



Facultad de educación de Palencia

UNIVERSIDAD DE VALLADOLID

LA NATURALEZA COMO AULA

TRABAJO FIN DE GRADO

GRADO EN EDUCACIÓN PRIMARIA/MENCIÓN EN EDUCACIÓN FÍSICA

AUTOR: DAVID ALEJO PALOMO

TUTOR: LUCIO MARTÍNEZ ÁLVAREZ

PALENCIA, 2021

Resumen

¿Vivimos rodeados de naturaleza?. La respuesta es sí. Pero... ¿Tenemos contacto con ella? O rehusamos a hacerlo. Estas preguntas anteriores podrían valer para cualquier persona pero, a través del siguiente proyecto, pretendo dirigir las a los docentes. Espero con ello despertar en el docente la necesidad de promover y fomentar el contacto directo con la naturaleza desde el área de Educación Física.

A través de los autores que menciono durante el proyecto vemos cómo la naturaleza de la que provenimos ha quedado relegada a un segundo plano, sustituida por aulas o gimnasios limitando de este modo el desarrollo cognitivo-motriz del alumnado así como sus habilidades sociales y empáticas hacia los demás y hacia el medio natural que les rodea.

Para ello he creado una propuesta de actividades al aire libre para toda Educación Primaria desde un C.E.I.P. de la ciudad de Palencia y desde el área de Educación Física, vinculándola de forma transversal con las áreas de Ciencias Sociales y Ciencias Naturales así como la Educación Ambiental.

Palabras clave

Educación física/ Pedagogía verde/Educación en el asombro/ Espacios verdes/Educación en contacto con la naturaleza.

ABSTRACT

Do we live surrounded by nature? The answer is yes. But ... do we have contact with her? Or we refuse to do so. These previous questions could be valid for anyone but, through the following project, I intend to direct them to teachers. I hope with this awaken in the teacher the need to promote and encourage direct contact with nature from the area of Physical Education.

Through the authors that I mention during the project, we see how the nature from which we come has been relegated to the background, replaced by classrooms or gymnasiums, thus limiting the cognitive-motor development of the students as well as their social and empathic skills towards others and towards the natural environment that surrounds them.

For this I have created a proposal of outdoor activities for all Primary Education from the C.E.I.P. from the city of Palencia and from the area of Physical Education, linking it transversely with the areas of Social Sciences and Natural Sciences as well as Environmental Education.

Key words

Physical education / Green pedagogy / Educate in amazement / Green spaces / Educate in contact with nature.

ÍNDICE

0. Introducción	Pág. 6
1. Justificación	Pág. 9
2. Objetivos	Pág. 11
3. Fundamentación teórica	Pág. 12
3.1. ¿Por qué es importante el contacto con la naturaleza?	Pág. 12
3.2. Educar en Verde. Heike Freire	Pág. 17
3.3. Educar en el asombro. Catherine L'Ecuyer	Pág. 19
3.4. ¿Qué vinculación encontramos entre el área de Educación Física y el Medio Natural, y qué vinculación encontramos entre Educación Física y Ciencias Naturales y Ciencias Sociales?	Pág. 22
3.5. Vinculación con el currículum oficial de Castilla y León	Pág. 24
3.6. ¿Qué problemas e inconvenientes puede suponer una educación en contacto con la naturaleza?	Pág. 27
4. Metodología	Pág. 29
4.1. ¿Qué es necesario para llevarla a cabo?	Pág. 29
4.1.1. Identificar los espacios verdes cercanos a nuestro contexto ¿Qué son? Características	Pág. 29
4.1.2. ¿Qué aptitudes debería tener un docente para llevar a cabo la propuesta?	Pág. 30
4.1.3. Metodología	Pág. 30
5. Presentación de la propuesta	Pág. 33

5.1. Objetivos de la propuesta	Pág. 34
5.2. Metodología de la propuesta	Pág. 34
5.3. Propuesta práctica	Pág. 37
6. Conclusiones	Pág. 53
7. Bibliografía	Pág. 56
8. Anexos	Pág. 60

0. INTRODUCCIÓN

Con el presente trabajo pretendo poner en relieve la gran importancia que tiene una educación en contacto con la naturaleza y los efectos positivos que provoca en el alumnado. Dicho trabajo no pretende ser una verdad única y al final del mismo cada lector sacará sus propias conclusiones posicionándose a favor o en contra de lo que en este trabajo se defiende y se plantea.

El trabajo se organizará en los siguientes apartados.

En primer lugar, en la “Justificación” relato a través de mi experiencia educativa el poco contacto que yo he tenido con el medio natural, las referencias que podemos encontrar en el currículum y finalmente una serie de preguntas que a lo largo del trabajo se dan respuesta.

En segundo lugar, en los “Objetivos” se enumeran aquellos que concretan el sentido del Trabajo de Fin de Grado.

En tercer lugar, en la “Fundamentación Teórica” pretendo dar sentido y significado a los objetivos y para ello me he apoyado en diferentes autores, extrayendo a través de artículos y libros las diferentes pedagogías y metodologías que apoyan y dan fuerza a los objetivos propuestos, poniendo especial énfasis en el contacto directo con la naturaleza desde el área de Educación Física y sus beneficios sobre el alumnado.

Por otro lado, en dicho apartado también se trata la vinculación que hay entre el área de Educación Física y el medio natural, la vinculación entre el área de Educación Física con otras áreas con las cuales se trabaja de manera transversal durante este trabajo (Ciencias Sociales y Ciencias Naturales) y la vinculación con el currículum oficial de Castilla y León.

Por último, en dicho apartado encontramos aquellos problemas o inconvenientes que se pueden presentar a la hora de poner en práctica un contacto directo con la naturaleza desde el área de Educación Física.

En cuarto lugar, en la “Metodología” detallo los pasos seguidos para la creación de una propuesta práctica respondiendo a una serie de preguntas tales como qué es necesario para llevarla a cabo respondiendo en este caso a qué son los espacios verdes y sus características e identificando los espacios verdes referentes al contexto donde pretendemos llevar a cabo la propuesta práctica o qué aptitudes debería tener un docente para llevar a cabo la propuesta.

Por último, en dicho apartado se detalla la metodología seguida paso a paso sobre la creación de la propuesta desde la búsqueda de información a través de internet hasta la utilización de los conocimientos adquiridos durante la carrera en las diferentes asignaturas correspondientes a la especialidad de Educación Física.

En el quinto apartado, se detalla la propuesta práctica dando de este modo funcionalidad y sentido al trabajo realizado. Del mismo modo que en el segundo apartado de dicho trabajo expongo una serie de objetivos que pretendo cumplir con dicha propuesta y enumero las diferentes metodologías o estilos de enseñanza tales como mando directo, descubrimiento guiado y aprendizaje cooperativo, que en mi opinión son óptimas para llevar a cabo con dicha propuesta.

Por último, en dicho apartado se describe la secuenciación de la propuesta práctica desde el C.E.I.P. de la ciudad de Palencia, empezando por unas salidas al medio natural cercano y conocido al centro en diferentes estaciones del año durante las horas lectivas de Educación Física para finalizar el curso con una salida a un medio natural lejano y desconocido, en este caso a la “Tejeda de Tosande” a través de una ruta de senderismo, todo ello trabajado de manera transversal con el área de Ciencias Sociales y el área de Ciencias Naturales.

En sexto lugar, se presentan las conclusiones, a través de ellas hago un repaso de lo tratado durante los apartados anteriores resaltando la desconexión que hoy en día padecen los alumnos debido a la constante automatización de las aulas y de la importancia que tiene revertir esa situación utilizando a la naturaleza como materia prima de enseñanza.

En séptimo lugar, se encuentra la bibliografía. En dicho apartado se exponen las diferentes fuentes de las cuales se han extraído ideas, fundamentos, citas, etc.

En octavo y último lugar, se encuentran los anexos referentes a documentos que el docente podría utilizar y repartir a los alumnos y familias durante el desarrollo de la propuesta práctica.

1. JUSTIFICACIÓN

Educar en contacto con la naturaleza es un tema muy interesante por todo lo que ofrece tanto al docente como al alumnado.

