



Facultad de educación de Palencia

UNIVERSIDAD DE VALLADOLID

**Educar en contacto con la naturaleza: un enfoque interdisciplinar desde la
especialidad de Educación Física en Educación Primaria**

TRABAJO FIN DE GRADO

GRADO EN EDUCACIÓN PRIMARIA/MENCIÓN EN EDUCACIÓN FÍSICA

AUTOR: ELENA CORTÉS DELGADO

TUTOR: LUCIO MARTÍNEZ ÁLVAREZ

PALENCIA, 2018

Resumen

La desconexión con el mundo natural afecta a la salud física y mental de los niños/as. La idea de que la falta de contacto con el medio natural aliena a los niños/as y los hace enfermar es respaldada por varios autores que menciono en este trabajo. Las escuelas se han convertido en búnkeres, cárceles tecnológicas que evitan el contacto directo con el entorno, donde nos sentimos seguros, protegidos, pero también limitados sensorial y motrizmente. Con este proyecto busco despertar en el educador la necesidad de promover el contacto de sus alumnos/as con el entorno natural, para que mejoren, no solo su capacidad cognitivo-motriz, sino también su habilidad social, creativa y empática con otros compañeros/as y con el medio. He creado, para fomentar esta educación en la empatía medioambiental, una propuesta de secuenciación de actividades al aire libre que se pueden llevar a cabo en toda la Primaria. Estas actividades tratarán el contenido transversal del medio natural en relación con las áreas de Ciencias Sociales, Ciencias Naturales y principalmente, Educación Física.

Abstract

Disconnection with the natural world affects the physical and mental health of children. The idea that the lack of contact with the natural environment alienates children and makes them sick is backed by several authors I mention in this work. Schools have become bunkers, technological prisons that avoid direct contact with the environment, where we feel safe, protected, but also limited sensory and motive. With this project I seek to awaken in the educator the need to promote the contact of their students with the natural environment, to improve, not only their cognitive-motive capacity, but also their social skills, creative and empathetic with other partners and with the Middle. I have created, in order to promote this education in environmental empathy, a proposal for the sequencing of outdoor activities that can be carried out throughout the primary. These activities will deal with the transversal content of the natural environment in relation to the areas of social sciences, natural sciences and mainly physical education.

Palabras clave

Educación física/ entorno natural/ educación al aire libre/ Pedagogía verde

Key words

Physical Education/natural environment/outdoor education/Green Pedagogy

ÍNDICE

0. Introducción.....	5
1. Justificación.....	7
2. Objetivos.....	11
3. Fundamentación teórica.....	12
3.1. ¿Por qué es importante educar en el contacto con la naturaleza?	
3.2. Educar en verde	
3.3 El asombro del medio natural	
3.4. Programas de educación en el medio natural en Castilla y León	
3.5 Problema que presenta el contacto con el medio natural en la escuela	
3.6 Rasgos básicos, a tener en cuenta para realizar el proyecto, del desarrollo motor de los niños/as en Primaria	
5. Presentación de datos o de la propuesta.....	23
<u>5.1. Aspectos a tener en cuenta en la propuesta.....</u>	23
5.1.1. Objetivos de la propuesta	
5.1.2. Vinculación de las diferentes áreas con el medio natural	
5.1.3. Relación con el currículum oficial de educación de Castilla y León	
5.1.4. Metodología utilizada como guía de la propuesta	
5.1.5. Formación del profesorado/adultos que lleven a cabo el proyecto	
<u>5.2. Momentos del proyecto.....</u>	32
<u>5.2.1. Momento previo.....</u>	32
Fase de gestión y revisión de normativa	
Fase de inspiración	
Fase de preparación	

<u>5.2.2. Momento excursión</u>	35
Fase de ubicación	
Fase de exploración	
Fase de conocimientos naturales	
Fase de actividad motriz	
Fase de escucha corporal	
Fase de conservación del entorno	
<u>5.2.3. Momento Final</u>	49
6. Conclusión	50
7. Bibliografía	52

0. INTRODUCCIÓN

En primer lugar, me gustaría destacar el carácter educativo de nuestra área, la educación física, vinculada tanto con valores de desarrollo motriz, como con otros valores universales de cuidado del medio, convivencia, respeto, aceptación, inclusión y cooperación.

Además, se debe enlazar la Educación Física a una serie de actitudes y normas y al conocimiento de los efectos que estas tienen sobre el desarrollo personal, social y ambiental, consolidando un conjunto de hábitos que favorezcan la salud, la calidad de vida del niño/a y el equilibrio con el entorno natural.

Una de las cuestiones estudiadas en la formación del profesorado es la importancia de que los niños/as estén en contacto con la naturaleza para que puedan experimentar y conocer el medio en el que viven. Sin embargo, en ocasiones no se produce dicho contacto y los niños/as sufren las consecuencias de estar privados de la oportunidad de experimentar libremente en espacios abiertos, llegando a padecer “síndrome de déficit de naturaleza” (Louv, 2008) y “biofobia” (Freire, 2011).

Hemos de ser conscientes, tal y como hemos aprendido durante nuestra etapa como docentes, específicamente en las asignaturas que engloban al área de Educación Física, más profundamente en Potencial Educativo de lo Corporal, que la naturaleza infantil requiere de movimiento para relacionarse, para desarrollarse y aprender. Algo que no encaja muy bien en el día a día de una escuela tradicional.

En muchos colegios, nos obcecamos en mantener a los alumnos/as pegados a sus sillas, como si de esa forma consiguiésemos que asimilaran los conceptos de forma más rápida y a largo plazo. Esa propensión del sistema educativo a acallar el cuerpo, convirtiéndolo en cuerpo silenciado (Vaca, 2006) e inmovilizar a los escolares ha llevada a críticas de algunos autores, como la que hace Neil Degrasse Tyson (2013): “Pasamos el primer año de la vida de un niño enseñándole a andar y a hablar, y el resto de la vida a guardar silencio y sentarse. Algo no funciona bien”.

Como profesora de Educación Física he podido cerciorarme de la necesidad de moverse con la que los niños y niñas bajan al gimnasio. Pero considero que esa necesidad, que encierra también una oportunidad educativa, no puede cubrirse únicamente con dos horas semanales. Este problema podría solventarse en el desarrollo de otras áreas. Durante estas clases, el alumnado también puede realizar actividades ligadas al movimiento o cuñas motrices (Vaca, 2002) que permiten descargar su cuerpo y mente.

Y qué mejor forma de fomentar este aprendizaje motriz que en contacto con el medio natural. La actividad física al aire libre y el juego potencian la creatividad y permiten a los niños/as liberar su infinita energía y tener una vida más saludable, desarrollando su lado motriz, cooperativo y empático. Para lograr llevar a cabo este proyecto, a continuación, debo explorar las posibilidades de que los colegios de Primaria incluyan más contacto con la naturaleza y, más en concreto, ver cómo desde mi papel como educadora física podría favorecer el uso del aula naturaleza para una educación interdisciplinar.

1. JUSTIFICACIÓN

La primera razón con gran peso en la elección del tema es que a lo largo de mi vida he podido vivir experiencias en relación con la actividad física en un entorno natural incomparables con las situaciones vividas en el recinto escolar. La otra razón es que debido a asignaturas cursadas durante mi etapa como especialista en Educación Física en “Potencial Educativo de lo Corporal” y “Educación Física en el Medio Natural”, he podido conocer de primera mano las posibilidades que ofrece por un lado el contacto con la naturaleza en la educación de manera interdisciplinar y más particularmente estas actividades físicas con nuestro alumnado, permitiéndoles ser protagonistas activos en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Por eso y tras varias semanas de reflexión sobre la temática de mi TFG, decidí que estaba convencida de llevar a cabo un proyecto basado en un enfoque interdisciplinar que vinculara la Educación Física con el medio natural. Pretendía conseguir este objetivo mediante el acercamiento de la naturaleza al aula o convirtiendo la naturaleza en la propia aula.

Finalmente decidí decantarme por la segunda opción ya que trasladar al alumnado al medio natural nos permite la posibilidad de conjugar el rigor científico y académico con las experiencias reales prácticas creadas mediante el contacto directo con el medio.

Este proyecto está basado en la preparación y secuenciación de una serie de actividades en el medio natural que se puede llevar a cabo en los colegios que estén interesados en el contacto con este medio. Es, prácticamente, un modelo de guía orientativa de ejercicios deportivos en la naturaleza, que trata también contenidos del área de Ciencias Sociales y Ciencias Naturales, basándose en el respeto por el entorno y por los compañeros/as.

Con este tipo de actividades al aire libre se produce una dualidad significativa, la actividad física y la adaptación al medio mediante los conocimientos que tenemos sobre él, en cuanto a contenidos geográficos, sociales y de naturaleza; partiendo de que la motricidad es la única forma de acceder al medio, esto nos va a permitir una familiarización y un desenvolvimiento de manera autónoma, contribuyendo de manera favorable a su conocimiento, respeto y conservación.

Las actividades físicas en el medio natural tienen un gran potencial educativo, y esto es debido tanto a la variedad de habilidades desarrolladas en dichas actividades como el lugar donde se realizan. A pesar de que la mayoría de los docentes, y de forma particular los del área de Educación Física, reconocen las inmensas posibilidades de este medio natural, aún podemos comprobar el escaso uso de este lugar para la educación en las escuelas. Las propias características del medio donde se realizan, su lejanía y sus necesidades organizativas son aspectos que dificultan su integración en las actividades docentes y académicas cotidianas.

Desde mi punto de vista, este proyecto educativo merece la pena llevarse a cabo, ya que nace como una búsqueda conexión de la escuela clásica con la naturaleza, donde una serie de profesores/as, que pueden haber trabajado el tema de la educación cercana a la naturaleza, imparten una serie de clases “alternativas” a las convencionales, para que los/as niños/as puedan aprender desde un tipo de metodología basada en cuatro pilares: La experimentación libre, las actividades dirigidas, respeto del entorno y la comunicación.

Creo que, por desgracia, los niños/as están actualmente alejándose cada vez más de la naturaleza, perdiendo esa conexión innata del ser humano con el medio que les rodea, perdiendo ese instinto natural. Este, no se logra al leer sobre naturaleza en un ordenador o revista. Los niños/as ya no juegan a escalar a los árboles, ya no aprenden a caer y levantarse, no saben los diferentes usos de las plantas que no están pegadas en una maceta a la puerta de su casa, ya no contemplan el comportamiento de animales no domésticos en la vida real, no se mojan los pies ni sienten como el agua les arrastra, empujándoles a sumergirse con ella. Este tipo de hostilidad hacia la vida no humana es lo que David Orr (en Freire, 2011), profesor de estudios ambientales, denomina como “biofobia” y suele darse lugar en aquellas personas que han crecido en grandes aglomeraciones urbanas, con exceso en el uso de tecnologías.

