



---

**Universidad de Valladolid**

**Facultad de Educación**

**Trabajo de Fin de Grado**

**Grado en Educación Primaria | Mención de Educación**

**Física**

La adaptabilidad de la Educación Física en el medio  
natural en entornos urbanos

Autor: Pablo Sierra Miguel

Tutor: Juan Manuel Gea Fernández

## **RESUMEN**

En este trabajo se va a realizar un análisis de los antecedentes existentes relacionados con la Educación Física en el Medio Natural.

De igual modo, y considerando la importancia de ésta a la hora de llevar a cabo una educación adecuada para los alumnos, se va a realizar una revisión legislativa. Esto permitirá evidenciar la viabilidad de relacionar contenidos y objetivos existentes en la LOMCE, para llevar a cabo una unidad didáctica basada en el aprendizaje significativo, realizada en la naturaleza y propuesta para un centro educativo situado en la ciudad de Madrid.

## **PALABRAS CLAVE**

Educación Primaria, Educación en la naturaleza, aprendizaje significativo, aprendizaje cooperativo, trepa, equilibrio, adaptación, adaptación al medio natural, medio urbano, unidad didáctica.

# ÍNDICE

1-INTRODUCCIÓN .....	5
2-JUSTIFICACIÓN.....	7
3-OBJETIVOS .....	8
4-ANTECEDENTES .....	9
4.1 LA EDUCACIÓN EN EL MEDIO NATURAL A TRAVÉS DE ROUSSEAU Y EL EMILIO. ....	9
4.1.1 EDUCACIÓN EN LOS SENTIDOS:.....	11
4.1.2 LA EDUCACIÓN CORPORAL .....	11
4.1.3 LA EDUCACIÓN MORAL.....	12
4.2 LA ESCUELA NUEVA Y LA ILE. ....	12
4.3 LA EDUCACIÓN FÍSICA EN EL MEDIO NATURAL DURANTE LA DICTADURA. ....	15
5. MARCO TEÓRICO .....	16
5.1. ADAPTACIÓN, TÉCNICA Y ELEMENTOS COMUNES A LAS ACTIVIDADES EN EL MEDIO NATURAL. ....	16
5.2. POTENCIAL DE LAS ACTIVIDADES EN EL MEDIO NATURAL FUERA DE ESTE. ....	18
5.3 VALORES QUE NOS APORTA LA EDUCACIÓN EN EL MEDIO NATURAL.....	20
5.4 FASES Y ETAPAS PARA REALIZAR LA EDUCACIÓN FÍSICA EN EL MEDIO NATURAL.....	21
5.5 ENFOQUES Y MANERAS DE ENTENDER LA EDUCACIÓN FÍSICA EN EL MEDIO NATURAL Y CÓMO UTILIZARLAS DESDE LA ESCUELA. ....	23
6. PUESTA EN PRÁCTICA EN EL CENTRO.....	25
6.1 POSIBILIDADES DEL COLEGIO.....	25
6.2 LA PROGRESIÓN DEL APRENDIZAJE.....	25
6.3. EL CONTEXTO DEL CENTRO.....	26
6.4 ANÁLISIS DEL LUGAR DONDE SE VA A REALIZAR LA ACTIVIDAD.....	27
7. DISEÑO DE LA PROPUESTA .....	28
7.1 CONTEXTUALIZACIÓN LEGISLATIVA. ....	29
7.1.1 RELACIÓN DE LA PROPUESTA CON LOS OBJETIVOS GENERALES DE ETAPA. ....	29
7.1.2. CONTRIBUCIÓN A LOS OBJETIVOS DE EDUCACIÓN FÍSICA. ....	29
7.1.3. CONTRIBUCIÓN A LOS CONTENIDOS.....	30
7.1.4 RELACION CON LOS CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES.....	30

7.1.5 OBJETIVOS DE LA UNIDAD DIDÁCTICA.....	31
7.1.6 METODOLOGÍA A UTILIZAR.....	31
7.1.7 DESARROLLO DE LAS SESIONES.....	32
7.1.8 EVALUACIÓN.....	37
8. ANÁLISIS Y CONSIDERACIONES FINALES .....	39
9. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	41
10. ANEXOS.....	43
ANEXO 1 .....	43
ANEXO 2 .....	45

# 1-INTRODUCCIÓN

En el contexto educativo actual, la educación Física en el medio natural no disfruta del respeto y estatus propicio.

La realidad que los maestros se encuentran en las aulas (con independencia de dónde se encuentren éstas) implica un gran peso para las asignaturas troncales, como Lengua y Matemáticas, siempre en detrimento de la Educación Física. Habiéndose demostrado, sin embargo, la evidente necesidad de su aplicación en Educación Primaria. Se puede comprobar esto en las especificaciones que da la LOMCE en cuanto a la diferenciación entre asignaturas troncales y asignaturas específicas, estando la Educación Física incluida en esta última categoría.

¿Nos importa la naturaleza y su conservación? Si se realiza esta pregunta al profesorado (o a la sociedad en general), la mayor parte de respondería que sí. Esto contrasta mucho con la realidad que se vive en las aulas como maestros, donde aún teniendo un ambiente privilegiado para la realización de actividades en el medio natural, por una razón o por otra, se deja esta posibilidad de lado a favor de metodologías en ambientes no naturales (como, por ejemplo, polideportivos y el patio).

Esto supone que en muchos de los casos, se deje la naturaleza y las actividades a realizar de lado.

Esto sienta, de alguna manera, el siguiente precedente. La educación física es una materia secundaria. Partiendo de esta base, la educación física en el medio natural queda a su vez relegada a un segundo plano.

Siguiendo a Cornejo (1999) en Santos (2002), la educación física tiene un carácter esencial en la formación del ser humano, en edades tempranas nos ayuda a utilizar nuestros sentidos, y conforme nos vamos haciendo adultos, el trabajo en el medio natural hace que nuestro cuerpo se robustezca y que nuestra mente genere las estrategias necesarias para sortear los obstáculos con los que nos encontramos.

Fundamentando esto, el buscar educar en el medio natural cumple diversas funciones. Según Santos (2002), la Educación Física:

Robustece el cuerpo.

- Hace funcionar mejor nuestra mente (mente sana en cuerpo sano):
  - Genera estrategias para superar obstáculos.

- Fortalece la relación individuo-medio natural.
- Proporciona un conocimiento más holístico del medio que nos rodea.
- Educa en valores. Entre ellos encontramos libertad, respeto, cooperación, empatía etc.
- Pone a nuestro alcance un ambiente en el que la libertad y la autogestión del propio conocimiento están más presentes por las características propias del medio natural.
- Facilita una educación integral. Dado que el medio natural es un ambiente en que muchas de las disciplinas estudiadas en el aula convergen, el conocimiento producido en este ambiente tiene carácter integral.

En este trabajo, dada la anterior información, se va a realizar una propuesta de mejora para que las actividades físicas en el medio natural se trabajen con mayor facilidad. Para demostrar que una mejora en el trabajo de estas actividades es posible en la escuela, sin importar demasiado su ubicación, se va a realizar una propuesta de mejora para un colegio situado en Madrid centro, más concretamente en la Calle Alcalá.

## 2-JUSTIFICACIÓN

El trabajo de la Educación Física en el Medio Natural es un tema fundamental que ha de estar a la orden del día para todos los maestros.

Es una realidad que existen muchos casos en los que la Educación Física no se aplica de manera adecuada. En estos casos apenas se trabaja la Educación Física en el Medio Natural, lo cual reduce de manera considerable las posibilidades educativas de la escuela.

Por un lado, cuando se trata de centros ubicados en entornos rurales, el medio ofrece muchas más opciones para trabajar con los alumnos. Por el contrario, cuando se trata de centros que se encuentran en terreno urbano, las posibilidades, a priori, se ven ampliamente reducidas.

Lo que se va a analizar en este trabajo es cuál es la importancia de la Educación Física realizada en el medio natural, y si existen posibilidades para alumnos y centros que se encuentren en terreno urbano de llevar a cabo estas actividades en la naturaleza.

Es de vital importancia lograr el objetivo de encontrar la manera de que estas actividades llevadas a cabo en el Medio Natural resulten significativas para el alumnado, logrando así un aprendizaje integral.

### **3-OBJETIVOS**

A continuación, se describirán los objetivos establecidos para la elaboración de este Trabajo de Fin de Grado:

- Evidenciar la posibilidad de adaptación de la Ley Educativa vigente a las actividades fuera de la naturaleza.
- Realizar un plan de acción basado en actividades en la naturaleza y justificado por la ley para un colegio situado en la ciudad.
- Demostrar que el plan de acción planteado proporciona a los alumnos un aprendizaje significativo sobre las cuestiones trabajadas.



## **4-ANTECEDENTES**

La Educación Física, concretamente la Educación Física en el Medio Natural, ha sido tratada de manera muy diferente a lo largo de las épocas en la evolución de la educación en general y en el contexto de España, en particular.

Desde el punto de vista de enfocar la educación desde la Educación en el Medio Natural, existen dos tipos de enfoques:

Por un lado se encuentra a Funollet (1989). El autor defiende que las actividades en la naturaleza y, por tanto, la búsqueda de educar en la naturaleza tiene su origen en el comienzo del ser humano como especie.

Al vivir en la naturaleza, y al ser allí dónde se realizaba toda la actividad de los seres humanos del momento, irremediablemente ésta se convirtió en “aula” e instrumento a través del cual los primeros hombres llegaban al conocimiento.

Por otro lado, existe otra corriente que establece el comienzo de la educación en la naturaleza en la llamada “Civilización del Ocio”, en la cual se parte de la premisa de que para realizar cualquier tipo de actividad física, el objetivo es la búsqueda de la autorrealización personal y la mejora de la calidad de vida. Se puede encontrar este concepto de la evolución en la educación en Miranda (1995).

Ambas corrientes son opuestas. Pese a que establecen y marcan el origen de la actividad física y las actividades en la naturaleza en dos momentos diferentes, no se puede negar que ambas tienen un papel importante en cuanto a la educación escolar que se establece en las escuelas a día de hoy.