Durante mis diferentes etapas educativas apenas he tenido contacto real con la naturaleza más allá de la típica salida didáctica a la “Granja del Viejo Chopo” donde estabas un día en un medio rural y en contacto con animales de granja. Nunca realicé senderismo en el colegio, ni montañismo, ni escalada, etc. Ni siquiera recibí los contenidos necesarios para al menos saber de qué trataban esas actividades. Ya en la universidad a través de asignaturas como “Potencial Educativo de lo Corporal” y “Educación Física en el Medio Natural” he podido ver las infinitas posibilidades que el medio natural nos ofrece para la consecución de la relación enseñanza-aprendizaje.

Preguntando a personas de mi entorno cercano, que incluyen personas de diferente edad que se han educado bajo diferentes leyes, todos coinciden en que durante su escolaridad el contacto con la naturaleza no ha tenido protagonismo más allá de alguna salida esporádica al medio natural.

Así que podemos preguntarnos si es adecuado que la escuela dé la espalda al medio natural o si, por el contrario, merece la pena que los escolares tengan contacto continuado y de forma sistemática con el medio natural.

Esto nos lleva a preguntarnos por los aspectos positivos que podría aportar este contacto con el medio natural que más adelante en este trabajo detallaré.

Con este trabajo pretendo dar respuesta a por qué es importante realizar educación física en la naturaleza, qué tiene de positivo este modelo de enseñanza, o qué impide que esto se lleve a cabo hoy en día.

Todo esto anterior se encuentra incluido en el currículum de educación física de primaria aunque no de manera explícita, ya que apenas se hace alusión a la educación física en el medio natural.

Dentro del currículum, podemos encontrar ciertas referencias en sus objetivos principales donde se relaciona el cuerpo y la actividad física y los diferentes entornos donde se desarrolla la actividad física y deportiva pero en la división por bloques no hay apenas referencias a la educación física en la naturaleza, es en el bloque 4 referente a Juegos y Deportes donde se habla de la importancia que tiene trasladar ese tipo de actividades al medio natural para crear nuevas y diferentes situaciones a las que se dan habitualmente en el aula o gimnasio permitiendo de este modo que el alumnado tenga diferentes respuestas. Además, dichas actividades fomentan la interdisciplinariedad con otras áreas y el desarrollo de valores que tienen que ver fundamentalmente con el medio natural y su conservación.

A lo largo de este trabajo quiero remarcar, dar sentido e importancia a la pregunta inicial, ¿Por qué es importante realizar Educación Física en contacto con la naturaleza?. Pienso que a través de la educación física en la naturaleza el alumno va a poder desarrollar sus habilidades motrices y aprender del medio natural que le rodea trabajando de manera transversal con la educación ambiental y con asignaturas como Ciencias de la Naturaleza de la cual el alumnado puede extraer conocimientos sobre el ciclo del agua, el ciclo de la vida de animales y plantas así como sus cambios o evoluciones durante las diferentes estaciones del año, etc. y Ciencias Sociales de la cual el alumnado puede extraer conocimientos geográficos y culturales del lugar en el que se encuentra, así como conocimientos orográficos y geomorfológicos del mismo a través del contacto directo dándose así un aprendizaje significativo del medio que les rodea y con un gran poder de rememoración.

2. OBJETIVOS

- Comprender la necesidad e importancia de llevar al alumnado a su entorno natural próximo para su desarrollo más autónomo.
- Mostrar los beneficios físicos, mentales y emocionales que las actividades en el medio natural aportan.
- Mostrar cómo los aprendizajes adquiridos en contacto con la naturaleza son equiparables con los adquiridos con una educación tradicional en el aula.
- Enseñar a través de la Educación Física en contacto con la naturaleza conocimientos de otras áreas: Ciencias Naturales y Ciencias Sociales.

3. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

Para dar respuesta a los objetivos anteriormente expuestos voy a apoyarme en la siguiente fundamentación teórica. Empezaré dando respuesta a la pregunta por qué es importante el contacto con la naturaleza para posteriormente apoyarme en diversos autores referentes en cuanto a la importancia que tiene el contacto y la relación del ser humano con la naturaleza y sobre todo lo importante que puede llegar a ser para los más pequeños. Del mismo modo, para llevar a la práctica un contacto directo del alumnado con el medio natural debemos de ver qué vinculación tiene nuestro área (Educación Física) con el medio natural y qué vinculación tiene con las diferentes áreas con las que queramos trabajar que en este caso son: Ciencias Sociales y Ciencias Naturales a través del Currículum oficial de Castilla y León.

Finalmente, veremos qué tipos de problemas e inconvenientes supone una educación en contacto con la naturaleza, desde aquellos que surgen de la propia institución debido a su lejanía de espacios verdes, hasta los miedos y temores de padres y docentes ante actividades en un medio aparentemente no controlado.

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

Al dar respuesta a dicha pregunta también daremos respuesta a varios de los objetivos expuestos en el punto anterior. Dichos objetivos son:

- Comprender la necesidad e importancia de llevar al alumnado a su entorno natural próximo para su desarrollo más autónomo.
- Mostrar los beneficios físicos, mentales y emocionales que las actividades en el medio natural aportan.

A lo largo de mi etapa educativa y como he podido observar en el Practicum I y más actualmente en el Practicum II, los niños y niñas tienen una gran falta de contacto con la naturaleza, apenas realizan salidas al medio natural. Bien es cierto que estamos hoy en día atravesando una pandemia provocada por la COVID-19 y tanto los colegios en sí como las programaciones se han visto modificadas al completo. Siendo una medida

efectiva realizar las clases en espacios abiertos, con aire limpio y renovado y las pertinentes medidas de seguridad, me resulta curioso y chocante que se siga sin realizar actividades en el medio natural. Quizás no sea posible llevarlo a cabo en todas las áreas, pero en Educación Física, las salidas a los diferentes parques que pueda tener alrededor del centro educativo sirven, no de la misma manera que un medio natural propiamente dicho, como un pequeño escalón intermedio.

Hoy en día, no tenemos más que observar las ciudades donde predomina el asfalto de las carreteras y el cemento de los edificios quedando los espacios verdes relegados a pequeños recintos dentro de la ciudad o a espacios externos y algunas veces alejados de la misma, es como si las ciudades fueran construidas a espaldas de los niños, que cada vez tienen más dificultades para salir a la calle (Tonucci 2003).

Este alejamiento de la naturaleza actúa de una manera negativa en el alumnado haciendo que sus niveles de estrés y ansiedad vayan subiendo poco a poco además de provocar un creciente desconocimiento de su medio natural más cercano. Según un estudio realizado en Reino Unido, muestra cómo los niños y niñas de 8 años tienen un mayor conocimiento de dibujos Pokémon que de especies silvestres (Balmford, Clegg, Coulson y Taylor 2002). Existe evidencia de que la pérdida de saber sobre el mundo natural favorece un aislamiento creciente (Freire, 2011: pág. 22).

La importancia de que los niños y niñas tengan contacto con la naturaleza es importantísimo para su óptimo desarrollo en diferentes ámbitos desde el más próximo a sí mismos como el físico, mental y emocional hasta el cultural. La naturaleza nos sirve a nosotros los docentes como un medio catalizador de los conocimientos que queremos inculcar en los alumnos, nos sirve como un aula más donde los medios quizás no están tan delimitados por las cuatro paredes del aula o del gimnasio, si no más bien están delimitados por las condiciones atmosféricas o por la cercanía o lejanía del medio natural.

Pero esta importancia no ha sido descubierta recientemente sino que ya los humanistas como Erasmo de Rotterdam, Montaigne o Locke incorporan los ejercicios físicos al

sistema educativo. Pero fue con Jean Jacques Rousseau y su obra “Emilio” con quien el naturalismo alcanza su máximo apogeo. A través del “Emilio” Rousseau afirma que la educación proviene de tres vertientes siendo una la naturaleza, otra los hombres y por último las cosas cotidianas de la vida, siendo la educación en la naturaleza la única que no depende del hombre. También Rousseau destaca el papel activo que toma o tiene que tomar el alumnado en su descubrimiento de la naturaleza mediante actividades eminentemente motrices, es decir, actividades físicas poniendo especial énfasis en la Ley de Individualidad en la que cada individuo es diferente al resto y por lo tanto precisa de una educación diferente.

