo para conseguir los objetivos propuestos y poder resolver los problemas que se les planteaban.

### Diseño de la propuesta práctica

La propuesta de supervivencia se trabajó con una metodología muy participativa por parte del alumnado, utilizando estilos de enseñanza cognoscitivos basados en el aprendizaje por problemas (ABP) o Problem-Based Learning, que potenciaran el aprendizaje significativo de los mismos. “El ABP es un método mediante el cual los alumnos construyen su conocimiento sobre la base de los problemas de la vida real. Es decir, no se trata de resolver problemas y encontrar la solución acertada sobre la información proporcionada previamente, sino todo lo contrario” (Font, 2004, p.84). Una de las premisas a respetar en las distintas pruebas que se planteó al alumnado, es que debían diseñarse de tal forma que estuvieran enfocadas a la resolución de un problema y que debían provocar el conflicto en la toma de decisiones del grupo, a través del cual, se transmitieran una serie de valores y se llegara al logro de los objetivos planteados con esta temática. Además, hay que tener

siempre en cuenta que las actividades que se diseñaron tenían que presentar una posibilidad de éxito para los participantes. Se trabajó en pequeños grupos de alumnos, los cuáles se tenían que reunir, y con la ayuda del profesor, analizar y resolver los problemas seleccionados o diseñados especialmente para el logro de los objetivos de aprendizaje. Cada actividad empezaba con el planteamiento de un problema relacionado con la competencia a adquirir en la misma, intentando activar los conocimientos previos de los discentes. Los alumnos, guiados por el profesor, observaban, fijaban lo que sabían y lo que no, buscaban, analizaban, juzgaban y reflexionaban sobre la posible solución (Egido et al., 2006). Todas las actividades seguían una estructura similar: cada reto representaba un problema que el participante se podría encontrar en caso de tener que sobrevivir en el medio natural. Cada grupo tenía que buscar una solución y ésta en función de una serie de criterios correspondía con una determinada puntuación. Para ello, debían utilizar los distintos recursos a su disposición de la manera más adecuada, siendo fundamental para ello la puesta en común con el reto de los compañeros. Además, todos los problemas planteados al alumnado formaban parte de una historia inventada, que contextualizaba las actividades y les daba un sentido global.

Otro de los aspectos que se tuvo en cuenta para fomentar la motivación del alumnado hacia la actividad fue el uso de incentivos e impedimentos y de un control de los resultados obtenidos en los distintos retos mediante un sistema de puntuación.

La utilización de incentivos/impedimentos dependía de las soluciones que planteaban los alumnos a los diferentes retos propuestos. El uso de estos agentes externos condicionan la práctica y permiten que esta tenga un gran grado de incertidumbre. Se aplicaba estos incentivos/impedimentos en relación a tres aspectos diferentes: respecto al material, dando o quitando material a los distintos grupos; en relación al grupo, realizando modificaciones físicas y sensoriales que dificultarán el desarrollo de las siguientes actividades; y en relación al tiempo, ya que el desarrollo de la prueba final estaba condicionado

por los resultados obtenidos en todas las pruebas anteriores y en este el tiempo era un elemento clave.

Para el control de la puntuación de la actividad se utilizó una cartulina (figura I), la cual era visible para todos, ya que de esta manera su motivación aumentaba y se mostraba cierta transparencia en el desarrollo de la dinámica ante el alumnado.

	Refugio	Potabilizar agua	Construcción de zapatos	Búsqueda de comida	Reconocimiento de huellas	Traye por el "Campo"
Grupo 1 SAMOSINOS	5	10	8			
Grupo 2 MAYORAZGA	8	5	6			
Grupo 3 LOS SIMPULDI	6	6	10			
Grupo 4 LOS SEIS	10	25	2			
Grupo 5 AS ALFAMIDAS	5	8	5			
Grupo 6						
Grupo 7						
Grupo 8						
Grupo 9						
Grupo 10						

Figura I. Cartulina de puntuaciones

A la hora de asignar la puntuación que obtenía cada uno de los grupos en las diferentes pruebas se tuvieron en cuenta diversos aspectos no solo relacionados con el resultado final sino también con el proceso. Así se valoraron tanto aspectos cualitativos como cuantitativos. Además, aunque la puntuación obtenida a lo largo de los distintos retos planteados era importante para la realización de la prueba final, ésta no condicionaba completamente el resultado final de la práctica, lo cual añadía más incertidumbre.