### **4.1 LA EDUCACIÓN EN EL MEDIO NATURAL A TRAVÉS DE ROUSSEAU Y EL EMILIO.**

Rousseau, a través de su obra *El Emilio*, evidencia la importancia de la Educación en la Naturaleza.

Para entender mejor qué es lo que se puede extraer de esta obra, la tesis de Devís (1994) ayuda de manera importante a entender qué es lo que expone Rousseau en su libro.

Siguiendo a Devís (1994), la naturaleza según Rousseau no es exclusivamente un espacio donde se va a aprender, si no que es el lugar en el que el hombre huye de los vicios de la sociedad.

Rousseau (1991) cree en la dualidad ciudad/naturaleza, siendo la ciudad y la urbe la que corrompe a la persona; y la naturaleza el lugar donde la persona va a limpiarse de aquellos vicios que ha adquirido durante su estancia en la ciudad.

Esto es bastante significativo, ya que no ve la naturaleza como un aula, como un sitio donde transmitir conocimientos y enseñar a las personas y a los alumnos; si no que lo ve como un refugio, como un escondite de la sociedad en la cual el ser humano puede “ser él mismo” otra vez.

En el siguiente fragmento se va a analizar la influencia que tiene la obra de Rousseau (1991) en la educación, donde se reflexiona sobre la educación en el aire libre.

“Existen muchas diferencias entre el hombre natural viviendo en el estado de la naturaleza, y el hombre natural viviendo en el estado de la Sociedad. Emilio no es un salvaje a quien relegar a los desiertos; es un salvaje hecho para habitar en las ciudades” (Rousseau, 1991, pág.235).

Santos (2002), realiza una diferenciación bastante significativa en cuanto a los diferentes aspectos a los que la obra de Rousseau afecta. Entre ellos se encuentra la naturaleza como aula, metodología, manual escolar, finalidad y escuela.

En cuanto a la naturaleza como aula, lo que Rousseau propone en su escrito y lo que aparece reflejado en Santos (2002) es que las instalaciones deben de ser apropiadas para la educación, lo cual repercute directamente en cómo el niño es educado. Es por ello que las posibilidades que otorga la naturaleza para la educación del alumno han de ser tenidas en cuenta y se ha de ver a la naturaleza como área y lugar en el que el alumno va a desarrollarse.

Si se habla de la naturaleza como manual escolar, Rousseau entiende esta desde dos variantes: Según Santos (2002, pág.23), el campo es un lugar muy apropiado para educar e instruir al alumno, ya que proporciona tanto el espacio físico donde el alumno puede aprender, explorar y relacionarse con el medio, como la posibilidad de sustituir libros y material con aquellos elementos que se pueden encontrar en la naturaleza para, de esta manera, lograr un aprendizaje mucho más significativo.

El tratamiento de la naturaleza como metodología también cobra un papel muy importante según Cornejo (1999, pág. 31) en Santos (2002): “el alumno aprende en plena naturaleza mediante los sentidos, el ejercicio, la curiosidad y el movimiento”.

“De estos principios es fácil deducir que la Educación Física es un medio privilegiado para poner al individuo en contacto con el medio natural. Por tanto, podría pensarse que el verdadero origen de nuestra materia son las actividades físicas en el medio natural, las cuales se fundamentan en la necesidad de poner en contacto al individuo con los elementos naturales, no sólo para robustecer el cuerpo, sino también para desarrollar la inteligencia y el espíritu” (Santos, 2002, pág. 24).

La naturaleza como finalidad, por otro lado, está basada en el tridente: Educación de los Sentidos, Educación Corporal y Educación Moral.

#### 4.1.1 EDUCACIÓN EN LOS SENTIDOS:

Siguiendo a Santos (2002 pág. 24) “la educación en la naturaleza no es significativa si consideramos que esta solamente contribuye a conseguir un cuerpo sano y robusto (...) por tanto, cobra mayor importancia la educación en los sentidos”. Tomando esto como referencia, se puede ver cómo la educación propuesta en la naturaleza no genera exclusivamente una mejora en las condiciones motoras, si no que mejora a través del entrenamiento y uso de los sentidos la percepción propioceptiva de nuestro cuerpo así como la percepción generada sobre el elemento físico que en cada caso nos rodea.

En esta misma línea, y siguiendo las ideas de Cornejo (1999, pág. 28) en Santos (2002).

“La Educación Física en Rousseau adquiere un carácter prioritario en la educación infantil, comenzando con la educación de los sentidos en contacto con la naturaleza; posteriormente, ejercicio físico adaptado al terreno, observación de los fenómenos naturales, higiene y vida al aire libre.”

#### 4.1.2 LA EDUCACIÓN CORPORAL

Rousseau trata la Educación Corporal como un aspecto muy importante dentro de la educación total del individuo. Para ello, la búsqueda de un cuerpo sano y robusto es un objetivo bastante importante que perseguir a través de estrategias como la realización de ejercicio al aire libre.

Aunque no solo las actividades al aire libre van a proporcionar un cuerpo más robusto, si no que como se lee en Santos (2002, pág. 25), “el hecho de vagar por la naturaleza va a proporcionarnos un cuerpo más sano y más fuerte, no solo por ejercitarse, si no por tener que adaptarse a las inclemencias del medio”.

En este sentido, el tener que adaptarse a las inclemencias del medio cumple varias funciones. Entre ellas está el robustecer el cuerpo. Otra de ellas, como se dijo con anterioridad, es el aumento en las capacidades perceptivas.

El simple hecho de vagar por la naturaleza expone al individuo a un ambiente cambiante. Que exista un ambiente cambiante hace que nosotros debamos adaptarnos de la mejor manera posible a él, lo que hará que nuestra percepción mejore.

#### 4.1.3 LA EDUCACIÓN MORAL

En este sentido, el realizar actividades en la naturaleza hace que se genere por ella un respeto. Un respeto que se va a plasmar en acciones beneficiosas para la naturaleza, que buscan su preservación e intentar eliminar aquellos elementos que la destruirían. Esto, además de lo que Rousseau define como huída de la ciudad y sus vicios, es lo que la naturaleza puede aportar a nivel moral.

De esta manera queda patente que la naturaleza puede actuar como escuela, ya sea eliminando los libros y aprendiendo de ella directamente, como creando un espacio en el que a través de la exploración del mismo podamos educarnos de manera íntegra.

## **4.2 LA ESCUELA NUEVA Y LA ILE.**

A finales del siglo XIX y comienzos del XX una nueva forma de hacer educación surge debido al contexto social existente. Uno de estos movimientos educativos es denominado la Escuela Nueva. Según Iyanga (1998) en Santos (2002), marca un gran cambio en la historia, puesto que las corrientes propias de la Ilustración como el enciclopedismo y el autoritarismo quedan relegadas a un segundo plano.

La Escuela Nueva se entiende, de esta manera, como algo sumamente rupturista, realizando así una crítica y revisión a la manera que se tenía de hacer escuela y de educar en aquellos tiempos. Según Carreño (2000), “The New School”, la naturaleza no debe de ser algo que esté separado de la vida real. Esto se fundamenta en la idea de generar en el alumno una educación holística, en el que la naturaleza forma y ha de formar parte constante del mundo en el que este vive y se desarrolla. También fundamenta la idea de que las enseñanzas no deben de ser teóricas, si no que su componente práctico es fundamental a la hora de establecer relaciones entre los conocimientos adquiridos.

Esto genera, según Santos (2002), un cambio en la manera de entender la escuela, siendo llamada, de igual modo, la Escuela Activa. La vinculación entre la escuela y la naturaleza, según Santos, queda establecida en la filosofía y la manera de entender la educación de sus principales exponentes.

- Froebel (1782-1852): Busca fomentar el interés en la naturaleza a la par que aprovechar las implicaciones relacionadas con la educación moral que esta nos puede aportar.

“La vida en libertad en la naturaleza es esencial sobre todo para los jóvenes; sus efectos exaltan y ennoblecen; así todo se hace vida y adquiere significación. Por eso son muy interesantes y esenciales como medio de educación aun en la primera infancia y en la época de la escuela y las excursiones” (Froebel, 1913, pág 274).

- Agazzi (1866-1945) está a favor de realizar ejercicio físico cerca del agua y en la tierra, entornos puramente naturales que favorecen el desarrollo del niño.
- Mariotti (1853-1927) persigue una idea cercana a la de Rousseau en cuanto a la limpieza del ambiente. En este caso, este autor aboga por situar la escuela en el medio natural.
- Fracetti plantea una educación basada principalmente en su desarrollo en aire libre, donde de esta manera el alumno tiene la libertad suficiente para desarrollarse y en la que tenemos todos aquellos medios que la escuela ordinaria podría aportarnos.

En cuanto a la ILE, las ideas pedagógicas que surgieron durante este movimiento fueron básicas para el posterior desarrollo de la educación. Para la Educación Física fue de igual modo una época de avance, ya que según Pradillo (1991) en Santos (2002), la Institución Libre de Enseñanza introdujo de manera muy significativa la Educación Física en las aulas.

Las actividades que se proponen para esta época corresponden a actividades desarrolladas en el aire libre, las cuales forman parte de los programas escolares. Según Del Valle (1995), las actividades físicas deben formar parte de la jornada escolar. Para realizarlas, lo haremos en escenarios en los que tanto la naturaleza como la cultura (ciudades) están relegadas y por debajo del ejercicio físico, proporcionando de esta manera un sentido a la educación, mezclando lo estético, lo deportivo y lo lúdico.

Según López (1998) dado que la escuela conecta con el exterior, la educación física se revaloriza en esta época, dando lugar a una atención del cuerpo desde el sentido más puramente educativo, por lo cual gana peso en cuanto a la educación de nuestro alumnado.

En cuanto las actividades en la naturaleza que se desarrollan o se van a desarrollar durante este periodo de tiempo, cobra mucha importancia la siguiente clasificación propuesta por Santos (2002) y fundamentada en cada caso por los autores que se van a nombrar en función de la actividad a realizar.