Por otro lado, a través de Funollet (1989), podemos justificar las actividades físicas en el medio natural dentro de los centros educativos por las diferentes razones que nos da a conocer:

- Efecto socializador: Debido a la variedad y diversidad de posibilidades motrices que ofrece, así como de actividades. Además sirve como complemento obligatorio para la educación en general y más concretamente dentro del área de Educación Física.
- Enfoque recreativo: Sirven como válvula de escape para realizar algo divertido y diferente mientras aumentamos y mejoramos tanto nuestra condición física como nuestra calidad de vida.
- Alternativa: Nos sirve para concienciar a la sociedad sobre el medio ambiente y su cuidado y conservación tanto de la flora como de la fauna.

Por ello me resulta chocante la predominancia de la enseñanza tradicional en el aula, sobretodo en Educación Física, donde predomina el gimnasio o polideportivo sobre el parque.

Actualmente en España podemos encontrar varias bosquescuelas cuya aparición data del año 1917, la primera bosquescuela perteneció a la comunidad de Madrid, más concretamente en Dehesa de la Villa, de cuya escuela apenas queda en pie un pabellón (Anónimo, 2011). Recientemente, en el año 2015, y a diferencia de las escuelas al aire

libre estas escuelas que nombraré a continuación sí pertenecen a la educación formal. Estas escuelas se basan en el aprendizaje en el que la naturaleza es el propio aula. Inconveniente que le veo, solo se da en Educación Infantil. Hasta el momento, en España solo hay dos escuela-bosque que apliquen este tipo de metodología en Educación Primaria: Tierra y Sal. Escuela al aire libre. Playa escuela situada en Cádiz (Andalucía) y Casa Tribu. Bosque Escuela Crianza y Aprendizaje Natural ubicado en Santomera (Murcia).

En las escuelas anteriormente nombradas los alumnos pasan todo su horario lectivo en la naturaleza excepto aquellas donde la climatología es muy adversa, en esos casos se refugian dentro de la cabaña que sirve de aula en dichos momentos. Dichas escuelas cumplen con los objetivos estipulados en el Currículum oficial para todas las áreas, utilizando y sirviéndose del medio natural para ello a través de actividades en el medio natural donde los alumnos y alumnas son los claros protagonistas de su aprendizaje tomando un papel totalmente activo.

En la provincia de Palencia podemos encontrar una escuela de bosque. Se llama Perapertú y se ubica en el municipio de San Cebrián de Mudá, un espacio protegido por su gran y variada biodiversidad “Parque Natural de Fuentes Carrionas y Cueva del Cobre”.

La bosquescuela Perapertú no es una escuela propiamente dicha, es más bien un lugar donde los niños toman o retoman el contacto directo y real con la naturaleza durante los meses de verano lejos de las ciudades atestadas de automóviles y edificios de cemento utilizando su cuerpo como instrumento de aprendizaje y exploración del medio natural.

Por lo tanto vemos cómo la importancia del contacto con la naturaleza y su relación con las actividades físicas o Educación Física viene de lejos y ha sido investigada y estudiada por numerosos autores y autoras. El contacto con la naturaleza a través de la Educación Física puede ser clave a niveles físicos, mentales y emocionales además de ser un buen elemento socializador y que actúa de una manera muy positiva en nuestra condición física y por ende en nuestra calidad de vida, además nos sirve como

instrumento transversal para tratar diferentes conocimientos de otras áreas utilizando el medio natural para la enseñanza y concienciación de su cuidado en edades tempranas.

La creación de Bosque Escuelas es un comienzo para revertir la situación actual pero aún queda mucho camino y no todo, ni para todos este contacto con la naturaleza es realmente positivo. Hay padres, madres y docentes que tienen miedo de los peligros que se pueden generar con una educación basada en el contacto con la naturaleza. Sus pensamientos sobre una actividad así suelen ser negativos, ¿Y si mi hijo o alumno se pierde?, ¿Y si mi hijo o mi alumno se cae y se hace daño?, ¿Y si llueve y se mojan?, ¿Y si hace frío?, etc. Esta clase de preguntas o dudas suelen ser muy comunes, pero bajo mi punto de vista no están bien fundamentadas. No tenemos más que mirar al pasado, a la época de nuestros padres o abuelos, ellos se pasaban el día en la calle jugando, paseando, etc. Sin la supervisión constante de un adulto y ya no hablo de los pueblos donde las puertas de las casas estaban todo el día abiertas y los niños y niñas entraban y salían cuando querían. Hoy en día parece que las calles son peligrosas y que jugar en ellas es deporte de riesgo. Este miedo que tienen los padres y madres y, por supuesto docentes, es inculcado a los niños y niñas haciéndoles ver que jugar en la calle o salir de casa solo entraña un peligro constante al igual que salir cuando llueve o hace frío, o cuando se suben o escalan un árbol. Cuando un niño decide salir bajo la lluvia o cuando hace frío o cuando se sube a una roca o trepar un árbol aplica todo su conocimiento motriz para su autocuidado, él más que nadie quiere realizar esa actividad con la máxima seguridad posible, es el primero que no quiere hacerse daño por ello, desde mi punto de vista la sobreprotección de los padres y docentes puede llegar a ser más peligrosa que aquellos “peligros” a los que el niño o niña se puedan enfrentar. Esa sobreprotección genera miedo en los niños, miedo a probar y a experimentar, esa sobreprotección elimina de un plumazo el aprendizaje real y propio que puede adquirir el niño o niña o alumno sobre la actividad que va a realizar, creo que tanto padres como docentes cuando salgan al medio natural deberían dejar experimentar a sus hijos o alumnos todo aquello que ellos quieran, siempre y cuando no ponga en serio riesgo su integridad física o la de sus compañeros. Una vez tanto los niños y niñas, así como los

padres, madres o docentes hayan comprobado la experiencia del juego “libre”, es decir, no tutelado constantemente podrán comprobar cómo esos miedos son infundados y que dichos miedos no deben ser un factor limitante a la hora de desempeñar actividades físicas en el medio natural sobre todo desde el área de Educación Física.

3.2. Educar en Verde. Heike Freire

Freire en su libro “Educar en Verde” (2011), nos habla sobre cómo algunas investigaciones relacionan muy directamente la buena condición física, mental y espiritual tanto de niños y niñas como de adultos, con sus experiencias y contactos con la naturaleza.

Un buen ejemplo de ello es la luz solar, la mejor fuente natural de vitamina D responsable de la fijación del calcio en los huesos previniendo de este modo la aparición del “raquitismo”. También es responsable de la regulación del sueño y de otros procesos orgánicos del cuerpo, así como una mejora en la capacidad de atención y por ende de aprendizaje.

Tanto nuestro crecimiento físico, afectivo como intelectual se cimienta en la calidad del contacto directo con el medio (Freire, 2011: pág. 46). El ser humano cada vez se ha ido alejando más de la naturaleza creando grandes urbes donde reina lo artificial y donde lo original, lo natural ocupa un pequeño espacio. La creación de ciudades hace que los niños y niñas reciban un claro mensaje subliminal sobre que ese no es su lugar, las ciudades no son lugares donde jugar libremente y este mensaje cala en los padres, madres y docentes que aceptan ese mensaje y lo convierten en miedos y temores. Miedos y temores que impiden que los niños y niñas adquieran habilidades vitales para su protección y supervivencia.

A parte de las grandes urbes, las casas de hoy en día están atestadas de elementos tecnológicos que hacen que nos olvidemos de que existe un mundo ahí fuera. Ordenadores, televisión, consolas, móvil... invitan tanto al niño como al adulto a quedarse en casa. Por ello Freire aboga por que las tecnologías fueran un complemento,

es decir, que tomaran un papel menos relevante en nuestras vidas y sobre todo en la educación formal que reciben hoy en día los jóvenes del mundo.

