



Universidad de Valladolid

FACULTAD DE EDUCACIÓN CAMPUS DE SORIA

TRABAJO DE FIN DE GRADO EN EDUCACIÓN INFANTIL

**ACTIVIDAD FÍSICA
EN EL MEDIO
NATURAL EN
EDUCACIÓN INFANTIL**

Autor/a: Celia del Cura García.

Dirigido por: Antonio Monroy Antón.

Fecha: Junio 2019.

-Resumen y abstract:

RESUMEN:

Este Trabajo de Fin de Grado muestra una investigación sobre las Actividades Físicas en el Medio Natural. El objetivo principal de este trabajo es conocer cuáles son los beneficios que las AFMN aportan a los niños de la segunda etapa de Educación Infantil, es decir, niños de entre 3 y 6 años de edad.

Mediante una revisión bibliográfica sobre el tema, además trataremos de descubrir la forma en la que las Actividades Físicas en el Medio Natural están introducidas en el currículo de Educación Infantil y la importancia que en él se les da, que como hemos podido comprobar durante su análisis, no es la suficiente, para las múltiples ventajas que estas aportan en el desarrollo de los niños.

En conclusión, las Actividades Físicas en el Medio Natural son muy provechosas para los alumnos de todas las etapas educativas, especialmente para los de Educación Infantil, ya que son actividades que aportan numerosos valores como el respeto o la motivación, por lo que deberían aparecer de una forma más concreta en el currículo de esta etapa educativa.

PALABRAS CLAVE

Actividades Físicas en el Medio Natural, Educación Infantil, actividad física, currículo, beneficios.

ABSTRACT:

This dissertation shows an investigation about Physical Activities in the Natural Environment. The main objective of this work is to know the benefits of the AFMN in children of the second stage of early childhood education, that is, children between 3 and 6 years.

Through a literature review on the subject, we will also try to discover the way in which Physical Activities in the Natural Environment are introduced in the curriculum of Early Childhood Education and the importance that they are given. It is not enough if we take into account the multiple advantages that they have in the development of children.

In conclusion, Physical Activities in the Natural Environment are very beneficial for students of all educational stages, especially for Early Childhood Education, since they are activities that encourage values such as respect or motivation, and hence should be more specified in the curriculum of this educational stage.

KEY WORDS

Physical Activities in the Natural Environment, child education, physical activity, curriculum, benefits.

-Índice:

| | |
|--|------|
| 1. Introducción. | -4- |
| 2. Objetivos: | -6- |
| 2.1. Objetivo principal. | |
| 2.2. Objetivos específicos. | |
| 3. Metodología: | -7- |
| 3.1 Criterios de inclusión. | |
| 3.2 Criterios de exclusión. | |
| 4. Marco teórico: | -8- |
| 4.1. Aproximación conceptual | |
| 4.2 Clasificación de las AFMN. | |
| 4.3 Beneficios de las AFNM. | |
| 4.4 Inconvenientes de las AFMN y alternativas a estos. | |
| 4.5 Las AFMN en Educación Infantil. | |
| 5. Resultados y discusión. | -19- |
| 6. Conclusiones. | -23- |
| 7. Limitaciones y futuras líneas de investigación. | -25- |
| 8. Referencias bibliográficas. | -27- |

1. INTRODUCCIÓN:

Con respecto a la práctica de actividad física, la situación de los estudiantes en España no es la ideal, ya que solo un 8% de las alumnas y un 25% de los alumnos de 15 años son considerados como activos (Currie, Zanotti, Morgan, Currie, de Looze, Roberts, Samdal, Smith, y Barnekow, 2012).

Estos datos, han hecho que este Trabajo de Fin de Grado se centre en la Actividad Física y en investigar como esta puede ayudar a corregir el problema anterior.

Como dicen Aznar, Webster y Chicharro (2006): “La actividad física, puede definirse como un movimiento corporal producido por la acción muscular voluntaria que aumenta el gasto de energía por encima de los valores de reposo. Se trata de un término amplio que engloba el concepto de «ejercicio físico»”.

Para acotar más la línea de investigación, la búsqueda se centrará más concretamente en las Actividades Físicas en el Medio Natural (AFMN), ya que este se ha usado como escenario pedagógico desde siempre (Baena y Granero, 2008). Por ello, consideramos que estas pueden convertirse en una buena estrategia para conseguir unos escolares más activos y con una vida mucho más saludable.

Por otro lado, también queremos descubrir si existen trabas a la hora de incluir este tipo de prácticas como actividades habituales dentro del ámbito escolar.

Siguiendo a Guillen, Lapetra y Casterad (2000), las AFMN son aquellas actividades especialmente motrices, con una finalidad educativa, en un entorno nada claro en el cual el estudiante ha de implantarse y adecuarse.

Esta no es la única definición que existe sobre las AFMN, ya que debido a la importancia que estas tienen tanto en la vida cotidiana como en educación, han sido objeto de investigación de muchos autores destacados, lo que ha provocado que existan muchas definiciones diferentes y clasificaciones sobre estas actividades, las cuales se encontraran en el marco teórico.