Con todo esto se pretendía que el alumno se implicara en la actividad desde el principio hasta el fin, fomentando el desarrollo tanto a nivel físico, como cognitivo y conductual.

Trabajando de esta forma, se buscaba que los alumnos, además del aprendizaje del conocimiento propio de la materia, pudieran elaborar un diagnóstico de sus propias necesidades de aprendizaje y comprendieran la importancia de trabajar colaborativamente, desarrollando habilidades de análisis y síntesis de información (fundamental en la gestión del riesgo en estos deportes), además de comprometerse con su proceso de aprendizaje.

### Objetivos a conseguir

- Proporcionar al alumnado una primera experiencia con la supervivencia en el medio natural.
- Hacer consciente al alumno de las posibilidades que ofrece este medio para su desarrollo personal y para fomentar su creatividad.
- Concienciar a los discentes sobre valores de respeto y cuidado al medio ambiente

### Contenidos a trabajar

- Construcción de diferentes objetos: refugio, zapatos, mochila, etc.
- Potabilización de agua.
- Distinción de plantas, animales, etc. que se pueden encontrar en el medio natural.
- Optimización de los recursos.

### Recursos materiales y espaciales

Dentro de los objetivos del juego, se pretendía transmitir al alumnado la importancia de la economía de los recursos, el reciclaje y la reutilización. Por esto, el material que se requerirá a los participantes y el que se les aportaba se caracteriza por ser: fácil de adquirir, económico, propio de la vida cotidiana, con posibilidad de reciclaje y reutilización, fácil de utilizar, seguro y estaba dentro de las condiciones mínimas para su uso en actividades recreativas (Ruiz y García, 2001).



El material va a ser uno de los recursos más importantes a la hora de planificar y desarrollar la actividad, ya que va a condicionar el transcurso de la actividad y la consecución de los objetivos planteados en ella. También va a influir en el tipo de solución de los participantes a los distintos problemas. Por ello, la elección del material por parte del profesorado y del alumnado va a ser de gran importancia para el cumplimiento de los fines educativos planteados en esta sesión, ya que tiene que promover en los participantes una actitud de aprovechamiento adecuado del material y de participación y superación de las distintas actividades.

Al conjunto de material que se va a dar al alumnado se le denominará “kit de supervivencia”. Parte de este material será facilitado por la organización a cada uno de los grupos (dos metros de cuerda, media esterillas, una hoja en la que se explique paso a paso el proceso para potabilizar agua, pastilla potabilizadoras y agua no potable) y el resto tendrán que traerlo ellos (dos cajas de cartón grandes, dos botellas de agua vacías, un recipiente de aproximadamente medio litro, una navaja o tijeras, un trapo y una bolsa de basura).

En base a la clasificación de materiales no convencionales realizada por Jordi y Pinyol (1990) presente en Ruiz y García (2001), los materiales utilizados en la dinámica son principalmente materiales de desecho de utilización inmediata, es decir, materiales que se pueden utilizar sin ningún tipo de modificación; materiales de usos varios ajenos al ámbito de las actividades físico deportivas, fácilmente manipulables y muy polivalentes; y el entorno en el que se realice la práctica (bancos, árboles, paredes, etc.).

Otro de los aspectos a tener en cuenta en el desarrollo de la dinámica es el espacio en el que se llevará a cabo. En caso de ser posible, es recomendable que esta dinámica se desarrolle en un espacio lo más parecido posible al medio natural para que los alumnos tengan un aprendizaje significativo y contextualizado. En el caso de un centro escolar este espacio puede ser el patio del colegio o alguna zona cercana de parque o jardín; buscando en todo caso un entorno lo más representativo posible del medio

natural. En nuestro caso la práctica se desarrolló en la zona arbolada de un centro deportivo (figura II).



