



**WANCEULEN**  
EDITORIAL DEPORTIVA

---

Revista

# **WANCEULEN E.F. DIGITAL**

---

*Número 5 – Abril 2009*

**EDUCACIÓN FÍSICA Y EDUCACIÓN AMBIENTAL.  
POSIBILIDADES EDUCATIVAS DE LAS ACTIVIDADES EN  
EL MEDIO NATURAL.  
PERSPECTIVAS DE FUTURO: LA EDUCACIÓN AL AIRE  
LIBRE Y EL AULA NATURALEZA.**

---

**Jesús Tejada Mora y Jesús Saéz Padilla**

---

*Universidad de Huelva*

---

**RESUMEN:** Hoy en día existe una mayor concienciación social hacia la defensa y conservación del medio ambiente. Las próximas décadas parecen ser vitales para lograr entre todos, desacelerar el deterioramiento que está experimentando el planeta que habitamos. Creemos necesario la presencia de este compromiso en el ámbito educativo. En este artículo se muestran las finalidades, objetivos y valores que debemos plantearnos los maestros especialistas de Educación Física con respecto a los contenidos que se relacionan con la conservación y defensa del medio ambiente. A pesar de las dificultades que presentan llevar a cabo las Actividades Físicas en el Medio Natural, debemos buscar nuevas propuestas educativas para trabajar estas actividades en el ámbito escolar.

**PALABRAS CLAVES:** Educación al aire libre, Actividades en el medio natural, Valores medio-ambientales, Maestro de EF y actividades físicas en la naturaleza.

## 1.- INTRODUCCIÓN

Las actividades físicas en la naturaleza aparecen, según autores como Pedraza (2005), en la década de los 50 del siglo pasado, como consecuencia del surgimiento de varios fenómenos sociales: el aumento del tiempo libre, el paro y el consumismo. Paralelamente, según este mismo autor, aumenta la importancia de los movimientos ecologistas y de conservación del medio ambiente.

Hoy en día, el ser humano presenta una mayor concienciación y actitud positiva hacia la defensa y conservación del medio ambiente en general y de su entorno próximo en particular. Por ejemplo, el aumento progresivo de la temperatura del planeta y sus consecuencias, no es un asunto que inquieta tan sólo a unos pocos sino que en la actualidad, se ha convertido en uno de los principales problemas a resolver en la sociedad moderna en la que vivimos. Otro ejemplo de esta condición cada vez más generalizada, lo encontramos en el cambio de actitud que se ha producido en el individuo en los últimos años, respecto a su participación activa en el proceso de reciclaje de materiales desechables. Además, el éxodo que en la actualidad se produce, desde las grandes ciudades al entorno natural durante los fines de semana y en periodos vacacionales, ha provocado un acercamiento del ser humano hacia las actividades físicas que tienen como escenario el medio natural, encontrando en ellas nuevas sensaciones placenteras en contraposición al estrés y rutina que sufre en su vida cotidiana. Las actividades físicas en el medio natural han dejado de ser una cuestión de necesidad y supervivencia, para convertirse en una cuestión de ocio y de liberación de la dinámica impuesta actualmente por la sociedad moderna (Sicilia, 1999).

Creemos que uno de los factores decisivos que han provocado la aparición de esta perspectiva ecológica y del acercamiento del ciudadano hacia el medio natural, se debe a la presencia e importancia que han tenido y siguen teniendo a lo largo del proceso educativo del individuo en la escuela, aquellos contenidos curriculares que se relacionan directamente con la defensa y la conservación del medio ambiente. *Una de las formas de entender el currículum y quizá, la más extendida, es la de asociar este término con un plan organizado, a veces fuera del contexto escolar, y compuesto de distintas asignaturas escolares, que debe ser enseñado y aprendido* (García Ruso, 1997:33).

En este artículo profundizaremos sobre la importancia y finalidades que tienen hoy en día las Actividades en el Medio Natural (AMN) tanto en la escuela como fuera de ella. Hablaremos sobre la necesidad de mantener viva la esperanza de conseguir un verdadero ECOCIUDADANO y la importancia de abordar los asuntos y problemas ambientales desde una edad muy temprana, contando con verdaderos profesionales que sepan acometer dichos contenidos curriculares en la escuela, tanto en la teoría como en la práctica.

## **2.- EDUCACIÓN AMBIENTAL Y EDUCACIÓN FÍSICA. RELACIÓN EN SUS CONTENIDOS DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE. FINALIDADES**

El área de Educación Física ha sido considerada durante mucho tiempo, la única encargada de desarrollar de manera armónica y equilibrada, las cualidades físicas básicas en el alumnado. Según Blázquez (1998), la evolución de dichas capacidades ha sido tratada tradicionalmente como base de los aprendizajes en Educación Física, siendo uno de los objetivos esenciales de cualquier programa de acción. Según Lleixá (1995), en los documentos publicados a partir de la Ley General de Educación (LGE) de 1970, se observa la presencia de algunos objetivos y contenidos con cierta relación con las AMN, cuya finalidad responde principalmente al desarrollo de las capacidades físicas básicas en el alumnado, tal y como se describe en el siguiente fragmento que dicta las orientaciones para el desarrollo de dicha ley: *Se iniciará también en las actividades al aire libre desarrollando destrezas y aptitudes de índole física que, enmarcadas en el ámbito de la naturaleza, dentro de una acepción libre, tienden a proporcionar la distensión y el recreo, al mismo tiempo que intentan conseguir fines formativos de carácter individual y colectivo* (Orden Ministerial del 6 de Agosto de 1971).