Como podemos observar en la siguiente gráfica, la cual ha sido obtenida de una investigación realizada por Baena, Palao y Jara en el año 2015, en los últimos años ha habido un aumento de publicaciones acerca de las AFMN.

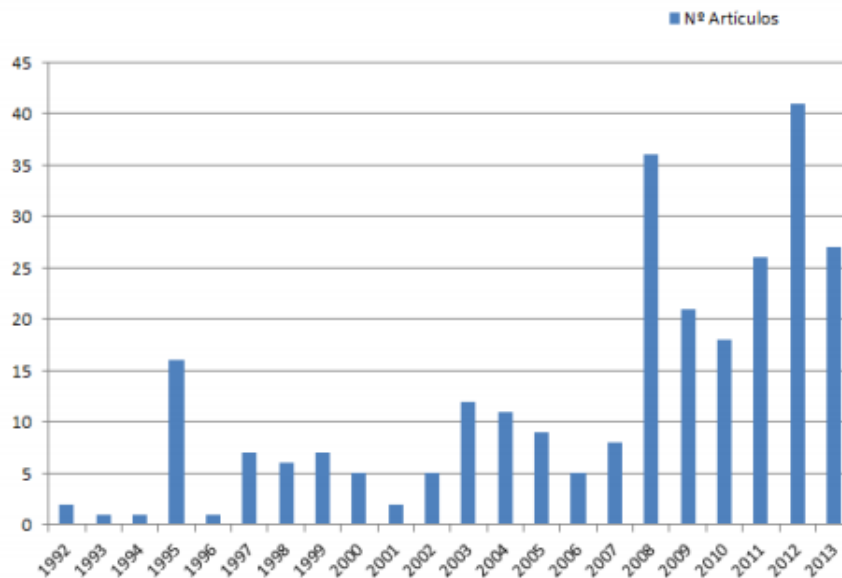


Figura 1. Volúmenes de publicaciones entre 1992 y 2013.

Este estudio nos sirve de guía para conocer que las AFMN son un tema al que se le está dando mucha importancia y que cada vez se está investigando más.

Por último, una de las líneas de investigación que llevará este trabajo, es el estudio de como las AFMN están incluidas en el currículo de Educación Infantil y qué importancia educativa le dan en el currículo.

2. OBJETIVOS:

2.1 Objetivo principal:

El objetivo principal de este Trabajo de Fin de Grado es el estudio de las Actividades Físicas en el Medio Natural para niños de Educación Infantil.

2.2 Objetivos específicos:

Los objetivos específicos que me planteo para el alcance del objetivo principal son:

- Realizar una revisión bibliográfica con el propósito de conocer la información referente a la Actividad Física en el Entorno Natural.
- Mostrar los beneficios que aporta la actividad física en los estudiantes de Educación Infantil.
- Conocer los contenidos de la Actividad Física en el Medio Natural en el currículo de Educación Infantil.

3. METODOLOGÍA:

El presente Trabajo de Fin de Grado pretende dar respuesta a los objetivos planteados anteriormente, mostrando así como los contenidos sobre AFMN aparecen en el currículo y los beneficios y valores educativos que estas aportan.

La metodología utilizada para la realización de este trabajo, se basa en una revisión bibliográfica de artículos y revistas relacionados con la Actividad Física en el Medio Natural.

Para obtener estos artículos o revistas se consultaron principalmente las bases de datos Dialnet y Google académico, con la ayuda de ecuaciones como “actividad física en el medio natural” o “actividad física en Educación Infantil” entre otras.

Tras una búsqueda exhaustiva, se procedió a la selección de los artículos y revistas más ajustados al tema, para lo cual se siguieron los siguientes criterios de inclusión y exclusión:

3.1 Criterios de inclusión:

- Documentos relacionados con la Actividad Física en Educación Infantil, más concretamente con las AFMN.
- El idioma de los artículos o revistas debía de ser inglés o castellano.

3.2 Criterios de exclusión:

- Documentos que se encontrasen en otro idioma que no fuese inglés y castellano.
- Documentos que no tuvieran que ver directamente con los objetivos.

4. MARCO TEÓRICO:

4.1 Aproximación conceptual:

Según Guillen, Lapetra y Casterad (2000), las Actividades Físicas en el Medio Natural, actualmente conocidas como AFMN, se han ido configurando y evolucionando a lo largo de la historia, correspondientemente con las transformaciones sociales del mundo.

Como sus características han ido transformándose, también lo han hecho sus distintas acepciones, por lo que no existe una única definición.

Funollet (1989), las define como: “Aquellas que se desenvuelven en un medio no habitado o poco modificado por la mano del hombre, aunque a veces, y sobre todo en el aprendizaje de algunas técnicas, se utilicen espacios totalmente artificiales.”

En la Junta de Andalucía (1995), las AFMN aparecen definidas como: “actividades que sensibilizan a los alumnos sobre el medio natural, fomentando su conocimiento, respeto y favoreciendo su disfrute, y las actitudes de participación, creatividad, socialización, autonomía y responsabilidad en la organización de actividades en grupo”.