- Las excursiones:

Estas tienen una doble finalidad. Por un lado se puede observar su finalidad didáctica, en la cual, a través de la observación directa de las cosas se aprenderán unos conceptos u otros. La importancia que adquiere en este caso la observación es muy importante, ya que es a través de esta y de la inmersión en el ambiente como vamos a lograr que el aprendizaje del alumno sea completamente relevante.

Por otro lado su dimensión física cobra un peso especial. Según López (1998) su intención era la de trasladar aquellos conocimientos que los maestros pudiesen transmitir en las aulas al campo, de manera que este se realizase en un entorno donde las posibilidades educativas son más amplias que en el aula.

- Los paseos:

Según Gutiérrez (1881), realizar paseos matutinos y excursiones es muy beneficioso para comenzar el día aumentando la energía.

Este tipo de ejercicio es como las excursiones pero en una versión más reducida. Al igual que en las excursiones, se busca que el alumno aprenda a través del contacto directo con la materia a aprender. Por otro lado se incluye el concepto de la educación a través del ocio, la cual hace mucho más significativos los aprendizajes efectuados.

- Las colonias escolares:

Equivalentes a los campamentos modernos, estas colonias cumplen diversas funciones según Cossío (1888):

- Higiénica.
- Educativa.
- Propiciadora del desarrollo integral.
- Estética.
- Coeducativa.

En estas colonias (pese a realizar de igual modo que si se estuviese en la escuela largos paseos y excursiones) se procura relacionar todo aprendizaje adquirido con la naturaleza, y se procura utilizar esta como medio a través del cual llegar al conocimiento.

### **4.3 LA EDUCACIÓN FÍSICA EN EL MEDIO NATURAL DURANTE LA DICTADURA.**

Durante esta etapa de represión, la Educación toma un papel muy importante en las escuelas. Sirve para legitimar la dictadura y hacer que los nuevos escolares comulguen con los ideales que se imponen durante esta etapa.

La Educación Física escolar tiene un papel importante, ya que es un instrumento muy adecuado a través del cual adoctrinar y educar en la disciplina a los escolares.

Como aparece reflejado con anterioridad, la Educación Física en la naturaleza tiene la capacidad de hacer que los aprendizajes obtenidos en ella sean bastante más significativos, por lo que el Régimen utilizó esta capacidad para lograr sus objetivos.

Si se observan los escritos de Pastor (1997), la educación del franquismo propulsaba dos perspectivas. La primera es, como hemos dicho anteriormente, la capacidad para legitimar el régimen a través de la inclusión de la misma en el sistema educativo, otra es el control de la educación formal y no formal a través de instituciones como el Frente de Juventudes.

Entre las actividades realizadas, si se basa la investigación en los escritos de la delegación Nacional del frente de Juventudes, en Santos (2002), las actividades realizadas, muchas de ellas basadas en un régimen al aire libre son las siguientes:

- Viajes.
- Marchas.
- Excursiones.
- Estancias en campamentos y colonias.

## **5. MARCO TEÓRICO**

La naturaleza, es, y ha sido, por definición, un lugar en el que las posibilidades de desarrollo de actividades físicas es sumamente alto dadas las características de esta. Sin embargo, en la escuela, es necesario distinguir entre las actividades desarrolladas en el ambiente escolar (patio, polideportivo, piscina etc.), de aquellas desarrolladas específicamente en la naturaleza.

Si se habla, por ejemplo, de juegos de cuerda, se sabe que el desarrollo de estos en un patio no cambia mucho el resultado del mismo en contraposición con desarrollar este en la naturaleza.

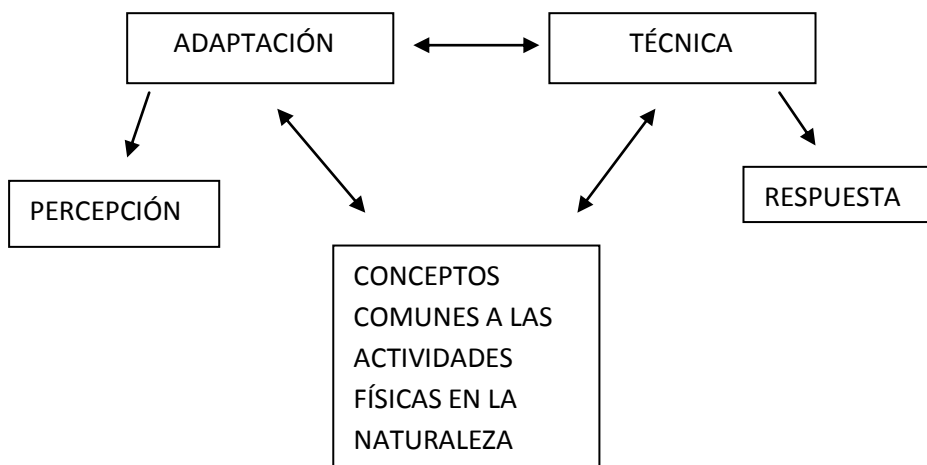
De igual modo, sí que se encuentra este tipo de problema si, por ejemplo, se hablase de hacer vela, ya que para realizar esta, el ambiente natural es el que da sentido a la actividad en sí.

De este modo, siguiendo a Generelo (1996), el realizar actividades en la naturaleza cobra un papel muy importante y significativo, puesto que acostumbra y prepara al participante a reaccionar ante un ambiente cambiante. Es precisamente este ambiente cambiante de la naturaleza el que aporta relevancia a realizar actividades en la naturaleza.

### **5.1. ADAPTACIÓN, TÉCNICA Y ELEMENTOS COMUNES A LAS ACTIVIDADES EN EL MEDIO NATURAL.**

Si se tiene en cuenta esta definición dada por Generelo (1996), se puede hablar de que para la práctica de la Educación Física en el medio natural se requieren de tres conceptos. Adaptación, técnica y conceptos comunes a las actividades físicas en la naturaleza. Estos conceptos se interrelacionan entre ellos para que la actividad realizada sea lo más eficiente y segura posible. Cada concepto tiene sus características propias (que se verán a continuación), y entre ellas son sinérgicas.





*Figura 1: Relación Adaptación/Técnica.*

Si se habla de adaptación, se habla de que el medio natural es cambiante, por tanto requiere de adaptación a esos cambios. Si se realizase un estudio de bicicleta de montaña, evidentemente el ambiente cambia, ya que el camino avanzado es diferente en cada trecho, desde el desnivel al tipo de calzada (barro, polvo, piedra etc.), lo cual requiere de una respuesta motriz del individuo que realiza esa actividad ante los posibles cambios.

Por otro lado se ha hablado de técnica. La técnica influye en cualquier actividad que se realice, aunque no sea en la naturaleza. Para realizar un juego de pelota, hay que poseer especial dominio de esta, lo mismo ocurre en la naturaleza. Sin embargo, lo que diferencia esa actividad con otra realizada en la naturaleza es su componente de cambio.

En la naturaleza, más que en un ambiente controlado, el niño debe superar diversas situaciones que se le van poniendo por delante de manera eficaz y casi automática. Esto implica a la discriminación perceptiva debe ser bastante eficaz a la hora de realizar una lectura de la situación a la que se enfrenta.

La técnica, por otro lado, es la que capacita una respuesta del sistema motor en función del medio que rodee a la persona. Hay que tener en cuenta que la diversidad de actividades realizadas en la naturaleza requiere de una técnica específica para cada una de ellas.

Por ejemplo, si se bajase la ladera de una montaña haciendo ciclismo de montaña, y se vislumbrase que hay un bache importante en el camino, la discriminación perceptiva se pone a funcionar.

La manera en la que esta funciona es en dos sentidos. En un sentido es la adaptación que este realiza al medio, y en otro es la respuesta que este genera a la hora de reaccionar a ese bache.

Como se puede ver en el ejemplo, la relación entre adaptación y técnica es muy importante en la naturaleza. Ahora bien, si se tiene en cuenta a Acaso (1996), se puede ver que en los casos en los que las personas ocupan mucho de su tiempo en la naturaleza, desarrollan unas destrezas, independientemente de la actividad que realicen, comunes a todos ellos. Estas destrezas, en la mayor parte de las ocasiones, surgen de la experiencia. Entre estas destrezas podemos encontrar las siguientes:

- Factores para atenuar la temperatura.
- Andar por diferentes terrenos.
- Prever la metodología.
- Orientarse.

Estos factores, esenciales para la vida de cualquier ser humano, vienen dados en muchos casos por la experiencia que tienen las personas que ocupan su tiempo en actividades desarrolladas en la naturaleza. Pero el aprovechamiento y la utilidad de estas no son exclusivos del ámbito natural.

## **5.2. POTENCIAL DE LAS ACTIVIDADES EN EL MEDIO NATURAL FUERA DE ESTE.**

Aquí viene el concepto por el que estas destrezas o conocimientos son indispensables para la vida y la educación de cualquier ser humano: el riesgo. Como se ha visto antes, las actividades en el medio natural poseen un carácter cambiante al que mediante adaptación y técnica hemos de resolver. Este carácter cambiante lleva intrínseco el componente riesgo (por supuesto, en mayor o menor medida).

La gestión del riesgo, propia del medio natural, también lo es de un ambiente cambiante, sea cual sea el contexto en el que este se encuentre. Un ambiente cambiante produce situaciones desconocidas a cada paso que se avanza en él, y son estas situaciones desconocidas las que generan riesgo. Si se parte de esto como base, son muchos los ambientes y situaciones cambiantes, por lo que las destrezas adquiridas en el medio natural que le sirvan para superar esas situaciones cambiantes y los problemas que le puedan surgir al alumno, cobran mucha importancia.

Por otro lado, antes se ha hablado con anterioridad de las destrezas y conocimientos desarrollados durante la realización de actividades en la naturaleza. Se ha dicho que estas

destrezas surgen de la propia experiencia de aquellas personas que realizan estas actividades en el medio natural, pero aquí, la Escuela, concretamente la Educación Primaria, puede educar y proporcionar estas herramientas a su alumnado.

