



Universidad de Valladolid



CAMPAMENTO EN EL MOLINO DE BUTRERA COMO RECURSO EDUCATIVO

TRABAJO DE FIN DE GRADO

GRADO EN EDUCACIÓN PRIMARIA -MENCIÓN DE EDUCACIÓN FÍSICA-

AUTOR: Jesús Sedano Fernández

TUTOR ACADÉMICO: Alfredo Miguel Aguado

PALENCIA 2020

RESUMEN

Un campamento educativo es un proceso de enseñanza-aprendizaje, una herramienta educativa que abarca aprendizajes pedagógicos, sociales, personales, así como una educación de ocio.

Este trabajo es una propuesta de un campamento educativo escolar, con unos objetivos y contenidos que se ajustan y justifican con el currículum oficial de educación primaria. Dicha propuesta finaliza con las conclusiones y el alcance del proyecto para observar los beneficios de este modelo de enseñanza-aprendizaje.

Además, habrá una recopilación de información sobre los campamentos educativos y actividades que puedan realizarse en ellos, a partir de esto, diseñaré mi propuesta de campamento educativo enfocándome al 3º ciclo de Educación Primaria.

ABSTRACT

An educational camp is a teaching-learning process, an educational tool that includes pedagogical, social, personal learning as well as leisure education.

This work is a proposal of a school educational camp, with objectives and contents that are adjusted and justified with the official curriculum of primary education. This proposal ends with the conclusions and scope of the project to observe the benefits of this teaching-learning model.

In addition, there will be a compilation of information about educational camps and activities that can be carried out in them, based on this, I will design my proposal of educational camp focusing on the 3rd cycle of Primary Education.

PALABRA CLAVE

Campamento educativo, Educación en el medio natural, Actividades físicas en el medio natural.

KEYWORDS

Educational camp, Education in the natural environment, Physical activities in the natural environment.

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	3
JUSTIFICACIÓN	4
OBJETIVOS	6
FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA.....	7
Concepto de campamento	7
Historia y tipos de campamentos	8
Actividades Físicas en el Medio Natural.....	10
Otras actividades	18
METODOLOGÍA	24
PRESENTACIÓN DE LA PROPUESTA	25
Contexto	27
Objetivos	29
Contenidos.....	29
Metodología de la propuesta.....	31
Actividades y programación de los días.....	32
Programación de los días.....	34
Evaluación.....	48
CONCLUSIONES	49
BIBLIOGRAFÍA.....	52
ANEXOS.....	55
ANEXO 1: INSCRIPCIÓN Y AUTORIZACIÓN CAMPAMENTO	56
ANEXO 2: INSTALACIONES	57
ANEXO 3: FICHA LIMPIEZA DE HABITACIONES	59
ANEXO 4: RUTA EL VENTANÓN.....	60
ANEXO 5: ERMITA DE SAN BERNABÉ Y CUEVA PALOMERA	61
ANEXO 7: CABUYERÍA (NUDOS, TIROLINA Y PASO DE MONOS)	63
ANEXO 9: SEGURIDAD EN MONTAÑA.....	68
ANEXO 10: PRIMEROS AUXILIOS (REGLA P.A.S.).....	69
ANEXO 11: ESCALADA	70
ANEXO 12: ORIENTACIÓN	72
ANEXO 13: RÚBRICA DE LOS PARTICIPANTES.....	74

INTRODUCCIÓN

A lo largo del siguiente documento, el cual expone de forma detallada y elaborada un campamento educativo para el 3º ciclo de Educación Primaria de un colegio ficticio, ya que no podrá ser puesto en práctica, pero podría ser realizable para cualquier centro, junto a todas las actividades que todo ello conlleva debido a las características del campamento.

Para comenzar, justifico el porqué de la elección de este trabajo, y, además, el motivo por el cual he elegido el campamento educativo como temario en mi proyecto, así como las características que nos ofrece el espacio donde se lleva a cabo para los alumnos/as de 11 y 12 años.

A continuación, podremos encontrar los objetivos que queremos alcanzar con el proyecto que hemos desarrollado ya que es la base de este trabajo. Gracias a estos objetivos iremos avanzando y además nos servirán como guía a lo largo de todo el proyecto.

En tercer lugar, nos encontraremos la Fundamentación Teórica, en ella estará explicada más a fondo la definición y características del campamento educativo, así como las Actividades Físicas en el Medio Natural (AFMN) como el campamento y las demás actividades que vamos a realizar dentro del mismo.

Posteriormente, veremos el diseño que vamos a realizar como propuesta de campamento educativo y todo lo necesario para poder ponerlo en práctica y que pueda desarrollarse correctamente. En este apartado, se mostrará el trabajo que hay que realizar antes, durante y después del campamento.

Por último, aunque no haya podido llevar a cabo esta propuesta estableceré unas conclusiones partiendo de la realización de este trabajo y una reflexión de este proyecto dentro del ámbito educativo, social, personal y de ocio.

JUSTIFICACIÓN

Una de las causas por la cual he decidido realizar este trabajo sobre este tema, es la formación educativa y personal que estos me han transmitido, ya que desde pequeño he tenido la suerte de poder ir a campamentos de verano, convivencias, excursiones y salidas con mi colegio, así como también salidas en la Universidad, sacando algo positivo de todas ellas. De todas ellas tengo un recuerdo confortable y me da alegría el simple hecho de recordarlas o pensar en ellas.

Soy consciente de que no es lo mismo un campamento de ocio y tiempo libre que un campamento educativo, pero por ello, tengo aún más ganas de demostrar y hacer ver que un campamento educativo también puede ser divertido, y puede llegar a ser de gran interés para el alumnado gracias al trabajo de todos y aprovechando la gran cantidad de recursos que nos ofrece el medio natural.

Otro aspecto por el cual la elección de este tema, hace referencia al lugar donde se va a celebrar, en este caso será el Molino de Butrera, situado en la provincia de Burgos donde asistí a un campamento de verano y una salida con mi colegio, lo recuerdo muy bien, por lo que conozco tanto las instalaciones como su entorno, esto será beneficioso para la creación de las actividades y salidas a lo largo del campamento.

Este campamento es una forma de trasladar la escuela al medio natural, por lo que podemos hablar de un Aula Natural, donde podemos trabajar destrezas relacionadas con la Educación Física cuya puesta en práctica está favorecida por el medio natural y las posibilidades que nos ofrece, es una forma interdisciplinar de aprender de varias materias de una forma activa y motivadora.

Sé, que muchas personas creen que el contacto con el medio natural no tiene un gran impacto en el desarrollo de los alumnos y alumnas, y que creen que solamente se puede aprender en el colegio o en casa, Freire (2011) dice que “Todo nuestro crecimiento físico, afectivo e intelectual, se apoya en la calidad del contacto directo con el medio: una buena base sensorial y motora es fundamental para un sistema cognitivo sólido y armonioso.”(p. 46)

También tendré en cuenta el ámbito legislativo y curricular para la creación de esta propuesta de campamento educativo, por lo que me apoyaré en los boletines oficiales del

Estado más actuales, especialmente en el 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, en el “Artículo 4. Objetivos de la etapa de educación primaria en el punto número dos, dice:

2. Además, la educación primaria contribuirá a desarrollar en el alumnado la capacidad que le permita conocer y valorar el patrimonio natural, artístico y cultural de Castilla y León, con una actitud de interés y respeto que contribuya a su conservación y mejora.

Además, otra de las razones a parte del punto de vista educativo y pedagógico, es la relación del alumnado con el medio natural, que lo conozcan y aprendan a través de él. Para ello, este aprendizaje tiene que estar contextualizado, el aprendizaje está en el medio que nos rodea.

Otro aspecto muy importante es la posibilidad de trabajar contenidos educativos interdisciplinares, basándome en la idea que nos indican Ruíz, Pombo y Mundina (1999) “integración entre dos o más disciplinas, desde la simple comunicación de ideas hasta la integración recíproca de conceptos fundamentales, de metodología.” (p.271). Ya que pienso que trabajar estos tipos de contenidos influyen de forma beneficiosa en el alumnado, ya que la consolidación de los aprendizajes se trabajará desde diferentes áreas dentro del campamento, por lo que es una buena oportunidad para que los alumnos/as aprovechen este tipo de enseñanza.

OBJETIVOS

Los objetivos son un elemento fundamental en cualquier proyecto o propuesta, ya que es aquello que se quiere alcanzar o conseguir, y nos guiarán en la construcción del trabajo.

A continuación, expondré los objetivos sobre los cuales voy a basar el proyecto y espero conseguir con la finalización del mismo.

- Analizar y comprender cómo las actividades Físicas en el Medio Natural pueden ayudar a la consecución de los objetivos dentro de la Educación Primaria.
- Potenciar los campamentos educativos como una herramienta educativa, en especial en el área de educación física
- Incitar al conocimiento de las AFMN como recursos de disfrute y aprendizaje para el alumnado.
- Diseñar una buena propuesta de campamento educativo enfocado al 3º ciclo de Educación Primaria.

FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

Concepto de campamento

En este caso, no nos centraremos en la definición de campamento descrito por la RAE o cualquier definición teórica básica, sino que nos centraremos en aquellas que tengan un enfoque educativo, por lo que buscaremos definiciones de autores que puedan asemejarse más a aquello que estamos buscando con la construcción de este campamento

Las definiciones que he podido encontrar y me parecen más apropiadas a aquello que estoy buscando son las de: Aparicio (1997) en su libro “Aire libre: un medio educativo” ya que lo define de la siguiente forma: “El campamento es la actividad reina del aire libre. En él se integran todos los objetivos y actividades del planteamiento educativo que constituyen el aire libre.” (p. 175)

Y, por otro lado, la definida por Aragón (1984), que cita la siguiente frase de Sabeán:

Una experiencia al aire libre bajo un liderazgo maduro y preparado, guiada por una filosofía que le provee una dimensión recreativa y educativa y que puede abarcar, inclusive, una dimensión espiritual. Estrictamente hablando, el campamento es una actividad apropiada para jóvenes de 8 a 14 años de edad, aunque también hay para colegiales, universitarios, familias, etc. (p.1)

A partir de estas definiciones, puedo entender como campamento educativo una excursión en la montaña, playa o cualquier sitio al aire libre organizada por un organismo, ya pueda ser un colegio o una empresa, donde se desarrollan actividades como talleres, juegos, deportes o visitas culturales, en definitiva, actividades de ocio, pero estando estrechamente relacionadas con un ámbito educativo.

Historia y tipos de campamentos

Historia

En cuanto al origen de campamento, tendríamos que remontarnos a los primeros seres vivos, aunque en sí su “término” no fuese aplicado como tal, su práctica ha sido utilizada desde la antigüedad como forma de vida.

No obstante, los campamentos que conocemos hoy en día, surgen hace más de un siglo en Estados Unidos, con el objetivo de crear nuevas propuestas educativas y sociales. El objetivo era una educación combinando la experiencia directa con la educación teórica.

En Europa, los primeros campamentos aparecen a finales del siglo XIX.

En España, no se llamaban campamentos sino colonias escolares, de eso hace ya más de 150 años donde se acogían a programas de verano, o programas educativos no académicos, como eran denominados según la imprescindible Institución Libre de Enseñanza.

El primer campamento documentado en España data de 1887 celebrado en San Vicente de la Barquera y acudieron 18 campistas. Este programa fue organizado por Manuel Bartolomé Cossío, miembro destacado de la ILE, y el objetivo principal del programa era la educación en el ocio, la formación integral y el conocimiento propio. (BuscoCampamentos, 2020)

Tipos

Podemos encontrar dentro de los campamentos diferentes tipos, según sus características o propósitos, a continuación, veremos la clasificación dada por la UNED:

- Campamento educativo: está dirigido a personas con un propósito y con un fin evaluable. Está planificado y estructurado y presenta una justificación ya que tiene objetivos específicos que cumplir.
- Campamento espontáneo: surge de las interacciones con sus participantes y que como su nombre indica no está planificado.
- Campamento investigativo: cumple un fin particular, que se consigue a través del desarrollo de un tema de investigación. Realizado por gente introducida en el tema de investigación.

- Campamento disfrute: se desarrolla con gente conocida y que su objetivo final es pasarlo bien con esas personas.
- Campamento específico: cumple un objetivo específico marcado antes de la realización del mismo, tiene un fin específico y dispone de una guía de trabajo.