Otro nombre por el que se conoce a este tipo de prácticas, es el de Actividades Físicas de Aventura en la Naturaleza (AFAN), que son actividades de ocio al aire libre y en un entorno natural que buscan la emoción y el disfrute mediante una aventura imaginaria fundamentalmente individual (Olivera, 1995).

Tierra (1996), las entiende como: “Un conjunto de actividades de carácter interdisciplinar que se desarrollan en contacto con la naturaleza, con finalidad educativa, recreativa y deportiva, y con cierto grado de incertidumbre en el medio”.

Mientras que Latorre Romero (1998), expone las AFMN como: “Aquellas actividades motrices llevadas a cabo en un medio natural con una clara intención educativa”.

Por otro lado, Velázquez de Castro (1999), comenta que los contenidos sobre la Educación Física en el medio natural, se basan sobre todo en actividades en el entorno, por medio de salidas a lugares de interés natural o ecológico o simplemente por la realización de actividades en el medio ambiente.

Además de las diferentes significaciones sobre las AFMN, que he incluido anteriormente, consideramos que es importante definir y entender otros términos que se utilizan durante el presente TFG:

- La actividad física se define como un movimiento corporal voluntario que aumenta el gasto de energía por encima de los valores de reposo. (Miraflores, Cañada y Abad, 2016).
- La condición física (CF) es la capacidad que tiene una persona para realizar actividad física, y constituye una medida integrada de todas las funciones y estructuras que intervienen en la realización de actividad física. (EXERNET, 2016).
- El término sedentarismo (del latín sedere, que significa sentarse) describe distintos tipos de actividades que se desarrollan en estado de vigilia y que requieren bajos niveles de gasto energético (Miraflores, Cañada y Abad, 2016).

Por otro lado, Arribas (2008), hace una diferenciación entre la actividad que se va a realizar, y el espacio donde se realiza. Hablando sobre el espacio, nos encontramos ante términos como naturaleza, aire libre, entorno físico... pero el término idóneo para hablar de estas actividades es “medio natural” o “medio ambiente” ya que engloba a todas las demás. Para que se pueda observar la diferencia entre naturaleza y medio ambiente de una manera más clara, se incluyen a continuación definiciones de ambos términos:

- La Naturaleza es la realidad física que existe independientemente del hombre (Santos y Martínez, 2000).
- El Medio Ambiente es el conjunto, en un momento determinado, de los agentes físicos, químicos y biológicos y de los factores sociales que puedan tener algún efecto, directo o indirecto, inmediato o diferido, en los seres vivos o las actividades humanas.” (Corrales, 2010).

4.2 Clasificación de las AFMN:

Para clasificar las AFMN y dada la cuantía de autores que tratan este tema, no sería correcto elegir solo una clasificación, porque ninguna de ellas por si sola se ajustaría a las exigencias de todos estos autores. Por ello, siguiendo esta línea, incluiremos varias clasificaciones que nos ayuden a diferenciar este tipo de actividades.

La primera clasificación que mostramos es la que realiza Funollet (1995), la cual está estructurada en función de la persona que la práctica la actividad, el material o la energía utilizada para llevar a cabo la actividad y el espacio donde se realiza esta práctica.

- Practicante: Las actividades pueden ser individuales (parapente) o en grupo (senderismo).
- Material o energía utilizada: Autogenerada o generada (solar, eólica, hidráulica...).
- Espacio: mar, ríos, lagos, zonas rocosas, bosques, praderas, desiertos, montañas y zonas urbanizadas.

Por otro lado, nos encontramos ante la clasificación de Acuña (1991), que se basa en la importancia de lo que persigue la realización de este tipo de actividades, y distingue entre:

- Actividades promocionales: buscan un gran índice de participación, por medio de actividades para todos los públicos, como son por ejemplo, las excursiones.
- Actividades libres: Buscan el uso libre de los recursos naturales o artificiales que encontramos a nuestro alrededor. Para la realización de este tipo de actividades, es necesario que te faciliten información, así como, espacios, medios y materiales. Dentro de este tipo de actividades podemos encontrar rutas ecológicas, senderos de equitación, actividades dentro y fuera del espacio urbano, ludotecas que se encarguen del medio natural...

- Actividades programadas: Requieren de la presencia de un animador. Se distingue entre:
 - Actividades fundamentales en el medio natural (marchas, acampadas...),
 - Actividades en el medio artificial (terrenos de aventuras)
 - Actividades deportivas en el medio ambiente natural de agua, aire y tierra (piragüismo, parapente ...)
 - Actividades complementarias en el medio natural (actividades que nos ayudan a conocer y entender el medio natural).

- Actividades de investigación-formación: Relación interdisciplinar con otras áreas. Actividades como huertos, granjas escuelas, etc.

Santos (1998), las clasifica en función de su utilidad en la escuela y el lugar donde se llevan a cabo. Las divide en:

- Actividades básicas: actividades preparatorias dentro del contexto escolar (pabellones gimnasios...), debido a la gran dificultad que resulta el realizar todas las sesiones en el medio natural. Con el objetivo de que los alumnos puedan conseguir las mismas habilidades y destrezas que en la naturaleza.