Figura II. Espacio de juego

Algunas de las condiciones que debe cumplir este espacio es que debe ser lo suficientemente amplio para albergar a un grupo de alumnos sin que suponga un riesgo para ellos. Por eso se deben buscar zonas libres de circulación de vehículos, lo más cercanas al centro escolar, pero que a la misma vez permitan desarrollar la dinámica aprovechando al máximo las posibilidades del entorno. Esto permitirá que los participantes experimenten la sensación de estar en un entorno cercano al medio natural aunque en realidad estén en un entorno urbano y familiar. Con esto también se pretende que los participantes tomen conciencia de las distintas posibilidades que les ofrece el entorno que les rodea.

Esto no quiere decir que en caso de existir la posibilidad de realizar una salida al medio natural propiamente dicho se deseche esta idea. Lo que se pretende es posibilitar el acercamiento de contenidos propios de las actividades

en el medio natural y el contacto directo con el mismo a los participantes, ya que será una vivencia más significativa, real y satisfactoria para ellos.

En definitiva, se debe tener en cuenta cada uno de los espacios de los que se dispone y en función de los mismos se debe proceder a la búsqueda del máximo aprovechamiento de los recursos con los que se cuente.

## **Puesta en práctica**

Previo a la realización de la sesión, se informó a todos los participantes de que debían formar grupos de cinco componentes y traer algunos materiales para la práctica.

Para comenzar la dinámica, lo primero que se hizo fue concienciar a los participantes de la importancia que tiene en supervivencia la racionalización, de tal forma que debían guardar la mayor cantidad de material posible por lo que pudiera suceder a lo largo de la dinámica. De esta forma, a lo largo de las distintas actividades que se les iban a plantear, los sujetos debían tener en cuenta los usos diversos que se le puede dar a un determinado material dentro de una prueba y de todo el juego en general, así como la posibilidad de reciclaje y la reutilización del mismo.

Además, el dinamizador fijó algunas normas para facilitar el correcto desarrollo de la actividad como por ejemplo que cada vez que tocaba el silbato los alumnos tenían que ir a un punto de encuentro establecido.

Una vez establecidas las normas básicas para el desarrollo de la práctica se va a proceder a comentar cada una de las actividades. En primer lugar, cada grupo tenía que inventarse un nombre y un grito de guerra. Una vez establecidos, se procedía a la narración de la historia que sería el hilo conductor de todas las actividades.

Aquí comenzaba la aventura: “salís un día de excursión por el bosque con vuestros amigos, vais hablando de vuestras cosas y os despistáis. Cuando os dais cuenta, es demasiado tarde, estáis perdidos en mitad del bosque. Os detenéis un momento para intentar recordar el camino por el que habéis venido, pero no sacáis nada en claro. Esta oscureciendo y no tenéis como

contactar con nadie. Si no queréis dormir en la calle tendréis que construir un refugio” (Prueba 1).

A los 15 minutos de haber comenzado a edificar el refugio se les dijo: “habéis estado andando muchas horas seguidas y empezáis a notar el cansancio y la sed. A lo mejor deberíais conseguir agua” (Prueba 2).

Pasados 25 minutos se les indicó: “ha comenzado a llover. Deberíais refugiarnos. Además, no sé si os habéis dado cuenta de que vuestros zapatos están destrozados de tanto caminar. A lo mejor es buen momento para construimos unos” (Prueba 3). Mientras los alumnos resolvían la prueba 3 se comprobó cual había sido su solución al primer reto planteado y si no habían cumplido el objetivo, es decir, si algún grupo no había construido su refugio tenía un impedimento: los miembros de este equipo tenían que taparse un ojo con un pañuelo y permanecer así hasta el final del juego. Lo mismo sucedía si algún grupo había construido un refugio demasiado pequeño y no entraban todos los miembros de este en el mismo.

Unos 15 minutos después se les dijo: “ha dejado de llover. Tener en cuenta que dentro de poco anochecerá y no tendréis luz para poder terminar de realizar las tareas”. Tras 30 minutos se les indicó: “Ha anochecido y no tenéis luz. Deberías descansar y continuar mañana”. Los alumnos debían ir a sus refugios y tumbarse todos en él. Si alguno de los componentes del grupo no cabía dentro del refugio era atacado por un animal y como consecuencia tenían que entablillarle una extremidad (figura III).