El que yo voy a realizar es un campamento educativo, ya que considero que es el más apropiado y oportuno para darse en una escuela.

Este tipo de campamento puede ayudar a los alumnos/as a mejorar en cuanto a su confianza, autonomía, seguridad, producir un aprendizaje significativo a través de la convivencia con sus compañeros conocimiento y sensibilización con el medio natural, respetándolo y cuidándolo.

Un campamento es una Actividad Física en el Medio Natural (AFMN) pero dentro de ella pueden realizarse muchas otras como actividades complementarias, que puedan enriquecer positivamente la actividad, además de ser recomendables para estas edades.

Actividades Físicas en el Medio Natural

Las posibilidades educativas que ofrecen las AFMN son múltiples, Granero y Baena (2007) destacan las siguientes:

- Contribuyen a una educación de carácter integral.
- Favorecen la socialización (respeto de normas, cooperación, trabajo en equipo).
- Desarrollan la creación de hábitos saludables.
- Desarrollan la capacidad de adaptación a entornos no conocidos.
- Posibilitan un aprendizaje significativo.
- Desarrollan la autonomía del alumnado.
- Estimulan la capacidad de autosuperación.
- Incrementan el aprendizaje de destrezas y habilidades motrices básicas.
- Son motivadoras.
- Estimulan el conocimiento y respeto del medio natural. (p.61)

Alguna de estas actividades, que además voy a realizar dentro de mi propuesta de campamento educativo, son las siguientes:

Escalada

Definición según la RAE: “Actividad deportiva que consiste en subir hasta una gran altura por un terreno muy pendiente.” Para poder realizar esta actividad en el medio natural es necesario el uso de material específico además del conocimiento de técnicas específicas para poder desarrollar la actividad de forma correcta y segura. “La escalada implica desplazarnos durante un tiempo y por un espacio con manos y pies.” (Miguel, 2001, p.109)

Gracias a esta actividad los alumnos/as, podrán mejorar respecto a las habilidades motrices, además de ayudarles a superar sus miedos a las alturas y potenciar el desarrollo sensorial.

La escalada abre un umbral distinto de percepción de la montaña.

Obliga a un contacto pleno con la pared. La roca se siente en sus mínimos detalles, se palpa, se huele incluso; se percibe su textura, consistencia, temperatura recompensa con vistas grandiosas y un henchido de vida que nunca disfrutarán quienes piensan que este deporte es cosa de locos (Pinos, 1997b, p.154)

Esta actividad sino se desarrolla correctamente debido a su desconocimiento puede ser peligrosa por lo que es imprescindible seguir algunas técnicas básicas:

Para el ascenso:

- La fuerza debe ser realizada en su mayor parte con el tren inferior, no con los brazos.
- Tiene que haber siempre tres apoyos fijos y seguros, el cuarto debe de ser variable.
- Para que el centro de gravedad este dentro de la base de sustentación la cintura debe estar pegada lo máximo posible a la pared.
- Los desplazamientos deben ser cortos y seguros, teniendo claro que agarres escoger siendo estos firmes y fuertes.

Para el descenso

- La mirada debe de estar fija en la pared centrándose en posibles obstáculos.
 - Las rodillas deben estar ligeramente flexionadas para amortiguar los pasos, y ligeramente abiertas para mantener mejor el equilibrio.
 - El tronco debe estar vertical, casi paralelo a la pared, siendo los pies los que estén en contacto con la pared.
 - El descenso tiene que hacerse caminando por la pared.

Además de estas técnicas, como he mencionado anteriormente, es necesario material específico:

- Arnés
- Mosquetones
- Cuerda
- Cintas planas
- Descensor tipo “ocho”

Hay varias técnicas y materiales más, pero esto es lo básico para poder realizarlo con los alumnos/as de forma segura.

Además de todo esto, hay un aspecto muy importante que hay que tener en cuenta, es el espacio. Para realizar la escalada con los alumnos/as, he encontrado una escuela de escalada por la zona, cuyo nombre es Climbing Away, es propicia para comenzar la escalada a nivel principiante ya que es un lugar donde podemos encontrar el material necesario, anclajes fijos y diferentes niveles de vía en roca natural.

Orientación

La orientación “es un deporte en el cual los competidores (hombre, mujer o un equipo) visitan un número de puntos marcados en el terreno –controles- en el menor tiempo posible, ayudados sólo por un plano y una brújula.” (Martínez, 2007, p.29)

La función principal de esta actividad, es saber dónde estamos en todo momento y cómo podemos llegar a otro sitio sin perdernos, sabiendo siempre el camino que seguimos por medio de los diferentes elementos del paisaje, características del entorno y técnicas con el fin de que el alumnado encuentre una seguridad y autonomía propia.

Para poder realizar esta actividad correctamente, debe hacerse de forma progresiva, desde lo más sencillo, comenzando por un lugar conocido y cerrado, como puede ser la escuela, continuando con un lugar conocido, pero en el medio natural, como por ejemplo un extenso parque, y finalizando con un lugar desconocido en el medio natural, donde tendrán mayor dificultad para la orientación.

Podemos saber la dirección que estamos siguiendo, o aquella que queremos tomar, a través de varias técnicas, como pueden ser gracias a la observación del musgo, las laderas umbrías, el sol, la estrella polar o la brújula. Aunque son muchas las técnicas que podemos seguir y utilizar nosotros vamos a centrarnos en esta última para nuestros recorridos de orientación.

En primer lugar, tendremos que explicar las propiedades y características de una brújula, debemos saber que tienen una aguja magnética de color rojo que señala la dirección del Norte Magnético.

Otro aspecto muy importante dentro de la orientación, es la colocación del mapa, para su correcto uso vamos a realizar las siguientes pautas en orden de prioridad:

- Ponemos la brújula sobre el mapa con la aguja magnética contigua a un meridiano del mapa.
- Al mismo tiempo giramos el mapa y la brújula hasta que la aguja de esta quede paralela a los meridianos y el norte de la aguja esté dirigido hacia el norte del mapa.
- Sin mover el mapa levantamos la brújula, y ya estaría orientado.

Para determinar el rumbo debemos seguir las distintas pautas:

- Tenemos que colocar una línea de dirección entre el punto en el que estamos y al que queremos llegar.
- Giramos el limbo hasta que las líneas norte-sur de su interior queden paralelas a los meridianos norte-sur del mapa.
- Quitamos la brújula del mapa, manteniéndola sobre la mano, nivelada horizontalmente.

Una vez explicado todo aquello correspondiente a la brújula y a su uso para una correcta orientación, nos centraremos en el otro elemento imprescindible, el mapa, ya que es la representación a escala (cada mapa tiene una diferente) que nos permite observar un terreno desde una perspectiva aérea.

Puede haber varios tipos de mapas, en nuestro caso para la orientación será un mapa topográfico, cuya característica es tener un gran número de detalles del terreno, ya sea mediante curvas de nivel, vegetación o elementos del terreno que pueden llegar a ser detallados y concisos. Son precisos, pero para una correcta interpretación hay que estar atento, ya que para los alumnos/as del 3º ciclo de Educación Primaria podría llegar a ser algo complejo.

Para realizar una carrera de orientación necesitaremos estos materiales:

- Brújula
- Mapa
- Tarjeta de Control

En nuestro caso, tendremos en cuenta también el relieve ya que al estar orientado para alumnos/as del 3º ciclo de Educación Primaria no será muy complejo, ya que no es lo mismo orientarse en una llanura que hay pocas curvas de nivel que un terreno con grandes variaciones de relieve cuyas curvas de nivel son mayores, incrementando de esa forma su dificultad. En nuestro caso el relieve será sencillo.

Senderismo

Como actividad deportiva, hay que señalar que no es un deporte de competición, sino más bien un estilo de vida saludable. Lo puede practicar todo el mundo, siempre adaptándose al estado de salud de cada persona. En cada ruta o actividad suele indicarse el nivel medio, y además el nivel de ‘esfuerzo’ (relacionado con el desnivel acumulado y los kilómetros del recorrido) y el de ‘dificultad’ (relacionado con el tipo de sendero). El objetivo es el de acercar a las personas al medio y al conocimiento de la zona, combinándolo con el medio ambiente, cultura y a la vez deporte. Puede ser puesto en práctica por todos.

Esta actividad surgió en Francia tras la II Guerra Mundial. Otros países como Alemania, Holanda, Suiza y Bélgica impulsaron también el senderismo como nueva forma de concebir el turismo en la montaña.

En España se introduce en Cataluña a finales de los 60 y, desde aquí, se extiende a otras comunidades autónomas, aunque con un desarrollo desigual de unas a otras. La Federación Española de Montaña, hoy Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada (FEDME), asumió esta nueva actividad y la denominó senderismo.

Puede haber tres clasificaciones de senderos dependiendo de la longitud de este, estos pueden ser:

- S.G.R.: senderos de gran recorrido cuentan con recorridos de una distancia mínima de 50 km pudiendo llegar a alcanzar cientos de kilómetros. Están señalizados con los colores rojo y blanco.
- S.P.R.: senderos de pequeño recorrido cuentan con recorridos que comprenden distancias de entre 10km y los 50km. Están señalizados con los colores amarillo y blanco.
- SL: senderos locales cuentan con recorridos de una distancia inferior a 10 km y suelen acabar y empezar en el mismo sitio, es decir, son circulares. Están señalizado con los colores verde y blanco.

Para poder planificar correctamente un recorrido es necesario tener en cuenta varios aspectos, como son:

- Dificultad del recorrido: Para estimar la dificultad nos fijaremos en los indicadores que lo determinan, como pueden ser, el desnivel, la distancia y el tipo de terreno.

En nuestro caso, será un S.P.R. turístico, que tendrá poca dificultad para conocer la zona de Ojo de Guareña, además podremos visitar algunos lugares emblemáticos como la ermita de San Tirso y San Bernabé.

Hay que tener en cuenta que la edad influye considerablemente en la toma de realizar un sendero u otro, ya que las capacidades físicas varían según la edad.

- Material necesario: Es imprescindible una correcta vestimenta, como aquello que se lleve en la mochila. Por lo que con anterioridad habrá que tratar estos temas con los alumnos, algunos de los aspectos más relevantes que deben saber son:

El calzado, ya que es la principal parte del cuerpo que se trabaja en el senderismo, debe de llevarse un calzado cómodo, pero a la vez apropiado para andar, ya que, si no podrían salir ampollas o dolores en los pies, hay que evitar siempre el calzado nuevo.

En cuanto a la ropa, hay que tener en cuenta el material según la necesidad, dependiendo del clima que haga, la ropa que vaya pegada al cuerpo debe de ser de algodón (forro polar) es la que nos protege del frío, también es importante aquella que nos protege del viento y agua (chubasquero), además de la que nos protege de las rozaduras, que tiene que ser de cuero.

Respecto a la mochila, hay que tener cuidado con el peso, situando los objetos más ligeros en la parte inferior de la mochila, y los objetos más pesados situados en la parte superior lo más cerca del cuerpo.

Además, debemos llevar algo de comida y bebida, llevando una bolsa para recoger los desechos producidos evitando a toda costa dejar residuos en el medio natural.

- Conocimiento cultural y educación ambiental:

Este recorrido además de tener un sentido de ocio, diversión y disfrute, tiene también un concepto cultural como es conocer el Monumento Nacional del Ojo de Guareña, así como su historia y características

Además, esta actividad como la mayoría de las que serán realizadas en el campamento, tienen una orientación a la educación ambiental, ya que su objetivo es el de disfrutar, cuidar y proteger el medio en el cual nos encontramos. Para ello los alumnos/as deben de ser conscientes de aquello que pueden, o más bien que no pueden hacer para no afectar negativamente al medio natural, no contaminar el medio natural mediante residuos.

Gracias al senderismo, aunque sea a menor escala, podremos partir a realizar la diferentes Actividades en el Medio Natural durante el campamento, ya que para realizar la mayoría de ellas hace falta un desplazamiento. Es muy importante que todos los alumnos/as sean conscientes de la responsabilidad individual y grupal que deben adoptar en cada una de las actividades, por lo que se les brindará una gran responsabilidad y autonomía.