Bajo mi punto de vista una educación física, cognitiva y emocional no debe estar supeditada al uso de las nuevas tecnologías y para que eso ocurra debemos recuperar el contacto con la naturaleza. En los centros educativos se deben de habilitar espacios verdes, crear huertos ecológicos e incluso pequeñas granjas donde los animales y plantas queden al cuidado de los pequeños. La naturaleza nos ofrece una cantidad infinita de conocimientos los cuales la tecnología por sí misma no puede darnos.

En mi opinión la pedagogía verde no debe verse ni entenderse como una alternativa a la hora de enseñar en las escuelas, en cierto modo debería ser el camino primitivo del que deberíamos partir todos, aunque finalmente todo se tergiverse y mute en una enorme variedad. Pero al menos que el punto de partida sea la naturaleza y nunca deje de serlo. No deberíamos tener que hablar del medio natural como ese gran desconocido ni tener que tratar de averiguar cómo acercar la naturaleza a los niños y niñas o cómo acercarla al aula tradicional.

La pedagogía verde trata de que los niños y niñas se aprovechen y beneficien de la naturaleza y su contacto, y es que el contacto con la naturaleza contribuye a un correcto desarrollo emocional y a una buena salud mental influyendo de este modo en un positivo rendimiento académico sin olvidarnos por supuesto de lo que a nivel motriz supone.

Veo algunos inconvenientes, como por ejemplo que la sociedad ha avanzado demasiado hacia el lado opuesto a lo que la pedagogía verde se refiere y desandar ese camino lo veo arduo y costoso, y más cuando pienso en mi etapa educativa y el poco contacto con la naturaleza que tuve, las posibilidades de aprendizaje y conocimiento que he perdido.

Que se estén creando bosquescuelas es algo muy positivo, que en los centros se esté tratando de acercar la naturaleza o se esté utilizando la naturaleza como aula es algo magnífico, pero sigue siendo insuficiente. Por ello me gustaría poder realizar en este

Trabajo de Fin de Grado una propuesta para el C.E.I.P. de Palencia, con la propuesta pretendo ayudar al centro a integrar de una manera más directa el contacto con la naturaleza de tal modo que tanto los niños y niñas como los propios docentes se puedan aprovechar de los beneficios que la naturaleza nos ofrece.

3.3. Educar en el asombro. Catherine L'Ecuyer

¿Qué es educar en el asombro? ¿Por qué educar en el asombro?.

Para Catherine L'Ecuyer (2012) los niños y niñas nacen con asombro y para ella el asombro es no dar el mundo por supuesto, no dar todo por sabido y ahí reside y nace la necesidad de explorar y experimentar a través de nuestro cuerpo y su movimiento el entorno que nos rodea.

Los niños necesitan realidad para aprender, ellos aprenden a través de experiencias sensoriales para comprender el mundo y a sí mismos. Algunos estudios recientes confirman que la memoria semántica relacionada con los conocimientos conceptuales y la memoria biográfica relacionada con los acontecimientos vividos a través de experiencias vitales y reales no están bien diferenciadas durante la infancia. No es hasta la adolescencia cuando comienzan a diferenciarse, lo cual nos hace ver que los niños y niñas no aprenden las cosas a través de discursos, fichas, pantallas, etc. Sino que necesitan vivir las experiencias y relaciones interpersonales en directo, siendo ellos los participantes principales y conscientes de ello.

Un niño necesita tocar una gallina, no colorearla en unas fichas. Los niños y niñas necesitan visitar una granja, oler una granja, explorar la granja, no escuchar hablar de ella o verla a través de una pantalla en un vídeo.

Según L'Ecuyer en su artículo publicado en el Periódico Escuela en octubre de 2015, hay estudios sobre el Video Deficit Effect (Efecto Deficitario del Video) que corroboran y confirman que el aprendizaje de los niños a través de videos en pantallas en vez de en directo tiene resultados negativos. Los adultos, padres y madres, y en nuestro caso los docentes somos utilizados por los niños y niñas como intermediarios o mediadores entre

ellos y la realidad.

Durante las prácticas he vivido esa experiencia. Cuando un niño o niña encuentra en el patio una hoja, insecto, etc que les llama mucho la atención y les fascina sus colores o formas, en seguida se acercan al adulto más cercano para enseñárselo. En ese momento se para el tiempo y tú, como docente, eres el referente del niño, el mediador o intermediario entre el niño y su realidad por lo que tu reacción hacia aquello que te quieren enseñar lo es todo, es decir, si tu te asustas sobre lo que te han enseñado el niño inmediatamente sentirá miedo y lo soltará instintivamente. Por el contrario si lo apruebas, el niño comenzará a jugar con ello y a explorarlo sin ningún tipo de problema.

Por lo tanto para Catherine L'Ecuyer, el maestro tiene un triple rol en el aprendizaje de sus alumnos. Primero, observar y comprender las necesidades de los niños y niñas. Segundo, ser intermediario o mediador en la realidad del niño. Tercero y último animar, motivar y acompañar al niño en su propia exploración, tanto de él mismo como del medio natural que le rodea.

Estos tres roles que representan y llevan a cabo los docentes no puede ser realizado, reproducido y ni siquiera imitado por una pantalla.

En mi opinión el maestro ha de recordar los tres roles sobre los que habla Catherine L'Ecuyer y comprender la trascendencia que tiene sobre los niños y niñas. Los maestros en la escuela somos la base de la exploración de la realidad de los niños.

Por otro lado, desde hace unos años a esta parte, los colegios han sufrido y están sufriendo una renovación constante de sus aulas. Desde mi punto de vista las aulas cada vez se asemejan más a oficinas, cada vez hay más ordenadores dentro de las aulas cuyas pantallas actúan de barrera entre el alumno y su profesor, y el aprendizaje se ve significativamente afectado y no de manera positiva. Las pizarras tradicionales de tiza han quedado relegadas a los fondos de las aulas para un uso secundario, algunas que he visto durante mi Practicum se usan a modo de corchera y las pizarras de rotuladores han sido reemplazadas por pizarras táctiles de última generación. Si entendemos que en las

casas de los alumnos tienen televisión, videoconsolas, móviles, etc. El colegio que debería ser la isla, donde todavía el contacto directo con la naturaleza fuera posible, está hoy en día desapareciendo.

Así como Educar en Verde de Heike Freire me parece un objetivo asequible, Educar en el Asombro lo veo un poco utópico ya que todo gira en sentido contrario tanto en el ámbito educativo como en el ámbito familiar relegando el contacto directo a una simple escucha o visualización de un video a través de una pantalla y no a la búsqueda de respuestas a través de una investigación y exploración. Quizá una de las razones por las que merezca la pena intentarlo es porque no haya otros espacios de educación dónde se promueva esto. Cosa distinta es ser consciente de las experiencias y valores con las que vienen los escolares.

La naturaleza puede ser un lugar magnífico y asombroso para los alumnos y alumnas. En Ciencias Naturales se les enseña la flora y fauna más común, pero se enseña a través de libros, fichas o videos e imágenes extraídas de internet. Esas clases realizadas en el medio natural donde el alumnado pueda ver la foto de por ejemplo un roble y a la vez poder observar el grosor de su tronco, la altura, la forma de sus hojas, el olor que desprende, etc. tiene un valor educativo enorme. Permite al alumnado tener un aprendizaje significativo y perdurable en la memoria.

En Educación Física es más relevante si cabe, el medio natural utilizado como aula ofrece infinidad de posibilidades motrices y además los cambios de estaciones nos ofrecen nuevos escenarios, quizás el camino por el que corríamos y paseábamos hace unos meses ahora es el curso de un riachuelo el cual hay que saltar. Lo que en verano era un camino de tierra seca, en invierno se convierte en un lugar resbaladizo en el que tenemos que afianzar cada paso para no perder el equilibrio. Todos aquellos aprendizajes que el niño pueda extraer de su contacto directo con el medio no los puede extraer de una charla o de un video expuesto en clase, su nivel de asombro ante lo desconocido no es el mismo y por supuesto su aprendizaje tampoco.