- Actividades específicas: Se realizan en el medio natural con el objetivo de desarrollar conocimientos, destrezas y actitudes, aplicando lo aprendido en las actividades básicas u obteniendo nuevos aprendizajes.

Esta clasificación aporta una visión educativa de las AFMN, dividiéndolas en dos tipos de actividades progresivas. Las primeras son preparatorias y se realizarán dentro del recinto escolar, y las segundas, se aplicará todo lo aprendido durante la práctica en el medio natural. Gracias a esta clasificación disponemos de un modelo de introducción estas actividades en los centros educativos.

4.3 Beneficios de las AFMN:

Hoy en día, nos encontramos ante una sociedad sedentaria, que ha dejado atrás el estilo de vida que ha perdurado durante la mayor parte de la historia de la humanidad, el cual se basaba en la realización de una gran cantidad de actividad física en el entorno natural. Esto se debe a la llegada de las nuevas tecnologías que están haciendo que la sociedad se torne más estática (EXERNET, 2016).

Esta evolución, ha traído consigo enfermedades o problemas como la obesidad, la hipertensión, la diabetes y dolores musculares, entre otros. Producidos por la disminución de horas dedicadas a la realización de actividad física (EXERNET, 2016).

Para poder frenar esto, es trascendental que en Educación Infantil se dé importancia a la actividad física, ya que durante estos años se empieza a establecer el estilo de vida que cada persona llevará a cabo en un futuro.

Como podemos observar en el Estudio Aladino, un tercio de los alumnos de entre 6 y 9 años tiene sobrepeso y un 20% padecen obesidad (Miraflores, Cañada y Abad, 2016). Mientras que por otro lado, también podemos contemplar con suma preocupación, el hecho de que ha habido un aumento de casi un 5% en la prevalencia de niños de entre 0 y 5 años que padecen obesidad infantil (EXERNET, 2016).

Como dijo en 2014, Margaret Chan, directora general de la OMS, “nuestros niños están engordando”, por ello en la actualidad, la obesidad, está considerada como uno de los problemas más graves para la salud a nivel mundial (EXERNET, 2016).

En cuanto a nivel nacional, los escasos estudios sobre el tiempo que los niños emplean en hacer actividad física, han revelado que pasan alrededor de un 90% realizando AF sedentaria o ligera. Los factores medioambientales que más influyen en este resultado son el acceso que los niños tengan a instalaciones y a equipamientos, la importancia de la televisión y de los ordenadores durante el tiempo de ocio, la estación del año y condiciones climatológicas y los temas de seguridad vial (EXERNET, 2016).

La realización de actividad física regularmente, ofrece múltiples beneficios para la salud de los niños y adolescentes como serían: disminuir el riesgo a sufrir enfermedades

crónicas con el tiempo, mejorar la condición física, ayudar a mantener un peso saludable, reducir la ansiedad y el estrés, favorecer el crecimiento y también mejorar habilidades de lenguaje y motrices (Miraflores, Cañada y Abad, 2016).

Monjas (2003) señala que los beneficios que aportan las AFMN son: contribuir al desarrollo integral del alumno, creación de hábitos saludables, mejorar la adaptación a entornos que están fuera de la zona de confort y generar aprendizajes tanto de una manera formal como informal.

Además de los múltiples beneficios mencionados anteriormente, las AFMN difunden una gran cantidad de valores, como la colaboración y el respeto (Santos Pastor y Martínez Muñoz, 2008). Pero si estas actividades se tratan de una forma incorrecta, su práctica puede traer algunas inconveniencias como sería la competitividad y consigo la presión que esta genera en los niños (EXERNET, 2016).

Por ello, consideramos importante no centrar todo el peso de las actividades en la competición, ya que de esta forma, estas prácticas puede perder todos aquellos valores positivos que transmiten, e incluso aportar algunos valores negativos. La competición, tratada de una forma exagerada, puede originar conflictos entre los alumnos y alumnas, que ocasionen un ambiente negativo tanto en el aula como fuera de ella.

De acuerdo con Pérez (2004), la cooperación es la mejor forma de alcanzar las mismas compensaciones que se consiguen mediante la competición, pero sin dejar a un lado el respeto, por lo que es más ventajoso a nivel educativo.

Para Tierra (1996), las actividades en la naturaleza son uno de los recursos más eficaces para formar completamente a una persona, y esto se debe precisamente al medio en el que se realizan. Este tipo de actividades, son un recurso deportivo, lúdico y educativo inagotable, que pocas veces se realiza en los centros (González y Mundina, 2014).

Centrándonos en el párrafo anterior, consideramos que la naturaleza, debe ser utilizada en la escuela como un aula más; un aula escolar cuyas características le hacen diferente, pero que cuenta con un enorme potencial educativo (Aguado, 2015).

Para concluir, creemos que la utilización de las AFMN en el ámbito escolar es muy provechosa para todo el alumnado, ya que le aportan muchos beneficios que se han

mostrado con anterioridad, y que les favorecen tanto a nivel personal como académico. Además, el entorno natural ofrece muchas posibilidades educativas y recursos ilimitados que enriquecen a todos los miembros del centro educativo, por lo que en los centros deberían tratar de acercar más la escuela y las clases al entorno, creando o utilizando recursos naturales que favorezcan este acercamiento y con él, poder aprovechar las múltiples ventajas que ofrece.