Otras actividades

Además de estas Actividades Físicas en el Medio Natural que podrían llegar a ser más complejas, también vamos a realizar otras actividades que tienen el mismo nivel de importancia, y que creo que es imprescindible mencionarlos y realizar una explicación ya que también poseen un gran valor pedagógico.

Algunas de estas actividades son:

Juego libre

El juego libre radica en jugar con su propio cuerpo, con juguetes, manipular objetos, poder moverse guiados por su propio instinto y por su curiosidad innata. Sin reglas, sin la necesidad de un adulto que las imponga o limite

Además, si el juego libre se realizase dentro de un entorno natural incrementaría sus beneficios, ya que se aprende mucho más del mundo real, experimentar diferentes situaciones e interactuar con el medio.

Miguel (2001), señala algunas de las características que nos pueden ofrecer estos espacios:

- Entorno completamente desconocido, por lo que se producen grandes respuestas en los alumnos/as como puede ser la motivación, interés, curiosidad o incluso el miedo.
- Realización de actividades en espacios amplios ya que en lugares cerrados no podrían llevarse a cabo, o con mayor dificultad y restricciones.
- Al ser en espacios naturales la cantidad de estímulos percibidos son mucho mayores.
- Ofrece un mayor enriquecimiento de oportunidades y actividades.
- Pleno contacto con la naturaleza, descubrir sensaciones, emociones, descanso, bienestar y tranquilidad.

A través del juego los alumnos/as construyen su propia identidad, interactúan con sus compañeros/as produciendo nuevos vínculos, conocen sus capacidades y limitaciones.

Son capaces de valorar el riesgo en función de aquella actividad que realicen, favorece en gran medida a la creatividad, el simple hecho de jugar con un palo como si fueran

espadas, buscar un tesoro, esconderse ayudándose del entorno, y un sinnúmero de variantes favorece su creatividad e imaginación.

Esto también produce una mejora en su autoestima y fortalece su seguridad, se producen conflictos en algunas situaciones, y son ellos mismos quienes tienen que superarlos, preparándolos así para su vida adulta, además de todo ello desarrollan en gran medida las habilidades motrices.

Acampada

Esta actividad está muy relacionada y tiene gran importancia en nuestro campamento educativo, ya que está relacionada con actividades como el senderismo, y será puesta en práctica durante una noche, de esta forma buscaremos el contacto directo con el medio natural y la adquisición de conceptos relacionados con la acampada desde el punto de vista pedagógico.

En nuestro caso, se asemejará a la idea de instalar una o varias tiendas de campaña, en un lugar a lo largo de varios días, donde normalmente se realizarán otras actividades. (Mugarra, 2000)

También, nos apoyaremos en la definición es: “Decimos que acampamos cuando tras hacer un alto en el camino ponemos los medios para pasar la noche al aire libre, normalmente en tiendas de campaña.” (Pinos, 1997a, p. 56).

Es importante conocer conceptos relacionados con ella y que serán de vital importancia que el alumnado los adquiera;

- Albergues: Lugar que sirve de cobijo donde alojarse, capacitado con literas, aguas, calefacción y duchas

- Refugios Es una pequeña infraestructura, con instalaciones similares a la de los albergues, donde puedes refugiarte. Suelen ser lugares de paso.

- Zonas de acampada: Lugares propicios y acondicionados para colocar las tiendas de campaña, pero no poseen instalaciones de luz, agua o servicios.

- Campamentos: Conjunto de tiendas de campaña donde se instala un conjunto de personas que van de camino a un lugar o se reúnen con algún sentido y se realizan actividades diversas.

- Camping: Su utilización está enfocada al ocio y tiempo libre particular.
- Chozos de pastores: Similar a un refugio, pero sus características son algo peores, no son capaces de aislar el mal tiempo
- Vivac: Acampada que se realiza con la intención de pasar la noche al aire libre en un saco de dormir de manera provisional o en un polideportivo.

Nosotros utilizaremos el albergue y una noche una zona de acampada donde permaneceremos durante una noche para estar en absoluto contacto con la naturaleza.

Cabuyería

La cabuyería es la disciplina o saber, que estudia el arte de hacer nudos, sus clases y sus distintas aplicaciones. La palabra cabuyería, proviene de un material llamado cabuya, el cual era utilizado para la confección de cabos y sogas.

Las necesidades cotidianas nos enseñan a traer un paquete, empalmar dos cordales o hacer un nudo corredizo. En las actividades en la naturaleza las ocasiones y necesidades se multiplican; es entonces cuando el nudo adecuado nos presenta toda su ayuda. En muchas ocasiones un nudo concreto no sólo facilita la tarea sino también aumenta la seguridad en la actividad (Pinos, 1997b, p.60)

Podemos encontrar una gran variedad de tipos de nudos dependiendo de su objetivo y utilidad, ya que cada uno de ellos tienen unas características y cualidades, pueden ser de estos tipos: de unión (pescador), de fijación (ballestrinque, ocho dobles...) y acortamiento (margarita).

Utilizaremos cuerdas estáticas ya que nuestro objetivo es tensar la cuerda y que ceda lo menos posible, para la creación de una tirolina y un paso de monos.

- Tirolina: Se trata de una cuerda fija y tensa que comunica un lugar con otro, suele tener cierta inclinación para que de esta forma se pueda alcanzar cierta velocidad, también posee un sistema de seguridad para poder frenar antes de llegar al punto de destino teniendo en cuenta el punto de salida y el de llegada.

- Un paso de monos: Consta de dos cuerdas fijadas en dos puntos diferentes donde las cuerdas estén tensas, una situada en la parte inferior donde serán apoyadas las piernas y la otra cuerda a mayor altura donde podremos agarrarnos con las manos.

Relajación

Con la relajación se consigue reducir de forma voluntaria el tono muscular, alcanzando una relajación tanto psíquica como muscular facilitándonos el conocimiento de nuestro cuerpo.

Nos facilita la realización de tareas disminuyendo las tensiones, y favoreciendo el sostenimiento del equilibrio personal y la disponibilidad mental, no consiste en eliminar el tono muscular, que es necesario para toda acción, sino la excesiva tensión muscular agotadora que constituye el fondo del estado emocional y que repercute en nuestro comportamiento.

Apoyándome en (Martínez, 2020) los objetivos de la relajación son los siguientes:

- Mantener el equilibrio tónico y afectivo.
- Eliminar las tensiones musculares inútiles que pueden producir cansancio, deformaciones o torpeza.
- Reducir los movimientos involuntarios que restan energía.
- Conseguir la distensión mental y aumentar la capacidad de atención y concentración.
- Disponer de los músculos a voluntad, primero de forma segmentaria y finalmente de forma global.
- Enseñar a liberarse de las tensiones musculares inútiles que producen fatiga.
- Lograr la distensión psíquica frente a la ansiedad y otros estados emocionales desagradables.
- Y Asociar la búsqueda de distensión con la toma de conciencia de la respiración y su control.

Para poder realizar esta técnica de forma óptima es necesario un lugar amplio, cálido donde haya un gran silencio además de un ambiente tranquilo idóneo para realizar dicha técnica, deben llevar ropa cómoda y sentirse a gusto. Para la práctica de esta técnica tenemos dentro del albergue una sala idónea para ello.

Para realizar una correcta relajación es imprescindible la respiración, en este campamento vamos a trabajar las siguientes respiraciones:

- Respiración Cardiovascular: Intervienen los músculos que realizan la acción de contraer el cuello y elevar los hombros, movilizandoo las costillas superiores.
- Respiración torácica: Es la respiración más frecuente. Proporciona una buena expansión pulmonar al movilizar la parte media de los músculos que la rodean.
- Respiración abdominal: Es responsabilidad del diafragma, músculo que separa la cavidad torácica de la abdominal. La contracción de éste le hace descender ensanchando la base del tórax y los pulmones en sentido vertical.

Además, trabajaremos los masajes, aunque hay varios tipos, nosotros nos centraremos en los relajantes, ya que son una forma de relajación muscular. Es necesario el contacto ya que esto favorece a la confianza, autoconocimiento, relaciones y autoestima.

METODOLOGÍA

Como futuro maestro, al escuchar el término campamento educativo sentí gran interés, y tras la elección de dicho tema me dio una gran alegría. Para la construcción de mi TFG, en primer lugar, he tenido que buscar artículos por internet, páginas web de autores especializados en dicho tema, gracias a este proceso he podido obtener información variada la cual me ha podido ayudar a comprender y complementar mi trabajo, también he podido buscar información en libros, aunque no como me hubiese gustado debido a la situación actual.

Una vez buscada y analizada la información obtenida he ido clasificándola en función de su utilidad, debido a que tenía que seleccionar la información más relevante y la que considero que es realmente útil en este proyecto.

Gracias a todas estas fuentes, he podido encontrar un gran número de actividades que se pueden realizar dentro de las Actividades en el Medio Natural, considero que pueden llegar a ser beneficiosas para mi proyecto, además, desde un punto de vista pedagógico, puede acercar a los alumnos/as al medio natural, siendo un punto de vista diferente al que están acostumbrado, también servirá para fomentar la convivencia y plasmar unos contenidos educativos por medio de estas actividades.

No ha sido posible plasmar este proyecto durante mis prácticas, pero aun así creo que este proyecto podría ser muy enriquecedor para los alumnos/as y para los maestros que lo puedan llevar a cabo.

PRESENTACIÓN DE LA PROPUESTA

Para tener en cuenta el proceso para la preparación de mi trabajo me basaré en las pautas de trabajo comunes de Vaca que menciona Miguel (2006):

1. Favorecer la construcción de un espacio y un tiempo adecuado para el trabajo en grupo: normativa de uso, lugares y tiempos específicos para tareas diferenciadas.
2. Permitir el acceso personalizado a las diferentes tareas.
3. Dejar momentos para el aprendizaje de tareas individuales, grupales y de gran grupo, que favorezcan los aspectos de aprendizaje individual, con un compañero/a y con el grupo, además de los contactos sociales para compartir tareas.
4. Nuestra atención está centrada en las capacidades motrices, pero sin olvidarnos del resto de las capacidades. Se atenderá a aspectos lógico matemáticos, verbales, espaciales, musicales, motrices, afectivos y sociales.
5. Diseño de las actividades desde una perspectiva de procesos de enseñanza-aprendizaje, en los que pongamos atención en qué y cómo aprenden nuestros alumnos:
 - Partir de sus experiencias previas.
 - Procurar que lo aprendido les resulte significativo y funcional.
 - Buscar la transferencia y la generalización de lo aprendido a las actividades cotidianas.
 - Diseñar las sesiones de acuerdo con el desarrollo madurativo y evolutivo del alumnado, atendiendo a las zonas de desarrollo próximo (el profesor como mediador en vez de instructor).
 - Programar sobre la base de criterios de globalidad e interdisciplinariedad.
 - Intentar que el alumnado cobre un papel activo, haciéndole participe en su propio aprendizaje.
 - Facilitar el aprendizaje por descubrimiento, siempre que sea posible.
 - Favorecer la toma de decisiones, dentro de sus niveles de capacidad, lo que trae como consecuencia la orientación para poder comparar y elegir.

- Trabajar de forma consciente la metacognición. (p.91-92)

Una vez fijadas algunas de las pautas sobre las cuales se desarrollará el proyecto, habrá que tomar una serie de decisiones como el lugar, la edad o el número de posibles asistentes, así como el contexto, objetivos, contenidos, metodología que desarrollaremos a lo largo del campamento, evaluación y actividades que se practicarán durante el transcurso del mismo.

Contexto

- Contexto social

Esta propuesta de un campamento educativo está orientada para los alumnos y alumnas de tercer ciclo de Educación Primaria, será ofrecida por el centro a todos los alumnos/as sin excepción.

Tendrá la importancia y será puesta en práctica como una Unidad Didáctica más, aunque su participación no será obligatoria pero muy recomendable, además creo que beneficiosa para todos.

Este proyecto será propuesto como actividad de fin de curso, donde el alumnado que vaya a asistir deberá rellenar una inscripción y autorización firmada por su padre/madre o tutor/a legal. (Ver anexo 1)

- Contexto temporal

Será una actividad que tendrá una duración de 5 días, de lunes a viernes, que se realizará del 8 al 12 de junio, todo ello dentro del periodo escolar.