Figura III. Entablillado de extremidades

“Ya ha amanecido. Deberíais buscar comida. Aunque no tenéis como transportarla. ¿Por qué no os construís primero algo en lo que poder meter el material que os queda para llevároslo por si os fuera necesario?” (Prueba 4).

A los 10 minutos se les indicó: “Ya podéis ir a buscar comida” (Prueba 5). Si algún miembro de un grupo no iba a buscar la comida con los zapatos puestos se hacía una herida y los miembros del grupo tenían que vendársela antes de continuar con la búsqueda de comida.

Cuando los alumnos se marcharon a buscar la comida se les quitará todo el material que se hayan dejado porque no les cupiera en la mochila.

Tras 20 minutos se tocó el silbato para que todos volvieran al punto de encuentro.

“Por cierto, no sé si os habéis dado cuenta de que en vuestra ausencia algunos animales han estado merodeando vuestros refugios y se han llevado lo que habíais dejado por aquí. Creo que han dejado algunas pistas. Sería conveniente que supierais que tipo de animales os merodean para sobrevivir



en el medio” (Prueba 6). Por cada dos huellas de animales que fallaba el grupo, dos miembros de este debían atarse hasta el final del juego (figura IV).



Figura IV Jugadores atados

Mientras los alumnos realizaban esta prueba se contabilizaron los puntos de la prueba anterior. Cuando habían pasado 15 minutos se corrigió las hojas de resultados y se repartieron los puntos y hándicaps.

“Ya habéis comido pero no sé si alguno tiene sed. Espero que todos tengáis ya agua, puesto que ha pasado mucho tiempo”. Cada grupo tenía que traer el agua que había depurado. Si algún grupo no tenía nada de agua a uno de los miembros le daba una lipotimia y tenía que ser transportado en brazos hasta el comienzo de la prueba final.

“Ahora que habéis comido y bebido sería conveniente que intentarais encontrar el camino de regreso a casa” (Prueba 7). Los grupos salían en el orden de la clasificación (primero salía el que se encontraba primero) con una diferencia de tiempo en minutos en relación al grupo que les precedía similar a la de puntos que había entre ellos en la clasificación.

El jugador que terminó primero este juego fue el ganador de la jornada de supervivencia.

## Actividades

### Prueba nº1


Desarrollo
Los participantes deben construirse un refugio con los materiales con los que cuentan, en el que tienen que caber todos. Duración: 30 minutos.
Puntuación
1º: 5 puntos; 2º: 3 puntos; 3º:1 punto.
Gráfico


Tabla I. Construcción de un refugio

### Prueba nº2


Desarrollo
Potabilización de agua. Se situará una garrafa de 8 litros de agua con tierra y se proporcionará una hoja a cada grupo en la que se especificará como filtrar el agua y volverla potable.
Puntuación
1º: 5 puntos; 2º: 3 puntos; 3º:1 punto. Más 1 punto por cada 0,5 litros potabilizados.
Gráfico


Tabla II. Potabilización de agua

### Prueba nº3

<b>Desarrollo</b>
Se dará a cada grupo un trozo de esterilla o cartón y una cuerda. Deben construirse unos zapatos.
<b>Puntuación</b>
1º: 5 puntos; 2º: 3 puntos; 3º:1 punto.
<b>Gráfico</b>


Tabla III. Construcción de zapatos

## Prueba nº4


<b>Desarrollo</b>
Construcción de mochila. Se dará a cada grupo una bolsa y deberán construirse una mochila por grupo. La única condición que se impone es que al transportar la mochila tienen que tener las manos libres.
<b>Puntuación</b>
1º: 5 puntos; 2º: 3 puntos; 3º:1 punto.
<b>Gráfico</b>


Tabla IV. Construcción de mochilas



## Prueba nº5

<b>Desarrollo</b>
Búsqueda de comida: se dará a cada grupo una hoja con las plantas comestible más comunes en la península. Los participantes tienen que ir y buscar hojas con las fotos de estas plantas tratando de no confundirlas.
<b>Puntuación</b>
+ 1 punto por cada planta correcta; - 2 puntos por cada planta incorrecta.
<b>Gráfico</b>