La falta de tiempo empleado en la interacción social y con el medio, según Hammermeister y cols (2005) puede ser el causante de la asociación que existe entre el exceso de televisión y personalidades más tímidas, solitarias y depresivas, en comparación con las personas que no ven televisión o lo hacen de un modo más moderado que suelen ser más extrovertidas, sociales y dinámicas.

En muchos casos hay un acuerdo de que nuestros estudiantes tienen una baja exposición a la naturaleza, pero por diferentes razones, la escuela y las familias (y las ciudades) parecen no ser capaces de incrementar este contacto con la naturaleza. En parte, esta baja presencia de la naturaleza en los planes escolares fue lo que me llevó a pensar en intervenciones para incrementarlo.

El proyecto tratará de ofrecer sugerencias para que pueda aumentar la presencia del uso de los espacios naturales en las escuelas, ofreciendo algunas pautas. Se fundamenta en unos principios: La naturaleza se convierte en aula, los niños/as aprenden mediante la experimentación al aire libre, el material con el que trabajamos es obtenido del medio natural, las actividades se adecúan al momento y características naturales del grupo, la opinión del niño/a es tomada en serio.

La intención principal del proyecto es ofrecer un plan para que los escolares de Primaria visiten de forma sistemática entornos naturales que les permitan aprender en esos lugares y sobre esos lugares. Durante todos los cursos de Primaria se podrá visitar en una o dos estaciones, ciertos espacios naturales, aprendiendo a comprender el desarrollo natural, el cambio propio que sufre con el paso del tiempo y las actividades que en ese terreno podemos realizar.

Las primeras intervenciones serán de exploración del medio, buscando despertar el interés de los niños/as. Los años posteriores iremos adecuando progresivamente contenidos de diferentes materias, para promover un tipo de enseñanza basada en la experimentación y el contacto directo de los niños/as con la naturaleza.

Con este programa, aprovecharemos los diferentes climas para observar el tipo de vegetación, fauna, terreno, temperaturas, colores, olores y sonidos que encontramos en cada una de las estaciones y a partir de ahí, promover el aprendizaje desde una metodología interactiva con la naturaleza, basada en la exploración y el contacto directo con ella, promoviendo el desarrollo motor mediante la realización de actividades deportivas adecuadas para este medio.

2. OBJETIVOS

- Explorar los beneficios y posibilidades educativas que nos ofrece el contacto con el medio natural.
- Presentar unas actividades en el entorno natural enfocadas en diferentes áreas educativas con el fin de conocerlo, comprenderlo y sensibilizar sobre su cuidado, dando una respuesta a la necesidad de movimiento en la infancia.
- Comprender las dificultades de incluir en la programación salidas al medio natural.

3. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

Para dar respuesta a los objetivos planteados con anterioridad he de apoyarme en una argumentación teórica, incluida a continuación.

3.1 ¿Por qué es importante el contacto con la naturaleza?

Actualmente, he podido observar que los niños/as en muchas escuelas no disponen de espacio suficiente para moverse libremente y no realizan salidas a espacios naturales, tienen un completo déficit de naturaleza. En algunos de estos colegios los niños/as se encuentran prácticamente hacinados, tienen demasiados colores chillones a su alrededor, ruidos insoportables procedentes de aparatos electrónicos, pantallas, gritos de los propios pequeños y todo esto estresa a los niños/as.

El déficit de naturaleza y de falta de exposición a la luz natural sería uno de los factores más importantes para explicar el aumento en la miopía de muchos de nuestros alumnos/as, ya que la radiación solar estimula la secreción de dopamina, la cual inhibe el crecimiento del ojo durante la infancia, frenando así la aparición y desarrollo de la miopía. Los cambios genéticos no se propagan tan rápido, por lo que hace falta recurrir a un factor ambiental (Saw, 2001).

La experiencia de promover un desarrollo para la infancia en contacto con la naturaleza está amparada en la Convención de los Derechos del Niño (1989). No sólo es imprescindible asegurar a la población infantil una situación de bienestar y una educación de calidad, sino que además es un derecho que se les debe garantizar. El artículo 29 de esta Convención se dice que “la educación del niño deberá estar encaminada a: Inculcar al niño el respeto del medio ambiente natural”. Por otra parte, el artículo 31 sustenta que se reconoce el derecho del niño al descanso y el esparcimiento, al juego y a las actividades recreativas propias de su edad.

Algunos como Rousseau, Steiner y Montessori han promovido siempre que la educación debe estar regida por un modelo escolar con principios metodológicos que se alejan a los

de la escuela tradicional, ya que esta última considera al niño como un ser pasivo que no decide, sino que se dedica a memorizar información sin tener control sobre ella (Pozo Andrés, 2004).

Rousseau publicó “Emilio”, un tratado filosófico sobre la naturaleza del hombre, la motivación del niño/a y el respeto por el ritmo que sigue cada individuo. Destacando el papel protagonista del niño/a en el proceso de enseñanza- aprendizaje, la importancia de despertar su curiosidad por la naturaleza, explorando el ambiente natural por un medio siempre activo. Promoviendo la creación de preguntas, para reflexionar y buscar una solución.

“La naturaleza ofrece una cantidad tan elevada de estímulos que el contacto con ella hace que el niño se encuentre en un espacio abierto, con sensación de libertad, con capacidad de moverse libremente, de observar los procesos que ocurren, y eso es fundamental para el desarrollo de sus habilidades de movimiento pero también un estímulo para sus neuronas, para sus emociones y para su aprendizaje; es una experiencia vital que permite al niño sentir y medirse a sí mismo de forma diferente a como lo hace en la ciudad”, (Díaz, 2014)

Si bien actualmente existen modelos de escuela al aire libre, la inmensa mayoría pertenecen al ámbito de la educación no formal, como, por ejemplo, las granjas escuela. Sin embargo, desde el 2015, puede encontrarse en nuestro país una alternativa perteneciente a la educación formal: la bosquescuela (Bruchner,2017).

El modelo bosquescuela, en España, es un modelo innovador de Educación Infantil al aire libre, en el que la naturaleza es el aula. Sigue el currículo, pero desarrollándose en el bosque, campo o playa. En él, los niños/as aprenden y potencian sus aptitudes intrínsecas para desarrollar aspectos tan importantes como su sentido innato de pertenencia y de respeto a la naturaleza.

Algunas características de este bosquescuela son: La naturaleza es el aula, las actividades se realizan con materiales naturales procedentes de la naturaleza, es decir, materiales desestructurados. Está basada en las bases del juego heurístico, de la pedagoga Elinor Goldschmied, consistente en interactuar a partir de un hecho curioso, de forma natural y libre sobre diferentes materiales para potenciar los aprendizajes donde el alumno es el que hace sus propios hallazgos, formando nuevas estructuras cognitivas, favoreciendo sus habilidades sociales y su comunicación.

La actividad se desarrolla al aire libre todo el año y cumpliendo los objetivos del currículum oficial. La única instalación necesaria es una cabaña de madera, utilizada como refugio si fuera necesario. Poseer recursos naturales educativos ilimitados, como piedras, árboles, hojas, animales, tierra, etc. permite al niño desarrollarse y crecer en armonía con el entorno.

En Castilla y León, más particularmente en la provincia de Palencia, donde me he formado como docente, podemos encontrar una escuela de verano llamada “Bosquescuela Perapertú”. En ella, padres, madres y profesionales de la educación acompañan a los niños/as a pasar las mañanas en Julio y Agosto de lunes a viernes, donde se promueve un marco de seguridad, confianza y respeto para que los pequeños desarrollen su juego y sus intereses con libertad en el medio natural.

El juego libre, es un pilar clave en el trabajo en el medio natural, y más particularmente de las bosquescuela, este permite al niño/a decidir por él mismo, qué quiere hacer y con quién, mientras que el equipo docente les garantiza una seguridad, este juego libre nos permite como maestros/as observar a nuestros/as niños/as y saber en qué nivel madurativo se encuentran, ya que son ellos mismos quienes se marcan sus propios retos y definen el grado de dificultad que quieren superar.

Jugar en un entorno libre de juicios también afecta a los alumnos/as de forma positiva en su autoestima. La meta que queremos alcanzar como docentes es crear las condiciones apropiadas que potencien los efectos positivos del juego respecto al desarrollo afectivo, cognitivo y motriz, estudiados en profundidad.

3.2. Educar en verde

Después de leer a Heike Freire (2011), un referente mundial en la Pedagogía Verde, he de concluir que existe una relación positiva entre el ejercicio o movimiento físico, la salud general, la capacidad de relajación y el desarrollo cognitivo. En los primeros años de nuestra vida, nuestra destreza motriz marca y favorece una elevada autoestima y autoconfianza. Necesitamos ese contacto con la naturaleza porque este, nos permite experimentar, desarrollar la creatividad y la capacidad sensorial, permitiéndonos armonizar nuestro campo electromagnético.

Los seres humanos necesitamos el contacto con el medio, casi tanto como el contacto con los demás seres, ya que formamos parte de esta naturaleza. La hipótesis de la biofilia sugiere que el cerebro de los humanos está programado para relacionarse con otros seres vivos y como resultado de este contacto con las demás especies, animales o vegetales, pueden producirse cambios importantes en su composición, traducida en mejoras en la salud, los conocimientos y el bienestar general de las personas.

Heike Freire pensaba que el papel de las tecnologías debería ser secundario en la educación formal de las escuelas, pues el desarrollo emocional, de las habilidades básicas y la atención individualizada a las necesidades específicas psíquicas y motoras de cada niño/a es mucho más importante que el manejo de este mundo tecnológico. Lejos de ser una opinión con más o menos rigor o acierto, lo importante y real a destacar es que la naturaleza es capaz de ofrecer unos beneficios a un nivel, al cual, la tecnología no puede llegar.

La ya mencionada Pedagogía Verde, se puede definir según Heike Freire como el aprovechamiento que el alumno ha de hacer de la tierra para extraer y beneficiarse de todo su potencial. Supone acercar el entorno natural a las clases, ya que el contacto con la naturaleza ayuda a formar un correcto desarrollo emocional, una buena salud mental y un buen rendimiento académico.

No existe una única fórmula para convertir una pedagogía en verde, sino que cada maestro/a puede incluir este tipo de rasgos que caracterizan a esta pedagogía en sus clases, decidiendo cómo añadir notas naturales a su forma de educar y enseñar a los alumnos/as.