En este momento es importante resaltar los supuestos casos en los que un alumno en cuestión no tenga o no desarrolle el amor por la naturaleza y las actividades inmersas en ella para valorar así si las actitudes y destrezas que la Educación Física en el medio natural puede proporcionarle en otras situaciones en las que el medio natural no esté presente, como podemos ver en Generele (1996), estos puntos son:

- Autogestión de emociones.
- Autogestión de capacidades.
- Estrategias para resolver los problemas que nos surjan.
- Herramientas para solucionar los problemas que nos surjan.

En cuanto a la autogestión de emociones, esta cobra especial importancia a la hora de ser capaces de, en una situación desconocida, interpretarla y adaptarse a ella de manera adecuada. La gestión de emociones como la frustración, la emoción o el miedo son claves a la hora de enfrentarse a una situación en la naturaleza, pero también lo son a la hora de relacionarse con otras personas, de conseguir y superar una entrevista de trabajo o de verse perdidos en una ciudad desconocida. Y estas cuestiones, estas situaciones deben de ser estudiadas y valoradas en la Escuela.

Por otro lado, la autogestión de capacidades físicas e intelectuales que se pueden desarrollar durante las actividades físicas en el medio natural, pueden cobrar mucha importancia a la hora de extrapolarlas a otros ambientes.

Si se tratan los temas del conocimiento y gestión de puntos débiles y fuertes que se pueden desarrollar y se desarrollan en las actividades físicas en el medio natural, hablamos de nuestra fuerza, resistencia, agilidad mental y física, visión espacial, capacidad de orientarnos, capacidad de superar problemas etc..

El tratar, por tanto, estos conocimientos y destrezas, que tienen una aplicación bastante clara y evidente en el mundo urbano en el que pasamos la mayor parte de nuestro tiempo, se antoja algo insispensable.

Una vez vistas estas dos destrezas, se pasará a tratar las estrategias para resolver aquellos problemas que surjan.

“El planteamiento de situaciones de trabajo de actividades en la naturaleza, habida cuenta de sus características, favorece estrategias globales de aprendizaje y de modos de actuación del alumnado. Asimismo, por su parte, las actividades en la naturaleza ponen en funcionamiento prioritariamente en el practicante aspectos de carácter perspectivo y decisonal, puesto que suponen una gestión de la motricidad del individuo en su relación, evolución y desplazamiento por el medio.” Acaso et al., 1996, pág. 43.

Esto tiene una implicación directa con las estrategias de resolución de problemas a los que enfrentar en la vida cotidiana, por lo que una vez más, la educación en la naturaleza pone al servicio del alumno una cantidad bastante considerable de estrategias que se pueden utilizar posteriormente en ambientes alejados de esta.

Por último se hablará de las herramientas que la educación física en el medio natural aporta para la vida diaria de cualquier individuo. Para esto es necesario tener en cuenta el carácter interdisciplinar de la Educación Física en general y de la Educación Física en el Medio Natural en particular.

La Educación Física es una materia que proporciona un espacio para un conocimiento vasto en aprendizajes, se puede trabajar desde las matemáticas a la comprensión lectora a través de diferentes actividades, así como biología, geología y ciencias. Acaso et al. (1996). Pues bien, si se tratan estas cuestiones dentro del medio natural, además de hacer el aprendizaje más significativo, se logra que los conocimientos adquiridos en este ambiente sean aplicables al mundo urbano o a situaciones cotidianas. La capacidad de orientarse, la agilidad, fuerza y robustez adquiridas en el medio natural, la visión de la naturaleza como espacio de ocio, de evasión o de investigación hacen que el potencial de esta en la vida cotidiana de las personas aumente de manera considerable.

### **5.3 VALORES QUE NOS APORTA LA EDUCACIÓN EN EL MEDIO NATURAL.**

Una vez se ha hablado de lo que la Educación Física en el Medio Natural puede aportar fuera de la naturaleza, se debe hablar de aquellos valores que realizar actividades en el Medio Natural nos proporciona.

Para ello es recomendable basarse en las pautas que en este sentido aporta Generelo (1996):

→ Autonomía e independencia.

- Sentido de la cooperación.
- Educación en salud.
- Respeto a la naturaleza y a las diversas formas de vida que encontramos en ellas.

En cuanto a la autonomía e independencia, la Educación Física en el Medio Natural proporciona multitud de herramientas, ya que pone al individuo en situaciones en las que este debe buscar diferentes estrategias para superar.

El sentido de la cooperación cobra especial importancia a la hora de trabajar y realizar actividades en el medio natural. Senderismo, montañismo, bicicleta de montaña etc., son actividades que potencian, en el caso en el que se hagan con otros compañeros, el trabajo en equipo y la cooperación, las cuales son cuestiones realmente importantes a la hora de trabajar con nuestros alumnos.

El peso que tienen las actividades físicas en el Medio Natural en cuanto a la salud del individuo es más que relevante. La actividad física (básica en el concepto de salud al evitar el sedentarismo), la higiene, una alimentación adecuada, la autosuperación, la cooperación etc., están más que presentes en cuanto se sale a realizar actividades en el medio natural. Es por ello que este punto debe aparecer en cuanto a la importancia de los valores que esta forma de tratar la Educación Física proporciona.

De manera inherente al disfrute de la naturaleza es el respeto hacia la misma. El dejar las cosas como estaban (no tirar basura), el respeto a las plantas y animales de la naturaleza, el no gritar en el campo, y en definitiva, el ocasionar el menor impacto posible, van de la mano con el disfrute de la naturaleza.

## **5.4 FASES Y ETAPAS PARA REALIZAR LA EDUCACIÓN FÍSICA EN EL MEDIO NATURAL.**

Hasta ahora el estudio se ha centrado, principalmente, en definir aquellas cuestiones que dotan de relevancia a la Educación Física en el Medio Natural. En este punto se estudiará qué consideraciones se tienen tener desde la escuela para realizar estas actividades o no.

En la mayor parte de centros, se puede observar que la carga de actividades en el Medio Natural (o simplemente relacionadas con él) está más basada en los cursos superiores que en los inferiores. Esto está fundamentado, según Generelo (1996), por dos cuestiones. La primera es que los padres creen que estas actividades son peligrosas (ya se vio el factor riesgo y la importancia de este en la Educación Física y en la Educación en general. El segundo es que

muchas veces se entiende que los alumnos han de tener cierta autonomía para realizar actividades con ellos en un ambiente no controlado como la naturaleza.

Ahora bien, si se parte de la base de que el objetivo es utilizar el medio natural como fuente de conocimiento y disfrute, se debe educar a los alumnos desde edades tempranas en él. Esto no quiere decir que no se tenga que adaptar las actividades a las características individuales de cada uno de ellos.

Si se busca lograr que el alumnado desarrolle un interés importante por la naturaleza y por las actividades desarrolladas en ese medio, se debe tener en cuenta que la motivación es una parte fundamental para que ese comportamiento se afiance en ellos, es por ello que hay que adaptar las actividades a:

- Su nivel madurativo: no se pueden poner actividades a las que física o intelectualmente estos alumnos no lleguen.
- Sus gustos: este es un componente clave. Ya sea en matemáticas o en esta manera de trabajar la educación física, lo atractivo de las actividades para el alumno es un punto que ha de estar más que presente a la hora de trabajar con él, puesto que si las actividades son atractivas, su nivel de implicación en estas va a ser mayor que si no lo fuesen, por lo que el resultado va a ser significativamente más positivo que si el alumno en cuestión no se siente atraído por la actividad a realizar.

## 5.5 ENFOQUES Y MANERAS DE ENTENDER LA EDUCACIÓN FÍSICA EN EL MEDIO NATURAL Y CÓMO UTILIZARLAS DESDE LA ESCUELA.

Para este apartado, las ideas de Generelo (1996) tienen un peso muy importante.

Para ello, se pueden plasmar ciertas ideas en la gráfica 4, de Generelo (1996, pág 51):

Enfoque general	Instituciones ideales	Objetivos generales
Recreativo	Clubes: de montaña etc. Asociaciones: <i>Scouts</i> ... Empresas.	Ocupación del tiempo de Ocio.
Deportivo	Clubes. Empresas.	Carácter técnico y de rendimiento.
Educativo	Colegios. Asociaciones: <i>Scouts</i> ...	Formación integral de la persona.

Figura 2. Enfoques de la Educación Física en el Medio Natural. Generelo (1996)

Como se ha explicado en el punto anterior, una metodología adecuada y unas actividades atractivas pueden lograr que el alumnado se implique de manera mucho más efectiva en el desarrollo de la actividad, lo cual hará que el desarrollo de sus capacidades y de su aprendizaje aumente.

Siguiendo esta idea, se pueden relacionar las instituciones ideales en función del enfoque que se quiera dar a la actividad.

Desde la escuela, punto de partida de las actividades realizadas, se va a querer colaborar con la educación de la persona, pero para ello, puede ser que se requiera de acudir a otras instituciones más especializadas con las actividades físicas en general, las empresas. Estas, como hemos dicho, están especializadas en la realización de diferentes tipos de actividades, lo cual va a aportar tres cosas:

- Especialización en la materia.
- Recursos materiales
- Recursos metodológicos en la práctica de estas actividades.

Estas características de las empresas de actividades en el medio natural pueden ser bien aprovechadas por la escuela, dándoles una proyección o aplicación educativa para los fines que se quiera.

Ahora bien, los educadores, y maestros en educación física, deben conocer al menos algunos aspectos fundamentales de las diferentes actividades en el medio natural. Esto les va a dotar del conocimiento necesario para ser capaces de aplicar en un momento determinado una técnica u otra para educar o instruir al alumnado.

“Si pretendemos objetivos educativos, deberemos encaminar nuestros esfuerzos a prepararlos diferentes aspectos psicopedagógicos didácticos de nuestra intervención. Pero si, por otro lado, buscamos objetivos más técnicos, también podemos considerar nuestra preparación técnica para poder ofrecer unas garantías de calidad” (Generelo, 1996, pág. 56).