4.4 Inconvenientes de las AFMN y alternativas a estos:

El ámbito que más nos incumbe y por lo cual en el que más nos vamos a centrar, es el ámbito educativo, siguiendo a Monjas y Pérez (2003), algunos de los inconvenientes que las AFMN serían:

- La exigencia de un mayor porcentaje de dinero por parte del centro escolar destinado a la compra de material específico para la realización de estas actividades.
- La tendencia a pensar que no todos los alumnos están capacitados para realizar este tipo de prácticas.
- Una mayor comunicación y colaboración entre el equipo docente del centro.
- La escasez de prácticas que existan y que se ajusten al horario lectivo que se lleva habitualmente en los centros.
- La preparación de estas actividades conlleva a los profesores a invertir mucho más tiempo en realizarlas, lo cual hace que estos se echen para atrás a la hora de tener que preparar este tipo de actividades.

Pero centrándonos también en otros ámbitos, en este caso en el ámbito ecológico, Santos y Guillen (2004) mencionan que uno de los mayores inconvenientes es que el desarrollo económico ha provocado la explotación del medio ambiente. Los nuevos sistemas de producción y consumo, aparte de destruir el medio, también están provocando que los recursos naturales se agoten.

Con lo expuesto por Santos y Guillen, queremos señalar que debido a las tendencias, a veces estas actividades son realizadas por multitud de personas, normalmente durante las mismas épocas del año, lo cual puede provocar un deterioro del medio, por ello, también es importante que los niños y niñas aprendan ciertas normas de cuidado del medio ambiente.

Por otro lado, y también como exponen Monjas y Pérez (2003), existen algunas alternativas que pueden ayudar a facilitar la incorporación de las AFMN en el ámbito educativo:

- Realizar actividades similares a cómo serían las actividades físicas en el medio natural, pero dentro del recinto escolar, donde los niños puedan adquirir las mismas capacidades que obtendrían realizándolas estas mismas actividades en la naturaleza.
- Utilizar materiales de los que ya dispone el centro o fabricarlos con ayuda de los niños, evitando así que el coste de este tipo de actividades aumente considerablemente.
- Adecuar las actividades a las características y el desarrollo evolutivo de los niños, para lo cual es necesario conocer las limitaciones y posibilidades de todos los alumnos.
- Fomentar el trabajo en equipo, tanto entre docentes como en alumnos, comprendiendo las ventajas que este proporciona.

Tomando de referencia lo que dicen Monjas y Pérez anteriormente, consideramos importante recalcar que realizar actividades similares a las que se podrían realizar en el medio natural, no sirve de nada, si no se realiza al menos una práctica de dichas actividades, en la naturaleza.

4.5 Las AFMN en Educación Infantil:

Realizando un análisis sobre la evolución del uso educativo de la naturaleza se observa que las AFMN han ido prosperando hasta la actualidad, teniendo muchos precursores durante las diferentes etapas históricas (Pérez, Caballero y Jiménez, 2009).

El uso educativo de la naturaleza comenzó en el Renacimiento, constituyéndose gracias a Rousseau. Posteriormente, aparecieron diferentes corrientes con un objetivo en común, una educación natural y humanizadora. Hoy en día, la importancia de las AFMN se puede verificar, ya que forma parte del currículo desde Infantil hasta Bachillerato (Pérez, Caballero y Jiménez, 2009).

Las normativas estatales vigentes que regulan las enseñanzas en Educación Infantil son:

- Ley Orgánica de Educación (2006), que determina los parámetros generales de esta etapa educativa.
- Real Decreto 1630/2006, de 29 de diciembre, que establece las enseñanzas mínimas del segundo ciclo de Educación Infantil.
- Orden ECI 3960/2007, de 19 de diciembre, por la que se establece el currículo y se regula la ordenación de la Educación Infantil.

Centrándonos en el Real Decreto 1630/2006, en su introducción podemos observar que «el currículo se orienta a lograr un desarrollo integral y armónico de la persona en los distintos planos: físico, motriz, emocional, afectivo, social y cognitivo, y a procurar los aprendizajes que contribuyen y hacen posible dicho desarrollo».

En ella, también se indican las áreas de conocimiento que se trabajaran durante el segundo ciclo de Educación Infantil, las cuales son:

- Conocimiento de sí mismo y autonomía personal.
- Conocimiento del entorno.
- Lenguajes: comunicación y representación.

Ciñéndonos al currículo, en Educación Infantil no aparece ninguna referencia concreta de las AFMN, aunque sí lo analizamos en profundidad aparecen algunos matices que nos muestran la presencia de estas. En Educación Primaria, ESO y Bachillerato, las

actividades físicas en el medio natural aparecen de una forma más contundente en el currículo.

En él, podemos observar claramente que las AFMN no son contenidos educativos frecuentes, algo que debería cambiar, ya que a parte de los numerosos beneficios señalados anteriormente, hay evidencias que muestran que estas actividades deberían formar parte del currículo.