Las AMN de aquella época se definen según Pedrero (2007:100), como “el conjunto de actividades de índole física que determinan en el individuo una serie de destrezas útiles, actuando siempre en el saludable ámbito de la naturaleza”. Las actividades específicas de aire libre eran Marchas, acampadas y juegos en la naturaleza (Juegos de observación y juegos de orientación). Este tipo de actividades eran consideradas como un complemento indispensable de la Educación Física y el Deporte, aunque su principal finalidad era de carácter fisiológico-higiénico, e incluso disciplinario. En los siguientes programas renovados, las finalidades de estas actividades toman un rumbo de carácter más pedagógico (Lleixá, 1998).

El currículo de Educación Física bajo la perspectiva de la Ley Orgánica General del Sistema Educativo (LOGSE), implantada en España en 1996, tanto para Primaria como Secundaria, implicó según Ruiz Pérez (2000), contemplar los aspectos más psicosociales de la Educación Física, ampliando las dimensiones del desarrollo y aprendizaje motor, que la mera dimensión biológica del alumnado. El currículo de Educación Física comenzó a presentar además, unos objetivos referidos a otras capacidades en el alumnado, de tipo cognitivo, equilibrio personal o afectivo, relación interpersonal y de actuación e inserción social (Lleixá, 2003).

Esta misma autora, propone una selección de capacidades referidas a las distintas dimensiones a desarrollar en el alumnado, tal y como disponía la LOGSE, a través de la Educación Física. En la siguiente figura, se exponen un total de siete capacidades que según Lleixá (2003), deben considerarse valiosas para conseguir en el alumnado su desarrollo personal y social.

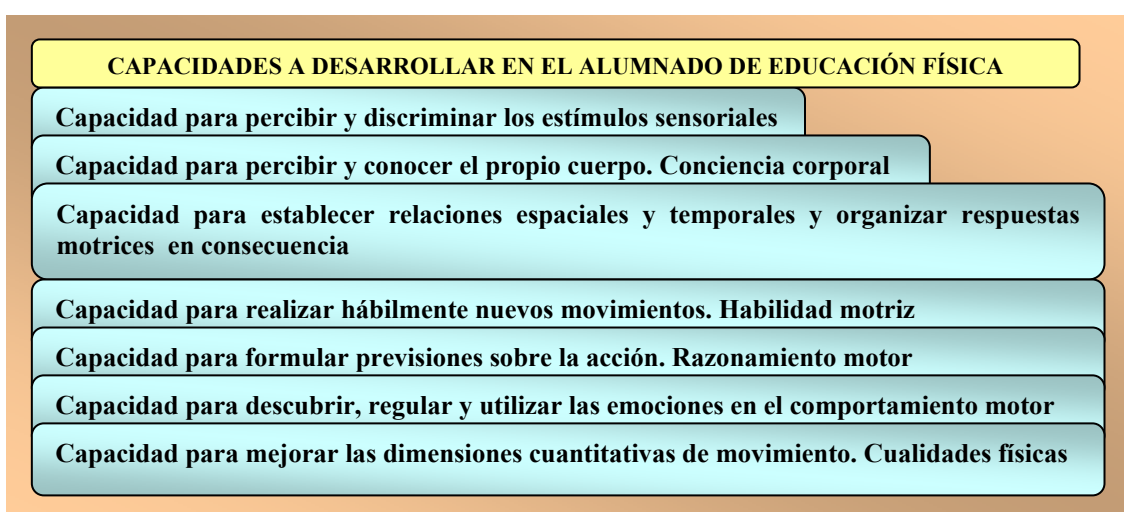


Figura 1: Capacidades a desarrollar en Educación Física (basado en Lleixá, 2003:38).

Vemos por tanto, cómo la perspectiva que defiende el área de conocimiento de Educación Física, va más allá del mero trabajo y perfeccionamiento de las cualidades físicas básicas del alumnado. Hoy en día, se tiende a conseguir un desarrollo íntegro de la persona en todas sus dimensiones, utilizando el movimiento como medio para lograr el avance de las capacidades tanto físicas, como sensoriales, emocionales e intelectuales. Además según Velázquez (2001) o Lleixá (1995), es importante que los contenidos que han de ser objeto de enseñanza y aprendizaje, tengan sentido para el alumnado.

Según Romero (1994), la implantación de la LOGSE en los centros escolares, supuso una selección y aplicación de nuevos contenidos curriculares de enseñanza-aprendizaje, en cada una de las áreas de conocimientos presentes en la primera Etapa de Enseñanza Obligatoria. Además la LOGSE, exalta la importancia que adquiere el medio, como espacio físico de acción en la educación del individuo. Su justificación proviene de las necesidades educativas de la demanda social (Santos, 2003).