La elección de estas fechas se ha determinado debido al tiempo, ya que será más cálido y anochece más tarde, de esta forma podremos aprovechar más los días y realizar actividades conforme al tiempo disponible de luz solar, ya que si hubiese poca luz dificultaría la realización de algunas de las actividades.

Por causa de la duración y recursos necesarios para la realización del campamento educativo, será necesaria una cuantía económica, que podrán ser abonados en tres pagos para facilitar de esta forma a las familias su abono.

Por todo ello, sabemos que habrá cierto número de alumnos y alumnas que no asistirán ya que supone un gasto económico y se trata de una actividad que conlleva varios días fuera de casa.

- Contexto espacial

El lugar elegido para desarrollar nuestro proyecto es “el albergue de Molino de Butrera” a unos 85 km aproximadamente de la provincia de Burgos, El Molino de Butrera se encuentra situado junto al pueblo de Butrera, en la comarca de las Merindades (Norte

de Burgos). En el entorno del Monumento Natural de Ojo Guareña. Forma parte de un Centro Rural con antiguo molino hidráulico del siglo XIX, en una finca de 13 hectáreas.

El edificio, es un antiguo molino del siglo XIX rehabilitado como albergue. Se trata de un edificio rústico de dos plantas. Su interior, recubierto de madera, además posee calefacción en caso de ser necesaria, aunque en un principio planteando las fechas en las cuales se realizaría el proyecto no sería necesario su uso. Posee baños y duchas en cada planta.

El Molino en sí tiene una capacidad de 46 plazas, repartidas en habitaciones con literas para 4, 6 y 8 personas. Una amplia sala de estar en la planta baja dotada con sillas y mesas.

Además, si fuera necesario podríamos contar con las cabañas de madera, situadas en el entorno del molino, todas ellas poseen calefacción, hay 14 y tienen una capacidad de 8 a 8 plazas cada una de ellas. En este proyecto no sería necesario ya que está orientado a una cantidad de alumnos de entorno 40.

El comedor es amplio con una capacidad de en torno a 100 comensales por lo que no habría ningún tipo de problema en cuanto a ello, la comida que se propondrá el campamento educativo será variada y equilibrada.

El albergue cuenta con cuatro salas de trabajos multiusos, todas ellas equipadas con mobiliario necesario para celebrar reuniones, actividades y charlas teóricas que realizaremos sobre determinadas actividades para poder tener una fundamentación teórica y una base antes de ponerlo en práctica.

También podemos contar con un campo de fútbol, de voleibol, vías de escalada en roca natural, una zona de tiro con arco, áreas acotadas para poder bañarse en el río dentro del recinto, además de grandes zonas de césped donde se podrán realizar varias actividades, como por ejemplo una noche de acampada en tiendas en el medio natural. (Molino de Butrera)

Por último, posee un cuarto de enfermería, una gran proximidad a los servicios médicos de urgencia por si fuese necesario. (Ver anexo 2)

Objetivos

- Conocer y respetar el medio natural.
- Disfrutar a través del medio natural, así como del entorno que nos rodea.
- Consecución de una concienciación propia del cuidado de la naturaleza.
- Desarrollar la imaginación y creatividad para afrontar diversos obstáculos que puedan surgir a través de las diferentes actividades que se realicen.
- Desarrollar la confianza y la autoestima.
- Potenciar las Actividades Físicas en el Medio Natural como forma de ocio y aprendizaje.
- Favorecer el aprendizaje a través de la experimentación activa por medio de la estimulación de todos los sentidos.
- Fomentar el trabajo en equipo, así como la convivencia con los compañeros.
- Conocer las oportunidades que ofrece el medio, así como la gran variedad de actividades que se pueden realizar en él, senderismo, escalada, cabuyería, acampada, orientación...

Contenidos

Durante el campamento los alumnos/as desarrollarán uno contenidos sociales y pedagógicos, estos estarán íntimamente relacionados con los objetivos mencionados anteriormente.

Conceptuales

- Técnicas de senderismo.
- Técnicas básicas de agarre en roca natural.
- Técnicas de orientación.
- Técnica de cabuyería.
- Material necesario para la escalada.
- Material necesario para la orientación.
- Técnicas básicas de primeros auxilios.
- Conocimiento de la flora y fauna de la zona.
- Conocimiento cultural de la zona.

Procedimentales

- Orientación de un mapa.
- Uso de la brújula.
- Elaboración de nudos de seguridad para la escalada.
- Utilización correcta del material de escalada.
- Búsqueda de puntos de apoyo es escalada.
- Reconocimiento de diferentes especies de fauna y flora.
- Uso correcto de la técnica de seguridad P.A.S.

Actitudinales

- Respeto y cuidado del medio natural.
- Respeto y cuidado con el material propio y ajeno.
- Conocimiento de las capacidades de uno mismo, así como fomento de la autonomía e iniciativa personal.
- Convivencia con los compañeros/as y trabajo en grupo en las distintas actividades que se planteen a lo largo del campamento.

Metodología

Como he mencionado en la fundamentación teórica, la metodología que voy a seguir en este campamento estará basada en una educación activa, donde los alumnos aprenderán a través del juego, la experimentación y la relación con el entorno y sus compañeros.

Para ello, me basaré en la metodología que definen Lujan Ferrer y Rodríguez Sánchez (2011) de aprender haciendo, aprender jugando y aprender por descubrimiento.

Para comenzar, el término aprender haciendo hace referencia al aprendizaje de conductas y valores por parte de los alumnos/as, como su propio nombre indica este se aprende haciendo. Este aprendizaje se producirá por ejemplo con la cabuyería.

Seguiremos con el término de aprender jugando, puede ser que sea el más utilizado dentro de nuestro campamento, ya que engloba todas las actividades donde serán aplicados los distintos contenidos, se produce el aprendizaje en los juegos, que esto producirá una asimilación más eficaz de los contenidos. Trabajaremos con anterioridad aquellos contenidos que posteriormente queramos afianzar y aplicarlos en las actividades que realizaremos en el campamento.

Por último, el término aprender por descubrimiento nos permitirá que los alumnos/As avancen de forma progresiva respecto a sus capacidades por causa del interés que estos tengan en los temas planteados.

Por todo esto, el juego es un parte principal para el desarrollo de las actividades y es fundamental en la programación del campamento. De esta forma los alumnos/as aprenderán de una forma más divertida y dinámica de construir un conocimiento, de respetar y cumplir las reglas, de trabajar en equipo.

He elegido esta metodología, ya que creo que es la más adecuada, puesto que permite trabajar todas las actividades en el medio natural desde un enfoque integral y globalizador, de forma que adquirirán aprendizajes significativos.

Quiero destacar que metodología se realizará de forma conjunta, aunque se trabajará de forma individual, dual, en pequeños y en grandes grupos.

Actividades y programación de los días

El campamento constará de 5 días, los cuales tendrán el mismo formato variando las actividades, con excepciones de las Actividades Físicas en el Medio Natural ya que conllevarán mayor tiempo que el de una actividad normal, debido a la necesidad de movilidad, explicación y puesta en práctica. Todo ello quedará reflejado en este horario.

HORAS	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
9:00	LEVANTARSE/ ASEARSE/ ORDENAR LA HABITACIÓN				
9:30	Salida del colegio	DESAYUNO			
10:00		Salida en autobús hacia el Alto de la concha	Juegos cooperativos	Recogida de las tiendas y vuelta al albergue	Salida hacia Masa
11:00	Llegada al campamento y almuerzo	Senderismo	Juegos cooperativos	Tiro con arco	Orientación en Masa
12:00	Exploración libre	Senderismo	Juegos cooperativos	Técnicas de voleibol	Orientación en Masa
13:00	Exploración libre	Senderismo	Juegos cooperativos	Ficha de repaso de la fauna y flora	Llegada al albergue
14:00	COMIDA				
15:00	JUEGO LIBRE				Recoger
16:00	Visita Guiada	Visita ermita de San Bernabé	Explicación teórica acampada	Explicación teórica seguridad en montaña y primeros auxilios	Reunión final
17:00	Recordatorio básico orientación	Ermita de San Bernabé y Cueva Palomera	Preparación y montaje tiendas	Salida del albergue y escalada	Salida del albergue
18:00	Merienda y Orientación por el albergue	Almuerzo y visita Cueva Palomera Ojo de Guadeña	Cabuyería	Escalada	Llegada al centro
19:00	Orientación	Llegada al albergue	Cabuyería	Escalada y vuelta al albergue	
20:00	Duchas y asearse	Tiempo libre y ducha	Cabuyería	Ducha y aseo	
21:00	CENA				
22:00	Velada de bienvenida	Relajación	Historias y estrellas	Última velada	
23:00	A DORMIR				

El formato de los días es muy parecido, ya que las horas de las comidas, aseo, irse a la cama, son siempre las mismas, dependerá en tal caso del lugar, ya que el día que realicemos senderismo será un bocadillo, debido a que estaremos en Medio Natural, por lo tanto, no podremos comer en el albergue.

Destacar también, que las habitaciones serán organizadas por los profesores, al llegar al campamento, en una de las salas multiusos, habrá escondidas unas figuras geométricas de diferentes colores, cada alumno/a deberá encontrar la figura que ponga su nombre y por medio de la mímica sin enseñar su figura o color deberán encontrar a los compañeros/as que tengan la misma figura y color, de esta manera fomentaremos nuevas relaciones entre el alumnado para buscar una convivencia grupal en vez de individual.

Se realizarán clases teóricas, donde se explicará brevemente aquellos aspectos básicos para realizar las actividades correctamente y de forma segura, también clases prácticas, donde pondrán en práctica lo enseñado anteriormente, actividades cooperativas y de convivencia, comidas, juego libre y visitas culturales.

Además de todas esas actividades, se fomentará la responsabilidad individual y grupal, para ello, todos los días los alumnos/as deberán recoger, limpiar y ventilar todas las mañanas antes de ir a desayunar su cuarto, posteriormente los/as profesores revisarán los cuartos y tomarán nota en una ficha (Ver anexo 3) del cumplimiento de dicho requisito, otorgando un premio al final del campamento al cuarto más limpio, dicho premio será una prueba a modo de baile para el resto de sus compañeros.

Otras responsabilidades añadidas de forma individual, será el cuidado del material utilizado durante la estancia en el campamento, el cuidado del medio natural, recoger su plato y cubiertos tras cada una de las comidas, etc.

Programación de los días

Lunes

La salida se realizará a las 9:30h a.m., desde la puerta principal del centro, pero se recomendará a los alumnos y alumnas estar 10 minutos antes para evitar retrasos, a y 35 subiremos al autobús, una vez metidas las maletas en el maletero y realizaremos un recuento para comprobar que estemos todos/as.

La llegada prevista al albergue será entorno a las 11:00h a.m., una vez allí se descargarán las maletas y las dejaremos en una de las salas multiusos, y nos desplazaremos a otra de ellas, donde realizaremos la actividad mencionada anteriormente con el objetivo de distribuir a los alumnos/as en sus grupos de habitación, una vez que sepan con quién tendrán que convivir en la habitación durante la estancia en el campamento, cogerán sus maletas y se instalarán en sus debidos cuartos.

A las 12:00h a.m. nos reuniremos en el comedor donde cada uno deberá sacar el almuerzo traído de casa

Exploración libre

Tras el almuerzo, los alumnos/as tendrán tiempo de explorar de forma libre el albergue y su entorno, de esta forma lo conocerán, y se interesarán sobre el lugar donde van a estar los próximos 5 días, tanto las salas multiusos, las zonas deportivas, la naturaleza que nos rodea, etc.

A las 14:00h nos reuniremos en el comedor, como haremos todos los días y nos dispondremos a comer, al acabar, como he mencionado anteriormente, cada uno será responsable de su plato y cubiertos.

Después de la comida habrá tiempo de juego libre donde cada alumno/a podrá realizar lo que más le apetezca dentro de los límites del recinto, podrá realizar deporte como fútbol, voleibol, juegos de mesa, actividades con sus compañeros o simplemente realizar un paseo disfrutando del medio natural donde se encuentra el albergue.

Visita guiada

A las 16:00h nos reuniremos y nos realizarán una visita guiada explicándonos la historia del molino, así como cada uno de las habitaciones y zonas que lo forman, flora y fauna

próxima al recinto. Gracias a la exploración libre realizada anteriormente los alumnos/as podrán preguntar sobre aquellos aspectos que les llamó más la atención y durante esta visita guiada les serán resueltas sus dudas, además se explicará brevemente el funcionamiento y organización del campamento educativo, así como las normas que hay que respetar dentro y fuera del albergue.