3.4. ¿Qué vinculación encontramos entre el área de Educación Física y el Medio Natural, y qué vinculación encontramos entre Educación Física y Ciencias Naturales y Ciencias Sociales?

En el currículo del área de Educación Física podemos encontrar la utilización de actividades físicas en el medio natural con el objetivo de fomentar la utilización de dicho espacio para el uso educativo: acercando al alumnado al medio natural y expandiendo su conocimiento sobre el mismo, fomentando el cuidado y el respeto hacia el medio natural y hacia los compañeros, etc.

Por otro lado el área de Educación Física favorece la interdisciplinariedad con otras áreas, dichas áreas son: Ciencias Sociales y Ciencias Naturales.

Gracias al contacto de Educación Física con el Medio Natural podemos aprovechar esa relación para trabajar de manera transversal localizaciones geográficas, tipos de suelos, etc. Del área de Ciencias Sociales y del mismo modo trabajar con la flora y fauna del lugar en el que nos encontremos en ese momento (Ciencias Naturales). Además de trabajar contenidos de otras áreas la experiencia en contacto con la naturaleza permitirá al alumnado desarrollarse tanto a nivel físico como mental y emocional siendo partícipe de su propio aprendizaje a través del contacto directo con el medio natural. El alumnado podrá explorar y experimentar en el medio sus propios límites, buscar nuevas motivaciones y nuevos retos que despierten sus ganas de aventura y esparcimiento o quizás buscar la paz y el desasosiego a través de la relajación y escucha tanto corporal como del medio (sonidos de pájaros, ramas que se mueven, el sonido de un río o riachuelo, etc).

Es decir, a través de las actividades en el medio natural no solo se pretende que el alumnado se adapte al medio perfeccionando sus habilidades motrices y desarrollando su autonomía, también se pretende que adquiera conocimientos significativos sobre el lugar en el que se encuentra y las características del mismo ya que no todos los lugares son iguales ni nos ofrecen lo mismo.

Con la propuesta pretendo que tanto los centros educativos, como los propios docentes, padres y madres así como el alumnado vean el medio natural como la primera opción donde educar y aprender. Dejar de verlo como algo extraño y alejado de lo tradicional y para ello qué mejor manera que hacerlo a través de actividades en el medio natural desde el área de Educación Física.

Al comienzo de este trabajo, en la justificación hago mención a los aspectos positivos que hacen que estas actividades resulten atractivas y motivantes para el alumnado.

Por eso, pienso, siguiendo a Miguel Aguado (2003) que tiene muchos aspectos positivos.

- Desarrollo de habilidades motrices del alumnado en contacto con la naturaleza.
- Conocimiento de diferentes actividades físicas como por ejemplo senderismo, escalada y montañismo, actividades que solo se pueden realizar en contacto con la naturaleza, es decir, en el medio natural.
- Acercamiento al alumnado al medio rural y al conocimiento de la zona a través del patrimonio cultural mientras se realiza actividad física.
- Fomentar en el alumnado la realización de actividades físicas saludables en cualquier entorno
- Autonomía del alumnado en la naturaleza.
- Educación ambiental.
- Conocer las diferentes fuerzas de la naturaleza.

Por otro lado también hay aspectos no tan positivos y que en ocasiones pueden ser limitantes para la realización de la actividad, pero de los cuales también se pueden sacar aprendizajes, esos son:

- Riesgos físicos durante la actividad física en la naturaleza. Siempre se intentan evitar pero puede ocurrir cualquier imprevisto.
- La lejanía del medio natural respecto a la ubicación del Centro Escolar.
- Los miedos y temores que pueden surgir tanto en padres y madres como en los

propios docentes a la hora de plantear o realizar una actividad de este tipo.

3.5. Vinculación con el currículum oficial de Castilla y León

En el punto anterior de este apartado hemos visto la transversalidad que puede haber entre el área de Educación Física y otras áreas como Ciencias Sociales y Ciencias Naturales.

A través de este apartado vamos a ver como se da esa transversalidad a través de elementos objetivos recogidos y extraídos 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 Sociales**, en la introducción al área dice que “la finalidad de las Ciencias Sociales es desarrollar capacidades en el alumnado que les permita tanto interpretar la realidad que les rodea como intervenir en ella”.

Comprender la realidad que les rodea significa saber observar el medio, diferenciar y clasificar los elementos que lo integran y las relaciones que se establecen entre ellos, así como poder elaborar juicios de valor de forma autónoma. También diferenciar entre un entorno natural y un entorno humanizado, es decir, modificado por la acción del ser humano para un uso concreto.

Dentro del área de **Ciencias Naturales**, en la introducción al área dice, “las Ciencias de la Naturaleza nos ayudan a conocer el mundo en el que vivimos, a comprender nuestro entorno y a entender la interacción de las personas con el medio natural así como reconocer las aportaciones de los avances científicos y tecnológicos a nuestra vida diaria”.

En la actualidad, 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 medio ambiente.

Dentro del Currículum del área de Ciencias Naturales podemos encontrar los siguientes

contenidos:

- El cuerpo humano y su funcionamiento. Anatomía y fisiología. Célula, tejidos, órganos, aparatos y sistemas.
- Las funciones vitales en el ser humano: de relación (órganos de los sentidos, sistema nervioso, aparato locomotor), de nutrición (aparatos respiratorio, digestivo, circulatorio y excretor), y de reproducción (aparato reproductor).
- Salud y enfermedad. Principales enfermedades que afectan a los aparatos y sistemas del organismo humano.
- Hábitos saludables para prevenir enfermedades. La conducta responsable.
- Medio Natural. Seres vivos, materia inerte. Diferenciación.
- 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.
- Hábitos de respeto y de cuidado hacia los seres vivos. La conservación del medio ambiente. Factores de contaminación y regeneración. Figuras de protección.

Dentro del Currículum del área de Ciencias Sociales podemos encontrar los siguientes contenidos:

- Utilización de estrategias para potenciar la cohesión del grupo y el trabajo cooperativo desarrollando habilidades sociales que favorezcan la colaboración, la igualdad entre los hombres y las mujeres y valorando la importancia de la contribución de todos.
- Cartografía. Planos, mapas, fotografías aéreas, imágenes de satélite y otros medios tecnológicos. Escalas. Google Earth.
- 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 clima de España y de Castilla y León: características básicas y sus zonas de influencia.
- Formas de relieve y accidentes geográficos. Principales unidades del relieve de España y de Castilla y León.
- 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. Cambio climático: causas y consecuencias.

Tanto desde el área de **Ciencias Sociales** como desde el área de **Ciencias Naturales** se busca que el alumnado sea capaz de interpretar la realidad y poder abordar así la solución a los diferentes problemas que en ella se plantean desarrollando para ello actitudes críticas y toma de decisiones fomentando así su autonomía.

A través de los contenidos expuestos anteriormente de ambas áreas podemos ver cómo

dichos contenidos se pueden trabajar tanto de manera directa e indirecta desde el área de Educación Física y su contacto con la naturaleza.

Desde el área de **Educación Física** se habla de las Actividades Físicas en el Medio Natural en el Bloque 4, dichas actividades son eminentemente motrices y cuyo fin u objetivo es totalmente educativo. Además con ello se trabaja de manera transversal la Educación Ambiental desarrollando el respeto y cuidado del Medio Natural en todos sus aspectos durante la realización de las mismas así como que el alumnado utilice sus habilidades motrices para la exploración e investigación del medio que le rodea dando solución a los problemas e inconvenientes que se puedan generar durante el desarrollo de la actividad. Aprovechando las habilidades motrices para acercarse y fundirse con un entorno natural identificando los diferentes accidentes geográficos de los que se componga el entorno e identificando la flora y fauna del mismo, más concretamente de su entorno más cercano dentro de su Comunidad Castilla y León.

3.6. ¿Qué problemas o inconvenientes puede suponer una educación en contacto con la naturaleza?

Antes de plantearnos la realización de Educación Física en contacto con la naturaleza tenemos que realizar un minucioso estudio analizando las dificultades que esto provoca y los posibles obstáculos que nos vamos a encontrar para una consecución óptima de nuestro objetivo.