Se reclama una educación vinculada con el espacio social y cultural del alumnado, que se extienda a la diversidad de lugares que en él existen, y que

contribuya a su mejora y conservación. Siendo el objetivo fundamental de la educación obligatoria el desarrollo integral de la persona, es imprescindible incidir de forma intencionada y explícita desde la acción educativa, para la adopción de las actitudes y los valores que contribuyan a crear una sociedad más desarrollada y justa, desde el respeto al pluralismo, la libertad, la justicia, la igualdad y la responsabilidad.

Existen incluso autores como Garriga y Franco (2007) que abogan, por una superación de esta concepción tradicionalista de conservación y protección del medio ambiente. Es hora de ponerse manos a la obra y proponen que la Educación Física debe tomar una nueva dirección, adquiriendo “la responsabilidad social de garantizar un entorno educativo favorable para el desarrollo armónico de los adolescentes e interactuar en acciones de participación en la toma de decisiones y en la solución de los problemas ambientales, que contribuyan a mejorar las condiciones de su medio ambiente natural y psicosocial, transitando hacia modos de vida más sanos”. Sin embargo, creemos que esta concepción queda aún muy lejos de la realidad educativa, ya que la selección de contenidos a trabajar con los escolares en última instancia, responde a razones ideológicas ya que depende de las convicciones educativas que el docente defiende, la formación recibida y la experiencia que posea (Learreta, 2001).

A lo largo de este capítulo, profundizaremos acerca de la presencia y tratamiento que sufren los contenidos que se relacionan con las actividades físicas en la naturaleza en el entorno escolar y veremos también, las dificultades a las que se enfrenta el profesor de EF a la hora de plantear dichas actividades con sus escolares. Pero antes hablaremos sobre la importancia que tienen este tipo de contenidos en el ámbito educativo y expondremos además aquellas actividades que creemos ideales a realizar con los escolares.

### **1.1.- Juegos y actividades físicas en el medio natural**

Según Navarro (1993: 651), el juego cumple diversas funciones, pero todas ellas tienen algo en común: “servirse de una actividad que, por su estructura, facilita la adquisición de valores y contribuye a la formación del individuo”. Siguiendo a este mismo autor, el juego se presenta como el motor que proporciona el acceso al conocimiento propio de nuestro cuerpo y del mundo que nos rodea.

El juego en Primaria en relación al currículo de Educación Física, presenta una doble justificación. Por un lado, su presencia como bloque de contenido se debe a la aceptación de considerarlo un elemento cultural de gran trascendencia y por otro lado, constituye un recurso metodológico idóneo, tanto para Educación Física, como para el resto de asignaturas que conforman el currículo de EPO (Lleixá, 2003). Según Pérez i Peidro (1993), en el juego podemos encontrar por un lado, una función metodológica otorgando a la actividad un tono lúdico y por otro lado, un contenido que el alumnado debe aprender, ya que le aportará un aprendizaje social fundamental durante esta primera etapa educativa. Esta misma autora, destaca los juegos individuales, en grupo, en equipo y los juegos tradicionales, como los más adecuados a trabajar con niños de estas edades (6-12 años). En opinión de Lleixá (2003), el alumno además de conocer los distintos tipos de juegos, deberá también saber hacer uso de sus reglas, de las estrategias básicas de cooperación-oposición y adquirir actitudes de participación, de autoconfianza en sus posibilidades y respeto hacia las normas y a sus propios compañeros.

En este mismo sentido, queremos señalar la presencia e importancia que adquieren en la actualidad, las actividades deportivas en las clases de Educación Física en Primaria. La relación que mantienen hoy en día los deportes, con el área de conocimiento de Educación Física en Primaria, también sufre modificaciones a raíz de la implantación de la LOGSE. Frente al posicionamiento técnico y físico que mencionamos al comienzo de este apartado, en la actualidad se impone según autores como Giménez (2000), Castejón (2007) o Romero Granados (1999), una práctica deportiva en la escuela con intención de conseguir un desarrollo integral en el alumnado.

En cuanto a las actividades en la naturaleza según Fullonet (1989b), podemos justificar de una manera global su presencia en los centros educativos por las siguientes razones:

- a. Su efecto socializador. Estas actividades son un complemento imprescindible, tanto a nivel general de la educación como a nivel específico del área de educación física, son definidas por este calificativo por la diversidad y variedad de posibilidades motrices, así como de actividades.
- b. El enfoque recreativo que se les da a la hora de llevarlas a la práctica, pueden dar salida a las ganas de hacer algo diferente, divertido y fuera del ambiente habitual donde nos desenvolvemos, mientras mejoramos nuestra condición física general y como consecuencia inmediata nuestra calidad de vida. Permite la participación de todos los grupos de edades sin excepción.
- c. Su vertiente competitiva, en la actualidad tan desarrollada como el resto de posibilidades, aunque en sus inicios esta variante de la práctica de actividades en el medio natural no contaba con muchos adeptos. Puede servir como aliciente para aquellas personas que una vez iniciadas necesiten un estímulo para seguir practicando.
- d. Considerarse una alternativa para concienciar a la sociedad, desde la base, sobre la necesidad de proteger y preservar la naturaleza. La importancia que pueden tener para estimular el desarrollo en zonas deprimidas con proyectos relacionados con el turismo activo y rural.