Recordatorio orientación

Tras esta visita se recordará de forma teórica las características de la orientación, así como los materiales necesarios para ello, recordatorio del uso de la brújula, orientación del mapa y correcta interpretación de la leyenda reflejada en el mapa, será un recordatorio ya que llegadas estas fechas ya habrán trabajado una Unidad Didáctica de Orientación.

Merienda y orientación por el albergue

A las 18:00. se realizará la merienda y al acabarla comenzará la orientación, que será realizada en grupo de cuatro personas.

Se realizará un pequeño recorrido dentro de los límites del albergue, tanto en las zonas interiores como en la extensa parcela natural que posee, de esta forma los alumnos/as trabajarán en un entorno medianamente conocido, se hará una introducción con elementos del medio Natural.

A las 20:00h aproximadamente, los alumnos/as deberán ir a sus habitaciones para ducharse y cambiarse, y a las 21:00h tendrán que estar todos en el comedor para cenar.

Velada bienvenida

Tras la cena, como haremos todos los días, nos reuniremos todos/as, ya sea en una sala multiusos o en cualquier parte del recinto dependiendo de la actividad que vayamos a realizar, de esta forma buscaremos que los alumnos/as se relacionen y disfruten de realizar actividades divertidas antes de irse a dormir y terminar el día, en algún caso dependiendo de la carga física y mental del alumnado realizaremos técnicas de relajación.

En este caso, será en la sala multiusos grande, será una velada de tipo percusión ya que nos basaremos en los sonidos y ritmos. Al ser la primera, se buscará que sea divertida y grupal, para mejorar y afianzar las buenas relaciones durante el campamento.

En la primera actividad, los alumnos/as deberán pasearse de forma aleatoria por la sala y cada vez que se crucen con un compañero/a deberán saludarse de forma gestual, con el uso del lenguaje no verbal, en ningún momento se podrá utilizar el lenguaje verbal.

En la siguiente parte de la actividad, los alumnos/as serán divididos en grupos elegido por los/as profesores, y con el material disponible dentro de la sala y los sonidos que puedan realizar con su cuerpo, deberán construir e intentar seguir el ritmo de una canción conocida, que posteriormente tendrán que exponer a sus compañeros/as, y estos, tendrán que adivinarla.

Para acabar, en esos mismos grupos, deberán pensar y crear una canción nueva, teniendo en cuenta el material disponible, formarán un ritmo nuevo, un ritmo propio, una vez que cada grupo haya ingeniado su propia canción deberán enseñársela al resto de compañeros y entre todos/as deberán elegir cual es la canción que mayor ritmo y originalidad tenga.

Una vez acaba la actividad a las 23:00h los alumnos/as irán a sus respectivas habitaciones, donde deberán ponerse el pijama, limpiarse los dientes e irse a dormir.

A partir de ahora, cuando haga referencia a los próximos días, únicamente explicaré las actividades, ya que el formato de las comidas, la hora de levantarse e irse a dormir es la misma para todos los días.

Martes

Después de un buen desayuno, prepararemos la mochila para realizar una ruta de senderismo sencilla y turística, donde además de aprender sobre el senderismo en sí, conoceremos la historia y cultura de la zona.

Cada alumno y alumna tendrá un tiempo para vestirse de forma adecuada, para poder realizar la ruta, con un calzado cómodo, pero a la vez apropiado para andar, para evitar la salida de posibles ampollas o dolores en los pies. La ropa tendrá que ser apropiada según el tiempo que haga, y en cuanto a la mochila, tendrán que tener cuidado con el peso, colocando los objetos más ligeros en la parte inferior y a la inversa.

Senderismo

En este caso, realizaremos una de las rutas más destacadas de la zona, el sendero de El Ventanón, PR.C.BU-32, esta ruta tiene un recorrido de 10,52km y una dificultad de nivel fácil, es un recorrido circular, con un desnivel de subida de 314,46m y desnivel de bajada de 315,22m, altura máxima de 993,04 m y altura mínima de 766,92 m. Es un S.P.R. (Senderos de las merindades, 2020)

Descripción de la ruta

Comenzaremos en el Alto de la Concha, lugar donde nos dejará el autobús, siguiendo el sendero nos lleva al puente natural conocido por El Ventanón, que es un cortado calizo que se asoma al valle del Guareña.

En este caso, al tratarse de una ruta circular, podría realizarse en ambos sentidos, pero en este caso explicaré aquella que creo que es más conveniente realizar en este campamento.

Seguiremos las marcas amarillas y blancas, ascendiendo de esta forma por el monte entre encinas y en suelo calizo. Llegamos a una bifurcación marcada con un poste indicativo, nosotros giraremos a la izquierda, ya que conduce al camino hacia el Ventanón, si fuéramos a la derecha podríamos ir al Pico Cuerno.

Muy cerca del “Ventanon” un nuevo poste nos marca la senda hacia el lugar. Una vez allí, tendremos un tiempo para poder observar el paisaje, desde allí podremos visualizar varias poblaciones de la Merindad de Valdeporres, los Montes del Somo y La Engaña.

Volvemos por el camino que hemos hecho de nuevo hasta el poste, y ya nos dirigimos a Villamartín de Sotoscueva. Seguimos las marcas amarillas y blancas que recorren el pueblo hasta una salida que nos lleva al bosque de nuevo.

El Ventanón, es un arco natural enorme formado en el cortado calizo de otra de las conchas que conforman el Monumento Natural Ojo Guareña. Tiene 30 m de ancho y 20 de alto. (Ver anexo 4)

Durante el camino nos encontraremos simas o agujeros de diferente tamaño, las cuales están cercadas para no poner en peligro a personas o animales. Estas simas son debidas al relieve kárstico de la zona. Hay que recordar que estamos frente a uno de los conjuntos de cuevas más extensos de la península, con casi 100 km de recorrido.

La fauna que nos podremos encontrar en la ruta, sobre todo en la zona de cortados, son aves como el buitre leonado, el alimoche o las águilas reales. En el interior de la cueva se han detectado más de 60 especies de invertebrados cavernícolas, algunos de son endémicos. En cuanto a la flora, estamos en un encinar con quejigos.

Visita ermita de San Bernabé y Cueva Palomera

Después de realizar la ruta comeremos y por la tarde realizaremos las visitas guiadas y explicadas de la ermita de San Bernabé y las Cuevas Palomera, donde conoceremos la historia y las características de estos dos lugares característicos de la zona, al terminar volveremos al albergue, donde nos ducharemos antes de la cena. (Ver anexo 5)

Relajación

Tras la cena, para acabar el día al llevar un día de continuo movimiento creemos que es necesario realizar una actividad de relajación, que consistirá en la respiración pausa y ordenada en un ambiente de absoluto silencio, la primera parte de esta actividad será individual.

En cambio, la segunda se realizará por parejas, los monitores irán explicando diferentes técnicas para realizar masajes relajantes y los alumnos/as se irán turnando, de esta forma aprenderán tanto a relajarse como a realizar técnicas para relajar al compañero/a.

Miércoles

Tras el desayuno, nos dispondremos a la realización de juegos cooperativos, se realizarán tanto en parejas como en grupos más grandes, con el objetivo de fomentar el trabajo colectivo, la confianza y afianzar las relaciones entre los alumnos/as. Se realizarán varios juegos a lo largo de la mañana, donde aprenderán la importancia del trabajo en equipo, dichos juegos han sido sacados de diferentes páginas web.

Juegos cooperativos

Para la realización de los juegos, tendré en cuenta los contenidos específicos del área de Educación Física dependiendo del curso de los alumnos para trabajarlos mediante estos juegos.

- Rueda-rueda

Necesitaremos una tira de plástico ancha y alargada, tanto como para que los alumnos/as quepan dentro. Tendrán que formar con ella un círculo. Se tendrán que asegurar de que los extremos estén bien fijados para que no se separe. Una vez que tengan dos grandes círculos iguales de plástico, se dividirán en dos grandes grupos, cada uno dentro de uno de los círculos

El objetivo es llegar primero a meta, pero, para ello, los integrantes de cada equipo tendrán que caminar al unísono pasando la cinta como si de una rueda se tratase.

- Tómala que no la quiero

La coordinación y compenetración en las parejas aquí es fundamental. Es tan sencillo como dar un par de manteles o trozos de tela a cada equipo y una pelota de tenis. Cada grupo tendrá que lanzar la bola a los contrarios. La segunda pareja la recogerá con su tela y volverá a lanzarla. La dificultad se incrementará añadiendo otra pelota ya que serán

grupos de 8 personas, que a su vez se dividirán en parejas por lo que formarán una fila de 4, tendrán que coordinarse y fijarse bien en sus compañeros.

- Colchoneta mágica

En esta actividad se dividirán en grupos de 8, cada grupo dispondrá de una colchoneta y el objetivo será llegar hasta la meta avanzando con la colchoneta sin tocar el suelo. Esa será la única pauta dada a los alumnos/as, estos tendrán que pensar y darse cuenta que necesitan coordinarse con los demás grupos para poder conseguir el objetivo, juntando las colchonetas y compartir la colchoneta propia con otros grupos e ir avanzando con la suya y viceversa.

- Búsqueda de los tesoros de Butrera

Se dividirán en grupos, a cada grupo se le repartirá una hoja donde quedará reflejado distintos elementos que pueden encontrarse por el albergue, ya pueda ser desde un trozo de pan, una hoja, una bellota o cualquier objeto que puedan encontrarse por la zona, la dificultad dependerá de los objetos marcados y el tiempo establecido, tras la finalización del tiempo los grupos deberán volver al punto de partida, y se pondrá en común los objetos encontrados y el dónde los han encontrado.

- ¿Cubos vacíos?

En esta actividad necesitaremos cubos grandes, la mitad deberán de estar llenos de agua y la mitad vacíos, además de vasos de plástico. En grupos los alumnos/as deberán ir desde el cubo de agua vacío corriendo hasta el que está lleno, volver y rellenar el cubo que a priori está vacío. La dificultad añadida será, que un integrante del mismo equipo deberá sujetar una pierna a su compañero/a por lo que este deberá realizar el recorrido a la pata coja tratando de que no se desprenda el agua.

Explicación teórica de la acampada

Tras la comida y el juego libre, nos reuniremos en una sala multiusos comunal, donde realizaremos una pequeña clase tórica de cómo realizar una acampada y como deben montarse las tiendas de campaña, ya que posteriormente lo pondremos en práctica. Creemos que es muy apropiado, ya que debido al tiempo que hará en estas fechas y aprovechando la extensa esplanada que tiene el albergue para acampar, puede ser muy beneficioso para los alumnos/as de aplicar poner en práctica los conceptos teóricos vistos, además de disfrutar y entrar en verdadero contacto con el medio natural.

Como he mencionado en la fundamentación teórica, en este campamento utilizaremos algunas de las definiciones y estilos de acampada, como serán el albergue, del cual haremos uso durante prácticamente todo el campamento, además de de la zona de acampada, y las tiendas para permanecer en ella.

Preparación y montaje de las tiendas

Además, se explicarán las distintas formas de acampar, así como conceptos relacionados con la acampada y estancia en el medio natural.

Cabuyería

Una vez montadas las tiendas de campaña, realizaremos una actividad de cabuyería, a pesar de haber trabajado el año anterior una Unidad Didáctica de ello, creemos que es apropiado repasar y reforzar conceptos antes de realizar una actividad de escalada.

De esta forma, los alumnos/as perderán el miedo que puedan llegar a tener en la escalada, trabajaremos con los nudos básicos, el material de escalada para familiarizarnos con el (mosquetones, cuerdas, ochos) y lo pondremos en práctica con la construcción de una tirolina y un paso de monos (Ver anexo 6). Con ello queremos que no sea sólo teórico y pesado, sino que se diviertan y vean utilidad a aquello que hacen.

Por lo que nos dividiremos en 3 grupos, para que de esta forma al ser menos alumnos/as por grupo, presten mayor atención y disminuyan las distracciones, además de esta forma será mucho más dinámico para todos ellos.