Tabla V. Búsqueda de comida

## Prueba nº6

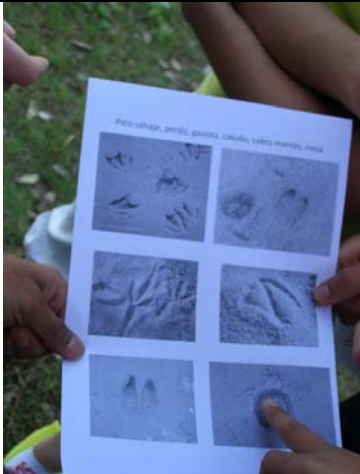
<b>Desarrollo</b>
Cada grupo tendrá que coger al azar una hoja con huellas. Deben identificar a que animal pertenece cada una.
<b>Puntuación</b>
+ 1 punto por cada acierto.
<b>Gráfico</b>


Tabla VI. Reconocimiento de huellas

## Prueba nº7

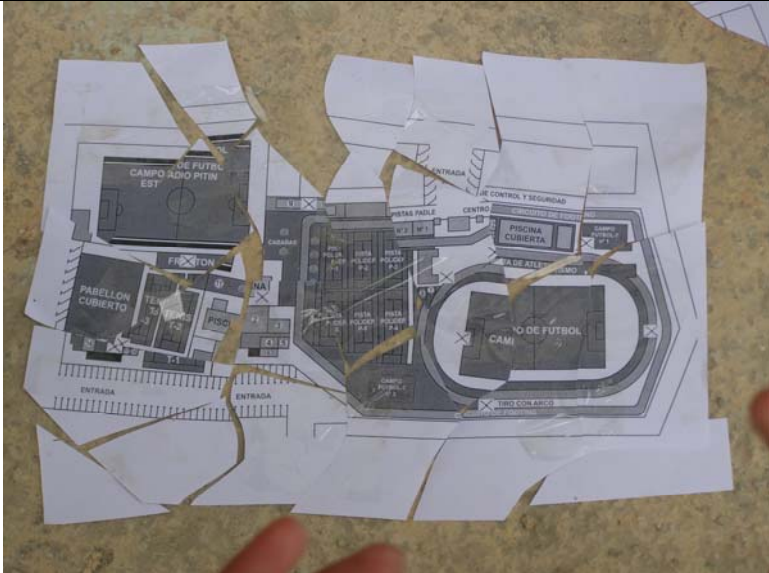
Desarrollo
“De viaje por el campo”. Se proporcionará a cada grupo un mapa roto en el cual se marcará la posición de diez hojas y la hoja de la que ellos parten. Desde esta tendrán que seguir la ruta que se les indique. Así, por ejemplo, en su primera hoja pondrá 1. Tomillo □ Romero. A continuación los jugadores deberán buscar el papel en el cual en el número dos aparezca la palabra determinada (romero en este caso) y así sucesivamente hasta llegar al número 10.
Gráfico


Tabla VII. “De viaje por el campo”

### 3. CONCLUSIONES

Esta propuesta se caracteriza por ser un buen recurso educativo para fomentar la enseñanza de contenidos relacionados con la supervivencia, dentro del bloque de actividades en el medio natural, en la educación física escolar. En la actividad se trabaja una gran cantidad de contenidos tales como la orientación, los desplazamientos, la acampada, las construcciones, la expresión corporal, etc., incluyendo además de manera interdisciplinaria a otras áreas como física, geología, biología, matemáticas, etc.

Además, es una práctica divertida y distinta a lo habitual en educación física, lo que potencia el interés y motivación del alumnado. Es necesario adaptar el nivel a las capacidades de los alumnos para que se vean capaces

de realizar las actividades y quieran seguir aprendiendo, siendo siempre un aprendizaje divertido.