Expuestas las finalidades educativas y el sentido que deben presentar las actividades físicas y los deportes en la naturaleza con nuestros escolares, queremos profundizar sobre los objetivos generales a conseguir en el ámbito educativo a través del trabajo de las AMN.

## **2.2.- Actividades físicas en el medio natural. Objetivos educativos**

Basándonos en autores como Parra (2001), exponemos a continuación algunos de los objetivos generales que se pueden lograr con los escolares, mediante el trabajo de las actividades físicas en el medio natural. A partir de estas premisas los maestros y profesores de Educación Física, tendrán que configurar un enfoque lo más adecuado de dichas actividades para poder ser tratados en sus centros educativos particulares. Algunos de estos objetivos son:

1. Divertir y canalizar el ocio. se propone una canalización del ocio con la principal intención de conseguir una mejora ambiental y social. La formación del

individuo en estos asuntos será positiva y gratificante, tanto para él mismo como para la comunidad.

2. Buscar sensaciones. Cada vez son más las investigaciones que relacionan la práctica de actividades arriesgadas con la búsqueda de sensaciones, definida como “la necesidad por la variedad de sensaciones y experiencias nuevas y complejas y la predisposición para asumir riesgos físicos y sociales por el puro placer de sentirlos.”.

3. Sentir el riesgo. La búsqueda del riesgo también ha sido relacionada con otras dimensiones dentro de la psicología de la personalidad, como es el caso de la extraversión y la impulsividad. Las personas extravertidas e impulsivas se suelen relacionar con la búsqueda de excitación en conductas arriesgadas.

4. Experimentar emociones. Los individuos que practican actividades físicas en el medio natural, comparten emociones que se hacen comunes y se relacionan con el placer, el ocio sano, la aventura, la libertad, etc. Matos (1999) en su estudio sobre las razones de la práctica de estas actividades por parte de los jóvenes en las modalidades de aventura, afirma que persiguen emociones corporales, riesgo, desafío y lo imprevisto.

5. Buscar efectos positivos para la salud, el bienestar personal y grupal. Ewert (1987), enumera algunos de los efectos que produce en el individuo este tipo de actividades a distintos niveles.

- a. Efectos psicológicos: Aumento de la autoestima, aumento de la autoconfianza, mayor conocimiento personal.
- b. Efectos sociales: Fomento de las actitudes de cooperación grupal, camaradería, pertenencia a un grupo, respeto al otro.
- c. Efectos educativos: Mejoras en el rendimiento académico, conciencia de naturaleza.
- d. Efectos físicos: Mejora de la condición física, fuerza, coordinación.

Gómez Encinas (1994), afirma que el medio natural ofrece al ocio y tiempo libre el marco idóneo para conseguir dos aspectos básicos en la persona.

- a. Aspectos Psico-sociales: La naturaleza permite al hombre encontrarse a sí mismo. Actuar sólo o en compañía con plena autenticidad, que significa no engañarse, ser absolutamente sinceros; en definitiva, ser uno/a mismo/a.
- b. Aspectos Motrices (salud-ejercicio): Todas las actividades deportivas o lúdicas que se programen en la naturaleza, deberán conservar en todo momento el carácter recreativo que requiere el uso constructivo del tiempo libre y la promoción de la salud.

También se observa cómo la administración educativa, a través de los actuales documentos de apoyo a la Enseñanza Secundaria Obligatoria (ESO) valora las aportaciones que ofrecen a los escolares, el núcleo de contenido relacionado con las AMN:

- Propician la aceptación y respeto a las normas para la conservación y mejora del medio natural, así como su disfrute y su uso.

- Mejoran la sociabilidad del alumno y profesor-alumno mediante el trabajo en grupo, colaboración, relación social, etc.
- Favorecen la interdisciplinariedad (fomentando el trabajo de organización con otros profesores y áreas, realizando actividades comunes, etc.).
- Responden a las motivaciones intrínsecas del alumnado (evasión, lucha, atracción por la aventura, etc.).
- Aumentan el enriquecimiento vivencial, creando hábitos de conducta.

Fullonet (1994) plantea objetivos a conseguir con este tipo de actividades, en función de los diferentes agentes que participan en el proceso formativo del sujeto. En la siguiente figura se exponen algunos de ellos:



Figura 2.- Objetivos de las actividades en el medio natural (Fullonet, 1994:9).

En el próximo apartado queremos centrarnos en describir cual es la realidad educativa que presentan actualmente las AMN en los centros escolares. ¿Qué tipo de Actividades Físicas en el Medio Natural se llevan a cabo con los escolares? ¿Se programan dichas actividades como un contenido específico del área de conocimiento de Educación Física? ¿Cuáles son los principales problemas a los que se enfrenta el maestro de Educación Física a la hora de plantear este tipo de actividades con sus escolares?