Por ejemplo, para Santos y Martínez (1996) las AFMN son un contenido globalizador e interdisciplinar, por lo que podrían tratar temas de las tres áreas de conocimiento, establecidas en el currículo y mencionadas anteriormente.

Por otro lado, con estas actividades se trabajan una gran variedad de contenidos, se mejoran las relaciones sociales, se trabajan temas transversales como la Educación en Valores o la Educación Ambiental...

Además, algo que cabe destacar, es que las AFMN, si se trabajan de forma adecuada, contribuyen a la integración e inclusión de personas con Necesidades Educativas Especiales, puesto que favorecen la autoestima y les demuestra que pueden realizar todo aquello que se propongan, con esfuerzo y dedicación.

5. RESULTADOS Y DISCUSIÓN:

5.1 Resultados:

Las AFMN, son un concepto relativamente nuevo que no tiene una única definición, ya que durante la historia han ido cambiando sus características, por lo que sus aceptaciones lo han tenido que ir haciendo también, lo que provoca que existan numerosas definiciones sobre este tema.

Lo mismo ocurre a la hora de clasificar las actividades físicas en el medio natural, es decir, que no hay una única clasificación, ya que al existir tantos autores que investigan y tratan este tema, no hay ninguna clasificación que contenga todas las características que estos autores exigen.

Como hemos podido comprobar, la sociedad, durante la historia, se ha ido tornando más estática. Actualmente y debido a la aparición de las nuevas tecnologías, nos encontramos ante una sociedad sedentaria, lo cual ha provocado la aparición de enfermedades como la obesidad. Este tipo de enfermedades afectan a toda la población, pero es importante recalcar el aumento de escolares que padecen obesidad, un dato que es muy preocupante ya que en estas edades se establece el estilo de vida que se llevará en un futuro.

Las AFMN ofrecen múltiples beneficios en niños y adolescentes como serían mejorar la salud, ayudando a mantener un peso saludable o mejorando habilidades motrices, generar aprendizajes tanto formales como informales o contribuir en el desarrollo integral del alumno, lo cual se debe precisamente al medio natural, que aporta muchas posibilidades educativas y que se aprovecha de una forma insuficiente en las escuelas.

Que las actividades en el medio natural se realicen de una forma excepcional, se debe al hecho de que su preparación exige un aumento de trabajo al profesorado, teniendo que invertir más horas y cooperar con otros profesores, y una inversión mayor de dinero por parte del colegio para su realización. Una alternativa a lo anterior podría ser realizar actividades similares en el centro, donde los alumnos adquieran las mismas capacidades y luego llevarlas a cabo en una práctica en la naturaleza.

Como hemos podido comprobar en el currículo no aparece ninguna referencia a las AFMN en Educación Infantil, ya que estas están mayormente ligadas a la Educación Física, la cual aparece en etapas educativas superiores, y lo que provoca que en el currículo de estas etapas si aparezca de una forma más concreta este concepto.

El hecho de que no se haga ninguna referencia concreta a este tipo de actividades dentro del currículo de Educación Infantil, no significa que no aparezcan en él, ya que si aparecen algunos matices que señalan la necesidad de este tipo de actividades. Además, es importante señalar que son actividades que pueden utilizarse para tratar las tres áreas de conocimiento establecidas en el currículo, por lo que sería muy importante que empezaran a aparecer de una forma más clara.

5.2 Discusión de los resultados:

Tras el análisis de una gran cantidad de artículos que han sido seleccionados para la realización de esta revisión bibliográfica, se ha obtenido numerosos beneficios sobre la utilización de las AFMN en educación. Tanto González y Mundina (2014) como Monjas y Pérez (2003), estas ayudan a la formación integral del niño, ya que este tipo de actividades son un recurso didáctico inagotable, que ofrece la posibilidad de trabajar cualquier contenido de las tres áreas de conocimiento que están establecidas en el currículo, además de poder enseñar numerosos valores, si están bien diseñadas por los distintos profesores.

Por otro lado, numerosos autores, como por ejemplo Miraflores, Cañada y Abad (2016), hablan sobre la importancia de una vida activa y la necesidad de inculcarla desde edades tempranas, ya que según algunos datos científicamente demostrados, cada vez hay más niños con obesidad y más personas que realizan muy poca actividad física en su día a día, por eso pensamos que estos autores han querido mostrar la importancia de realizar actividad física en la vida cotidiana, para así poder evitar enfermedades como la obesidad.

Según Monjas y Pérez (2003), existen algunos inconvenientes a la hora de incluir actividades de este tipo de forma cotidiana en el centro, ya que como ellos mismos dicen, estas necesitan una mayor proporción de dinero y de horas de trabajo por parte de los profesores. Si bien es verdad, que para planificar y llevar a cabo este tipo de actividades se necesitan estas características, pero existen alternativas que pueden ayudar a que la regularidad en la que este tipo de actividades se realicen aumente, como sería utilizar el material del que ya se dispone o realizar prácticas dentro del centro escolar que garanticen los mismos aprendizajes que realizándolas en el entorno y después llevándolas a la práctica al menos una vez en el medio natural.