Pese a que considero que el modelo de bosque escuela tiene muchos aspectos interesantes, entiendo que es difícil que se extienda íntegramente con su formato, por lo que me gustaría presentar una alternativa que pudiera ayudar a que la escuela ordinaria aproveche los beneficios educativos, sensoriales y emocionales del contacto con la naturaleza. Acercando así, la naturaleza y el contacto directo con la misma a los más pequeños. Automáticamente me vino a la cabeza un libro que había leído sobre *Outdoor education* llamado “Una forma nueva de aprendizaje significativo” (Reig, 2017), que trata sobre la educación que tiene lugar fuera del aula, en el medio natural. Entre los beneficios de este tipo de educación, destacan los aspectos personales de superación, participación, motivación, creatividad e interés, además de los relativos al aprendizaje de los contenidos didácticos determinados. Todo ello es gracias al aprendizaje a través del descubrimiento y la experiencia, por lo que se le puede considerar una forma de aprendizaje significativo, siendo el papel del docente el de orientador y guía del proceso enseñanza-aprendizaje, de forma que la enseñanza no se produce de forma unidireccional, sino que los alumnos adoptan una posición activa y social.

3.3 El asombro del medio natural

Las experiencias en este tipo de actividades en contacto directo con el medio natural son reales, nacidas desde la perspectiva e iniciativa personal. Los niños/as aprenden a aprender mediante la experimentación directa, cultivan su motivación por el mundo que les rodea. Cada niño/a siente el impulso de querer aprender algo nuevo, de despertar su propia curiosidad. Con esto último me gustaría introducir lo que comprendí al leer “Educar en el asombro” (L’Ecuyer. Para la autora, el asombro es el motor que todo niño/a lleva incorporado, este mismo siempre está presente, también en las personas adultas, si bien en cada momento su origen puede variar y su nivel. La clave está en saber apurar al máximo esas etapas.

En conclusión, este libro clarifica que el niño/a no precisa de más estímulos, excitaciones o enseñanzas que las que él mismo se procura en su desarrollo normal, las que él demanda, no las que nosotros le mostramos. Y esto se aplica a todos los aspectos de la educación y formación del niño/a.

Según L'Ecuyer, G. K. Chesterton pensaba que contar un cuento completo al niño/a de dos años nos deja sin recorrido argumental para cuando cumplan seis años. Si dejamos a los niños/as saturados de información, de estímulos, asfixiamos y nos deshacemos de su asombro, matamos su curiosidad. Niños/as a los que no les parece suficiente lo que se les da porque siempre necesitan más, ansiosos, esperando un cambio de escena frenético y, si esto no ocurre se muestran aburridos, cansados y desengañados antes de tiempo.

El tipo de aprendizaje más beneficioso para el niño/a es el que brota de su interior, para responder a sus intereses, no venir impuesto desde fuera, de ahí la ya explicada importancia del asombro como fuerza motora. Si el niño/a no siente interés por lo que le estamos enseñando, no va a afianzar los conocimientos necesarios. Una parte de esta búsqueda de despertar su curiosidad proviene de parte del profesor/a, que puede crear un ambiente propicio para que el/la niño/a comience a realizarse preguntas y le cree cierta intriga, consiguiendo hacer surgir la chispa que prenda su atención.

L'ecuyer transmite que la naturaleza es una reserva continua e ilimitada para el asombro. Es en la naturaleza donde los niños/as aprenden a observar cada diminuto cambio, cada pequeño rasgo o matiz que ha evolucionado, perfilando su atención, se detienen a mirar como no están acostumbrados, como protagonistas de su aprendizaje. La naturaleza es única en sus ritmos, no es posible retroceder para volver a ver algo, ni echar para delante si no te gusta, puede que alguna vez observes algo que probablemente no vuelvas a ver, por eso mismo, tiene tanta valía.

3.4. Programas de educación en el medio natural en Castilla y León

Actualmente las escuelas pueden recurrir a diferentes recursos para “enverdecer” su pedagogía. A continuación, presento información sobre programas educativos desarrollados por distintas administraciones, entidades, organizaciones. dentro de la comunidad de Castilla y León.

1. Aula del Fuego: La Consejería de Medio Ambiente crea en el año 2003 el Centro para la Defensa contra el Fuego (CDF) en el que se realizan actividades de sensibilización sobre incendios forestales, realizando funciones de formación, educación ambiental e investigación en materia de incendios forestales.

Cuenta con una exposición temática sobre incendios forestales denominada "Aula del Fuego" que sirve de soporte para llevar a cabo las actividades de educación ambiental.

2. Centro Los Molinos: Nace en Segovia con el objetivo de fomentar los temas medioambientales, la divulgación del valor del patrimonio histórico y natural del barrio de San Lorenzo y del valle del río Eresma, a escasos metros del Acueducto.
3. La ciudad Abre sus puertas: Proyecto que engloba los programas del Ayuntamiento de Burgos destinados a escolares y a otros colectivos de Burgos. Recoge 139 propuestas variadas dedicadas a fomentar el conocimiento entre los niños/as y jóvenes, del entorno más cercano.

4. Programas Educativos del Aula de Medio Ambiente Caja de Burgos: Para niños, jóvenes y adultos en las aulas de Burgos, Palencia y Valladolid, de la Obra Social y Cultural de la Caja de Burgos. Se proponen una serie de programas de Educación Ambiental con una cierta continuidad, que ocupan diferentes niveles escolares y apoyan los contenidos aprendidos.

El objetivo fundamental es dinamizar el entorno desde el punto de vista del conocimiento del entorno próximo y sus diferentes realidades ambientales.

5. Programas de Educación Ambiental del Ayuntamiento de León:

Aula de energía: Es un centro de interpretación de las energías renovables, se desarrolla ante la necesidad de dar a conocer la amplitud de soluciones complementarias y alternativas que proporcionan las energías renovables al sistema energético actual.

Centro entorno: Son actividades de Educación ambiental que facilitan el encuentro de la sociedad urbana con el medio que le rodea, tomando como campo de acción el espacio vital del individuo y su entorno natural más cercano.

Coto escolar: Es una escuela de la naturaleza en la que se enseña a los niños/as a respetar y conservar el entorno natural, buscando desarrollar su amor por la naturaleza.

Huertos de ocio en la candamia: Son actividades de ocio en una pequeña parcela de regadío destinadas principalmente para personas de la tercera edad.

6. Programa de Educación ambiental en el Parque Nacional de los Picos de Europa: Actividades de educación en la naturaleza en las comunidades de Asturias y Cantabria y la provincia de León, en un escenario con características excepcionales para el contacto con un medio que posee una enorme riqueza natural.
7. Educación ambiental para centros educativos de Tenada del Monte: Actividades de educación ambiental (itinerarios y ornitología) para centros educativos en la provincia de Segovia. Estas actividades inciden en el conocimiento del entorno más cercano y el efecto que las acciones humanas tienen en el medio ambiente, adaptadas al nivel educativo del grupo.
8. Programa V(E)²N: Programa de visitas didácticas guiadas a espacios naturales y culturales protegidos de Castilla y León, dirigido a escolares de educación primaria y secundaria obligatoria
9. Voluntariado Ambiental en Espacios Naturales de Castilla y León: Campos de trabajo promovidos por la Junta de Castilla y León.

La conservación del Medio Ambiente pasa necesariamente por la sensibilización e implicación directa de los ciudadanos en la toma de decisiones y en la participación en acciones de mejora ambiental. Por ello todos los años se organizan durante la primavera, el verano y el otoño estos campos de voluntariado. Se organizan turnos y participan en las labores vinculadas a la conservación, gestión y disfrute de la naturaleza, dirigidos por un grupo de expertos de cada parque natural.

10. C.R.I.E:

En primer lugar, un CRIE es un Centro Rural de Innovación Educativa, lo que significa que es un colegio (Centro) al que acuden los alumnos y alumnas de los pueblos cercanos o ciudades próximas a realizar actividades educativas interesantes de tipo práctico, experimental y novedoso y, también, vienen a relacionarse con más chicos y chicas para afianzar sus relaciones sociales.

El aprendizaje se afianza observando, manipulando, haciendo; todo ello a través de métodos participativos, creativos y lúdicos que despiertan el interés del alumnado hacia los nuevos aprendizajes.

3.5 Problema que presenta el contacto con el medio natural en la escuela

Para dar respuesta a cómo aplicar con coherencia las Actividades Físicas en el Medio Natural hay que detenerse en analizar y comprender cuáles son las dificultades y obstáculos que la escuela como institución lleva intrínseca para desarrollar con cierta calidad y sentido actividades en la naturaleza, que afectan no sólo a su infraestructura y ausencia de entornos naturales, sino también a la propia cultura del profesorado, a la rutinización de las tareas escolares, etc. (Santos, 2002).

La consideración de las actividades físicas en el medio natural en el programa escolar pasa por una lucha continuada entre lo que es posible hacer y lo que es conveniente realizar. Todos admitimos los aspectos positivos educativos del medio natural y de la actividad física, pero pocos nos embarcamos en pasar a la práctica desde un contexto educativo formal. Es posible que una de las causas sea el miedo a no saber guiar una clase en este tipo de entorno, siguiendo las normas de la escuela, con cierta calidad y sentido educativo. Otra posible causa de esta falta de contacto con la naturaleza puede ser el riesgo, el peligro al que se pueden exponer los niños/as y la responsabilidad grande por parte del colegio.

En ocasiones estos riesgos son reales. El martes, 29 de mayo, leí una fatal noticia en el periódico “El País”, dos alumnos, de diferentes colegios, habían fallecido en excursiones en Cádiz y Córdoba. Este tipo de accidentes son poco comunes, pero cuando suceden produce una angustia en la sociedad y más particularmente, en el personal docente, que

hace que ambos se cierren, por completo, a promover este tipo de actividades al aire libre, evitando así posibles complicaciones, pero también ignorando las necesidades que el niño/a tiene de relacionarse con este medio.

Para solventar estos posibles temores, en la parte de presentación del proyecto, se desarrollará un modelo de secuenciación de actividades relacionadas con diferentes áreas del currículum, las cuales son, ciencias sociales, ciencias naturales y educación física en el medio natural que intentarán despertar en el docente la visión de una necesidad de contacto con el entorno natural.

3.6 Rasgos básicos, a tener en cuenta para realizar el proyecto, del desarrollo motor de los niños/as en Primaria

A continuación voy a presentar una serie de rasgos psicomotrices ayudándome de Flavell (1998), en su libro “La psicología evolutiva de Jean Piaget.”

Al principio de la etapa de Educación Primaria, entre los 6 y los 8 años, las características fundamentales serán las siguientes: Adquisición del conocimiento de su esquema corporal, de los diferentes segmentos corporales y sus capacidades de movimiento. Afirmación de la lateralidad y de la coordinación, desarrollando su precisión óculo-manual. Organización del espacio (el cuerpo se convierte en punto de apoyo de la organización de sus relaciones espaciales con el mundo). Comienza a dominar las nociones de orientación, situación y tamaño, que están situadas en las bases de todos los aprendizajes escolares. Organización de su tiempo, integrando la noción de duración, de sucesión y simultaneidad en su actividad diaria. Formación de su propia imagen corporal a través de su interacción con el mundo, por lo que en estos dos primeros años de contacto con la naturaleza en Primaria serán de exploración y experimentación en el medio.