Esta cuestión se puede resolver apoyando la actividad educativa en empresas especializadas. La cuestión es la siguiente: ¿Qué diferencias se pueden encontrar entre los maestros y los especialistas de la técnica en diferentes deportes o actividades en el medio natural?

Según Generelo (1996) se establece la siguiente diferenciación:

- Técnico especialista: Actividades.
- Educador: Dinamizador, sintetizador de las enseñanzas y destrezas aprendidas.

Por otro lado, pese a esta diferenciación, estos papeles no son exclusivos de cada uno de los integrantes anteriormente marcados, si no que las competencias de ambos en la mayor parte de los casos se mezclan, aunque cada uno sea un exponente más representativo del aspecto en el que está especializado.

Esto significa lo siguiente. Que ambas partes estén implicadas en ambos procesos, significa que ambas se han de encargar de todos los aspectos relacionados con el desarrollo de la actividad que se busca realizar, Generelo (1996):

- El niño: atendiendo a aspectos motrices, intelectuales, sociales y afectivos.
- El grupo: Potenciando la responsabilidad del mismo, la participación y la cohesión.
- La actividad: Considerando la información acerca de su ejecución, técnicas de adaptación, control del riesgo, aspectos de seguridad etc.
- El entorno/medio: Conociendo los factores que lo constituyen, (ambientales y estructurales<sup>9</sup>, relaciones ecológicas que se pueden establecer etc.



La integración total de estos aspectos hace que las actividades propuestas tengan un carácter formativo integral el cual nos va a ayudar a lograr de una manera más adecuada los objetivos propuestos.

## **6. PUESTA EN PRÁCTICA EN EL CENTRO**

En muchas ocasiones, el tratamiento de la Educación Física en el Medio Natural no corresponde a lo que se busca realizar. De esta manera, leyendo a Santos (2002), las actividades a realizar de Educación Física, propias del Medio Natural, pero realizadas en el centro escolar, al no aplicarlas posteriormente en el medio natural, se desvirtúan, convirtiéndose así en una sesión más de las muchas “ordinarias” que se pueden realizar en el centro.

Una vez dicho y explicado esto, se debe atender a varios criterios fundamentales para desarrollar la actividad en el centro y posteriormente en la naturaleza. Para hacerlo, es importante basarse en la clasificación que nos aporta Santos (2002).

### **6.1 POSIBILIDADES DEL COLEGIO.**

Este es el primer punto a tener en cuenta, puesto que a la hora de desarrollar una actividad u otra, hay que centrarse muy específicamente en aquellas condiciones que el centro tenga para poder realizar esa u otra actividad. En este caso, como se va a desarrollar la trepa, hay que tener en cuenta aquellas instalaciones y aquellos materiales que sirven de una manera adecuada para realizar la actividad y así poderla llevar a cabo.

El colegio en el que se va a realizar la actividad cuenta con suficiente material como para llevar esta unidad didáctica a cabo y después poder desarrollarla en la naturaleza. Este centro tiene espalderas, cuerdas, bancos y suficiente material como para realizar este tipo de actividades.

### **6.2 LA PROGRESIÓN DEL APRENDIZAJE.**

Si se plantea una sesión de algún deporte, esta sesión debe de ser adaptada a cursos y ciclos, teniendo en cuenta aquellos aprendizajes y enseñanzas previos que han sido realizados durante etapas o cursos anteriores. Pues bien, en el caso de determinadas actividades en el Medio Natural, estas enseñanzas y aprendizajes quedan un poco de lado, puesto que en la mayoría de los casos, los conocimientos que se van a adquirir son completamente nuevos, por lo que sin importar el curso o el ciclo en el que esos aprendizajes se encuentren inmersos, en la mayor

parte de las sesiones habrá que empezar de cero ya que los conocimientos que el alumnado va a tener sobre la materia son nulos.

### **6.3. EL CONTEXTO DEL CENTRO.**

Con el contexto del centro se tratan dos cuestiones principales. Una es la localización y la otra es la intención de realizar actividades novedosas.

En primer lugar se va a hablar de la localización. La localización hace referencia tanto al contexto geográfico en el que está ubicado el centro educativo, como a las diferentes posibilidades que ese centro tenga dada su localización. También hay que tener en cuenta aquellos factores socioeconómicos de las familias del centro que de una manera u otra pueden afectar al desempeño de la actividad docente.

En cuanto al contexto geográfico, es muy diferente trabajar en un contexto rural a uno urbano, como el centro en el que se van a realizar nuestras actividades.

En el caso de esta actividad, el contexto geográfico y socioeconómico existente es el siguiente:

El colegio dispone de noventa clases distribuidas en tres edificios. En el patio encontramos tres canchas de baloncesto y una de fútbol, además del patio de infantil (cubierto).

En cuanto a instalaciones deportivas encontramos un polideportivo, un gimnasio pequeño, un tatami (actividades extraescolares) y una piscina.

Es necesario explicar en este punto que el material de que dispone el centro es muy variado y adaptable a diferentes situaciones con las que queramos trabajar. Entre este material, y en relación a la unidad que se va a llevar a cabo, se pueden encontrar multitud de objetos. Desde bancos y espalderas a colchonetas, cuerdas, aros y demás objetos.

El centro posee en torno a ocho líneas por curso. En algunos cursos es mayor y en otros menor. Pero esto no repercute en el número de alumnos por profesor (ratio), el cual corresponde a 25 alumnos como máximo.

Si se habla de las posibilidades que tenga ese contexto geográfico, no se habla exclusivamente de la cercanía de un Medio Natural en el que realizar esas actividades, si no al aprovechamiento de los mismos (cosa que en muchos casos queda de lado a la hora de impartir clase con los alumnos).

Las posibilidades ofrecidas por unos u otros Medios Naturales han de ser aprovechadas, así, un centro educativo que se encuentre próximo a un bosque puede realizar con más facilidad y dinamismo actividades relacionadas con el senderismo que uno que se encuentre situado próximo al mar, el cual tiene otras posibilidades como puede ser la práctica de la natación en el mar o una iniciación a la vela, entre otros.

Por otro lado, y esto desde el centro educativo es importante, la existencia de un contexto natural u otro trae de la mano diferentes empresas que realizan actividades de diversa índole en el medio natural. Los maestros deben de conocerlas, puesto que el potencial educativo que la utilización de estas empresas puede suponer es bastante significativo.

En este punto es importante recalcar la diferencia entre educador y monitor que se ha tratado visto anteriormente. Gracias a la ayuda de profesionales que se dediquen a enseñar a los alumnos las diferentes técnicas con las que se va a trabajar, el papel del maestro es muy importante puesto que va a ser él el que haga esos aprendizajes significativos o no.

También se han de tener en cuenta la intención que tienen o pueden tener los centros educativos de realizar este tipo de actividades novedosas para ellos. En muchos casos los centros no terminan de implicarse a la hora de llevar a cabo nuevas propuestas educativas que propongan una alteración del orden imperante en dichos centros. Es por ello que la importancia de este trabajo es grande. Muchos de los centros en los que nuestros alumnos se encuentran estudiando apenas desean realizar estas nuevas actividades, por lo se debe procurar que cada vez más este tipo de actividades, esta forma de entender la educación y esta manera de hacer que las enseñanzas y los aprendizajes de los alumnos estén cada vez más en la boca de todos.

## **6.4 ANÁLISIS DEL LUGAR DONDE SE VA A REALIZAR LA ACTIVIDAD.**

Con esto se buscan dos cosas, ambas muy importantes. La primera es que a través del conocimiento del lugar donde se van a realizar este tipo de actividades, la planificación anterior va a estar mucho más adecuada al medio en el que después se va a realizar la sesión final.

Por otro lado, el que el conocimiento sobre el lugar donde se va a realizar la actividad sea extenso va a favorecer que las actividades estén bien contextualizadas y planteadas. Esto genera que el disfrute y aprovechamiento de la actividad por parte de nuestros alumnos crezca, lo que le dará relevancia a la actividad.

También, al haber sido preparados para superar esta actividad, los niños disfrutarán realizándola, lo que un futuro puede derivar en una mayor asiduidad a la actividad física en la naturaleza por parte del alumnado.

Es necesario introducir en este punto las facilidades que puede poner la empresa. La empresa, en este caso la empresa “Aventura Amazonia”, cuenta con un sistema que se encuentra inmerso en su totalidad en la legislación vigente y que nos propone diversas facilidades. Desde el transporte aportando ellos el autobús a la realización de talleres y actividades una vez terminada la sesión principal. Esta serie de características, pese a que son susceptibles de ser obviadas, pueden suponer un punto a favor a la hora de escoger esta empresa para realizar la actividad o no.

## **7. DISEÑO DE LA PROPUESTA**

Para llevar todo esto a cabo hay que tener en cuenta varias cuestiones que se verán a continuación.

Lo primero que hay que decir, es que para garantizar la viabilidad adecuada de este tipo de actividades, de esta manera de entender las actividades en la naturaleza, hay que adecuarlas de manera muy precisa a la ley vigente.

Por otro lado esto garantiza, además del conocimiento de que la actividad se encuentra en el marco legal adecuado, que el centro esté dispuesto a realizar una inversión de este calibre.

Es importante tener en cuenta que este punto es muy importante, y que los maestros han de ser capaces de analizar y contextualizar aquellas actividades que se quieran desarrollar en el Medio Natural en la ley. En este caso, la actividad trabajada es la trepa (o la escalada según el nivel). Si se desea hacer que la naturaleza tenga un peso más importante en la escuela, también se pueden desarrollar diferentes actividades, como el ciclismo, o según qué contextos el esquí alpino, entre otros.

Por ello, para hacer esto, el conocimiento que debe tener el maestro sobre el entorno y las herramientas disponibles para realizar su actividad docente debe de ser muy extenso y adaptado al medio que le rodea.

## **7.1 CONTEXTUALIZACIÓN LEGISLATIVA.**

A la hora de realizar y hablar de este punto, es muy importante decir y explicar que pese a que se va a escoger esta serie de objetivos y contenidos, hay que tener en cuenta que si se llevase a cabo otro tipo de actividad, o si el tema de la actividad fuese otro, este apartado legislativo habría de ser revisado.