El tiempo va a condicionar el desarrollo de la práctica. Hay que adaptarse a la capacidad de resolver problemas del alumnado, siendo flexibles en el control del tiempo a lo largo de la actividad y adecuándolo a las circunstancias del alumno sin perder la motivación hacia la actividad. Así se consiguió promover la resolución de diferentes situaciones de manera grupal, fomentando la cooperación y las relaciones interpersonales de los participantes. Para ello se trabajó con estilos cognoscitivos, donde el ABP ofrece una gran posibilidad de aprendizaje a los discentes.

Otra forma de influir sobre la motivación de los participantes fue con la aplicación de incentivos e impedimentos, los cuales determinaron el desarrollo de la práctica. Además, a lo largo de las actividades se tuvieron en cuenta aspectos de carácter no solo cualitativo, sino también cuantitativo para promover la implicación cognitiva del alumno en la tarea a realizar.

Aunque esta propuesta está planteada para llevarla a cabo dentro del centro escolar o en un ámbito cercano a éste como un parque, sería interesante trasladar estas actividades al medio natural para que el aprendizaje fuera más cercano a la realidad del medio.

Para el desarrollo de la práctica se contó con un determinado material, buscando en su aprovechamiento óptimo y fomentando el reciclaje, ya que lo que se pretendía era conseguir concienciar al alumnado de la necesidad de cuidar el medio natural para su conservación y no malgastar los recursos que ofrece para la supervivencia. Además, el trabajar con materiales innovadores dentro del ámbito escolar es una forma distinta y divertida de adquirir conocimientos.

En definitiva, con este artículo lo que se pretende es adaptar la supervivencia al medio natural y dar a conocer que existen otras formas muy distintas de enseñar y que se pueden incluir en el ámbito escolar nuevos contenidos, donde lo más importante para un buen aprendizaje es la

motivación y el interés, fomentado mediante prácticas divertidas y a la misma vez educativas. Para ello se tiene que tener en cuenta el nivel y la experiencia del alumno y se adapta, cuando sea necesario, los métodos y recursos a las peculiaridades de cada grupo o de cada alumno. La innovación educativa es además una de las mejores formas de mejorar la enseñanza. Por otro lado, en esta práctica se buscó un equilibrio entre la técnica y la experiencia dentro de las actividades realizadas ya que es crucial introducir aspectos cognitivos dentro de las actividades (usos de los materiales, técnicas de uso correctas, etc.) para intentar transferir el aprendizaje de los alumnos a sus futuras prácticas de ocio ya que si se transmiten exclusivamente sensaciones y experiencias se estará desaprovechando la oportunidad de que los alumnos comiencen a practicar por su cuenta y de una forma segura.

#### 4. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Baena, A. (2011). Programas didácticos para Educación Física a través de la Educación de Aventura. *Espiral. Cuadernos del Profesorado*, 4(7), 3-13.
2. Baena, A., Calvo Morales, J.F. y Martínez, M. (2009). Una experiencia didáctica en metodología integrada: cinco estilos de enseñanza a través de la bicicleta de montaña, patines y monopatines en E.S.O. *Espiral. Cuadernos del Profesorado*, 2(3), 41-48.
3. Baena, A. y Granero, A. (2009). Deportes de aventura indoor, enseñanza de la espeleología y los institutos de educación secundaria. *Tándem. Didáctica de la Educación Física*, 8(30), 47-60.
4. Callejón, J.A., Pérez, S. y De Haro, I. (1999). La escalada en los centros de enseñanza. *Habilidad Motriz*, 13, 27-31.
5. Cornell, E.H., Hadley, D.C., Sterling, T.M., Chan, M.A. y Boechler, P. (2001). Adventure as a stimulus for cognitive development. *Journal of Environmental Psychology*, 21(3), 219-231.

6. Domingo, L., Domingo, I. y Navarrete, G. (2003). Educando para la vida a través de la supervivencia. *Revista digital Educación Física y Deportes*, 8(58). <http://www.efdeportes.com/efd58/superv.htm>

7. Egido, I., Aranda, R., Cerrillo, R., De la Herrán, A., De Miguel, S., Gómez, M., et al. (2006). Aprendizaje basado en problemas (ABP). Estrategia metodológica y organizativa del currículum para la calidad de la enseñanza en los estudios de magisterio. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 20(3), 137-149.