Alrededor de los 9 años, los niños/as alcanzarán su maduración nerviosa, consiguiendo que sus movimientos se hagan más armónicos, precisos y seguros. El desarrollo cardiovascular se encuentra en plena evolución, y el niño/a de estas edades alcanza un grado de equilibrio que le permite estructurar el espacio y el tiempo y llegar a hacer factible los lanzamientos con precisión, los saltos con soltura, el control motor grueso y la resistencia cuando realizan esfuerzos de larga duración. Por eso, creo conveniente en

este momento de desarrollo, se cree un contacto con la naturaleza que no se base únicamente en experimentar en ella, sino en adaptarnos al medio, aprendiendo a desenvolvernó con soltura en él.

En la etapa final de Primaria, entorno a los 11-12 años, manifestarán la consolidación del desarrollo motor alcanzado, es decir, el dominio de las diferentes habilidades motrices y destrezas específicas trabajadas, por lo que la fase de exploración y de adaptación ya se han arraigado en el niño/a por lo que se despierta en él un interés, que hace que comience a indagar e investigar en el medio todas las posibilidades cognitivas y motrices que le permite.

5. PRESENTACIÓN DE LA PROPUESTA

El aspecto más operativo de todo este TFG es elaborar una guía de salidas al medio natural que pueda utilizarse para planificar excursiones en los diferentes cursos de Primaria. Esta guía deberá, lógicamente, adaptarse al desarrollo de los escolares y a los contextos específicos donde se quisiera llevar a cabo.

Ha de entenderse como una orientación para pensar en cómo aprovechar las oportunidades educativas que hemos visto que el contacto con la naturaleza puede ofrecer a los escolares de Primaria, al mismo tiempo que tratar de evitar las principales reticencias que, en la actualidad, llevan a los centros escolares a excluir la naturaleza de su oferta educativa.

5.1. Aspectos a tener en cuenta en la propuesta

5.1.1. Objetivos de la propuesta

- Plantear una oferta de actividades en el medio natural asumible por parte de los centros educativos.
- Estructurar las excursiones en momentos educativos.
- Secuenciar de forma progresiva, de menor a mayor complejidad, las actividades para Primaria.
- Hacer florecer el interés de los niños/as en estas salidas, para que busquen un contacto con el medio natural fuera del horario escolar.
- Despertar en los centros educativos una confianza que promueva este tipo de actividades.
- Obtener un aprendizaje significativo mediante la experimentación y el contacto directo con el medio.

5.1.2. Vinculación de las diferentes áreas con el medio natural

El diseño del currículum del área de Educación Física ha incorporado las actividades físicas en el medio natural con el objetivo de utilizar como medio educativo este entorno, para su mejor conocimiento, acercándolo a los alumnos/as y promoviendo el respeto de manera intrínseca.

Este nuevo marco didáctico ha contribuido a mejorar la sociabilidad entre el alumnado y el feedback alumno-profesor, a través del trabajo grupal, la colaboración y el respeto; a favorecer la interdisciplinariedad, a través de actividades comunes con las demás áreas, entre ellas, las que voy a incluir Ciencias Sociales y Ciencias Naturales; a aumentar las experiencias personales y aprendizajes significativos, creando nuevos hábitos de conducta y conocimientos; a desarrollar este aprendizaje significativo a través del contacto directo y la experimentación; a descubrir nuevas motivaciones, tales como atracción por la aventura, evasión, ocupación del ocio y tiempo libre, etc.

Pero no sólo se va a producir una capacitación para la adaptación al medio y una mejora de las cualidades físicas básicas, sino que también van a producirse unas mejoras en la ampliación de los conocimientos sobre el lugar en el que estamos y las características del mismo aprovechando contenidos de Ciencias Sociales y Ciencias Naturales para explicar. Cuanto más afianzado sea el dominio de la técnica y de los conocimientos, existirá un mayor contacto con los elementos naturales.

Lo que intento con esta secuenciación de actividades es que el niño/a se acostumbre a convivir, evolucionar y progresar en un medio que no le es habitual, esto promoverá la mejora de las cualidades físicas y motoras, ya que la integración con el medio tan sólo es posible a través de acciones de adaptación, basadas en actividades de contacto físico con el medio que le rodea.

La Educación Física contribuye a un mayor conocimiento y profundización de los aspectos de la práctica de actividades físicas en el medio natural, para permitir mayores posibilidades seguridad en la implicación del individuo con este medio.

Este tipo de actividades en el medio son necesarias y motivantes para el alumnado ya que:

- Son actividades que se realizan en un marco diferente, este marco potencia la comunicación y la relación interpersonal, también permite al alumnado un mayor grado de libertad sensorial y corporal.
- Todas las actividades ofrecen seguridad y pueden ser realizadas por todos los niños/as que quieran sin sentirse obligados ni discriminados.
- Las actividades pueden ser programadas por el profesor/a con ayuda de ideas propuestas por el alumnado, aprovechando sus intereses como método de enseñanza-aprendizaje.

Las actividades se suelen llevar a cabo en un medio Natural Puro, pero también pueden realizarse en un medio Natural Artificial.

5.1.3. Relación con el currículum oficial de educación de Castilla y León

La información expuesta a continuación ha sido recogida del DECRETO 26/2016, de 21 de julio, por el que se establece el currículo y se regula la implantación, evaluación y desarrollo de la Educación Primaria en la Comunidad de Castilla y León.

Dentro del área de Ciencias de la Naturaleza, en el bloque sobre los seres vivos, se habla de la importancia de la vinculación del ser humano con el medio natural y las actitudes que favorecen la sostenibilidad del medio ambiente, acercando al alumnado al conocimiento y valoración del patrimonio natural de Castilla y León.

Las Ciencias de la Naturaleza nos ayudan a conocer el mundo en que vivimos, a comprender nuestro entorno, a entender la interacción de las personas con el medio natural, a reconocer las aportaciones de los avances. La Ciencia es un instrumento indispensable para comprender el mundo que nos rodea y sus cambios, así como para desarrollar actitudes responsables sobre aspectos relacionados con los seres vivos, los recursos y el medioambiente.

Hay que destacar el carácter experiencial de las Ciencias de la Naturaleza, que permiten a los alumnos y alumnas iniciarse en el desarrollo de las principales estrategias del método científico, tales como la capacidad de formular preguntas, identificar el problema, formular hipótesis de resolución, planificar y realizar procesos, observar, recolectar datos y organizar la información relevante, sistematizar y analizar los resultados, sacar

conclusiones y comunicarlas, trabajando de forma cooperativa y haciendo uso de forma adecuada de los materiales y herramientas disponibles.

El proceso de enseñanza-aprendizaje de las Ciencias de la Naturaleza debe basarse en actividades participativas que requieran la reflexión e interacción, de manera individual o colectiva, entre los planteamientos teóricos y la práctica, mediante el contacto directo con la naturaleza, planteando hipótesis, resolviéndolas mediante la experimentación y la búsqueda de información.

Dentro del área de Ciencias Sociales, al comienzo de primaria, se trata el contenido del medio natural explicando los elementos que forman el medio natural, identificando las consecuencias de la acción humana sobre el paisaje natural, reconociendo las semejanzas y diferencias entre paisaje natural y humanizado. Los alumnos, en cursos posteriores, aprenden también, a identificar los elementos y recursos fundamentales del medio natural, su importancia en la naturaleza y la relación con la vida de las personas.

Dentro del área de la Educación Física se habla de la realización de 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 sus posibilidades, aprendiendo así a valorar, conocer y respetar el medio natural. Manifestando este respeto en los juegos y actividades al aire libre, identificando y realizando acciones concretas dirigidas a su preservación. Destaca la importancia de la realización de actividades fuera del recinto escolar, aprendiendo a entender y proteger el espacio natural, realizando alguna acción concreta para su preservación. Todo ello incluido dentro del bloque 2 (conocimiento corporal), bloque 3 (habilidades motrices) y bloque 4 (juegos y actividades deportivas).

A continuación, voy a presentar algunos contenidos didácticos del currículum oficial de Castilla y León que pueden guiar la temática de las salidas escolares al medio natural.

1. Contenidos ciencias naturales según el currículum:
 - Conocimiento de sí mismo y de los demás. La identidad y la autonomía personal.
 - La relación con los demás. La toma de decisiones: criterios y consecuencias. La resolución pacífica de conflictos. Estrategias de relación social. Ocio saludable.
 - Medio natural. Seres vivos, materia inerte. Diferenciación.

- Organización interna de los seres vivos. Estructura de los seres vivos: células, tejidos: tipos; órganos; aparatos y sistemas: principales características y funciones. (Nutrición, relación y reproducción de animales y plantas).
- Los seres vivos: Características, clasificación y tipos. Los reinos de los seres vivos.
- Los animales vertebrados características y clasificación: aves, mamíferos, reptiles, peces, anfibios.
- Los animales invertebrados, características y clasificación: artrópodos, moluscos, gusanos, poríferos, celentéreos y equinodermos.
- Las plantas: Características, reconocimiento y clasificación. La estructura y fisiología de las plantas. La fotosíntesis y su importancia para la vida en la Tierra.
- Las relaciones entre los seres vivos. Cadenas alimentarias. Especies, poblaciones, comunidades y ecosistemas. Especies invasoras y especies protegidas
- Características, componentes y relaciones entre los componentes de un ecosistema. Ecosistemas: pradera, charca, bosque, litoral y ciudad y los seres vivos.
- Hábitos de respeto y cuidado hacia los seres vivos. La conservación del medio ambiente. Factores de contaminación y regeneración. Figuras de protección.

2. Contenidos ciencias sociales según el currículum:

- Orientación y localización. Los puntos cardinales. Coordenadas geográficas: Latitud y longitud. La brújula y los sistemas de posicionamiento global (GPS). Planificación de itinerarios. Google Maps.
- El clima y factores climáticos. Elementos meteorológicos y factores geográficos. Las grandes zonas climáticas del planeta. Los tipos de climas de España y de Castilla y León: características básicas y sus zonas de influencia.
- La hidrosfera. Distribución de las aguas en el planeta. Aguas subterráneas y superficiales. Vertientes hidrográficas peninsulares y principales ríos. Cuencas hidrográficas peninsulares. La cuenca hidrográfica del Duero. El ciclo del agua.
- La Litosfera. Rocas y minerales. Tipos de rocas: características, identificación,

propiedades, usos y utilidades.