### 3.- AMN EN EDUCACIÓN FÍSICA. ¿UNA REALIDAD EDUCATIVA?

En un reciente estudio realizado en la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad de Huelva, acerca de los procesos de evaluación que el maestro de Educación Física lleva a cabo en los centros educativos con sus escolares de Educación Primaria, preguntamos a un total de 139 maestros a través de un



cuestionario: por un lado, si los contenidos de Actividades en la Naturaleza son evaluados en el alumnado y por otro lado, qué grado de dificultad encuentran los docentes en dicho proceso, con respecto al resto de contenidos específicos de Educación Física y las causas que provocan dicha complejidad.

El análisis de los datos recogidos en dicho estudio, se advierte cómo actualmente entre los contenidos menos evaluados están: los deportes (25,18%), la condición física (33,09%) y en último lugar, las actividades en la naturaleza (68,35%). Creemos que una de las razones que justifica los datos obtenidos en el estudio, es que se tratan de contenidos que se trabajan en los últimos ciclos de Primaria, adquiriendo mayor importancia en Educación Secundaria. Estos datos confirman el diseño curricular que actualmente tenemos en Educación Física en Primaria respecto a las Actividades Físicas en el medio natural.

Según los datos hallados en el estudio, el segundo contenido más difícil de evaluar para el maestro especialista en EF, detrás de la Expresión Corporal están las Actividades en la Naturaleza. Entre las escasas opiniones recogidas en el cuestionario sobre las causas de esta dificultad, se trata al parecer de un contenido complejo a la hora de su preparación y puesta en práctica con los escolares. Parece confirmarse que las actividades en la naturaleza tienen una escasa presencia e importancia entre el conjunto de contenidos, que se trabajan en las primeras etapas educativas (Tejada, 2007).

Pocos fueron los maestros del estudio, que se atrevieron a dar su opinión sobre las causas que provocan el grado de dificultad que encuentran a la hora de hablar del bloque de contenido de Actividades en la Naturaleza. Entre las escasas respuestas recogidas en nuestros cuestionarios, en primer lugar el maestro parece encontrar dificultades y limitaciones en la preparación y puesta en práctica de este tipo de actividades físicas con sus escolares: *“las salidas fuera del centro resultan siempre difíciles y son motivo de conflictos. Intento realizar actividades dentro del centro”* (cuestionario: 74). En segundo lugar, parece confirmarse que las actividades en la naturaleza tienen una escasa presencia e importancia entre el conjunto de contenidos, que se trabajan con los escolares en las primeras etapas educativas: *“Es un contenido que no se suele realizar”* (cuestionario: 83). Podemos por tanto afirmar que las Actividades en la Naturaleza es uno de los contenidos que menos se imparten en las actuales sesiones de Educación Física en Educación Primaria (Tejada, 2007).

Por tanto, el maestro de Educación Física se enfrenta a una serie de dificultades, a la hora de plantear y llevar a cabo las AMN en la escuela. A modo de ejemplo citaremos:

- La excesiva responsabilidad que adquiere el profesorado, sin la existencia de una legislación que lo ampare de una manera eficaz.
- Aumento de la dedicación laboral del profesorado, coincidiendo con fines de semanas y con jornadas de 24 horas. Además, por regla general, ni se reconoce ni se valora por las instituciones educativas.
- La falta de formación del profesorado.
- Etc.

Sin embargo, consideramos que estas actividades son vitales para los jóvenes y aunque se presenten dificultades para su implantación, creemos merece la pena el

esfuerzo de llevarlas a cabo en la escuela. Además debemos añadir que la masificación del medio natural es una realidad y por lo tanto, el profesorado de EF no debe dejar pasar la oportunidad de formar a personas que disfruten de la naturaleza de una manera racional, basada en el respeto y protección del medio ambiente.

#### **4.- LAS ACTIVIDADES FÍSICAS NATURALES EN EL MEDIO ESCOLAR. UNA PROPUESTA ALTERNATIVA**

Las funciones de incertidumbre que ofrecen las AMN satisfacen a la persona la necesidad que tiene de sentir cierto riesgo. Mediante estas actividades las personas viven situaciones de tensión frente a un mundo rutinario y monótono. Por ello, las AMN están siendo trasladadas a la ciudad, los espacios urbanos se adaptan a nuevos usos. Las calles, los puentes y las barandillas se convierten en rocódromos para la escalada urbana, o como obstáculos para la práctica del skate board (Sicilia, 1999).

Coincidimos con Moreno y Rodríguez (1995) cuando afirman que las actividades físicas en la naturaleza que puedan ocupar el tiempo libre y de ocio de la población deben ser promulgadas, en un principio, por el municipio a través de la inclusión de presupuestos para la organización y ejecución de las mismas y la delimitación de espacios naturales acondicionados para la práctica física de sus ciudadanos: embarcaderos, zonas de acampada, refugios de montaña, etc. Pero también deben ser competencia de los organismos encargados de la educación de los jóvenes, recayendo directamente sobre los centros educativos. Por ello, ante la riqueza educativa y la necesidad de una educación ambiental que conciencie al alumnado de la importancia del medio ambiente natural, Acuña (1991) señala unos criterios pedagógicos que contribuyen a la educación desde las actividades físicas en la naturaleza:

1. De todas las actividades de tiempo libre infantil y juvenil, las actividades en la naturaleza constituyen el plato fuerte.
2. Los jóvenes necesitan formar parte de otro grupo fuera del familiar. Las AMN debidamente dirigidas pueden estimular la independencia y la auto-dirección.
3. Además, los jóvenes necesitan formar parte de otro grupo fuera del familiar, que reúna particulares condiciones constructivas. Necesitan experiencias de vida cooperativa.
4. La coeducación es otro factor importante a desarrollar y, por lo tanto, hay que tenerlo en cuenta destacando las posibilidades que nos ofrecen las AMN en este campo.
5. Con las actividades físicas en la naturaleza se tiene la oportunidad de realizar tareas llenas de vivencias y aventuras permitiendo un mayor conocimiento y comprensión del medio logrando en definitiva una mejor calidad de vida en la persona.
6. Acercarnos a la naturaleza utilizando de manera constructiva todas las posibilidades que ofrece: desarrollo de la imaginación, convivencia con los demás y con el medio, etc.

La Educación Ambiental constituye un reto para el profesorado, quien en mayor parte de los casos, se ve obligado a apoyarse en propuestas curriculares, con el fin de

identificar los mecanismos para trasladar esta enseñanza a las aulas (Fernández Alcalá, 2002).

Fullonet (1989a) justifica las bondades que puede tener un trabajo de actividades en la naturaleza en los centros escolares y. expone una propuesta para iniciarlas y animar así al profesorado a llevar a cabo estas actividades en sus centros de trabajo.

### PROPUESTA DE ACTIVIDADES RELACIONADAS CON EL MEDIO NATURAL

- |  |
|--|
| 1. Actividades preparatorias, en horario escolar (circuito de orientación, boulder, circuito de habilidades, circuito de bicicleta...)                             |
| 2. Salidas de medio día o de un día, en horario escolar y/o extraescolar en el entorno cercano (parques, zonas verdes...)  |
| 3. Salidas de fin de semana, buscando lugares con un alto valor ecológico y con posibilidades de realizar actividades (por ejemplo un Parque Natural de Andalucía) |
| 4. Salidas de una semana, aprovechando la semana cultural o algún puente   |

Figura 3.- Propuesta de actividades (basado en Fullonet, 1989a:84).

Según Fullonet (1989a) la ausencia que sufren las AMN en los actuales centros escolares viene provocada entre otras causas, por la falta de formación y de conocimientos teóricos y prácticos de los contenidos a trabajar en el aula. Por ello, nos parece acertada la propuesta que hace este mismo autor, basándose en orientaciones metodológicas para llevarlas a cabo. Su propuesta de actividades es la siguiente:

1. Actividades que nos permiten establecer una comunicación con el medio, nos sirve cualquiera que implique un desplazamiento. Se pueden realizar paseos, pequeñas y grandes excursiones (senderos de pequeño y gran recorrido). Algunos recorridos se pueden realizar en bicicleta, esquís, piraguas o caballos. En este apartado podríamos realizar más actividades pero creemos que hipotecan la salud del medio natural (recorridos en motos, quads, todo-terrenos...).
2. Actividades que nos permiten permanecer en el medio, entre las que nos encontramos con el vivac (dormir al raso), dormir en tiendas de campaña (acampada) y construcciones de fortuna. Aunque en la actualidad, las posibilidades de estancias en la naturaleza se han incrementado sustancialmente con el boom del turismo activo y el turismo rural, nos parece más pedagógico permanecer en un contacto más directo con el medio natural con las propuestas citadas anteriormente.
3. Actividades para situarnos en el medio y movernos en la dirección deseada. Relacionados con el conocimiento y manejo adecuado del mapa y la brújula, además de relacionarlos con la orientación y todas sus posibilidades educativas.

Si nos centramos en el ámbito educativo, Fullonet (1989b) considera que las actividades en la naturaleza poseen por sí solas unos valores educativos, defendidos por prestigiosos educadores de otras épocas (Rousseau es un ejemplo claro de la simbiosis entre naturaleza y educación). También podemos añadir que aparece como una fuerte competencia a otras ofertas de la ciudad que tantos problemas están ocasionando a la juventud actual (violencia, drogas y alcohol). Además estas actividades tienen una proyección futuro sin límites de edad (muchas de las actividades pueden ser realizadas desde muy temprana edad, permaneciendo activos hasta edades muy avanzadas, aquí podemos citar a modo de ejemplo las campañas de senderismo que tantas personas moviliza año tras año).

Las AMN deben ser tratadas, por supuesto, en el marco docente, aunque tengan un alto contenido lúdico. En las edades escolares el educador va a ser el encargado a de preparar la actividad, con ayuda de algunos profesores y alumnos colaboradores, teniendo en cuenta que, el alumnado no es un especialista y un técnico con conocimientos específicos y, por lo tanto, no se pueden apuntar sobre éste una responsabilidad de carácter técnico.

Según López Pastor (1996), cuando se trabajan las AMN es necesaria una intervención pedagógica para el desarrollo de una Educación Ambiental. El autor está convencido, de las ventajas que proporcionan las AMN al ser humano y además constituyen un instrumento muy valioso para la sensibilización sobre la problemática existente, y el desarrollo de conductas respetuosas con el medio.