### 7.1.1 RELACIÓN DE LA PROPUESTA CON LOS OBJETIVOS GENERALES DE ETAPA.

Según Decreto 89/2014, de 24 de Julio, del Consejo de Gobierno, por el que se establece para la Comunidad de Madrid el Currículo de Educación Primaria se pueden encontrar los siguientes objetivos de etapa que debe cumplir la actividad. Es importante, en este punto, decir que los objetivos generales de etapa coinciden en la legislación vigente tanto de la comunidad de Madrid como del Estado Español en su conjunto.

- a) Conocer y apreciar los valores y las normas de convivencia, aprender a obrar de acuerdo con ellas, prepararse para el ejercicio activo de la ciudadanía y respetar los derechos humanos, así como el pluralismo propio de una sociedad democrática.
- b) Desarrollar hábitos de trabajo individual y de equipo, de esfuerzo y de responsabilidad en el estudio, así como actitudes de confianza en sí mismo, sentido crítico, iniciativa personal, curiosidad, interés y creatividad en el aprendizaje, y espíritu emprendedor.
- k) Valorar la higiene y la salud, aceptar el propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias y utilizar la educación física y el deporte como medios para favorecer el desarrollo personal y social.

### 7.1.2. CONTRIBUCIÓN A LOS OBJETIVOS DE EDUCACIÓN FÍSICA.

Basados en el Decreto 89/2014, de 24 de Julio, del Consejo de Gobierno, por el que se establece para la Comunidad de Madrid el Currículo de Educación Primaria. Se pueden encontrar los siguientes objetivos de etapa que buscamos que nuestra actividad cumpla.

1. Resolver situaciones motrices con diversidad de estímulos y condicionantes espaciotemporales, seleccionando y combinando las habilidades motrices básicas y adaptándolas a las condiciones establecidas de forma eficaz.

1.1. Adapta los desplazamientos a diferentes tipos de entornos y de actividades físico deportivas y artístico expresivas ajustando su realización a los parámetros espaciotemporales y manteniendo el equilibrio postural.

1.5. Mantiene el equilibrio en diferentes posiciones y superficies.

1.6. Realiza actividades físicas y juegos en el medio natural o en entornos no habituales, adaptando las habilidades motrices a la diversidad e incertidumbre procedente del entorno y a sus posibilidades.

### 7.1.3. CONTRIBUCIÓN A LOS CONTENIDOS.

Según el Decreto 89/2014, de 24 de Julio, del Consejo de Gobierno, por el que se establece para la Comunidad de Madrid el Currículo de Educación Primaria se pueden encontrar las siguientes situaciones motrices que nuestra actividad debe cumplir.

En este caso, se busca realizar un énfasis especial en las acciones motrices en situaciones de adaptación al entorno físico.

Dentro de ella se dan dos condiciones de las que se ha hablado anteriormente en el marco teórico pero que merece mucho la pena resaltar aquí. La primera que se va a tratar aquí es la adaptación requerida ante situaciones de cambio constante.

Como se ha visto, las actividades en la naturaleza aportan un componente de variabilidad que resulta de vital importancia si de lo que se trata es de buscar la adaptación de nuestro alumno al medio.

Por otro lado la conexión entre conocimientos diferentes se hace patente. Tanto la percepción de uno mismo como la del entorno que nos rodea debe de ser muy precisa si lo que se busca es superar los diferentes obstáculos a los que los alumnos se han de enfrentar.

### 7.1.4 RELACION CON LOS CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES..

Según el Decreto 89/2014, de 24 de Julio, del Consejo de Gobierno, por el que se establece para la Comunidad de Madrid el Currículo de Educación Primaria se pueden encontrar los siguientes criterios de evaluación y estándares de aprendizaje evaluables con los que nuestra propuesta debe cumplir.

1. Resolver situaciones motrices con diversidad de estímulos y condicionantes espaciotemporales, seleccionando y combinando las habilidades motrices básicas y adaptándolas a las condiciones establecidas de forma eficaz.

1.4. Aplica las habilidades motrices de giro a diferentes tipos de entornos y de actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, teniendo en cuenta los

tres ejes corporales y los dos sentidos y ajustando su realización a los parámetros espaciotemporales y manteniendo el equilibrio postural.

1.5. Mantiene el equilibrio en diferentes posiciones y superficies..

1.6. Realiza actividades físicas y juegos en el medio natural o en entornos no habituales, adaptando las habilidades motrices a la diversidad e incertidumbre procedente del entorno y a sus posibilidades.

3. Resolver retos tácticos elementales propios del juego y de actividades físicas, con o sin oposición, aplicando principios y reglas para resolver las situaciones motrices, actuando de forma individual, coordinada y cooperativa y desempeñando las diferentes funciones implícitas en juegos y actividades.

3.1. Utiliza los recursos adecuados para resolver situaciones básicas de táctica individual y colectiva en diferentes situaciones motrices.

3.2. Realiza combinaciones de habilidades motrices básicas ajustándose a un objetivo y a unos parámetros espacio-temporales.

6. Mejorar el nivel de sus capacidades físicas, regulando y dosificando la intensidad y duración del esfuerzo, teniendo en cuenta sus posibilidades y su relación con la salud.

6.1. Muestra una mejora global con respecto a su nivel de partida de las capacidades físicas orientadas a la salud.

6.3. Adapta la intensidad de su esfuerzo al tiempo de duración de la actividad.

#### 7.1.5 OBJETIVOS DE LA UNIDAD DIDÁCTICA.

- Realizar una actividad en la naturaleza que tenga un carácter significativo.
- Mejorar la capacidad de adaptación de nuestros alumnos a situaciones variables.
- Mejorar las capacidades de equilibrio y trepa por parte de nuestro alumnado.

#### 7.1.6 METODOLOGÍA A UTILIZAR.

Las actividades se van a realizar a cierta altura. Según la empresa “Aventura Amazonia”, con la que se propone el desarrollo de dicha actividad, la altura máxima a la que se encuentran los niños es a un metro y ochenta centímetros. Los alumnos van a contar con un sistema de

seguridad basado en un arnés y dos mosquetones. Llevarán dos mosquetones para que el caso que tengan que pasar de un árbol a otro en una prueba, pasen los mosquetones de uno en uno.

Esto genera la siguiente sucesión en la posición de mosquetones:

- Dos mosquetones en el árbol.
- Un mosquetón en el árbol y otro en el cable de la prueba.
- Dos mosquetones en el cable de la prueba.

Con este sistema se logra que en ningún momento el alumno esté sin ningún mosquetón atado.

Si bien se ha dicho que el sistema de seguridad es suficientemente bueno, no se puede olvidar que la altura a la que se enfrentan es de un metro y ochenta centímetros, que para alumnos de esa edad puede representar una altura más que respetable.

Por ello, en la metodología propuesta a utilizar para las sesiones es el mando directo. SE escoge este tipo de metodología como herramienta para asegurarnos de un correcto funcionamiento durante la sesión en la naturaleza y como herramienta preventiva de posibles percances en dicha sesión.

#### 7.1.7 DESARROLLO DE LAS SESIONES.

Las sesiones serán realizadas a través de circuitos. Con esto lo que se busca es que los alumnos se acostumbren a lo que posteriormente será la sesión final en la naturaleza. Hay que recalcar la importancia de procurar adaptar tanto las actividades como nuestra conducta como maestros al tipo de situaciones que se pueden y se van a dar posteriormente en la sesión en la naturaleza.

Con esto queremos decir dos cosas. La primera es que el ambiente debe ser lo más inestable posible para así lograr los objetivos propuestos. La segunda es que la metodología ha de estar adaptada a lo que después va a ser la sesión en la naturaleza; debemos realizar sesiones en las que el mando directo esté presente.

Como se ha explicado con anterioridad, en esta Unidad Didáctica, lo que se busca es adaptar las sesiones que se realizarán en el centro a aquellas actividades que después se desarrollarán en la naturaleza.



## **Sesión 1. Duración de la sesión: 45 minutos.**

### Momento de encuentro:

Esta es la primera sesión a desarrollar. Para hacerlo se van a tener en cuenta las figuras 3, 4, 5, 6, y 7, presentes en el anexo 1 del este documento.

Lo primero que se va a hacer es presentar la nueva Unidad Didáctica, la cual versará sobre la habilidad de la trepa y en la cual se trabajará el equilibrio.

Se les dirá también que esta Unidad Didáctica tiene una sesión que realizaremos en la naturaleza, en un parque de aventuras en la sierra de Guadarrama.

Les explicaremos cómo es el funcionamiento de este tipo de actividad y la importancia que tiene seguir las indicaciones del profesor durante las sesiones en el centro y del monitor durante la sesión en la naturaleza.

### Desarrollo de la sesión.

Para realizar esta sesión, requerimos de cierto tiempo previo a la misma para elaborar el circuito en el que nuestros alumnos van a trabajar.

Como se ha especificado con anterioridad, durante esta sesión se van a trabajar las figuras 3, 4, 5, 6 y 7 del anexo 1, de tal manera que para sustituir cada una de ellas, se van a plantear las siguientes pruebas que integrarán el circuito. Siempre se pueden realizar adaptaciones para aumentar o disminuir el nivel de dificultad de las pruebas, o añadir algún elemento que provoque un cambio en la percepción del alumnado.

Es conveniente decir que entre prueba y prueba, deberán atravesar de lado a lado por una espaldera en la que se colocarán unas cintas que marcarán los lugares donde los alumnos se pueden apoyar. Si esto resulta demasiado fácil se pondrán unas cuerdas colgando en vertical para que los niños realicen agarres con las manos.

Paso de gigante (figura 3 | Anexo 1): aros en el suelo sobre los cuales los niños deberán ir pasando de uno en uno sin pisar fuera del mismo.

Balancín (figura 4 | Anexo 1): banco en horizontal, hay que pasar sin caerse al suelo.

Paso Amazonia (figura 5 | Anexo 1): banco apoyado en la espaldera.

Toneles (figura 7 | Anexo 1): pasar a través de un tubo.