- Formas de relieve y accidentes geográficos. Principales unidades del relieve de España y de Castilla y León.
- La diversidad geográfica de Europa: relieve, climas, e hidrografía.
- El paisaje: elementos que lo forman. Tipos de paisajes. Características de los principales paisajes de Castilla y León, España y Europa.
- La intervención humana en el medio natural. El desarrollo sostenible. Consumo responsable: reducción, reutilización y reciclaje. Ahorro energético. El uso del agua y su ahorro.
- Los problemas de la contaminación. El cambio climático: causas y consecuencias.
- Catástrofes naturales: volcanes, terremotos e inundaciones.
- Nuestro Patrimonio artístico, histórico y cultural. Cuidado y conservación del Patrimonio: museos, sitios y monumentos.
- La intervención humana en el medio natural. El desarrollo sostenible. Consumo responsable: reducción, reutilización y reciclaje. Ahorro energético. El uso del agua y su ahorro.
- Los problemas de la contaminación. El cambio climático: causas y consecuencias.

3. Contenidos Educación Física según el currículum:

- Estrategias para la resolución de conflictos: utilización de normas de convivencia, conocimiento y respeto de las normas y reglas de juego y valoración del respeto a los demás, evitando estereotipos y prejuicios racistas.
- El esquema corporal y su estructuración. Toma de conciencia, interiorización y representación de las posibilidades y limitaciones motrices de las partes del cuerpo. Valoración de la propia realidad corporal, respetando la propia y la de los demás.
- Toma de conciencia e interiorización de las sensaciones corporales y discriminación e identificación de las sensaciones asociadas al movimiento.
- Direccionalidad del espacio: dominio de los cambios de orientación y de las posiciones relativas derivadas de los desplazamientos propios o ajenos.

Orientación en el espacio.

- Toma de conciencia de la capacidad de control voluntario del tono muscular y de la respiración; experimentación y dominio de la relajación global del cuerpo y de los grandes segmentos, asociada a la respiración. Control de la respiración. Tipos de respiración.
- Control motor y corporal previo, durante y posterior a la ejecución de las acciones motrices.
- Formas y posibilidades de movimiento: desplazamientos, saltos, giros, lanzamientos y recepciones. Iniciación, desarrollo, consolidación y perfeccionamiento de los patrones fundamentales y de las habilidades motrices básicas.
- Adaptación de la ejecución de habilidades motrices a situaciones de complejidad creciente, con eficiencia y creatividad.
- Adaptación a situaciones motrices de complejidad creciente que impliquen cambios o alteraciones en la base de sustentación y el centro de gravedad corporales, en posiciones estáticas y/ o en movimiento.

5.1.4. Metodología utilizada como guía de la propuesta

La metodología que sigue este proyecto va a tener un tratamiento global propio de la etapa Primaria. Se busca conseguir que los alumnos/as exploren, descubran y confíen en sus propias posibilidades de movimiento. Durante las actividades, esta metodología, seguirá los principios de la complementariedad entre parte teórica audiovisual, espacios de participación activa con fases de debate con reflexión y la realización de unas actividades prácticas realizadas directamente en el entorno natural.

Justifico esta necesidad del contacto con el entorno natural apoyándome en Piaget (1997). Este, crea una propuesta de desarrollo basada en un modelo biológico de adaptación. Habla sobre la necesidad de todos los organismos por interactuar con el medio, adaptándose a él y manteniendo un equilibrio. La adaptación al medio se crea mediante un doble proceso simultáneo de asimilación y acomodación. La información se integra en

los esquemas de conocimiento previos que ya ha construido el niño/a y, a la vez, estos

esquemas se desarrollan, se modifican, experimentan un proceso de acomodación o reajuste.

El innatismo no existe según Piaget, por eso el organismo, y en este caso los niños/as, construyen sus conocimientos a partir de la interacción con el medio. El niño/a que intenta conocer la realidad no la copia, sino que selecciona información, la interpreta, la organiza.

Las actividades que voy a plantear buscan crear un aprendizaje significativo en el/la niño/a, denominado así por el psicólogo y pedagogo David Ausubel (1983).

Este aprendizaje significativo consiste en poner énfasis en la enseñanza creada a partir de los conocimientos que el alumnado ya tiene. Es decir, nuestro trabajo comienza por saber qué conocimientos tiene el alumno/a, para así conocer su lógica, nivel y modo de pensar, para poder actuar y enseñar adecuándonos a cada grupo de niños/as. Ayudando así al alumnado a aumentar y perfeccionar el conocimiento que ya tiene, en vez de imponer un temario para que sea memorizado, ya que el conocimiento verdadero nace, según Ausubel, cuando los contenidos nuevos, tienen un significado a la luz de los conocimientos que ya se tienen.

Seguimos en este proceso “la teoría de la asimilación” permitiendo entender el aprendizaje significativo gracias a la complementación de los nuevos conocimientos a unos antiguos. Esta asimilación ocurre cuando la nueva información se integra en la estructura cognitiva general, produciéndose una continuidad y progresión de la información adquirida, sirviendo la última como expansión de la primera.

La teoría del aprendizaje significativo y de la asimilación son teorías vinculadas al aprendizaje activo basado en la experimentación por parte de los propios niños/as y desvinculado del aprendizaje memorístico. El cual consiste en acumular en la memoria contenidos sin unir estos a los viejos conocimientos por medio de la significación, por lo que la información es más volátil y fácil de olvidar.

Pero lo que busco con este proyecto es permitir un aprendizaje para los niños/as a largo

plazo. Desarrollando su memoria a largo plazo, que está basada en la memoria que captura

sensaciones, emociones y experiencias, haciendo cada una de ellas particular y única para el niño/a y la mejor forma de conseguir estas experiencias es mediante el contacto directo con el medio natural.

Es por ello que he propuesto este tipo de metodología que no se basa en rutinas que captan nuestra atención en el corto plazo, aunque también ayude, sino que trata de que el alumno/a experimente una vivencia diferente y natural, dentro del método de trabajo escolar, donde este/a, debe ir descubriendo sobre la marcha cómo resolver cada problema planteado. Este método hace mucho uso de los ejercicios prácticos, que al final son los que más captan la atención de los niño/as y les hace partícipes en su aprendizaje, aportando experiencias nuevas, las cuales son por naturaleza más fáciles de asimilar y recordar.

En definitiva, esta propuesta sigue principios metodológicos, entre los que se destacan la globalización, el aprendizaje significativo, el juego y la actividad, la observación y experimentación, añadiendo también, la participación de las familias como elementos fundamentales. El protagonismo del niño/a estará en la base de toda la metodología. El respeto por sus ideas previas, su imaginación y creatividad, sus ritmos y motivaciones como ser único e irrepetible. El docente actuará como orientador y facilitador, acompañando, motivando y dando seguridad al alumno/a para que aprenda a actuar de forma cada vez más autónoma. La metodología empleada será muy activa y lúdica, se promueve una rica variedad de experiencias vivenciales y sensoriales. Para favorecer el desarrollo del niño/a, las actividades girarán, en parte, en torno al juego y se concederá tiempo a la actividad libre y espontánea, pues el beneficio proviene más veces del hecho de permanecer en el entorno natural que de la propia actividad, como decía Calvo-Muñoz (2014).

Se buscará la colaboración y el trabajo cooperativo, conviviendo en un clima de afecto positivo entre el alumnado, las familias y el personal de la escuela. Todas las personas implicadas mostrarán una actitud de respeto hacia el medio natural y han de

comprometerse con su cuidado a través de pequeñas acciones que estén a su alcance.

5.1.5. Formación del profesorado/adultos que lleven a cabo el proyecto

Para llevar a cabo este tipo de salidas al medio natural debemos contar con al menos algún adulto que posea estas características:

- Trabaje el área de Educación Física, ya que el grueso de la salida es la actividad motriz y las actividades deben ser guiadas por un profesional de esta área específica.
- Especialista de la habilidad específica que se va a trabajar en esa salida.
- Conocimientos sobre la geografía, historia y naturaleza del entorno en el que realizamos la tarea. Pudiendo aportar así datos relevantes para el desarrollo de las actividades.
- Competencia en primeros auxilios y curas. Podemos contar con la ayuda de algún padre o madre que sea un especialista del ámbito sanitario para que nos acompañe a esta salida.

5.2. Momentos del proyecto

Para lograr poner en práctica esta guía, hemos de establecer un orden mediante la organización de tres momentos: Momento previo, momento excursión, momento final. Dentro de cada uno de ellos encontramos unas fases explicativas. Gracias a fases se pueden abordar las diferentes posibilidades educativas del entorno.

5.2.1. Momento previo

Fase de gestión y revisión de normativa

Antes de realizar la preparación de la salida, necesitamos consultar la normativa actual vigente respecto a las posibilidades de llevar a cabo esas salidas al medio natural. También debemos informarnos sobre la política del colegio respecto a estas actividades fuera del recinto escolar. Para ello, hemos de consultar el Proyecto Educativo del Centro

(PEC) que ha sido elaborado por la Comunidad Educativa y aprobado por el Consejo Escolar, pudiendo observar así la viabilidad de este programa.

Fase de inspiración

Esta primera fase no es necesaria realizarla, pero si es recomendable. La idea de llevar a cabo esta fase surgió con la lectura de la experiencia bosquescuela (Bruchner, 2017), el autor afirmaba que inspiraba sus clases en los impulsos que provenían de un lugar, de sus animales, plantas, formas del terreno, rocas, etc.

Durante esta fase, los adultos que vayan a acudir a la excursión visitarán el lugar de la actividad, para poder observar las posibilidades que ofrece el terreno días antes de la preparación, en el que se va a trabajar.

Se desplazarán por el espacio observando si el lugar es propicio para el tipo de actividades que ya hay planteadas o si, en cambio, el terreno permite realizar otra actividad diferente que también sea adecuada.

Fase de preparación

- En la reunión con el equipo docente del colegio.

Se dará respuesta a las siguientes preguntas:

¿Por qué creemos que es necesario realizar esta actividad?, ¿qué queremos conseguir?, ¿qué queremos transmitir?, ¿qué áreas están implicadas?, ¿cómo lo vamos a hacer?, ¿qué vamos a necesitar?, ¿cuándo vamos a llevar a cabo la salida al medio natural?, ¿cuánto tiempo necesitaremos para su desarrollo?, ¿cómo lo vamos a difundir?, ¿cuánto nos va a costar?

Habrà una reunión de profesores/as, con el equipo directivo del centro, en el que se presentará la propuesta de intervención en el medio natural del curso o cursos que vayan a realizar la salida. Argumentando la necesidad de esta salida si fuera necesario con la fundamentación teórica aportada. En esa reunión se intentará dar respuesta a todas las preguntas que surgen por de la programación de esta actividad.