Según Jiménez y Gómez (2006), existe un entendimiento total entre la educación en valores y la pedagogía de la experiencia. Se pueden clasificar los valores y actitudes que son trabajados a través de este tipo de actividades en dos grupos:

- a. Actitudes y valores de crecimiento personal: autoestima, auto-concepto, motivación, superación personal, manejo del estrés, creatividad, confianza, gestión del riesgo, estrategias de planificación y organización...
- b. Actitudes y valores centrados en el grupo: habilidades de comunicación, capacidad creativa en la resolución de problemas, trabajo en equipo, liderazgo, toma de decisiones, gestión del conflicto, capacidad de delegar competencias, sensibilidad interpersonal.

Al hilo del párrafo anterior, Jiménez (2000) plantea los valores fundamentales que se deben trabajar desde la actividad física y el deporte, y por ende, las AMN, para que tengan una visión humanista (basado en el modelo de Hellison, 1973):

- *Autoestima*, proporcionando a los alumnos experiencias de éxito en la realización de las actividades y creando una comunidad donde cada persona tiene importancia y capacidad de decisión.
- *Autonomía Personal*, desarrollando los talentos y capacidades de la persona a través de la oferta de variedad de actividades y el trabajo extraescolar.
- *Relaciones Interpersonales*, podemos mejorar las relaciones interpersonales de nuestros alumnos y construir en ellos habilidades sociales para solucionar problemas de forma positiva a través de la actividad física y el deporte.

Para finalizar hacemos referencia a la filosofía de la educación al aire libre, que se basa principalmente en cuatro premisas o creencias, existiendo una estrecha relación con la educación en valores, con especial énfasis en la Educación Ambiental, el desarrollo sostenible, la vida en la naturaleza, etc.:

1. La educación al aire libre debe tener siempre en mente, cuando lleva a cabo sus tareas educativas, el cuidado del entorno. Esta premisa debe estar presente en todo momento, no sólo en los momentos puntuales sino en el día a día y en todas las actividades cotidianas.
2. La educación al aire libre se basa en procesos de investigación-acción desde perspectivas globales. Es imprescindible concebir la naturaleza como un todo en permanente equilibrio, la reflexión sobre el posible impacto de nuestras acciones guían el proceso de Enseñanza-Aprendizaje.
3. La educación al aire libre, además de tener en cuenta la importancia del medio natural como espacio a proteger, es un espacio en el que pasamos muchas horas de ocio, la calidad de estas experiencias se relacionan con un mejor conocimiento del medio donde se llevan a cabo estas acciones educativas.
4. La educación al aire libre es una experiencia educativa continua, no son actividades puntuales aisladas.

## 5.- CONCLUSIONES

Hemos querido dejar patente la imperiosa necesidad de trabajar las ANM en el ámbito educativo, con el fin de lograr inculcar en el individuo una educación ambiental acorde con las demandas sociales existentes en la actualidad. A pesar de las dificultades a las que se enfrentan los docentes a la hora de plantear dichas actividades, creemos que merece la pena realizar el esfuerzo para trabajar más las Actividades Físicas en el Medio Natural. Una propuesta puede ser provocar el acercamiento de estas actividades a las escuelas y entornos próximos al centro educativo.

La educación Ambiental se debe trabajar en la escuela de manera multidisciplinar y por ello, es necesaria la participación activa de todos los agentes educativos para tratar de conseguir en el escolar, una verdadera conciencia y actitud hacia la defensa y conservación del medio ambiente. Es hora de ponerse manos a la obra y en este asunto, tiene mucho que decir y hacer la Educación Física escolar en general y el docente especialista de Educación Física en particular.

## 6.- BIBLIOGRAFIA

- ACUÑA, A. (1991). Manual didáctico de actividades en la naturaleza. Sevilla: Wanceulen.
- BLÁZQUEZ, D. (1998). *La evaluación formativa en Educación Física. Consideraciones para la formación continua del profesorado*. Tesis Doctoral. Universidad de Barcelona.
- CASTEJÓN, J. (2007). *Evaluación de programas en ciencias de la actividad física*. Síntesis. Madrid.
- FERNÁNDEZ ALCALÁ, M<sup>a</sup> J. (2002). *Una visión de la educación ambiental a través de materiales curriculares. Análisis de contenido*. Revista de la Escuela Universitaria de Magisterio de Toledo. Año 27, nº 12, pp. 79-101