Este estudio nos va a llevar a pensar en cómo la infraestructura del propio colegio influye en llevar a cabo esta metodología y por supuesto la cercanía o lejanía de los espacios verdes o del propio medio natural respecto al centro, sin olvidarnos por supuesto del pilar fundamental de este proceso que son los propios maestros y maestras del centro.

En mi opinión, la importancia que tiene el contacto con la naturaleza desde el área de Educación Física, en mi caso, como desde cualquier otro área es conocido por todos los docentes pero nadie o casi nadie da el paso hacia delante y trata de llevar esta

metodología a término alejándose un poco de lo que conocemos como contexto educativo formal.

Buscando información sobre accidentes en salidas didácticas me tengo que remontar a mayo de 2018 cuando un alumno de 13 años durante una salida didáctica falleció ahogado y la anterior noticia del mismo tipo se remonta al año 2012 donde un alumno del IES Alonso Berruguete de Palencia también falleció en un accidente durante una excursión a la ciudad de Roma.

Como se puede ver estos accidentes son muy poco comunes y para nada habituales pero cuando ocurren empañan a toda la comunidad educativa y hacen que muchos docentes eviten correr ese riesgo y se cierren a esta metodología tan positiva para el alumnado.

Por todo lo anteriormente visto podemos ver cómo las dificultades e inconvenientes van surgiendo y hacen que la comunidad educativa se divida entre aquellos que lo plantean y lo llevan a cabo y aquellos que se cierran en banda denegando esa posibilidad de un aprendizaje distinto a sus alumnos, incluso los docentes a nivel individual se ven en una situación un tanto comprometida, sabiendo los beneficios que el contacto con la naturaleza aporta al alumnado pero teniendo sus reticencias a llevarlo a la práctica.

4. METODOLOGÍA

En el siguiente apartado de este Trabajo de Fin de Grado detallo una propuesta práctica para el Colegio en el cual he desarrollado mis prácticas.

A continuación, detallaré los pasos seguidos para la creación de dicha propuesta:

4.1. ¿Qué es necesario para llevarla a cabo?

- **4.1.1. Identificar los espacios verdes cercanos a nuestro contexto. ¿Qué son? Características**

Un área o espacio verde es un terreno que se caracteriza por la presencia de vegetación. Un bosque, una selva, un parque, un jardín, etc. Y cada uno de ellos presentará características totalmente diferentes a los demás. Podemos encontrar áreas verdes creadas de forma natural tras el transcurso de los años y áreas creadas por la acción del ser humano, estas últimas con varios objetivos: crear áreas verdes bajas en contaminación, crear huertos o zonas de cultivo para su propio sostenimiento o para el comercio, etc.

En nuestra ciudad, Palencia, contamos con una superficie de zonas verdes cercana a 1.500 Ha. de las 600.000 m² según los datos extraídos de la página oficial del Ayuntamiento de Palencia (https://www.aytopalencia.es/te-ofrecemos/medio-ambiente/los_parques), que corresponden a áreas ajardinadas dentro del casco urbano. Este dato coloca a la ciudad entre las primeras en la relación superficie verde por habitante.

Algunos de los espacios verdes más significativos de la ciudad son: el parque “El Salón”, la “Huerta de Guadián”, el parque del “Sotillo de los Canónigos”, “Los Jardinillos”, el parque de “La Carcavilla, el parque “Isla dos aguas” y el parque “Ribera sur”

El C.E.I.P. cuenta con una magnífica localización geográfica que lo sitúa a escasos

metros del parque de “El Salón” y de la “Huerta del Guadián”.

Según Eustat (Instituto Vasco de Estadística,) para que un espacio sea denominado espacio o área verde ha de tener los siguientes elementos aunque no todos: hierba, flores, árboles, espacios con agua, bancos, elementos decorativos y con una superficie mínima de 20 m².

- **4.1.2. ¿Qué aptitudes debería tener un docente para llevar a cabo la propuesta?**

Bajo mi punto de vista veo necesaria no solo una formación desde el área de Educación Física sino también de las áreas de Ciencias Sociales y de Ciencias Naturales, y del mismo modo un conocimiento básico del entorno más cercano así como de aquellos lugares a los que se quiera llevar la propuesta.

Por todo ello, dicho docente deberá cumplir las siguientes características:

- Maestro especialista desde el área de Educación Física. Las actividades llevadas a cabo durante la propuesta son eminentemente motrices.
- Conocimiento básico de la geografía en la cual se va a desarrollar la propuesta.
- Conocimiento básico de la flora y fauna que se puede encontrar durante la realización de la propuesta.
- Experiencia previa en actividades de índole similar.
- Conocimientos en primeros auxilios.
- Conocimientos básicos en la utilización de herramientas de orientación y geolocalización. (Brújula, mapa, GPS).

- **4.1.3. Metodología.**

En primer lugar, me gustaría decir que he diseñado una propuesta que a mí en mi etapa educativa me hubiera gustado realizar pensando en aquello que me hubiera gustado ver, visitar, tocar, etc.

Para crearla he tenido que responder primero a la siguiente pregunta. ¿Qué es un espacio verde?. Para dar respuesta a la pregunta he consultado diferentes páginas web y artículos en los cuales he encontrado información buena y valiosa que certifican la denominación de un espacio verde.

Una vez tenía las características básicas que debe de tener un espacio verde me hice la siguiente pregunta. ¿Qué espacios verdes hay cerca del contexto dónde pretendo llevarla a cabo? Para dar respuesta a ello me he servido de la búsqueda de información a través de internet consultando diversas páginas web extrayendo finalmente la información de la página web oficial del Ayuntamiento de Palencia, en dicha página podemos encontrar los diferentes espacios verdes de los que consta la ciudad así como su extensión y una breve descripción histórica.

Ambas informaciones las he contrastado a través de la visita a ambos espacios para ver que las características de denominación se cumplieran pudiendo de este modo utilizar ambos espacios verdes para el desarrollo de la propuesta.

Una vez concretados los espacios propuse una serie de objetivos a cumplir. Estos objetivos pueden ser variados y modificados dependiendo del contexto y del docente en cada caso.

A la hora de la creación de las salidas al entorno cercano, he realizado un estudio sobre los diferentes espacios, descubriendo así qué posibilidades motrices nos ofrece y qué tipo de contenidos de otras áreas podemos trabajar de manera interdisciplinar desde el área de Educación Física. Del mismo modo, he realizado un estudio sobre los tiempos de desplazamiento desde el centro al espacio verde en cuestión, siendo consciente de que se tratan de clases de 1 hora lectiva, teniendo en cuenta zonas de peligro como cruces, semáforos, etc. El desplazamiento al parque “Huerta de Guadián” apenas nos llevaría 2-3 minutos mientras que el desplazamiento al parque “El Salón” sería algo más prolongado, en torno a los 5-6 minutos.

Mi propuesta se basa en realizar salidas al medio natural cercano una vez al mes hasta la

realización de una salida final a un medio natural lejano y desconocido para el alumnado, pero a medida que el docente vaya cogiendo seguridad y experiencia dichas salidas se podrían realizar con una mayor asiduidad, ya sea quincenalmente o semanalmente teniendo de este modo un mayor efecto positivo tanto en el alumnado como en las familias. Dichas salidas las he programado con un pequeño guión que he extraído de las enseñanzas de un antiguo profesor llamado Marcelino Vaca y han sido modificadas y adaptadas al contexto. Del mismo modo he introducido momentos de escucha corporal y del medio reconociendo su importancia gracias a los conocimientos obtenidos durante mi formación universitaria en las asignaturas de “Potencial Educativo de lo Corporal” y “Expresión Corporal”.

En cuanto a la metodología de la propuesta, tras investigar a través de diferentes artículos de diversos autores he optado por mando guiado ya que en algunos momentos deberemos dirigir al alumnado hacia los contenidos que queremos que adquieran y por otro lado, y en un mayor porcentaje el aprendizaje por descubrimiento y el trabajo cooperativo. Debemos saber que estas actividades y salidas buscan fomentar la seguridad y adaptación del alumnado al medio natural y qué mejor manera que dejándoles explorar libremente de manera individual o grupal dicho medio a través de la actividad física.