Por lo que un grupo realizará nudos, otro una tirolina y el otro un paso de monos, irán rotando y aprendiendo todos de todo. Para la realización de esta actividad hemos tenido en cuenta los tipos de nudos mencionados en la fundamentación teórica, así como las características de la tirolina y el paso de monos.

Historias y estrellas

La cena serán unos bocadillos del albergue, ya que queremos estar en contacto con la naturaleza, tras la cena queremos un tiempo de relajación y reflexión, por lo que nos reuniremos todos en círculo y será momento para charlas, contar chistes, historias propias de acampadas, y tendrán un momento para tumbarse en completo silencio, observar el cielo estrellado, escuchar la naturaleza, sentir el medio Natural.

Jueves

Recogida de las tiendas y vuelta al albergue

Tras el desayuno, procederemos a la recogida de las tiendas de acampada y vuelta al albergue, deberá quedar todo limpio y recogido, sin dejar ningún tipo de desecho, ya pueda ser plásticos y papeles.

Tiro con arco

Posteriormente a dejar todo el material en el albergue, iremos a la zona dentro del albergue orientada al tiro con arco, antes de ponerlo en práctica se realizará una charla teórica de como lanzar con arco, de la posición y movimiento que deben hacerse para realizarlo con total seguridad.

Deberán lanzar y apuntar a unas dianas que podremos ir variando la distancia, para incrementar la dificultad dependiendo de las capacidades de los alumnos/as. (Ver anexo 7)

Técnicas de voleibol

Además, también iremos al campo de voleibol donde les enseñaremos las técnicas y normas básicas de este deporte, podrán desfogarse y jugar en equipos, podrán alternar el tiro con arco con el voleibol, siempre estando al cuidado de un profesor o monitor. (Ver anexo 8)

Ficha de repaso fauna y flora

Realizaremos una actividad sencilla antes de comer, donde repartiremos una ficha con imágenes tanto de fauna como flora de la zona, vistos y explicados anteriormente durante la AFMN de senderismo, para que de esta forma afiancen conceptos y aprendan de la naturaleza. En cuento a la flora, estas imágenes podrían ser del árbol en sí, de su fruto o sus hojas. (Ver anexo 9)

Explicación teórica: seguridad en montaña y primeros auxilios

Después de la comida y el juego libre, se realizará una charla acerca de la seguridad en la montaña y los primeros auxilios, basándonos en los conceptos encontrados en la fundamentación teórica.

Creemos que es imprescindible tener conocimiento de ello, a pesar de tener preparadas con anterioridad las salidas que van a realizarse durante el campamento, es fundamental que todos los alumnos/as conozcan estos conceptos, así como también todos los/as profesores y monitores que las realicen. Siempre que se realice una salida a la montaña hay que tener en cuenta los siguientes aspectos:

- Revisar la meteorología que va a haber durante dicha salida, precipitaciones, viento y temperatura.

- Preparación del itinerario

- Equiparse correctamente.

- Conocer las capacidades y límites de uno mismo.

- Hacer saber a alguien dónde vas y cuál es tu ruta por si pudiera surgir algún imprevisto.

Para que no se les olvide se les entregará un folleto sacado de la Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada. (Ver anexo 10)

Además, de forma complementaria trabajaremos los primeros auxilios, qué son y la forma de actuar ante determinados accidentes, creemos que es muy importante no únicamente para este campamento, sino que es muy recomendable que en su vida cotidiana y personal sean capaces de reaccionar correctamente ante estas posibles situaciones.

Una vez explicado de forma teórica la regla PAS, y los primeros auxilios con la ayuda de unos muñecos diseñados para ello pondrán en práctica estos conceptos, también realizarán la RCP. (Ver anexo 11)

Escalada

A continuación, iremos a una zona de escalada, como he mencionado en la fundamentación teórica con la escuela Climbing Away, en la zona de Escaño, a 15,4 km del Molino de Butrera. Exactamente, se encuentra en las coordenadas, Latitud: 42° 58' 7" N y longitud 3° 37' 46" W.

He decidido contar con esta escuela ya que considero que es necesario un equipo de monitores preparados, y con suficiente conocimiento para poder realizarlo con seguridad, además nos facilitarán el material necesario.

Hay entre 25 y 50 vías de dificultad 5c hasta 7b, repartidas en varias paredes donde los alumnos/as según sus capacidades podrán practicar y mejorar, siempre teniendo en cuenta las indicaciones de los monitores de la escuela.

Antes de comenzar habrá una explicación teórica repasando las normas y técnicas de escalada, así como del material necesario para realizarlo, de esta forma asimilarán los conceptos y se familiarizarán con él. (Ver anexo 12)

Por último, ya que es la última cena del campamento lo realizaremos de forma festiva. por lo que nos juntaremos todos en el comedor, tanto los alumnos/as como profesores deberá ir disfrazados de aquel disfraz que hayan traído de casa ya que en una tutoría previa al campamento se avisó a los padres.

Última velada

Al acabar de cenar y recoger el comedor, nos juntarnos en una de las salas comunales, la primera actividad que realizaremos será en 4 grandes grupos de 10 personas, el grupo número uno será el primer encargado de representar la primera película, para ello los otros tres grupos deberán decir a la mitad del grupo elegido (5 integrantes) una película, estos

tendrán 1 minuto y medio para representarlo a través de la mímica y la otra parte del grupo tratará de adivinarla.

En esta actividad los/as profesores también participarán al igual que los/as monitores, formando un equipo y posteriormente mezclándose con los alumnos/as, de esta forma se crearán nuevos vínculos y unas relaciones nuevas a las creadas dentro de la escuela.

Para terminar, como actividad final nos dividiremos en dos grandes grupos, y trataremos de realizar una performance de una película, ya que cuanto mayor sea el número de personas, mayor será su complejidad, por la dificultad en la coordinación y a la toma de decisiones.

Viernes

Salida del albergue y orientación en Masa

Tras el desayuno, realizaremos un circuito de orientación en un espacio desconocido por los alumnos/as, en este caso haremos uso del autobús para desplazarnos al pueblo de Masa, situado a 56km ya que tras plantearnos un recorrido por el Ojo de Guareña hemos llegado a la conclusión de que el terreno debido a esos grandes desniveles y a tantos elementos naturales podría llegar a ser muy complejo para los alumnos/as, por lo que hemos decidido realizarlo en el pueblo de Masa y el circuito de orientación que tiene en sus proximidades.

Con esta actividad, buscamos que los alumnos/as mejoren en su autoestima, progresen con su seguridad en sí mismos y sean autónomos.

Como he dicho anteriormente, este circuito se encuentra en los alrededores del pueblo, hay instalado un pequeño circuito de orientación formado por 9 balizas, estas se encuentran delimitadas por un sendero circular de 4,5 Km que recorre el monte situado al norte del pueblo.

En junio el año 2019 cambiaron las balizas de posición, y su dificultad es baja, ya que la distancia entre las diferentes balizas es pequeña y el desnivel del terreno es muy poco (100m de desnivel).

Se realizará en parejas para fomentar el trabajo en equipo, deberán encontrar las balizas, cada baliza en este circuito tendrá una letra determinada, tras encontrar todas ellas deberán descifrar una palabra buscando el orden adecuado de estas letras, dicha palabra estará relacionada con una cualidad trabajada durante esta actividad, esta palabra será: autonomía. (Ver anexo 13)

Para acabar, cada pareja tendrá que realizar en una hoja, un mapa de orientación propio poniendo libre y personalmente, las balizas y los elementos naturales sobre los cuales habrá que orientarse.

Reunión final

Finalmente nos reuniremos en grupo, y cada pareja explicará el diseño de su mapa y los elementos que lo forman, opinando el resto de compañeros posibles fallos para la corrección del grupo, de esta forma aprenderán de los fallos propios y de los compañeros.

Por último, volveremos al albergue a la hora de la comida, y tras esta recogeremos las habitaciones y todo aquello que sea necesario dejándolo todo ordenado y limpio.

Una vez hechas las maletas, nos reuniremos y pondremos en común aquellos aspectos que más nos hayan gustado y los que menos, cada uno podrá dar su visión del campamento, además, se repartirá una rúbrica personal que tendrán que rellenar los alumnos/as a cerca del campamento.

Llegada al centro a las 18:00h.

Evaluación

Al acabar el campamento realizaremos a cada uno de los alumnos/as una rúbrica (Ver anexo 14) para conocer desde su punto de vista práctico, y no únicamente desde la observación, para detectar fallos, conocer los errores o aspectos que se podrían mejorar o enforzar desde otro punto de vista. Queremos saber, si además de productivo para ellos, les ha gustado o si han disfrutado de él.

También, entre los maestros o personal que haya asistido, se realizará una pequeña reunión, donde se pondrán aspectos en común, cada uno expondrá su opinión, aspectos positivos, aspectos negativos, ideas nuevas, visiones nuevas para la mejora para otros años.

Evaluación del alumnado

No se realizará un examen por escrito, la forma en la cual se evaluará al alumnado será dividida en tres partes:

- El 40% será designada a la observación directa por parte del profesorado, hará referencia a la actitud con sus compañeros, a la hora de realizar las actividades, respeto por el medio natural y esfuerzo en las actividades que realice.

- Otro 40% será el cuaderno de campo, donde cada alumno/a de forma individual tendrá que reflejar en un cuaderno propio a modo de diario las actividades y experiencias realizadas cada día, podrán realizar dibujos o expresar sentimientos que hayan experimentado en cada situación.

- Un 20% la utilización del contenido explicado en las actividades realizadas a lo largo del campamento, así como la observación de las técnicas de dichas actividades.

CONCLUSIONES

Tras la realización de este proyecto, he podido llegar a la siguiente conclusión, que un campamento educativo no es una excursión de 5 días donde el alumnado lo aprovecha únicamente de forma recreativa, sino que está basado en la pedagogía y educación, por lo que considero que, debe ser programado como una Unidad Didáctica dentro del currículum, ya que es un proceso más de enseñanza dentro del colegio.

Es importante contar con el apoyo de todos los integrantes del centro, para que de esta forma pueda ser llevada a cabo de una forma adecuada, incluso contar con la participación de las familias.

Uno de los aspectos que me ha parecido más fácil en cuanto a la consecución de los objetivos propuestos al comenzar el TFG ha sido el de incitar al conocimiento de las AFMN como recursos de disfrute y aprendizaje para el alumnado, ya que considero que al alumnado la mayoría de las actividades propuestas enfocadas a dicho fin es de su agrado, debido a que el cambio en cuanto al entorno en el que están acostumbrados a aprender, ya que es dentro de un aula, y su paso a un entorno abierto, donde pueden expresarse, moverse, desfogarse, produce un mayor interés y disfrute.

El campamento, una actividad interdisciplinar, por lo que sería interesante que fueran varios profesores, sean de la materia que sea, ya que pueden aportar un conocimiento y una visión nueva, enriquecer el campamento desde varios enfoques.

Aunque es cierto que las áreas que tienen más peso en este proyecto, son las de Educación Física, Ciencias Naturales y Sociales, debido al entorno donde se lleva a cabo y las actividades realizadas en él.

Aunque nos centraremos en el área de la Educación Física, este proyecto nos ofrece un gran abanico desde el punto de vista educativo, así como nuevas posibilidades gracias al entorno, ya que se pueden realizar actividades en el medio natural como senderismo, escalada u orientación que, en el centro, no podrían realizarse. Además, gracias al contacto con la naturaleza y el entorno el alumnado captará nuevos estímulos y creación de nuevas respuestas, lo cual favorecerá el aprendizaje.

Quiero destacar que no sólo proporciona un aprendizaje educativo, sino también social, al estar varios días fuera de casa, al asumir una serie de roles y responsabilidades dentro del campamento, genera una autonomía e incrementa la seguridad personal.

Además, deberán convivir con sus compañeros a la vez que con el medio natural lo que fomentará las relaciones entre el alumnado y generará unos vínculos entre ellos, que desde el centro sería mucho más difícil, adquirirán confianza en sus compañeros y en ellos mismos, pero no solamente será beneficioso para la consolidación de estos vínculos por el alumnado, sino que también por los maestros que acuden al campamento escolar.

Al crearse estos vínculos y estas relaciones se producirán nuevas emociones y situaciones personales nuevas, por lo que además de trabajar desde el ámbito educativo y social, servirá como una herramienta emocional.