Para concluir con este apartado de discusión de los resultados, es importante tratar el tema de cómo aparecen los contenidos sobre AFMN en el currículo de Educación Infantil y como consideran diferentes autores que estos contenidos deberían aparecer en realidad.

Según hemos podido comprobar tras analizar el currículo, los contenidos sobre actividades físicas en el medio natural, no son un contenido que aparezca de forma clara en él, sin embargo existen contenidos que pueden llevarte a pensar que es necesaria la utilización de este tipo de actividades para llevarlos a cabo y conseguir así los objetivos deseados. Así bien, aunque en el currículo estos contenidos no sean considerados trascendentales, autores como Santos y Martínez (1996), señalan que estos contenidos pueden ayudar a tratar temas de las diferentes áreas de conocimiento incluidas en el currículo de Educación Infantil. Esto puede deberse a que al ser actividades globalizadoras e interdisciplinares, que pueden emplearse para realizar todo tipo de ejercicios.

6. CONCLUSIONES:

Hemos querido estructurar las conclusiones extraídas durante la presente investigación por guiones, ya que consideramos que es la manera más adecuada para tener en cuenta los diferentes apéndices del trabajo.

- Como se ha mostrado al principio, ha habido un aumento en el estudio de las AFMN en los últimos años, debido a que ha habido un aumento en la práctica de estas actividades, sobretodo en la población que vive en las grandes ciudades.
- Como se ha podido comprobar, la sociedad se está volviendo más estática, lo cual trae consigo numerosos problemas o enfermedades, que podrían frenarse dando mayor importancia a la actividad física en Educación Infantil, ya que como hemos dicho anteriormente, esta es la edad en la que empieza asentarse el estilo de vida que se llevara seguramente el resto de su vida.
- Estas actividades tienen muchos beneficios y sería importante incluirlas en educación, pero el problema es que los profesores necesitan más tiempo para prepararlas, tienen un mayor coste económico, etc... por lo que no se incluyen tantas como se querían.
- Dentro del currículo de Educación Infantil, se puede observar la falta de las AFMN, como contenido específico, pero es posible apreciar algunos matices que señalan la práctica de estas durante esta etapa educativa. Por otro lado, también es posible apreciar que correspondientemente con el aumento del nivel educativo, también aumenta la importancia de las actividades físicas en el medio natural en el currículo.

Para concluir, consideramos que todos los adultos, incluyendo al profesorado, monitores, padres y madres, y profesionales de la salud, tenemos la responsabilidad de promover la actividad física entre los niños y adolescentes de ambos sexos y de hacer que sea una actividad divertida, interesante y valiosa. Esto permitirá

incrementar las probabilidades de que los niños y niñas de hoy en día se conviertan en adultos más sanos y activos.

La salud de la siguiente generación nos debe impulsar a trabajar juntos para hacer que la infancia y la adolescencia españolas sean activas, mejorando así su calidad de vida.

7. LIMITACIONES Y FUTURAS LÍNEAS DE INVESTIGACIÓN:

En este epígrafe se exponen las diferentes limitaciones y problemas que han aparecido durante el proceso de investigación sobre las actividades físicas en el medio natural, además de incluir algunas de las perspectivas de futuro que ofrece este trabajo.

Como dice Baena (2015), a pesar de que las AFMN es un tema de investigación que está aumentado dentro de la Ciencia de la Actividad Física y el Deporte. Esta sigue siendo una ciencia reciente, por lo que a la hora de realizar una investigación, nos encontramos ante un número limitado de artículos acerca de este tema y que repiten contenidos.

También hemos encontrado problemas a la hora de buscar artículos que se centraran en las AFMN en Educación Infantil, ya que la mayoría de autores tratan estas actividades dentro de la Educación Física, la cual no aparece hasta la etapa de Educación Primaria, por lo que la mayoría de artículos tratan aspectos relacionados con etapas educativas superiores.

Consideramos interesante que para una futura investigación similar a la que hemos ofrecido, se indagara sobre otros asuntos como podría ser la existencia de diferencias a la hora de realizar actividades físicas en el entorno natural entre colegios privados y públicos, es decir, si hay más incidencia en el caso de colegios privados o no existe diferencia.

Por otro lado, también consideramos interesante investigar sobre si en etapas educativas superiores existen diferencias entre niños y niñas a la hora de realizar este tipo de actividades y si es así, como se podrían eliminar estas diferencias o que formas diferentes existen para trabajar estas actividades sin que se crearan diferencias entre sexos.

Para concluir, creemos que podría ser de gran ayuda añadir una encuesta a esta investigación, ya que con ella se puede recoger la opinión de los diferentes miembros del centro educativo.

En la encuesta se podrían añadir preguntas que mostraran lo que opinan tanto los alumnos como los profesores sobre las AFMN en Educación Infantil, si piensan que este tipo de actividades podrían realizarse con más frecuencia y por qué piensan así, con cuanta frecuencia se están realizando estas actividades en su centro en ese momento y que piensan sobre incluir más actividades en el medio natural durante el curso académico.

8. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

Aguado, M. (2015). La educación Física en el medio natural. *E-balonmano.com: Journal of Sport Science*, 11, pp. 3-4.

Arribas, H. (2008). *El pensamiento y la bibliografía de Actividad Física en el Medio Natural: un estudio multicaso en la formación universitaria orientado a la comprensión de modelos formativos* (tesis doctoral). Universidad de Valladolid, Valladolid, España.

Aznar, S., Webster, T. y Chicharro J. L. (2006). *Actividad física y salud en la infancia y la adolescencia: guía para todas las personas que participan en su educación*. Ministerio de Sanidad y Consumo.

Baena, A. y Granero, A. (2008). Las actividades físicas en la naturaleza en el currículum actual: contribución a la educación para la ciudadanía y los derechos humanos. *Retos*, n/a (14), pp 48-53.

Baena, A., Palao, P., y Jara, D. (2015). Evolución de las investigaciones sobre la enseñanza de las actividades en el medio natural en Educación Física escolar. *Espiral. Cuadernos del Profesorado*, 8(16), pp. 13-18.

Corrales, A. R. (2010, abril). Trabajar la Educación Ambiental desde la Educación Física. *Revista educativa digital Hekademos*, 5, pp. 45-64. Recuperado de: <http://hekademos.com/hekademos/content/view/73/32/>

Currie, C., Zanotti, C. F., Morgan, A., Currie, D. B., de Looze, M., Roberts, C. y Barnekow, V. (Eds.) (2012). *Social determinants of health and well-being among young people. Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) study: international report from the 2009/2010 survey*. (Health Policy for Children and Adolescents). Copenhagen: WHO Regional Office for Europe.

EXERNET (2016). Actividad física, ejercicio y deporte en la lucha contra la obesidad infantil y juvenil. *Nutrición Hospitalaria*, 33 (9), pp. 1-21.

Funollet, F. (1989). Las actividades en la naturaleza. Origen y perspectivas de futuro. *Apunts*, 18, pp. 2-5.

Funollet, F. (1995). Propuesta de clasificación de las actividades deportivas en el medio natural. *Apunts*, 41, pp. 124-129.

González, A. y Mundina, J. J. (2014). Experiencia práctica: Actividades físicas y deportivas en el medio natural. Enseñando mediante proyectos en el ámbito universitario. *Revista Española de Educación Física y Deportes*, 405, pp. 97-104.

Guillén, R., Lapetra, S. y Casterad, J. (2000). *Un poco de historia: Actividades en la Naturaleza*. Barcelona: INDE.

Junta de Andalucía, Consejería de Educación y Ciencia (1995) *Materiales Curriculares. Educación Secundaria Obligatoria. Área de Educación Física*. Sevilla.

Latorre Romero, A. (1998). *Fundamentación de los contenidos en Educación Física escolar* (pp.115-128). Sevilla: Universidad de Sevilla.

Miraflores, E., Cañada, D. y Abad, B. (2016). *Actividad Física y Salud de 3 a 6 años. Guía para docentes de Educación Infantil*. Madrid, España: Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad.

Monjas, R. y Pérez, D. (2003). *Actividades Físicas en el Medio Natural: reflexiones desde la práctica*. Actas del I Congreso Internacional: El aula en la Educación Física Escolar. Palencia.

Olivera, J. (1995). Las actividades físicas de aventura en la naturaleza: análisis sociocultural. *Educación Física y Deporte*, n/a (41), pp. 5-8.

Pérez, D. (2004). *Educación en valores y actividades en la naturaleza. Su lugar la Educación Física*. IV Congreso Estatal y II Iberoamericano de Actividades Físicas Cooperativas. Universidad de Valladolid.

Pérez, R., Caballero, P. y Jiménez, L. (2009). Evolución Histórica de las Actividades en el Medio Natural con fines educativos. *Materiales para la Historia del Deporte*, n/a (7), pp. 59-76. Recuperado de:

https://www.upo.es/revistas/index.php/materiales_historia_deporte/article/.../511/705

Santos, M. y Martínez, F. (2000). *Las actividades en el medio natural de la educación física escolar* (tesis doctoral). Universidad de Almería, España.

Santos, M. L. y Martínez. L. F. (1996). *Las actividades en la naturaleza en Primaria. Análisis desde la reforma educativa*. III Congreso Nacional de Facultades de Educación y XIV de Escuelas Universitarias de Magisterio. Universidad de Alcalá. Guadalajara.

Santos, M. L., Guillén, R. (2004) en Arribas, H. (2008). *El pensamiento y la biografía del profesorado de AFMN: Un estudio multicaso en la formación universitario orientado a la comprensión de los modelos formativos. Capítulo 1: Las actividades físicas en el medio natural: Análisis histórico y sociocultural* (tesis doctoral). Universidad de Valladolid. España.

Tierra, J. (1996). *Actividades recreativas en la naturaleza*. En A. Soto Rosales, (coord.), *Educación primaria: actividades en la Naturaleza* (pp. 159-171). Huelva: Universidad de Huelva.

Velázquez de Castro, F. (1999). *Educación Ambiental*. Madrid: Grupo Santillana.