Se tratará un plan de seguridad para intentar disipar los miedos surgidos por parte de padres, madres y profesorado, donde se abordará el análisis de los riesgos, las medidas preventivas y el plan de actuación en cada caso.

Una vez organizado el proyecto se concretará una reunión con los padres y madres para exponerles lo siguiente.

- En la reunión con los padres y madres del alumnado.

Se comenzará explicando en qué consiste la actividad y los beneficios de la misma, después pasaremos a explicar qué tenemos en cuenta para realizar esta actividad.

1. La seguridad del alumnado. Los niños/as deben llevar un distintivo siempre en el que ponga sus datos personales (nombre, apellidos, dirección) y el teléfono de la escuela. En cada excursión habrá un número adecuado de profesores por alumnos/as, ahí se ofrecerá la posibilidad de participación de algún padre o madre. La educación debe ser entendida como un trabajo compartido entre el equipo educativo y las familias. Se considera, por ello, primordial una comunicación fluida, entre ambos, y de confianza mutua. Deberá haber una persona adulta mínimo por cada 10 niños/as.
2. La seguridad del lugar. El lugar debe cumplir unos requisitos mínimos de seguridad. El terreno ha de contar con tratamientos selvícolas preventivos contra incendios. En caso de colindar con fuentes de peligro (carreteras, estanques, vías, ganado bravo, etc.), debe estar correctamente señalizado y/o vallado para delimitar estos peligros de forma eficaz. Un lugar óptimo para la realización de la actividad sería un bosque con riesgo de incendio bajo o nulo (por ejemplo un bosque caducifolio o una llanura), zona amplia con tratamientos silvícolas preventivos y sistema de contra incendios próximo.
3. El destino. Necesitamos que el sitio donde se realice la excursión sea un lugar adecuado. Lo primero que hemos de tener en cuenta es la edad de los alumnos/as y por ello, hemos elegido un destino que conecta con sus gustos, pero, sobre todo,

con su momento evolutivo. La distancia irá variando con los años, los trayectos comenzarán siendo breves en los cursos más pequeños y irán creciendo acorde con la madurez de cada grupo.

4. Los recursos naturales. Los mínimos que ha de tener el terreno son árboles que produzcan sombra y a la vez permitan una buena visibilidad para poder prestar atención a los niños/as en todo momento. El entorno óptimo dispondría de agua, una fuente natural o arroyo, con una alta diversidad de especies y morfología del terreno para poder trabajar mediante el uso u observación directa de las plantas, animales, piedras, rocas, etc.

5. Material necesario. Deberá quedar claro, en primer lugar, el tipo de alimentación más recomendada para la actividad y la necesidad de una cantidad importante de agua para mantener la hidratación. Se señalará la importancia de llevar una ropa adecuada para las características del lugar y el clima del momento.

Posteriormente pasaremos a comunicar a los niños/as el tipo de salida que se va a realizar, qué contenidos didácticos vamos a tratar y por qué.

- Reunión con el alumnado.

En clase, antes de realizar la salida, se buscará información sobre el lugar o la actividad que, en él, vamos a desarrollar. Aprendiendo algunas pequeñas características particulares de la zona, como puede ser la fauna, vegetación, clima, lugar geográfico, etc. Pero sin demandar la búsqueda de una excesiva información, ya que destacamos la necesidad de educar en el asombro (L'Ecuyer, 2013). Pero siempre está bien llevar una base de conocimientos, para que, a partir de ellos, puedan trabajar modelándolos, transformándolos y ampliando los mismos.

5.2.2. Momento excursión

Fase de ubicación

Durante el camino o a la llegada al lugar donde realizaremos la actividad, hablaremos sobre la zona geográfica en la que se encuentra el medio que vamos a explorar y con la

que vamos a entrar en contacto. Explicamos e interactuamos con los alumnos para averiguar y ampliar los conocimientos sobre ese lugar, especialmente sobre la orografía, hidrografía y clima de la zona, que tiene ese grupo.

Estos espacios naturales que visitaremos están en algún rincón de la Comunidad de Castilla y León, en la submeseta septentrional de la Península Ibérica, al suroeste del continente europeo, que posee estas características geográficas generales, las cuales serán adaptadas a cada curso.

Es un espacio geográfico que posee un tamaño que la convierte en la región más grande de la Unión Europea. Su suelo se caracteriza por suaves llanuras, campiñas y páramos en el centro, y está rodeado de un cinturón montañoso. Este cordón montañoso se encadena empezando por el borde septentrional, oriental y meridional. Las montañas de Sanabria y Bierzo, la Cordillera Cantábrica y la Cordillera Central bordean prácticamente la Cuenca del Duero y su Meseta. Esta singular geografía configura numerosos ecosistemas, creando un mundo de contrastes donde coinciden variados ambientes geológicos, orográficos y climáticos, que aprovecharemos para introducir y explicar durante la salida a este lugar natural.

Castilla y León está formada por nueve provincias, Burgos, Soria, Segovia, Salamanca, Ávila, Palencia, Valladolid, Zamora y León. Cabe destacar que hablaremos y trabajaremos los límites geográficos del lugar con los cursos superiores (normalmente 5º y 6º). Al sur limita con Castilla-La Mancha, Madrid y Extremadura, al norte con Asturias, Cantabria, País Vasco y La Rioja, al este con Aragón y al oeste con Portugal y Galicia, es decir, limita con nueve Comunidades Autónomas españolas.

Fase de exploración

Los niños/as aprenden explorando el ambiente, este contacto debe producirse en lugares seguros. La exploración es uno de los primeros y más importantes pasos para que el niño/a aprenda a conocerse a él mismo y al entorno que le rodea. Por eso, los niños/as observan e interactúan con el medio cuando llegan al lugar, fascinados por cada minúsculo detalle, de ahí nace su aprendizaje mediante el asombro como mencionaba L'Ecuyer.

Explorar, ayuda a los niños/as a crecer en diversas formas. Entre otras, desarrollan su

inteligencia, el interés del niño/a por conocer más, motiva sus sentidos y le ayuda a comprender su entorno, inventando diversas formas de manejar objetos, haciéndose preguntas y aprendiendo a solventar los obstáculos que se le presentan. También crecen de forma emocional y social, sabiendo respetar los espacios y desarrollando la necesidad de conocerse como individuo y como grupo. Se produce, asimismo, un desarrollo físico, ya que los niños/as deben moverse para aprender sobre su entorno, desarrollando su coordinación óculo-manual, entre otras.

Una parte importante de esta experimentación es el juego libre, en el que el niño/a decide cómo, qué y con quién jugar, estableciendo sus propias reglas, eligiendo los materiales y decidiendo el final del juego sin necesitar la intervención de un adulto.

Los niños y niñas utilizan el juego libre y espontáneo para asimilar todo aquello que les rodea, depositan sobre él las experiencias que ellos mismos han vivido, a través de él son capaces de expresar cómo se sienten o cómo se han sentido con diferentes situaciones, experimentan, crean, imitan, repiten el comportamiento de los adultos, cambian de rol para entender el comportamiento de unos y otros y por eso es interesante observar su comportamiento durante el juego, para ayudarnos a comprender mejor a nuestros/as niños/as. Finalmente, este tipo de juego es una estrategia que los/as niños/as utilizan para conocer el mundo.

El juego supone una actividad y un estado que sólo el propio niño/a que está implicado puede definir. Es decir, el juego, es la manera de interactuar con la realidad social que viene determinada por los factores internos de cada persona y su situación personal y se adapta al medio físico en el que se encuentran. Por tanto, la motivación intrínseca del niño/a, adolescente o adulto en cuestión supone una de las características fundamentales del juego.

El juego debe ser placentero, divertido. Desde los planteamientos freudianos se defiende que los símbolos que se expresan en el juego poseen una función similar a la que tienen los sueños de los adultos en relación con los deseos inconscientes. Este carácter gratificador, placentero y de satisfacción de deseos en el juego también es admitido por Piaget y Vygotsky. Que consideraban que el deseo de saber y de dominar los objetos de la realidad que les rodea es lo que impulsa al juego de representación.

En la vida diaria la mayor parte de actividades que se llevan a cabo son un medio para lograr una meta determinada, mientras que el juego supone un fin en sí mismo: la acción lúdica produce satisfacción al ejecutarla por parte del niño/a.

Fase de conocimientos naturales

Cuando lleguemos al lugar donde realizaremos la actividad, hablaremos sobre la zona natural que vamos a explorar o estamos explorando en ese momento. Se realizarán preguntas acerca de la vegetación que están observando y sobre el tipo de fauna que creen que habita en ese lugar. Trabajaremos a partir de los aprendizajes que ya tienen los niños/as sobre el lugar que están visitando, intentando enriquecerlo y ampliarlo ayudados de la observación y contacto directo con este medio.

Comentaremos el tipo de vegetación. Comenzaremos con los árboles, pudiendo clasificarlos según su forma, velocidad de crecimiento, longevidad, fruto, ornamento, tipo de hoja. Seguiremos con los arbustos, pudiendo clasificarlos según si tienen o no fruto, a estos últimos les clasificaremos también según el tipo de hoja.

Cabe destacar al principio o final de esta fase de conocimientos naturales, la importancia de la vegetación como ser vivo, ya que seguirá un ciclo hasta llegar a su madurez y morirá. Durante su vida se expondrá a diversos factores agresivos procedentes de la mano del hombre y en nuestra piel está enseñar la importancia del cuidado de esta flora, ya que esta nos proporciona oxígeno y vida.

Pasaremos entonces a la fauna de Castilla y León, que también cuenta con gran diversidad. Podemos clasificar la fauna según su naturaleza en salvajes, domesticados o en proceso de domesticación, según si son vertebrados o invertebrados con sus respectivos subapartados, según el tipo de alimentación en carnívoros, herbívoros u omnívoros y según su reproducción, en vivíparos, ovíparos y ovovivíparos.

En este momento explicaremos y mantendremos también una charla sobre el respeto hacia los animales, educando en la empatía hacia estos promoviendo la tolerancia y desarrollando su sensibilidad para con los animales con los que convivimos.

Si durante nuestra salida encontramos algún tipo de seta, procederemos a explicar los

hongos. Las setas no son más que la fructificación de un hongo y los hongos son el puente entre el reino vegetal y el animal. Hay que tener presente que todas las setas son hongos, pero que no todos los hongos son setas.

Explicaremos la diferencia con las plantas, ya que los hongos no poseen clorofila y están formados por celulosa y quitina. La quitina no es un material de las plantas verdes, sino un elemento perteneciente al reino animal, concretamente se encuentra en el caparazón de los insectos. Esta característica y su forma de alimentarse, aprovechando desechos orgánicos, ha llevado a situarlos en un campo aparte, que no es ni vegetal, ni animal, se encuentra entre ambos.