Por último, la creación de la salida didáctica final a la “Tejeda de Tosande” ha surgido de la experiencia obtenida desde la asignatura “Actividades Físicas en el Medio Natural” de Alfredo Miguel Aguado. Haciendo una revisión y recordatorio de la misma a través de mi propio recuerdo y de aquellos compañeros a los que he preguntado.

5. PRESENTACIÓN DE LA PROPUESTA

A través de la siguiente propuesta pretendo dar funcionalidad y significado a este TFG. Del mismo modo, pretendo que dicha propuesta pueda llevarse a cabo en todos los cursos de Educación Primaria. La propuesta no es única e invariable, es decir, está abierta a las modificaciones o variables que los Centros Educativos o los propios docentes vean convenientes para adaptarla a sus contextos más específicos.

Esta propuesta está enfocada a aquellos Centros Educativos que tengan en sus alrededores espacios verdes o medio natural y aprovecharlos al máximo para crear una relación enseñanza-aprendizaje diferente a la enseñanza tradicional.

Durante estos meses he realizado mi Practicum II en un C.E.I.P. de Palencia. Dicho colegio cuenta con una situación geográfica excepcional ya que a escasos minutos está situado el parque “El Salón” y a escasos metros tiene el parque llamado “Huerta de Guadián”.

El parque “El Salón” cuenta con una extensión de superficie cercana a los 30.123 m² según los datos extraídos de la página web oficial del Ayuntamiento de Palencia, en los que podemos encontrar un parque infantil, largas y anchas zonas de paseo separadas y divididas entre sí por zonas verdes en las cuales crece una gran variedad de flora como cedros, castaños, plataneros, sauces, acacias, etc. E incluso plantas acuáticas que crecen en el estanque artificial. Además de zonas de cultivo de rosales que limitan el parque y una zona ajardinada. Muchas zonas donde crecen árboles o arbustos cuentan con una pequeña placa metálica fijada al suelo en donde se especifica que tipo de planta se trata. También podemos encontrar fauna como palomas, gorriones, urracas, jilgueros entre otros que deambulan de un lado a otro e incluso aunque no de manera permanente algunos tipos de peces introducidos en el estanque.

Por otro lado, la “Huerta de Guadián” se trata de un parque de carácter romántico cercado por un muro que lo separa del resto de la ciudad. La “Huerta de Guadián” cuenta con un gran número de castaños de indias, cedros, abetos, robles, encinas y una

especie muy poco común llamada Ginkgo Biloba la cual puede ser susceptible de investigación por parte del alumnado. En cuanto a fauna se refiere podemos encontrar tortolas, urracas, petirrojos, jilgueros, gorriones y palomas. Cabe destacar que antiguamente en dicho parque podíamos encontrar paseando por sus zonas verdes pavos reales.

En cuanto a habilidades motrices este parque cuenta con varios cambios de terreno, desde hierba hasta tierra y cemento provocando una adaptación del alumnado a cada medio en cuestión. Por otro lado, dicho parque cuenta con una zona de juegos en la que podemos encontrar zonas de escalada, paso de monos, zona de equilibrio, etc.

Por último, en dicho parque podemos encontrar varios monumentos como el “Reloj de Sol” entre otros y la famosa “Ermita de San Juan Bautista” de gran valor cultural.

La propuesta que a continuación iré detallando va a ser creada entorno al C.E.I.P. dónde realice mis prácticas. Para llevarse a cabo en otros contextos se requerirá de un estudio e identificación previo de las zonas verdes próximas al centro en cuestión.

A continuación voy a enumerar una serie de objetivos que persigo con la propuesta.

5.1. Objetivos de la propuesta

- Acercar la Naturaleza a los Centros Educativos desde el área de Educación Física y su interdisciplinariedad con otras áreas.
- Desmitificar los miedos y desconfianza de los Centros Educativos y de las familias respecto al Medio Natural a través de la práctica.
- Despertar el interés por el Contacto con la Naturaleza de los niños y niñas tanto en las salidas didácticas como en momentos extraescolares a través de actividades físicas.

5.2. Metodología de la propuesta

La educación se encuentra en un proceso de cambios, que deben ser interiorizados en un primer momento por el profesorado, para que posteriormente trasciendan y lleguen a

los discentes, dando lugar de este modo a un avance dentro del propio proceso educativo (Gutierrez y Gulias, 2010).

Para llevar a cabo la propuesta se utilizarán diferentes metodologías y estilos de enseñanza, desde el mando directo asignando tareas o roles hasta el descubrimiento guiado y sobre todo la libre exploración e investigación de manera cooperativa. Con ello se pretende que el alumnado sea partícipe directo de su propio aprendizaje y del de los demás entrando en contacto directo con los contenidos y desarrollando habilidades sociales.

El aprendizaje cooperativo no solo favorece el logro de objetivos académicos en distintas áreas y niveles educativos (Byra, 2006: Johnson, Johnson et Stanne, 2000), sino que además promueve objetivos del ámbito afectivo y social (Gillies y Boyle, 2010: Pujolás, 2008), permitiendo, por una parte, que el alumnado aprenda a cooperar y, por otra, que utilice la cooperación como recurso para aprender en las clases de Educación Física. (Velázquez Callado, 2015).

También trabajaremos la pedagogía verde que Heike Freire desarrolla y explica en su libro “Educar en Verde”. A través de la pedagogía verde trataremos de que el alumnado se aproveche y beneficie del contacto directo con la naturaleza, ya que contribuye a su correcto desarrollo emocional y a una buena salud mental partiendo inicialmente de la utilización de las habilidades motrices para ello.

Por último, trabajaremos la educación en el asombro, sobre todo con los primeros cursos de Educación Primaria. Cabe la posibilidad de que conozcan aquellos espacios verdes donde pretendemos llevar a cabo la propuesta por el simple hecho de que allí esté situado un parque de columpios o juegue allí a la pelota con sus amigos, etc. Pero seguramente no se hayan parado a observar el parque detenidamente. No habrán visto las diferentes casas de pájaros creadas en los diferentes árboles, o los nidos naturales creados por las propias aves, tampoco si la corteza de un árbol permite mejor la trepa que el árbol de al lado, tampoco los nombres de dichos árboles, etc.

A través de la Educación en el asombro los niños y niñas podrán explorar e investigar su entorno adquiriendo una serie de conocimientos basados en experiencias propias creando así un aprendizaje más significativo y perdurable en el tiempo.

Aunque el grueso de la propuesta sea la realización de actividades físicas en el medio natural también puede haber momentos para la utilización de recursos TIC o recursos naturales en el aula, dando lugar a momentos de asamblea donde se resuelvan dudas o se creen debates y reflexiones sobre lo visto.

La propuesta puede desarrollarse con unas explicaciones en el aula, apoyándose el docente en recursos multimedia, posteriormente realizar algunas actividades en el medio natural cercano y conocido por el alumnado para finalmente terminar la propuesta en un medio natural lejano y desconocido para el alumnado, de este modo creará expectativas, motivación e incertidumbre en el alumnado.

A través de las metodologías usadas y llevadas a la práctica se busca crear un aprendizaje significativo en el alumnado. El aprendizaje significativo fue denominado así por el pedagogo y psicólogo estadounidense David Ausubel (1983).

Ausubel plantea que el aprendizaje del alumnado depende de la estructura cognitiva previa que se relaciona con la nueva información, debe entenderse por “estructura cognitiva”, al conjunto de conceptos, ideas que un individuo posee en un determinado campo del conocimiento. Ausubel, D. (1983).

Por ello en las primeras actividades o explicaciones podemos partir de los conocimientos previos que ya tengan asimilados los alumnos y enfocar nuestro modo de actuar a las características y contexto del grupo en cuestión.

5.3. Propuesta práctica

- Gestión administrativa.