- FULLONET, F. (1989a). Las actividades en la naturaleza como marco de una educación física activa y eficaz. *Revista Apunts*, 16-17, 81-85.
- FULLONET, F. (1989b). Las actividades en la naturaleza. Orígenes y perspectivas de futuro. *Revista Apunts*, 18, 1-5.
- FULLONET, F. (1994). Actividades en el medio natural. Tipos, clasificaciones y recursos. Organización de actividades físicas en la naturaleza. Tema 14. Barcelona: Inde.
- GARCÍA RUSO, H. (1997). La formación del profesorado de Educación Física: problemas y expectativas. Barcelona: INDE.
- GARRIGA, E. y FRANCO, M (2007). *Una Educación Ambiental para un aprendizaje cooperativo desde la Educación Física*. <http://migestion.blogia.com>
- GIMÉNEZ, J. (2000). *La formación del entrenador de iniciación al baloncesto en Andalucía. Seminario de formación y estudio de casos*. Tesis Doctoral. Universidad de Huelva.
- GÓMEZ ENCINAS, V. (1994) Deporte y medio ambiente: coordenadas para el ocio y el tiempo libre en el siglo XXI. IX Jornadas Unisport sobre ocio y recreación. Málaga: Unisport.
- JIMÉNEZ, P. J. (2000). Modelo de intervención para educar en valores a jóvenes en riesgo a través de la actividad física y el deporte. Tesis doctoral inédita. Madrid: Universidad Politécnica de Madrid.
- JIMÉNEZ, P. J. y GÓMEZ, V. (2006). Turismo activo y outdoor training. *Revista Kronos*, 9, 45-53.
- LEARRETA, B. (2001). *¿Qué se esconde tras la selección de contenidos de expresión corporal en el área de Educación Física?* En Actas del XIX Congreso nacional de Educación Física. Facultades de Educación y Escuelas de Magisterio. Universidad de Murcia. Vol. 1, pp. 282-297.
- LLEIXÁ, T. (1995). *La Educación Física en Primaria. Desarrollo curricular para el primer ciclo*. Paidotribo. Barcelona.
- LLEIXÁ, T. (1998). El currículum de Educación Física en la Enseñanza Primaria. Estudio comparativo del currículum de diferentes países de la Unión Europea. Tesis doctoral inédita. Universidad de Barcelona.
- LLEIXÁ, T (2003). Educación Física hoy. Realidad y cambio curricular. *Cuadernos de Educación*, 41. Ice-Horsori. Barcelona.
- LÓPEZ PASTOR, V. M. y LÓPEZ PASTOR, E. (1996). Las actividades físicas en la naturaleza como instrumento de reflexión y educación ambiental en Educación Secundaria. *Revista Española de Educación Física y Deportes*, 3, 3, 4-9.
- MORENO, J. A. y RODRÍGUEZ, P. L. (1995). Las actividades físicas en la naturaleza a través del ocio, la recreación y la educación: un nuevo paradigma de actuación del especialista en educación física. En *Perspectivas de actuación en educación física*.
- NAVARRO, V. (1993). *El juego infantil*. En A.A.V.V. *Fundamentos de Educación Física para Enseñanza Primaria*. Vol. 2. Inde. Barcelona, pp. 629-660.
- PARRA, M. (2001). Programa de actividades físicas en la naturaleza y deportes de aventura para la formación del profesorado de segundo ciclo de Secundaria. Tesis doctoral inédita. Universidad de Granada.
- PEDRAZA M. (1995). *Acercamiento histórico a las Actividades en el medio natural en España*. En PEDRAZA, M. y TORRES, D. (Coord.). *Sendas educativas con un carácter globalizador. Experiencias para educación infantil y primaria*. Buenos Aires, Argentina. Miño y Dávila srl, pp. 17-19.
- PEDRERO, M<sup>a</sup>. C. (2007). Análisis de la Educación Física en la región de Murcia desde la perspectiva psicosocial del alumno. Tesis doctoral inédita. Universidad de Murcia.
- PÉREZ I PEIDRO, R. M<sup>a</sup>. (1993). El diseño curricular. En A.A.V.V. *Fundamentos de Educación Física para Enseñanza Primaria*. Vol. 2. Inde. Barcelona, pp. 1017-1144.
- ROMERO GRANADOS, S. (1999). El deporte educativo, fracaso de la enseñanza pública. *Elide: revista Anaya de didáctica de la Educación Física*, nº 1, pp. 20-28.

- ROMERO GRANADOS, S. (1994). *Diferencias fundamentales entre los bloques de contenidos de Educación Física del MEC y las comunidades autónomas en la Educación Primaria*. En ROMERO GRANADOS, S. (Coord.). *Didáctica de la Educación Física: Diseños curriculares en Primaria: ponencias y comunicaciones del I Congreso Nacional de Educación Física de Facultades de Ciencias de la Educación y XII de Escuela U. de Magisterio*. Sevilla. Wanceulen, pp. 299-304.
- RUIZ PÉREZ, L. (2000). Aprender a ser incompetente en Educación Física: un enfoque psicosocial. *Educación Física y Deportes*, nº 60, pp. 20-25.
- SANTOS, M. L. (2003). *Las actividades en el medio natural en la Educación Física Escolar*. Sevilla: Wanceulen.
- SICILIA, A. (1999). Las actividades físicas en la naturaleza en las sociedades occidentales de final de siglo. *Lecturas: Educación Física y deportes. Revista digital*. [www.efdeportes.com](http://www.efdeportes.com), nº 14. Buenos Aires. Argentina.
- TEJADA, J. (2007). *La evaluación en Educación Física en primaria en Huelva y su provincia*. Tesis doctoral. Universidad de Huelva.
- VELÁZQUEZ, R. (2001). Hojas de registro, aprendizaje cooperativo e iniciación deportiva. *Tándem. Didáctica de la Educación Física*, nº 4, pp. 45-59.