No sólo se trabajará la relación alumnado-alumnado o profesorado-profesorado, sino también la del alumnado-profesorado, ya que es muy diferente conocerlos en el centro durante el transcurso de una clase o alguna pequeña tutoría, que hacerlo en un espacio libre durante todo el día, poder observar las situaciones y respuestas de cada alumno/a ante distintas situaciones, es un momento idóneo para ello. Poder cambiar la forma de transmitir el conocimiento tras comprender por completo a cada uno de los alumnos/as.

Quiero destacar, que el campamento educativo, puede ser realizado durante todos los cursos de la Educación Primaria y sería muy beneficioso para todos ellos, pero yo me he centrado en el tercer ciclo ya que considero que es aquel que me va a dar menos problemas, ya que en el primer ciclo será difícil por la asistencia de los alumnos/as debido a la sobreprotección por parte de los padres cuanto más pequeños son sus hijos/as, pero decir que podría ser adaptable a cualquier ciclo.

La idea principal que quiero reflejar con este proyecto es que los maestros tenemos una herramienta educativa, social y emocional, que permite desarrollar aprendizajes dentro del currículum, siendo estos aprendizajes vivenciales que recordarán durante toda su vida y que debemos ponerlo en práctica ya que considero que es muy útil para el alumnado e incluso el profesorado.

Quiero recalcar que, aunque no se haya podido poner en práctica dicho proyecto ya que como he mencionado anteriormente es una propuesta, siento que he cumplido los objetivos planteados sobre este TFG, considero que he aprendido mucho acerca de las

AFMN y las posibilidades que pueden mostrar dentro de un campamento educativo, creo que son visibles y están fundamentadas teóricamente las ventajas que nos pueden ofrecer y los beneficios que podrían tener.

BIBLIOGRAFÍA

- Aparicio, M. (1997). Aire libre: un medio educativo. Madrid: Ed. CSS.
- Aragón, L. (1984). El campamento como recurso educativo. Vol. 8. 127-133.
<https://revistas.ucr.ac.cr/index.php/educacion/article/view/18569/18700>
(Consulta: 8 de abril de 2020)
- BuscoCampamentos (2020). La Historia de los campamentos de verano en España. Los Orígenes. Recuperado de <https://www.buscocampamentos.com/la-historia-de-los-campamentos-de-verano-en-espana-episodio-1-los-origenes/> (Consulta el 20 de marzo de 2020)
- 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. Boletín Oficial de Castilla y León. 25 de julio de 2016, núm: 142. pp. 34184-34746
- Freire, H., (2011). Educar en verde. Ideas para acercar a los niños y niñas a la naturaleza, Barcelona, España: Editorial GRAO de IRIF, S.L
- Granero, A. & Baena, A. (2007). Importancia de los valores educativos de las actividades físicas en la naturaleza. Habilidad Motriz, 29, 5-14. (Consulta el 20 de marzo)
- Luján Ferrer, M. E., & Rodríguez Sánchez, K. (2011). El campamento como programa didáctico: Hacia una propuesta teórico-metodológica para su implementación en los museos. Revista Electrónica " Actualidades Investigativas en Educación", 11(1), 22.
- Martínez, A., (2007). El deporte de orientación en la escuela. Unidades Didácticas para Primaria y Secundaria, Sevilla, España: Editorial Wanceulen editorial deportiva, S.L

- Martínez, B. (2020). Mundo psicólogos. Objetivos de la relajación Recuperado de <https://www.mundopsicologos.com/articulos/objetivos-de-la-relajacion>
(Consulta 12 de abril de 2020)
- Miguel A. (2001). Actividades en el Medio Natural en Educación Física Escolar, Palencia: Patronato Municipal de Deportes Ayuntamiento de Palencia
- Miguel, A. (2006). La escuela municipal de actividades físicas en el medio natural: un modelo de formación. En Sáez Padilla, J., Sáenz-López Buñuel, P. & Díaz Trillo, M., Actividades en el medio natural (pp. 83-96). Huelva: Universidad de Huelva.
- Molino de Butrera, Burgos. Recuperado de <https://butrera.es/>
(Consulta el 20 de marzo de 2020)
- Mugarra, A. (2000) Sin dejar huella: en busca de la armonía entre el medio y las actividades de aventura, Manuales Grandes Espacios, Desnivel, Madrid
- Pinos, M., (1997a) Actividades Físico Deportivas en la Naturaleza, Madrid, España: Editorial Gymnos.
- Pinos, M., (1997b) Guía Práctica de la Iniciación a los Deportes en la Naturaleza. Para niños y jóvenes, Madrid, España: Editorial Gymnos.
- Ruiz, E. R., Pombo, M. N. C., & Mundina, J. B. (1999). Reflexiones sobre el enfoque interdisciplinar y su proyección práctica en la formación del profesorado. Revista electrónica interuniversitaria de formación del profesorado, 2(1), 23.
- Senderos de las merindades, (2020). PR BU 32 El Ventanón. Recuperado de <https://senderosdelasmerindades.es/track/pr-32-el-ventanon/> (Consulta el 4 de abril de 2020)

- UNED, orientación en el campo y técnicas de montañismo
<https://multimedia.uned.ac.cr/pem/montanismo/4campismo/index.html> (Consulta
20 de abril de 2020)

ANEXOS

ANEXOS.....	53
ANEXO 1: INSCRIPCIÓN Y AUTORIZACIÓN CAMPAMENTO.....	56
ANEXO 2: INSTALACIONES	57
ANEXO 3: FICHA LIMPIEZA DE HABITACIONES.....	59
ANEXO 4: RUTA EL VENTANÓN.....	60
ANEXO 5: ERMITA DE SAN BERNABÉ Y CUEVA PALOMERA	61
ANEXO 6: CABUYERÍA (NUDOS, TIROLINA Y PASO DE MONOS)	63
ANEXO 7: TIRO CON ARCO.....	65
ANEXO 8: TÉCNICA DE VOLEIBOL.....	66
ANEXO 9: FICHA DE LA FLORA Y FAUNA.....	67
ANEXO 10: SEGURIDAD EN MONTAÑA.....	68
ANEXO 11: PRIMEROS AUXILIOS (REGLA P.A.S.)	69
ANEXO 12: ESCALADA	70
ANEXO 13: ORIENTACIÓN	72
ANEXO 14: RÚBRICA	74

ANEXO 1: INSCRIPCIÓN Y AUTORIZACIÓN CAMPAMENTO

DATOS PERSONALES DEL ALUMNO	
Nombres y apellidos.....	Fotografía del alumno/a
Fecha de nacimiento.....	
Dirección..... C.P.:	
Localidad.....Provincia.....	
Teléfonos de contacto:	
Email:	

AUTORIZACIÓN PARA ASISTIR A LAS ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES EXTERNAMENTE AL ESPACIO ESCOLAR	
D. /Dña..... con	
DNI.....	
Autorizo a mi hijo/a.....	
AUTORIZO a mi hijo/a, a participar en la siguiente actividad: Campamento educativo en el Molino de Butrera, que será realizado con fecha X al X de Junio.	
Dicha actividad ha sido correctamente organizada y aprobada por el Consejo Escolar del centro, me comprometo a abonar la cantidad estipulada de 170 euros.	
En..... a..... de..... de 202.....	
Firma del padre/madre o tutor/a lega	
Fdo.:	

ANEXO 2: INSTALACIONES



Fachada exterior del Molino



Instalaciones del comedor



Cabañas exteriores del recinto



Dormitorios



múltiples



Salas de
usos

ANEXO 3: FICHA LIMPIEZA DE HABITACIONES

(Ejemplo de dos de las habitaciones)

Habitación 1

CRITERIOS	DÍA 2	DÍA 3	DÍA 4	DÍA5
Camas hechas				
Correcta aireación del dormitorio				
Ropa recogida				
Habitación ordenada				

Habitación 2

CRITERIOS	DÍA 2	DÍA 3	DÍA 4	DÍA5
Camas hechas				
Correcta aireación del dormitorio				
Ropa recogida				
Habitación ordenada				

Dentro de cada recuadro se pondrá una nota cuantitativa del 1 al 10, al finalizar el campamento se hará la media

ANEXO 4: RUTA EL VENTANÓN

R.C.BU-32 EL VENTANÓN

En su tramo, este sendero pequeño recamado, que discurre por una ladera y por arroyos, nos acerca hasta el espectacular puente natural conocido como El Ventanón. Desde allí comenzamos el descenso por una pista hasta Villamartín, sede de la Hermandad de Sotocueva, rodeado por campos agrícolas.

EL VENTANÓN:
 Entre laberintos que rodean el sur del cerro de Sotocueva se encuentran con reminiscencias al carácterístico y sus modelado al de roca caliza.

desfilante cortado rocoso desolados El Ventanón, es conocido como el puente, un impresionante arco al de 36 metros de ancho y 20 de alto.

CANALES DE DULLA:
 Al sur de Villamartín de Sotocueva se encuentra un amplio territorio con unas características únicas: los Canales de Dulla. Se trata de un conjunto espacio integrado por un abanico de barrancos que confluyen antes de llegar a Quintanilla Vieja (PR.CBU-33).

SEÑALES CONVENCIONALES

- Núcleo de Población
- Iglesia y ermitas
- Ermita de San Bernabé
- Sumbidos del Guareña
- El Ventanón
- Bosque
- Aparcamiento
- Alojamiento Rural
- Casa del Monumento

SEÑALES DE RUTA

- Pista de Inicio / Final
- Sendero PR.CBU-32
- Carretera comarcal
- Otras carreteras
- Pistas y caminos
- Ríos y arroyos

LEJOS DEL VALLE

- Zona de valle
- Las laderas del valle
- Las cuestas calizas
- Otras laderas
- Otras cuestas calizas

VILLAMARTÍN:
 Emplazado entre el Valle de Sotocueva y los Canales de Dulla, el núcleo de Villamartín ha sabido conservar una arquitectura popular muy vinculada a las labores del campo y en especial a la actividad agraria.

Varios cabanos, una fuente, el lavadero, la tolvera y la iglesia conforman una aldea estática y este conjunto núcleo rural.

DE SENDEROS DEL MONUMENTO NATURAL DE OJO GUAREÑA



El Ventanón

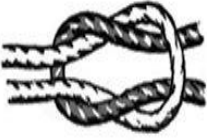




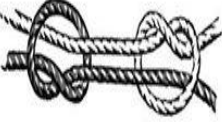
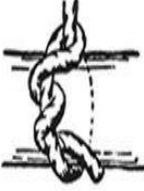
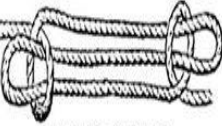
ANEXO 5: ERMITA DE SAN BERNABÉ Y CUEVA PALOMERA



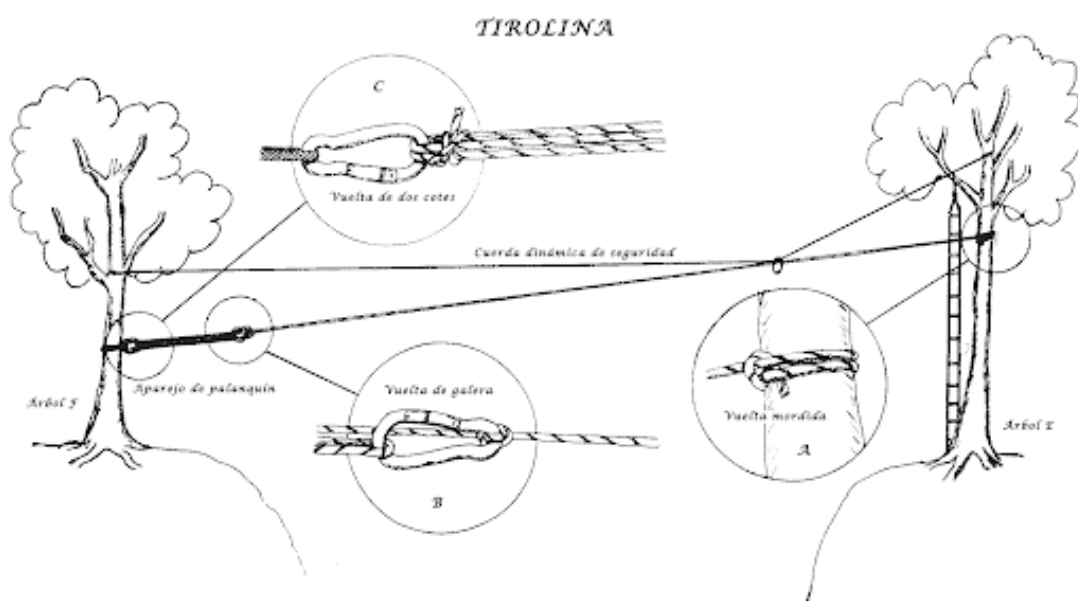


ANEXO 6: CABUYERÍA (NUDOS, TIROLINA Y PASO DE MONOS)