Fase de actividad motriz

CICLO	NIVEL	EDAD	FASE
1º	1º y 2º primaria	6 a 8 años	Exploración
2º	3º y 4º primaria	8 a 10 años	Adaptación
3º	5º y 6º primaria	10 a 12 años	Indagación

1° de Primaria	<p>Para 1° de Primaria Las actividades las vamos a desarrollar en diferentes meses del año. A principio de curso, en septiembre si el tiempo lo permite, se preparará una marcha inicial hasta algún parque natural cercano al colegio, para comenzar a interactuar, ver lo que nos ofrece el medio y jugar con él. Después aparcaremos el tema hasta abril, que realizaremos otra salida, que es cuando comienza la temporada de primavera y comienzan las flores a dar los frutos.</p> <p>Esta estructuración la hemos decidido llevar así porque son las mejores temporadas para trabajar al aire libre sin que los alumnos/as y padres estén a disgusto por el tiempo. Recordamos que son edades poco avanzadas y queremos que se familiaricen con la naturaleza, creando un vínculo desde pequeños.</p>
----------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

2° de Primaria

En 2° de Primaria se va a tratar el tema del senderismo y la espeleología. Creo que es el elemento perfecto para conectar las actividades iniciales con las siguientes que vamos a plantear. Nos acercamos a la naturaleza puramente libre, para conocer nuevos lugares y también, para realizar deporte en medio natural.

El fin que queremos conseguir introduciendo el senderismo en estas edades es que cambien de la vista fijada en el suelo y en lo que tienen a sus pies, para que abran su mente y se empapen del paisaje echando la vista a sus alrededores y de los seres vivos que nos encontramos a nuestro paso. Este es un paso clave para el curso siguiente, en el que tendremos que aprender a centrar nuestra vista en un punto mientras observamos el mundo que nos rodea. También realizaremos al menos dos visitas separadas en el tiempo para que puedan ver la evolución del paisaje en distintas épocas del año. El lugar natural que visitaremos será dentro de la provincia, ayudando al niño/a a ubicarse en el espacio y fomentando la repetición de esta actividad con algún familiar. Dentro de las diferentes modalidades de marcha hemos elegido la marcha de aproximación y la de exploración.

Pinos (1997), considera que, estudiando las posibilidades, estas son las que mejor se ajustan para los grupos de estas edades. Los recorridos en las actividades serán de hasta 6 kilómetros con mochila ligera, bocadillo, alimentos energéticos (frutos secos, fruta, barritas), chubasquero (si fuera preciso) y agua.

3° de Primaria

Para 3° de Primaria hemos decidido trabajar con la bicicleta porque es una actividad con multitud de usos debido a que podemos trabajar tanto por asfalto, en la primera toma de contacto, como por algún camino natural no muy complejo para alumnos/as de 8 y 9 años, durante la segunda salida. La idea es realizar trayectos donde se disfrute del paisaje más que de trabajar la fuerza de pierna. A la vez, iremos inculcando la técnica y el pilotaje de la bicicleta. El trabajo con la bicicleta no hace otra cosa que continuar afianzando nuestro objetivo de acercar a los alumnos/as al medio natural y potenciar el uso de la bicicleta en su tiempo libre como vehículo de paseo urbano. Un factor clave para esta práctica sería formar parte de un proyecto de promoción de bicicletas o préstamo de estas para este tipo de actividades educativas, que nos suministre las bicis necesarias para llevar a cabo esta práctica. Queremos enganchar a la mayoría de los niños/as a continuar fuera del aula lo trabajado en la clase. (Martín Pinos, Actividades Físico-Deportivas en la Naturaleza, p. 83).

Esta actividad deportiva es necesaria llevarla a cabo al aire libre y necesitamos que el tiempo acompañe, por lo que intentaremos aprovechar el mes de septiembre o principio de octubre, cuando no hace frío y en abril o mayo aprovechando el tiempo primaveral, evitando los meses de temperaturas extremas frías o cálidas. Esta actividad la podemos llevar a cabo en la provincia en la que nos encontramos o la alguna región que limite con esta.

4° de Primaria

En 4° de Primaria, trabajamos la orientación deportiva, un curso en el que los alumnos ya empiezan a poseer más madurez cognitiva y conductual, buscamos sentar una base inicial que permita a los alumnos progresar de manera fluida hacia un objetivo lejano, que puede ser las carreras de orientación.

Comenzaremos trabajando actividades lúdicas como el dominio de las direcciones y los diferentes recorridos, en la primera toma de contacto en la naturaleza de la región en la que se encuentra el centro escolar o de alguna región que limite con esta. Esta decisión la tomamos porque queremos que dominen las bases para después, pasar a manejar la brújula y un mapa por grupos, en una segunda toma de contacto con este medio. Para esta segunda toma, necesitaremos un adulto por grupo, ya sean profesores/as o padres/madres de los alumnos, por lo que se planteará con mucha anterioridad.

5° de Primaria

En 5° de primaria vamos a comenzar con la escalada, una actividad que puede provocar muchas sensaciones en el alumno/a: “la búsqueda de sus propios límites, el desafío de la gravedad, de tornar lo posible de lo imposible” (Martín Pinos. Guía Práctica de la Iniciación a los Deportes en la Naturaleza. p.159).

La escalada es un deporte muy completo donde no puede fallar absolutamente nada. Esto nos obligará a trabajar en grupos pequeños para que vayamos comprobando de manera individual cada alumno/a que esté dispuesto a subir. Necesitará de la ayuda de varios adultos que supervisen la actividad de cada grupo. Esta actividad se realizará en alguna zona dentro de la Comunidad de Castilla y León, no necesariamente en la provincia en la que está el colegio, ya que los niños/as van creciendo y con ello podemos aumentar la distancia de los viajes.

La escalada ofrece una dimensión diferente a la hora de entrar en contacto con la naturaleza. Se dejará en segundo plano el paisaje y los protagonistas serán la roca y el alumno/a, el alumno/a y la roca. Esta actividad la iniciaremos en el rocódromo del gimnasio, si tuviéramos uno disponible, o en algún centro de escalada cercano al colegio, lo que nos va a favorecer mucho la progresión hacia la escalada natural.

Buscaremos que la escalada nunca les suponga una dificultad extrema, ya que es lógico que pueda surgir un temor inicial, pero no queremos que se arraigue en su interior por lo que buscaremos adecuar la dificultad. Por ello comenzaremos, en la primera salida, con la realización de ejercicios que no requieran de cualidades extraordinarias en ellos/as, comenzando con alturas

pequeñas permitiéndoles que, en caso de caída, el apoyo esté cercano. Iremos en progresión de menos a más altura e inclinación, sobre todo en la segunda salida. Permitiremos siempre que el alumno/a tenga la conciencia tranquila realizando simulacros de caída para que observe que está bien asegurado.

Si dispusiéramos del tiempo suficiente como para realizar otra salida, realizaríamos una pequeña toma de contacto con el rappel.

6° de Primaria

En 6° de primaria hemos considerado que, para ir en progresión de menor a mayor dificultad, realizaremos la acampada donde incluiremos alguna actividad propia de senderismo, de orientación, de rappel y de escalada. Es por ello que, servirá como repaso de todos los deportes realizados, así como una manera de pasar unos días rodeados íntegramente de naturaleza.

La acampada a realizar va a ser la denominada ordinaria, con la siguiente preparación de las tiendas de campaña y el saco para permanecer las noches en el medio natural. Previamente, con mucha antelación, se trabajará en clase con todos los elementos que nos podemos encontrar en una acampada y se tratarán todas las dudas que puedan surgir. Ante tan compleja organización, antes de incluir esta actividad hemos de inspeccionar comedidamente el terreno donde acamparemos evitando las zanjas de desagüe que puedan dañar la hierba y no dejarla recuperarse. Buscaremos varios lugares habilitados para la práctica de la acampada, pero finalmente nos hemos de decantar por uno que tenga las características más adecuadas para esta actividad.

El lugar debe estar cerca de un río porque, aunque llevamos el material de abastecimiento necesario, tenemos la posibilidad de contar con agua potable, si fuera necesario. También, debe estar situado cercano a un pueblo que nos permita, ante cualquier situación, tener a mano una ayuda o servicio sanitario, pero sin tenerlo demasiado cerca para evitar cualquier intruso. Otro factor importante debe ser la necesidad de tener cobertura en el teléfono por parte del profesorado, siempre por si hubiera una emergencia.

Se va a realizar una única acampada en el mes de mayo por dos motivos: El primero es porque queremos evitar temperaturas frías; y uno segundo, porque los alumnos/as ya han madurado desde el inicio del curso y nos pueden ayudar a vivir experiencias muy agradables en la naturaleza evitando los posibles temores que pueden sentir por las notables diferencias que supone vivir en la ciudad. (Martín Pinos, Actividades Físico-Deportivas en la Naturaleza, p. 57).

Fase de escucha corporal

Al final de cada sesión, o durante el desarrollo de esta, si fuera necesario, se buscará promover la necesidad de una escucha corporal para entender las demandas de energía que nuestro cuerpo nos transmite.

Se reunirá al grupo en círculo y se pedirá que dialoguen sobre las diferentes acciones sensoriales que han experimentado durante la salida, ya que toda opinión es válida porque juntos hemos de crear un espacio libre de amenaza en el que se permita una completa libertad de expresión. Se busca que los niños/as expresen todo lo que han experimentado junto al medio natural con el uso de todos sus sentidos.

Esta actividad permite al niño/a ser consciente de cómo su cuerpo se comunica con el entorno, de cómo les ha hecho sentir ese contacto y qué estado de ánimo les ha propiciado cada acción.

La expresión corporal denota nuestras sensaciones internas, nuestra manera de comunicarnos con el entorno nos da una información única y por ello es imprescindible desarrollar nuestra conciencia corporal y profundizar lo máximo posible en la escucha de los mensajes de nuestro cuerpo.

Esta fase surgió como búsqueda de una puesta en práctica de lo aprendido en mi etapa como estudiante en la Universidad de Valladolid (UVA) durante la asignatura Potencial Educativo de lo Corporal (PEC), ya que en ella aprendí a trabajar para conocerme corporalmente y creo que es un aprendizaje que vale la pena desarrollar desde que somos niños/as para crecer como jóvenes y adultos conocedores de su propio cuerpo y de las demandas de energía de este.

Fase de conservación del entorno

Con esta fase buscaremos concienciar sobre la importancia del reciclaje para la vida de la Tierra y en particular para la vida de ese espacio natural que estamos pisando.

Promoveremos el reciclaje de la comida y productos que hemos usado durante la excursión, separando los componentes de la basura en orgánicos e inorgánicos.