Las agrupaciones, en este primer momento, serán de manera individual, posteriormente hse trabajarán con grupos de cuatro a seis individuos para una segunda parte de la actividad.

Lo primero que los alumnos deberán hacer es superar las pruebas de la manera señalada por el profesor. Esto les preparará para realizar después las actividades en el medio natural. Posteriormente, se colocarán en grupos. El unir a los alumnos por grupos de afinidad, en este caso puede ser una buena idea, ya que puede garantizar más control de grupo y aprovechamiento en la sesión en la naturaleza. Además, el que los alumnos se encuentren dentro de una zona social de confort a la hora de realizar actividades en las que el medio es el que no se controlan, puede resultar tanto beneficioso como motivante, y ser un factor más que haga que el alumnado sea capaz de concentrarse ante una situación novedosa.

Como se verá, la evaluación debe de ser continua, lo cual hace que se pueda evaluar si este tipo de agrupaciones son adecuadas o no.

Una vez termineme la parte de trabajo individual, pasaremos a la parte por trabajo en grupos. A cada grupo se le otorgará una estación y deberán crear una forma novedosa de superarla sin pisar el suelo o sin caerse.

#### Vuelta a la calma.

Se realizará la vuelta a la calma haciendo una asamblea, en la que valoraremos los puntos fuertes y débiles de la sesión, el grado de dificultad de las pruebas, la facilidad para adaptarse a las diferentes pruebas, las propuestas dadas por los alumnos para superar las pruebas y el grado de satisfacción y motivación a la hora de realizar la actividad.

### **Sesión 2. Duración de la sesión: 45 minutos.**

#### Momento de encuentro.

Al igual que en las sesiones anteriores, en esta sesión ya se conoce bien qué es lo que se está haciendo en la unidad didáctica, por lo que tras un breve recordatorio de las cuestiones más importantes desarrolladas durante la sesión y la asamblea de la última sesión, se pasará directamente a la sesión en sí.

#### Desarrollo de la sesión.

En esta sesión se realizará una adaptación de las figuras 8, 9, 10, 11 y 12 que aparecen en el anexo 1 de este mismo documento.

Al igual que en la sesión anterior, después de realizar cada una de las pruebas, los alumnos deberán pasar por la espaldera realizando un desplazamiento lateral de un lado a otro de la

misma, pero en este caso no utilizaremos cintas de colores para marcar los apoyos, si no que se colocarán unos aros de manera perpendicular a la espaldera a través de los cuales tendrán que pasar los alumnos.

Esta vez pondremos la espaldera un poco más alta, por lo que la utilización de colchonetas para prevenir golpes fuertes si se sucediese una caída es un aspecto más que necesario a la hora de llevar a cabo la actividad.

Escalera horizontal (figura 8 | Anexo 1): atravesar a gatas o de pié dos bancos puestos boca abajo (de manera que pasemos sobre la barra fina que une las dos patas).

Columpios (figura 9 | Anexo 1): al no poder hacerlos, uno de los pasos por las espalderas será agarrándose exclusivamente a unas cuerdas que colgarán de la misma.

Salto de la puga (figura 11 | Anexo 1): salto de aro a aro.

Red birmana (figura 12 | Anexo 1): pasarán por el tubo pero se colocarán objetos dentro de él para dificultar el que los alumnos pasen.

Cuando se realice el cambio a trabajo por grupos, de igual manera tendrán que investigar sobre las posibilidades que se pueden obtener y a las que se puede llegar al pasar estas pruebas de una manera u otra.

#### Vuelta a la calma.

Se realizará la vuelta a la calma haciendo una asamblea, en la que valoraremos los puntos fuertes y débiles de la sesión, el grado de dificultad de las pruebas, la facilidad para adaptarse a las diferentes pruebas, las propuestas dadas por los alumnos para superar las pruebas y el grado de satisfacción y motivación a la hora de realizar la actividad.

### **Sesión 3. Duración de la sesión: 45 minutos.**

#### Momento de encuentro.

Al igual que en las sesiones anteriores, en esta sesión ya se conoce bien qué es lo que se está haciendo en la unidad didáctica, por lo que tras un breve recordatorio de las cuestiones más importantes desarrolladas durante la sesión y la asamblea de la última sesión, se pasará directamente a la sesión en sí.

#### Desarrollo de la sesión.

Durante la sesión que se realizará en la naturaleza, los cambios de estación se producen en los troncos de los árboles, mediante arneses, mosquetones y cables. Es por ello que en esta sesión,

pese a seguir el mismo ritmo y metodología de trabajo que en sesiones anteriores, se va a preparar a los niños para este reto.

Para ello se crearán cuatro estaciones en las espalderas las cuales tendrán que superar, primero individualmente y posteriormente tendrán que encontrar una solución grupal para superar dicho desafío.

Entre estación y estación, se colocará un banco apoyado en la escalera que representará el tronco que hay que superar entre prueba y prueba. La longitud total de cada espacio puede rondar los siete metros hábiles, distancia suficiente para evaluar las destrezas que se consideren necesarias a la hora de superar dicho circuito.

Por motivos evidentes de seguridad, el suelo, en medida de lo posible, estará cubierto con colchonetas para prevenir lesiones en los posibles accidentes.

- La primera estación consistirá en atravesar la espaldera mediante el desplazamiento lateral apoyando los pies y las manos en aquellos lugares habilitados para ello (se habilitarán con la colocación de cinta de carroceros en la espaldera).
- Para superar la segunda estación, habrá que superarla pasando entre los aros que coloquemos. Cabe destacar que si antes los aros estaban colocados en posición perpendicular, esta vez estarán colocados en horizontal, de manera que la forma más lógica de pasarlos sea o bien desde arriba hacia abajo, o desde abajo hacia arriba, pero no de lado a lado como en la actividad de la sesión anterior.
- Para la tercera prueba se usará una cuerda capaz de soportar el peso de varios niños, que será atada a ambos lados de la espaldera de manera que quede paralela al suelo. La manera de superar esta prueba es agarrándose con las manos a la cuerda y apoyando los pies en la escalera.
- Por último, para la cuarta prueba, se colocará otra cuerda en paralelo con el suelo, pero esta vez los niños tendrán que apoyar en ella los pies y agarrarse con las manos a la espaldera.

### Vuelta a la calma.

Se realizará la vuelta a la calma haciendo una asamblea, en la que valoraremos los puntos fuertes y débiles de la sesión, el grado de dificultad de las pruebas, la facilidad para adaptarse a las diferentes pruebas, las propuestas dadas por los alumnos para superar las pruebas y el grado de satisfacción y motivación a la hora de realizar la actividad.

#### **Sesión 4. Actividad en la naturaleza.**

Para realizar esta actividad debemos tener en cuenta la diferenciación que realizamos en el marco teórico entre maestro y técnico a la hora de realizar este tipo de actividad. Considerando esto, el maestro actuará de manera protagonista antes y después de la sesión, haciendo que se esta manera el aprendizaje sea lo más significativo posible.

Antes de la sesión se darán ciertas directrices sobre el riesgo relativo que se corre al realizar esta actividad y que por ese motivo se debe escuchar siempre y prestar al monitor la misma atención que se prestaría a cualquier profesor del centro. Con esto lo que se busca es prevenir riesgos.

Una vez haya acabado se realizará la correspondiente asamblea final de la unidad, la cuál nos ayudará a completar la ficha de evaluación de manera adecuada (anexo 2).

Hay que decir, en este punto, que durante el desarrollo de la sesión, la cual guiará el monitor a cargo de la actividad, el papel del maestro será de apoyo a ese profesional así como asegurar el correcto cumplimiento de las correspondientes normas de seguridad.

Las agrupaciones que se han realizado durante las sesiones previas cobran ahora mucho sentido, puesto que cada “pase” a la actividad se realiza en grupos de cuatro a ocho personas.

Es aquí donde se verá si las agrupaciones que se hicieron con anterioridad dan resultado (por afinidad personal o por capacidad de trabajo conjunta).

Por último, decir que la importancia de la motivación para el correcto desempeño de la actividad es muy importante, por lo que el papel del maestro pasa a ser mucho más activo en este sentido.

#### **7.1.8 EVALUACIÓN.**

Se deben evaluar tres cuestiones. Las pruebas, al maestro y los resultados de los alumnos en la ejecución en las pruebas propuestas.

Tanto las pruebas como el maestro han de ser evaluadas conforme las sesiones vayan avanzando y se vaya viendo cómo se desarrollan las mismas.

Para sustentar de una manera sustancialmente más teórica en este punto, Galera (2001), dicta un buen sistema el cual se seguirá a la par que se evaluará estos tres elementos citados anteriormente.

El sistema que propone es el siguiente.

- Evaluación inicial: denominada también diagnóstica, se debe realizar al comienzo del proceso, pronosticando los posibles resultados y evaluando las necesidades existentes.
- Evaluación formativa: realizada durante todo el proceso.
- Evaluación sumativa: la cual busca sintetizar los resultados obtenidos durante todo el proceso de aprendizaje desarrollado y sintetizar el grado y los contenidos del aprendizaje realizado.

En cuanto a las pruebas, que los alumnos sean capaces de superarlas es importante, pero también lo es que les supongan un reto. Por tanto se ha de ser capaz de ajustar ese componente de reto y dificultad y compensarlo con el componente de capacidad física y mental que tengan nuestros alumnos a la hora de superar esas pruebas.

Por otro lado, conforme se vayan realizando las sesiones, el maestro debe autoevaluarse para ver qué aspectos puede mejorar, qué aspectos están funcionando bien y cómo es el desarrollo de la sesión en general. Asimismo debe tener en cuenta cómo puede ayudar a mejorar a sus alumnos y comprobar que todo marcha según lo planeado.

Ahora bien, para realizar la evaluación de la ejecución de las pruebas por parte de los alumnos debemos tener en cuenta diferentes cuestiones.

La evaluación que se va a realizar se va a basar fundamentalmente en la observación directa. A pesar de querer desarrollar ciertas habilidades en nuestro alumnado, uno de los puntos más importantes desde nuestro punto de vista es el acondicionamiento del individuo a las actividades en el medio natural.