Nudos:

LOS 8 BASICOS			
	Sirve para unir 2 cuerdas de mismo grosor nudo plano y no lastima en vendajes	Es un nudo base para otros nudos y para anudar los cabos de la cuerdas	
RISO			NUDO DE 8
	Sirve para empezar un amarre o tejido básico para la construcción se sujeta a un mástil	Sirve para unirse a otra cuerda, argolla o mástil básico para empezar otros nudos	
BALLESTRINQUE			PRESILLA DE ALONDRA
	Sirve para unir 2 cuerdas de mismo o diferente grosor se usa para asegurar otros nudos	Sirve para unir 2 cuerdas del mismo grosor incluso si están mojadas es corredizo	
HAZ DE GUIA			PESCADOR
	Sirve para empezar amarres o montar el inicio de una cuerda para soportar tensión	Sirve para acortar una cuerda y reforzarla si es necesario sin tensión se deshace	
LEÑADOR Y/O COLA DE COCHINO			MARGARITA

Tirolina:



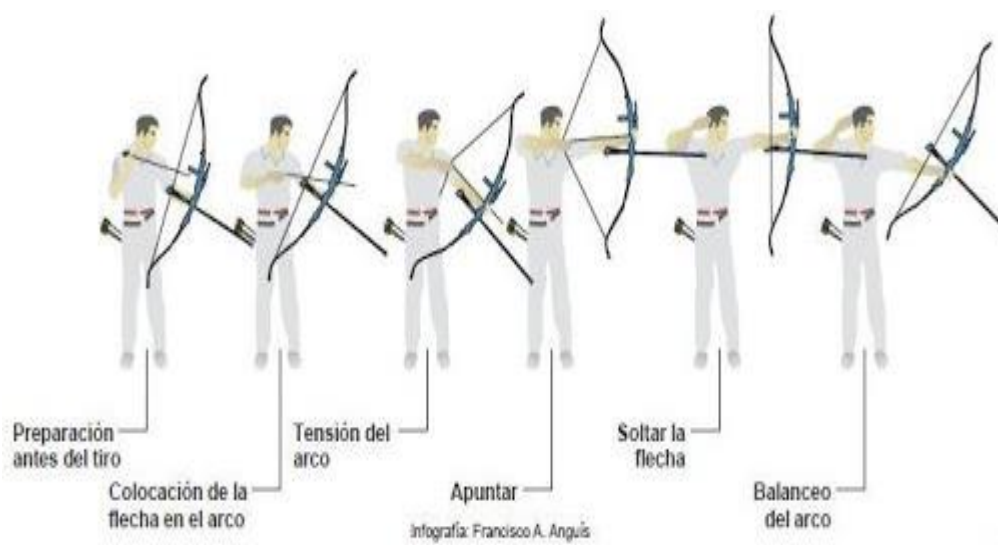
Paso de monos:



ANEXO 7: TIRO CON ARCO



Campo de tiro



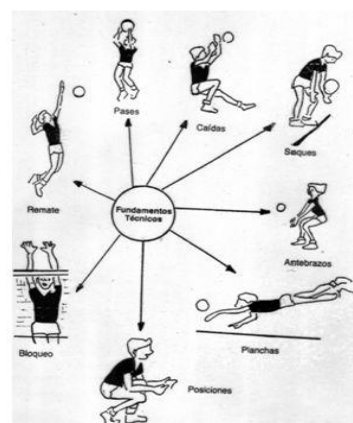
Técnicas básicas

ANEXO 8: TÉCNICAS Y PISTA DE VOLEIBOL



Pista de voleibol

- Posiciones y desplazamientos
- Pase de dedos
- Antebrazos
- Saques
- Remate
- Bloqueo
- Caídas y Planchas





Técnicas básicas

ANEXO 9: FICHA DE FAUNA Y FLORA



ANEXO 11: PRIMEROS AUXILIOS (REGLA P.A.S.)



Con la financiación de:



¿Cómo tenemos que actuar ante un accidente?

CONDUCTA P.A.S.

1° Proteger:

Después de cada accidente puede persistir el peligro que lo originó, por lo que:


- Haremos seguro el lugar, tanto para el accidentado como para nosotros.
- Si hubiese algún peligro, debemos alejar al accidentado **y tú mismo**.



2° Alertar:

Avisaremos a los servicios de emergencia, ya sea de la empresa o externos, indicando:


- Lugar del accidente.
- Tipo de accidente.
- N° de heridos.
- Nuestro teléfono y nombre.
- No ser los primeros en colgar.




De la información facilitada depende tanto la cantidad como la calidad de medios humanos y materiales que llega al lugar del accidente.

3° Socorrer:

- Mantendremos la calma.
- No moveremos al herido, a no ser que sea imprescindible.
- Hacer sólo lo que sabemos.
- Realizaremos una evaluación del accidentado, **sólo** si tenemos conocimientos para ello.





Elaborado por:

ANEXO 12: ESCALADA



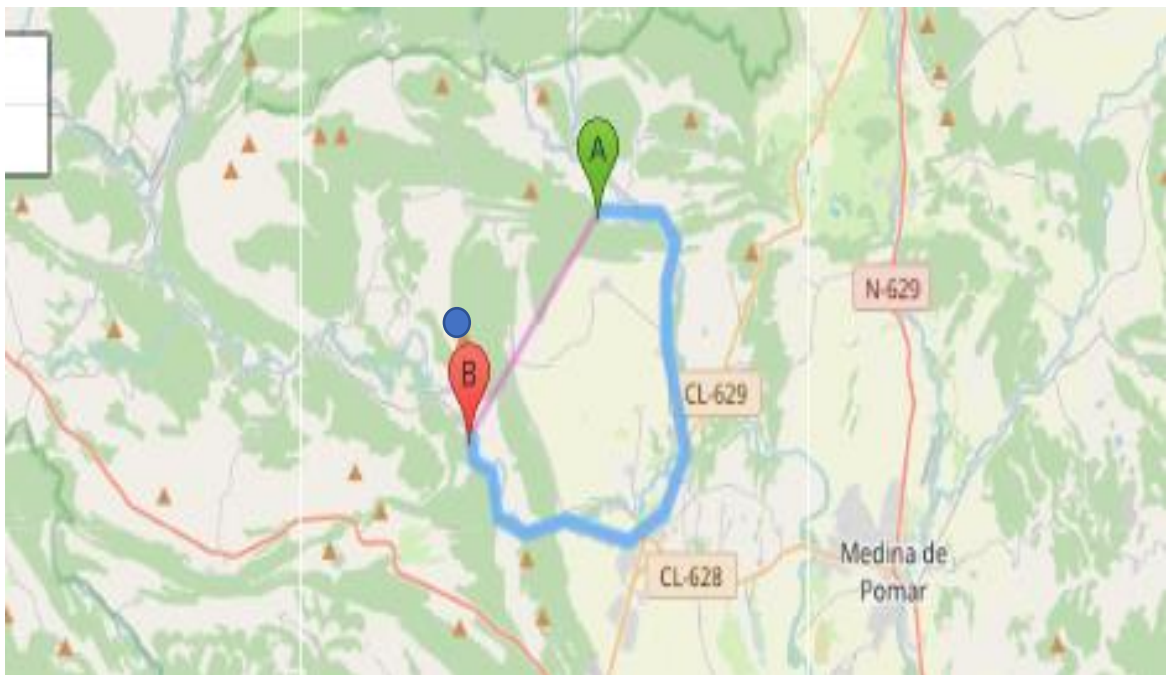
Vías de escalada



Vía de dificultad 6a+. (Esaño)



Material de escalada



Punto A	Molino de Butrera
Punto B	Pueblo de Escaño
Línea azul	Recorrido del autobús por carretera
Punto azul	Lugar de escalada con la escuela Climbing Away

ANEXO 13: ORIENTACIÓN

Sendero circular 4,5 km

1- N42° 38.151' W3° 43.080'
 2- N42° 37.847' W3° 43.201'
 3- N42° 38.124' W3° 43.285'
 4- N42° 38.084' W3° 43.645'
 5- N42° 37.920' W3° 43.077'
 6- N42° 37.968' W3° 43.506'
 7- N42° 38.002' W3° 43.275'
 8- N42° 37.868' W3° 43.319'
 9- N42° 38.125' W3° 43.486'

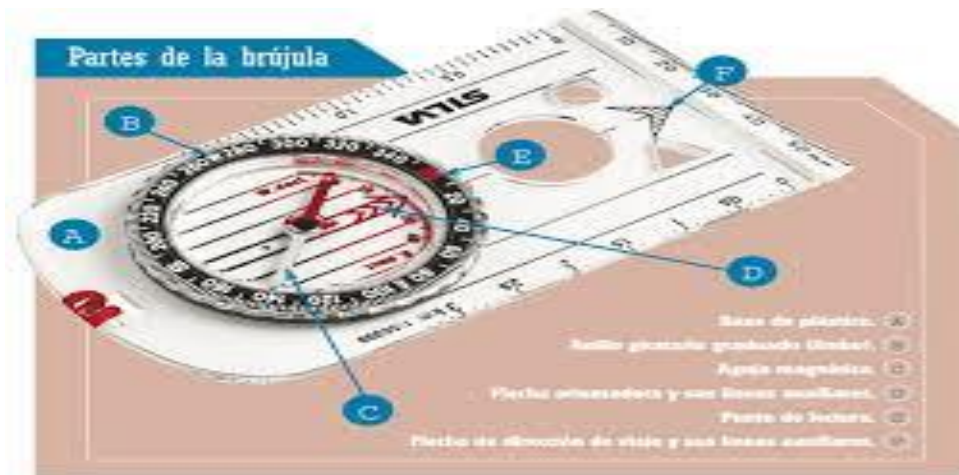
CIRCUITO DE ORIENTACIÓN - MASA
 Encuentra todas las balizas y descubre la palabra escondida

LETRAS	1	2	3	4	5	6	7	8	9
--------	---	---	---	---	---	---	---	---	---

Mapa del circuito de orientación



Balizas de orientación



Brújula de orientación

<ul style="list-style-type: none"> Grava Lago Terreno Abierto Terreno Basto Bosque Frutales Vivero Terreno Cultivado Edificación Ruina Zona Urbanizada Salida Baliza Num. Baliza Meta 	<ul style="list-style-type: none"> Curva Nivel Cortado de Tierra Rio Canal Riachuelo Limite de Cultivo Calle/Pista Carneri. Carretera Linea Electrica Valla Ruta Obligatoria Vado Ruta Prohibida Avituallamiento 	<ul style="list-style-type: none"> Fuente Arbol Torre Alta Torre Pequeña Objeto Pista Buena Pista Media Pista Mala Sendero Bueno Sendero Medio Sendero Malo
--	--	--

Leyenda de orientación

Nº SALIDA	HOJA DE CONTROL		DORSAL	TIEMPO	H	M	S
	NOMBRE:			H. LLEGADA			
	EQUIPO:			H. SALIDA			
				TIEMPO			
6	7	8	9	10			
1	2	3	4	5			

Tarjeta de control

ANEXO 14: RÚBRICA DE LOS PARTICIPANTES

Valoración	Muy mal	Mal	Regular	Bien	Muy bien
¿Te ha gustado el campamento?					
¿Has aprendido cosas nuevas sobre las Actividades Físicas en el Medio Natural?					
¿Te gustaría realizar una carrera de orientación?					
¿Te ha gustado la ruta de senderismo?					
¿Sabrías realizar una tirolina o paso de monos utilizando los nudos aprendidos durante el campamento?					
¿Qué te ha parecido el albergue?					
¿Qué es lo que más y lo que menos te ha gustado?					
¿Te han gustado las actividades que se han realizado? ¿Propondrías alguna actividad nueva?					
Describe brevemente tu estancia en el campamento.					