Dentro de los componentes inorgánicos se dividirán en distintas bolsas, una de cartón para el papel, una de plástico para el vidrio, la cual cuando se tire el vidrio se reciclará en el plástico y por último, otra para el plástico. Estos materiales bien reciclados, al pasar por un proceso químico o de fundición, forman productos de nuevo, en óptimas condiciones de uso, como el papel, los envases y algunos objetos de adorno o juego.

En la basura orgánica se pondrán los restos de alimentos que hemos ingerido durante nuestra estancia en el medio, con los que se puede hacer abono para las plantas.

También, se puede realizar de forma optativa, la entrega a los alumnos/as unas semillas de especies autóctonas o que ellos las traigan de casa, las envuelvan en arcilla y cuando se estén yendo del lugar, las vayan soltando por el terreno en diferentes sitios para permitir que en un futuro germinen y así contribuir con ese pequeño acto a no solo no dañar el entorno, sino a mejorarlo.

5.2.3. Momento Final

Después de realizar la primera salida del curso, recopilaremos toda la información recogida durante esta (fotos y material de la naturaleza), para poder trabajar, a partir de ella, en diferentes áreas durante las siguientes clases. También nos servirá esta primera recogida, para poder comparar las diferencias que existen entre la vegetación, terreno, clima y fauna, que tiene un lugar, en diferentes momentos del año.

Para finalizar, al terminar la segunda salida se sugiere realizar una reunión final con el alumnado y sus familias, para que los primeros puedan expresar los conocimientos adquiridos, mostrar todo el material recogido y su significado y, para concluir, enseñar las fotos de ambas excursiones, donde se ve a los niños/as interactuando con el medio.

7. CONCLUSIONES

Desde que era muy pequeña caminaba por el bosque con mis padres, me bañaba en los ríos, olía las plantas, manchaba mis manos con tierra, observaba los animales, escuchaba el sonido del viento entre las hojas y dejaba que un mundo de sensaciones invadiera mi cuerpo al verme sorprendida ante tanta belleza.

Durante mi estancia en los colegios de prácticas pude observar que muy pocos niños/as desarrollaban algún tipo de relación con el medio natural, la mayoría de ellos nunca paseaba por praderas, no hacía rutas ni visitaba paisajes cercanos con su familia. Tenían su instinto de contacto con lo natural completamente desconectado, no sentían ningún interés más allá de la pantalla de su móvil o Tablet y no se sorprendían con nada de su alrededor.

Por esto decidí crear este proyecto, para intentar que en los centros educativos se busque esa vuelta a la conexión de los niños/as con el medio que les rodea, para que logren desarrollar su empatía medioambiental dormida bajo una capa de lujo tecnológico que absorbe toda su energía.

Observando la eficacia y los buenos resultados obtenidos a nivel de desarrollo socioafectivo, cognitivo y motriz en el contacto con la naturaleza dentro de las escuelas de países nórdicos, he podido resolver algunas de las dudas que me surgieron durante mi vivencia como alumna en “Potencial educativo de lo corporal”, una asignatura que me ayudó a reflexionar y realizarme preguntas acerca de la necesidad del contacto de los niños/as con el medio natural.

A raíz de que he ido desarrollando este trabajo he sido consciente de que la puesta en práctica de este proyecto no es una tarea fácil para algunos colegios. Además del esfuerzo material que supone, también lleva una carga actitudinal, no solo por parte del profesorado encargado sino también por parte de los padres y madres del alumnado. Algunos de estos últimos pueden oponerse a una salida fuera del entorno próximo para evitar cualquier imprevisto, les puede asustar la idea de que sus pros/as se encuentren en un entorno que no esté protegido entre paredes y estén expuestos ante estímulos externos

impredecibles. Por eso es necesario que desde el colegio se mantenga una conversación con los padres exponiendo la necesidad y beneficios de este contacto con la vida real y natural que rodea a los niños/as.

Llegado el final de este TFG me planteo el sueño o el reto de que, este proyecto o secuenciación de actividades en la naturaleza que posee contenidos interdisciplinarios del área de Educación física primordialmente, Ciencias sociales y Ciencias naturales, se lleve a cabo en los colegios que sientan esta inquietud de necesidad de contacto con el medio. Y para aquellos que no se sientan motivados con esta relación medioambiental, espero que al leer este trabajo se despierte su curiosidad e indaguen en técnicas de acercamiento de los niños/as a la naturaleza.

Otra de las ideas que he sacado en claro tras la realización de este proyecto es que los contenidos de las áreas que yo he introducido a modo orientativo en este proyecto no son los únicos que se pueden tratar, se pueden incluir más contenidos de estas áreas e incluso de otras, como Plástica, Matemáticas, Inglés, etc.

Mientras he ido formando este proyecto, he crecido también como docente, he observado que la adquisición de los contenidos es importante, pero sobre todo, y más en este proyecto, importa que estos conocimientos sean adquiridos mediante la experimentación, el contacto directo y el trabajo sobre las bases de conocimiento que el niño/a tenga sobre un concepto, para, a partir de él, poder trabajar creando un aprendizaje más significativo y duradero.

He percibido que es imprescindible tener una base sólida de conocimientos como maestro/a antes de transmitirlos al alumnado, pero también es necesario saber cómo hacerlo, qué vocabulario utilizar, qué técnicas introducir y por encima de todo, cómo empatizar con el alumnado, comprendiendo las necesidades cognitivas, afectivas y motrices que cada grupo demanda, sabiendo adaptarnos a ellas.

8. BIBLIOGRAFÍA

<p>Ausubel, D. (1983). <i>Teoría del aprendizaje significativo</i>. CEIF, 1, 1-10.</p>
<p>Bruchner, Ph. (2017). <i>Bosquescuela. Guía para la educación infantil al aire libre</i>. Rodeno.</p>
<p>Calvo-Muñoz, C. (2014). <i>Niños y Naturaleza, de la teoría a la práctica</i>. Medicina naturista, 8(2), 73-78.</p>
<p>Cantero, F, del Pozo Andrés, M. D. M. y Romero, T (2014). <i>La construcción de la Teoría de la Educación desde una perspectiva histórica y epistemológica</i>. El conocimiento teórico de la educación en España: evolución y consolidación.</p>
<p>Cayuman, E. (2002). <i>Zona de desarrollo real y próximo</i>. Psicología del aprendizaje.</p>
<p>Degrass Tyson, N. (Inspiration journey). (2013, junio, 4). The most human activity (archivo de video). Recuperado de: https://www.youtube.com/watch?time_continue=130&v=U8qay62uusg</p>
<p>Delgado, M. (1991). <i>Los estilos de enseñanza en la Educación Física. Propuesta para una Reforma de la Enseñanza</i>. Granada: ICE de la Universidad de Granada.</p>

Elkind, D. (2007). *The Power of Play: Learning What Comes Naturally*. American Journal of Play, 1(1), 1-6.

Flavell, J. H., & Th rese, C. (1998). *La psicología evolutiva de Jean Piaget*. Pa idos.

Freire, H. (2011). *Educar en verde.: Ideas para acercar a niños y niñas a la naturaleza* (Vol. 21). Grao.

Hernández Nieto, B. (2009). *Los métodos de enseñanza en la Educación Física*. EF Deportes.

<http://www.efdeportes.com/efd132/los-metodos-de-ensenanza-en-la-educacion-fisica.htm>

L'Ecuyer, C. (2013). *Educar en el asombro*. Plataforma.

Louv, R. (2008). *Last child in the woods: Saving our children from nature-deficit disorder*. Algonquin books.

Martínez, J. (2012). *De las escuelas al aire libre a las aulas de la naturaleza*.  reas. Revista Internacional de Ciencias Sociales, (20), 171-182.

Martinko, K. (2014). *More reasons why you should turn off the TV and take your kids outside*. Treehugger.

<https://www.treehugger.com/culture/why-you-should-turn-tv-and-take-your-kids->

[outside.html](#)

Mercola, J. (2017). *La Mayoría de las Personas sufren Trastorno por Déficit de Naturaleza*. Mercola.

<https://articulos.mercola.com/sitios/articulos/archivo/2017/07/13/ecoterapia.aspx>

Padilla, R. (2009). *Desarrollo psicoevolutivo en niños de 6-12 años*. Innovación y experiencias educativas. Revistas CSIF. Nº14.

https://archivos.csif.es/archivos/andalucia/ensenanza/revistas/csicsif/revista/pdf/Numero_14/RAFAEL_PADILLA_1.pdf

Pérez Ordás, R. y Jimenez Marquez, L. (2007). *Educación Ambiental y Educación Física: Las actividades en el medio natural para conocer el cuidado del entorno*. Ciencia deportiva, entrenamiento y fitness. Alto rendimiento.

<http://altorendimiento.com/educacion-ambiental-y-educacion-fisica-las-actividades-en-el-medio-natural-para-conocer-el-cuidado-del-entorno/>

Piaget, J., e Inhelder, B. (1997). *Psicología del niño (Vol. 369)*. Ediciones Morata.

Pinos, M. (1997). *Actividades físico-deportivas en la naturaleza*. Madrid: Gymnos.

Pinos, M. (1997). *Guía práctica de la iniciación a los deportes en la naturaleza*.

Madrid: Gymnos.

Portal de Salud Castilla y León. *Orografía y vegetación de Castilla y León.* Sanidad ambiental.

<https://www.saludcastillayleon.es/ciudadanos/es/polen/estaciones-medicion/orografia-vegetacion-castilla-leon>

Psicología Online. *Teoría del juego. Piaget, Vigotsky, Freud.* Psicología evolutiva

<https://www.psicologia-online.com/teoria-del-juego-piaget-vigotsky-freud-1427.html>

Red Hispanistas. *Geografía y clima de la región de Castilla y León.* Conoce Castilla y León.

<http://redhispanistas.es/aprende-espanol-en-castilla-y-leon/conoce-castilla-y-leon/7-geografia-y-clima-de-castilla-y-leon>

Reig, L. (2017). *Outdoor Education: Una forma de aprendizaje significativo.* Punto Rojo Libros.

Rousseau, J. J. (1973). *Emilio o de la educación.* Fontanella.

Santos Pastor, M.L & Martínez Muñoz, L.F. (2002). *La Educación Física y las actividades en el medio natural. Consideraciones para un tratamiento educativo (I).*

EF Deportes. N°49.

<http://www.efdeportes.com/efd49/mnatur.htm>

Saw S.M, (2001). *Nearwork and myopia in young children*. 357-390. Lancet.

<https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736%2805%2971520-8/fulltext>

Una infancia nueva. (2013). *Bosques escuelas*.

<http://unainfancianueva.blogspot.com.es/2013/05/bosque-escuelas.html>

LEYES

DECRETO 26/2016, de 21 de julio, por el que se establece el currículo y se regula la implantación, evaluación y desarrollo de la Educación Primaria en la Comunidad de Castilla y León.