8. Ewert, A. (1983). *Outdoor adventure and self-concept: A research analysis*. Eugene: University of Oregon, Center of Leisure Studies.

9. Ewert, A.W. (1989). *Outdoor adventure pursuits: Foundations, models, and theories*. Columbus, OH: Publishing Horizons, Inc.

10. Fernández-Rio, J. (2000). La trepa y la escalada: contenidos del bloque de actividades en el medio natural fácilmente aplicables dentro del marco escolar. *Apunts: Educación física y deportes*, 62, 27-33.

11. Font, A. (2004). Líneas maestras del Aprendizaje por Problemas. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 18(1), 79-95.

12. García, P. y Quintana, M. (2005). *Introducción a las Actividades en la Naturaleza*. Sevilla: Ed. Wanceulen.

13. Gómez, A. (2006). *El senderismo. Actividad física organizada en el medio natural*. En Sáez Padilla, J., Sáenz-López Buñuel, P. y Díaz Trillo, M. (Eds), *Actividades en el Medio Natural*. Huelva: Servicio de Publicaciones de la Universidad de Huelva, 145-156.

14. Granero, A. y Baena, A. (2010). La búsqueda de la naturaleza como compensación del nuevo estilo de vida urbano. *Journal of Sport and Health Research*, 2(1), 17-25.

15. Granero, A., Baena, A. y Martínez, M. (2010). Contenidos desarrollados mediante las actividades en el medio natural de las clases de

Educación Física en secundaria obligatoria. *Revista Ágora para la Educación Física y el Deporte*, 12(3), 273-288.

16. Jardi, C. y Pinyol, J. (1990). *1000 ejercicios y juegos con material alternativo*. Barcelona: Paidotribo. Colección deporte.

17. Marinho, A. y Turini, H. (2001). La escalada y las actividades de aventura: realizando sueños lúcidos y lúdicos. *Apunts: Educación Física y Deportes*, 65, 105-110.

18. Meyer, B.B. y Wenger, M.S. (1998). Athletes and adventure education: An empirical investigation. *International Journal of Sport Psychology*, 29(3), 243-266.

19. Neill, J.T. (2004) Experiential learning cycles. [en línea]. Disponible en: <http://www.wilderdom.com/theory/ExperientialLearningCycles.html>. [Consulta: 25 de marzo de 2011].

20. Outward, B. (2006). The history of outward bound. [en línea]. Disponible en: [http://www.outwardbound.org/lic\\_sub3\\_history.htm](http://www.outwardbound.org/lic_sub3_history.htm). [Consulta: 25 de marzo de 2011].

21. Parra, M., Domínguez, G. y Caballero, P. (2008). El cuaderno de campo: un recurso para dinamizar senderos desde la educación en valores. *Ágora para la Educación Física y el Deporte*, 7-8, 145-158.

22. Parra, M., Rovira, C.M., Ortiz, R. y Pérez, O. (2000). *Valores educativos de la aventura interior*. Actas I Congreso Internacional de Educación Física: La Educación Física en el siglo XXI. Jerez. (Cádiz).

23. Ruiz, F. y García, M.E. (2001). *Desarrollo de la Motricidad a través del Juego. Materiales convencionales como recursos metodológicos*. Madrid: Gymnos.

24. Ruiz, F., García, M.E. y Piéron, M. (2009). *Actividad física y estilos de vida saludables. Análisis de los determinantes de la práctica en adultos*. Almería: Wanceulen. Editorial deportiva.

25. Santos, M.L. y Martínez, L.F. (2006). *Las actividades en el medio natural en la escuela. Consideraciones para un tratamiento educativo*. En Sáez Padilla, J., Sáenz-López Buñuel, P. y Díaz Trillo, M. (Eds), *Actividades en el Medio Natural*. Huelva: Servicio de Publicaciones de la Universidad de Huelva, 83-96.

26. Witman, J.P. (1995). Characteristics of adventure programs valued by adolescents in treatment. *Monograph on Youth in the 1990s*, 4, 127-135.

27. Zmudy, M.H., Curtner-Smith, M.D. y Steffen, J. (2009). Student participation styles in adventure education. *Sport, Education and Society*, 14(4), 465-480.