Por otro lado, en el caso de esta unidad didáctica en concreto, en la que se está utilizando el mando directo, se hace muy conveniente evaluar el seguimiento de las directrices que demos al alumnado para así poder influir sobre ellos antes de realizar la sesión final en la naturaleza.

Esto supone que en la evaluación, además de aspectos relacionados con la ejecución y superación de las pruebas, hay aspectos actitudinales que deben de ser evaluados.

Para realizar la evaluación de dicha actividad, así como la de la sesión realizada en la naturaleza, se contará con la tabla del anexo 2. Esta tabla contiene tanto elementos propios de cada una de las pruebas que vamos a realizar como estándares evaluables marcados por Real Decreto 126/2014, de 28 de febrero por el que se establece el currículo básico de educación primaria.

Se rellenarán, por tanto, dos tablas para cada uno de nuestros alumnos. Una tabla será para las quince pruebas que se realizarán durante las tres sesiones en el centro. La otra se rellenará cuando se realice la sesión en la naturaleza. (Ver anexo 2).

## **8. ANÁLISIS Y CONSIDERACIONES FINALES**

Para concluir este trabajo vamos a hablar de las conclusiones obtenidas al realizarlo.

Durante la realización de este trabajo hemos podido ver la importancia subyacente en el desarrollo de la Educación Física en el medio natural. Este es un factor que cobra vital importancia a la hora de educar a nuestros alumnos.

Consideramos esto así porque estamos convencidos de que la escuela debe de ser un lugar en el que se eduque, y no en el que únicamente se instruye. Marcamos esta diferenciación ya que es muy importante que los niños desarrollen el equilibrio, que aprendan a ejecutar diferentes técnicas deportivas etc., pero también es importante que aprendan a relacionarse, que aprendan a adaptarse a un entorno cambiante y que aprendan a respetar aquello que los rodea.

Entendemos esto como la esencia de educar a los niños en la naturaleza. La naturaleza tiene ese componente de cambio repentino y sustancial que en otros ambientes nos resulta más difícil encontrar, y desde nuestro punto de vista esto es algo que ayudará a nuestro alumno o alumna a desenvolverse en el mundo fuera de la escuela, en el cual el ambiente no está completamente controlado y adaptado a las necesidades de cada uno, si no que es un ambiente variable, y en muchas ocasiones inseguro.

Como estamos viendo, la naturaleza nos puede proporcionar tanto conocimientos específicos de una materia, como la capacidad de relacionarlos todos ellos y crear una idea mucho más global y auténtica de la realidad, pero esto no quiere decir que podamos perder de vista una de las enseñanzas más importantes, desde mi punto de vista, que la naturaleza puede aportarnos; el respeto a la misma.

El desarrollar actividades en el medio natural hace que respetemos toda la vida que se encuentra en ella, protegiendo así, un espacio cada día más amenazado por la mano del hombre.

Cuanto más leemos sobre este tema en la realización de este trabajo, más nos hemos dado cuenta de la importancia que este puede tener si se aplican los conocimientos en él reflejados en la Escuela.

Es de vital importancia que nosotros, como maestros, seamos capaces de observar aquellas necesidades que puede tener la escuela, pero también debemos de ser capaces de suplirlas de la manera más adecuada. Es por ello que la realización de este trabajo, aplicando sus conocimientos a un centro que en principio tiene muchas más dificultades para acceder al medio natural se me antoja vital. Muchas veces, los centros educativos dejan de realizar este tipo de actividades más por excusas de diversa índole que por imposibilidad real de realizarlas.

También es importante recalcar la importancia de, pese a realizar actividades en el medio natural, hacer que estas sean lo más significativas posibles. Para que una actividad sea significativa, para que “cale” en nuestro alumnado, esta requiere de preparación y formación por parte del maestro. Requiere de trabajo y dedicación a la hora de realizar y poner en práctica aquellas cuestiones para que el aprendizaje sea significativo.

Es esto lo que hemos intentado realizar durante este trabajo, un acercamiento de la naturaleza al aula a través de realizar sesiones previas en el colegio. Ahora bien, pese a que las ideas aquí expuestas han sido relacionadas totalmente con el tema de la escalada, podemos utilizar esta metodología para realizar otras actividades en la naturaleza, como en ciclismo o el esquí, entre otros.



## 9. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

- Acaso Martorell, J.; Casterad Sera, J.; Generelo Lanaspa, E.; Guillén Correas, R.; Lapetra Costa, S.; Tierz Gracia. M<sup>a</sup> P. La actividad física y deportiva extraescolar en los centros educativos. Actividades en la naturaleza. (1996) Barcelona: Talleres gráficos Edelvives.
- Acuña Delgado, A. (1991). Manual didáctico de actividades en la naturaleza. Sevilla: Wanceulen.
- Barton, B. (2007). Safety, Risk and Adventure in outdoor activities. Londres: A SAGE Publications Company.
- Bueno Moreno, María. Garrido Torres, M.A. (2012). Relaciones interpersonales en la Educación. Madrid: Grupo Anaya S.A.
- Cossío, M. B. (1888). Colonias escolares de vacaciones. BILE, XII.
- Cornejo Domínguez, C. (1999). Historia de la educación Física. La educación física en Rousseau. Madrid: S.L. GYMNOS.
- D. Galera, A (2001) Manual de didáctica de la educación física, una perspectiva constructivista moderada. Barcelona: Paidós.
- Del Valle, A. (1995-1996). Una pedagogía para la educación integral en la obra de Pedro Póveda: desarrollo de las capacidades y actitudes físicas. Historia de la educación. Vol. XIV XV, p. 173, 196.
- Devís Devís, J. (1994). Educación Física y Desarrollo del currículum: un estado de casos en investigación colaborativa. (Tesis doctoral). Universidad de Valencia, España. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/autor?codigo=202656> (Consultado a día 20/05/2017).
- Froebel, F. (1993). La educación del hombre. Madrid: Daniel Jorro.
- Funollet, F. (1989). Las actividades en la naturaleza. Orígenes y perspectiva de futuro. Revista Apunts. Educación física y deportes. Dossier: Actividades en la naturaleza. (p. 18, 2-5).
- Gutiérrez. E. (1981). La Educación Física de la niñez. BILE.
- Iyanga Pendi, A. (1998). La Educación Contemporánea. Teoría e Instituciones. Valencia: NAU libres.
- López Serra, F. (1998). Historia de la Educación Física. La Institución Libre de Enseñanza. Madrid. Gymnos.
- MEC Real Decreto 126/2014, de 28 de febrero por el que se establece el currículo básico de educación primaria. <https://www.boe.es/boe/dias/2014/03/01/pdfs/BOE-A-2014-2222.pdf> (Consultado a día 11/05/2017).

MEC Decreto 89/2014, de 24 de Julio, del Consejo de Gobierno, por el que se establece para la Comunidad de Madrid el Currículo de Educación Primaria

[https://www.bocm.es/boletin/CM\\_Orden\\_BOCM/2014/07/25/BOCM-20140725-1.PDF](https://www.bocm.es/boletin/CM_Orden_BOCM/2014/07/25/BOCM-20140725-1.PDF)

(Consultado a día 11/05/2017).

Miranda, J.; La Casa, E. Y Muro, I. (1995). Actividades físicas en la naturaleza: un objeto a investigar. Dimensiones científicas. Revista Apunts. Educación Física y Deportes (p. 41, 53-69).

Pastor Pradillo, L. (1997). Historia de la Educación Física en España: el ámbito profesional (Tesis doctoral). Universidad de Valladolid, España. Recuperado de:

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/autor?codigo=190098> (Consultado a día 17/06/2017).

Rousseau, J. (1991) Emilio. Prólogo de María del Carmen Iglesias. Madrid: EDAF.

Saintuste Blazquez, Y.; Villalobos Juan, E. Juegos en el medio natural. (1999). Elda: Villena A.G.

Santos Pastor, M<sup>a</sup>. L. (2002). Las actividades en el medio natural en la Educación Física Escolar. Sevilla: Editorial Deportiva S.L.

Trilla Bernet, J. (1993). La Educación fuera de la Escuela. Ámbitos no formales y Educación social. Barcelona: Editorial Ariel S.A.

# 10. ANEXOS

## ANEXO 1

En este anexo veremos las fotos de las pruebas de la empresa Aventura Amazonia que hemos utilizado para adaptar las pruebas realizadas durante las sesiones en el centro escolar.



Figura 3: Paso de gigante.



Figura 4: Balancín.



Figura 5: Paso Amazonia.



Figura 6: Tirolina.



Figura 7: Toneles



Figura 8: Escalera horizontal



Figura 9: Columpios.



Figura 10: Túnel de Araa.



Figura 11: Salto de pulga.



Figura 12: Red Birmana.



Figura 13: Puente de mono.



Figura 14: Paso de funambulista.



Figura 15: Pasarela.



Figura 16: Tirolina.

## ANEXO 2

<b>ALUMNO:</b>	<b>NO LO SUPERA</b>	<b>LO SUPERA</b>	<b>LO SUPERA BIEN</b>
<b>Sigue las instrucciones de manera adecuada.</b>			
<b>Adapta su desplazamiento a diferentes tipos de entornos.</b>			
<b>Mantiene el equilibrio en diferentes situaciones motrices.</b>			
<b>Tiene interés por mejorar sus capacidades físicas</b>			

<b>ALUMNO:</b>	<b>NO LO SUPERA</b>	<b>LO SUPERA</b>	<b>LO SUPERA BIEN</b>
<b>PRUEBA1 PRUEBA2</b>			
<b>PRUEBA3 PRUEBA4</b>			
<b>PRUEBA3 PRUEBA4</b>			
<b>PRUEBA5 PRUEBA6</b>			
<b>PRUEBA7 PRUEBA8</b>			
<b>PRUEBA9 PRUEBA10</b>			
<b>PRUEBA11 PRUEBA12</b>			
<b>PRUEBA13 PRUEBA14 PRUEBA15</b>			