Para llevar a cabo la siguiente propuesta debemos consultar la normativa que esté actualmente en vigor para este tipo de propuestas en el medio natural. También si está recogido en el Proyecto Educativo del Centro (PEC), documento creado por la Comunidad Educativa y aprobado en segunda instancia por el Consejo Escolar.

Una vez constatada la viabilidad de la propuesta en todos los ámbitos anteriormente nombrados se presentará la propuesta ante el equipo directivo del Centro. En dicha reunión se valorarán los pros y contras de la propuesta, así como los ajustes de horario que puedan ser necesarios, además se hablará sobre la manera de llevarlo a cabo, el coste que supone tanto a nivel material como humano, así como en los cursos en los que se llevará a cabo.

Para la defensa de la propuesta el maestro especialista en Educación Física podrá apoyarse en fundamentación teórica si fuera oportuno dejando en relieve los beneficios que dicha propuesta puede ejercer sobre el alumnado. También deberá dar respuesta a los peligros y riesgos que puedan surgir durante la realización de la misma con un plan de prevención y actuación de las mismas.

Al finalizar dicha reunión se han debido de solventar las diferentes dudas e incertidumbres creadas en un primer momento. También deberá anotar aquellos puntos o cuestiones que se puedan mejorar.

Tras ser aprobada la propuesta por el equipo docente y directivo se deberá realizar una reunión con las familias. En dicha reunión se deberán tratar los siguientes puntos:

- Tipo de actividades que se llevarán a cabo.
- ¿Por qué ese tipo de actividades? Beneficios.
- ¿Quién las llevará a cabo?
- Lugar o lugares donde se desarrollará la propuesta.

- Útiles necesarios. (Mochila, crema solar...).
- Seguridad y prevención de accidentes.

Para lo anteriormente nombrado nos podemos servir de un pequeño folleto en el que la información más importante se encuentra resumida de tal manera que las familias lo puedan consultar en sus propios domicilios.

Por último, una vez solventados de manera positiva lo anteriormente descrito tendremos una reunión con el alumnado que realizará la propuesta. En dicha reunión se les explicará en qué va a consistir la propuesta. Solo daremos la información imprescindible: lugar o lugares, duración, actividades... De tal manera que ya desde un primer momento el alumnado se encargue de investigar por su propia cuenta un poco más sobre el lugar que van a visitar. A cuánta distancia se encuentra, lugares emblemáticos, qué tipo de flora y fauna se pueden encontrar, si hay algún accidente geográfico característico, etc.

- Salida didáctica.

El grueso de la propuesta es la realización de una salida didáctica al pueblo de Cervera de Pisuerga, más concretamente a la “Tejeda de Tosande” donde visitaremos el paraje a través de una ruta de senderismo.

Pero antes de llegar al momento final de la propuesta (salida didáctica), el curso o los cursos con los que se vaya a llevar a cabo deberán de haber realizado varias salidas al entorno natural cercano, ya sea un entorno natural propiamente dicho u artificial. En dichas salidas se aprovechará para que el alumnado explore e investigue por su propia cuenta aquello que le llame más la atención utilizando para ello sus habilidades motrices a través de los diferentes escenarios que se le puedan presentar. Que investiguen qué tipo de flora y fauna han encontrado u observado, qué características tienen, su procedencia, etc. Para que posteriormente sean capaces de identificarlos en otros lugares a través de la simple observación.

Para ello, desde el C.E.I.P podemos utilizar el parque de “El Salón” y el parque “La

Huerta de Guadián”. Ambos parques cuentan con una inmensa variedad de plantas, árboles y arbustos, así como de fauna local.

Aconsejo planificar las salidas previas en diferentes estaciones del año, es decir, realizar la primera salida al entorno más cercano en los meses de Septiembre y Octubre correspondientes a la estación de otoño, de tal modo que el alumnado pueda observar la caída de las hojas, el clima de los días, las migraciones de las aves, etc. Tras esa primera salida se puede planificar una salida mensual al mismo lugar de tal modo que el alumnado pueda hacer un seguimiento directo de lo visto u observado la primera vez y anotar los cambios que observan en el medio natural conforme pasan los meses. Podemos realizar fotos a la vegetación y salida tras salida realizar un seguimiento fotográfico de la misma.

En los meses de Marzo y Abril correspondientes a la estación de primavera, cerraremos el “bloque” anterior (otoño). En los primeros cursos de Educación Primaria puede ser a través de un ficha o dibujo de lo visto o realizado durante ese “bloque” y para los demás cursos se puede pedir una pequeña redacción o exposición de lo visto a través del área de Educación Física y el contacto con la Naturaleza.

Con el segundo “bloque”, el alumnado verá el florecimiento y crecimiento de las diferentes flores, arbustos y árboles del mismo modo que la proliferación de insectos y sus conductas. También podemos realizar un seguimiento fotográfico tanto de la flora como de la fauna que nos encontremos.

Todo ello a través de actividades físicas, ya sea a través de senderismo propiamente dicho o de la realización de los juegos propios de la Unidad Didáctica que se esté llevando a cabo si sus características lo permiten incentivando la participación grupal y el trabajo cooperativo como medio de aprendizaje.

Para ello propongo reservar las Unidades Didácticas de Juegos al aire libre, Senderismo y Escalada, Orientación, Juegos Populares y Tradicionales entre otras para llevar a cabo durante estas salidas si el docente lo ve oportuno.

Durante las diferentes salidas que se realicen en ambos bloques, el alumnado podrá recoger hojas y observar su cambio y evolución a través de las estaciones. Del mismo modo podrán observar su propio cambio y evolución física y su adaptación al medio a través de actividades físicas.

Para todas las salidas deberemos tener en cuenta los tiempos de desplazamiento, si necesitamos de una persona de apoyo o no, planificar una ruta en la que se minimicen los puntos de riesgo, notificar a las familias y al alumnado qué tipo de ropa y calzado han de llevar, etc. Y lo más importante diseñar o adaptar la sesión al contexto dónde se va a desarrollar de tal manera que se aproveche al máximo la estancia en dicho medio.

Guion para las salidas:

- Momento de exploración.

Tras la llegada al medio dejar que el alumnado investigue y explore el lugar con toda libertad. Para ello debemos cerciorarnos de que es un lugar seguro.

A través de la investigación y exploración el alumnado no solo se desarrollará físicamente sorteando los obstáculos que el medio pueda presentar, sino que también desarrollarán su creatividad y su inteligencia a medida que vayan descubriendo cosas nuevas.

Estos momentos son claves a nivel social y emocional, momentos en los que el alumno aprende a conocerse a sí mismo y a conocerse como grupo. En este momento debemos de transmitir y fomentar el respeto y cuidado sobre el entorno natural así como por los demás.

Durante el momento de exploración libre pueden surgir diferentes juegos de manera espontánea, dichos juegos surgen de la comodidad y seguridad que les proporciona el entorno que les rodea, un claro indicio de su adaptación al medio.

- Momento de construcción del aprendizaje.

Tras el momento de exploración y de juego espontáneo podemos hacer una rueda de preguntas, es decir, preguntar al alumnado qué han visto, qué les ha llamado más la atención, etc. Y podemos aprovechar ese momento para realizar una explicación sobre el medio natural que nos rodea, su vegetación y fauna.

En el caso de la vegetación, mientras explicamos, el alumnado puede estar en contacto directo con ella. Escuchar lo que el profesor dice sobre la forma de las hojas, su textura, color, olor, etc del mismo modo que sobre las características del tronco y sentirlo, olerlo y palparlo dando sentido y significado a lo que están escuchando.

En un aula tradicional verían la foto o dibujo del árbol, de sus hojas y de su tronco, leerían sobre su olor, su textura o su dureza pero no tendrían ese contacto directo tan necesario para dar sentido al aprendizaje.

Al realizar las salidas en distintas estaciones observarán los cambios paisajísticos que se producen, la aparición y desaparición de las flores, de los frutos de los árboles y arbustos lo que les servirá como modelo o ejemplo directo del ciclo de la vida.

Llegado el momento hablaremos de la fauna, puede que en dicho lugar no contemos con toda la fauna de la región pero aún así es importante hablar de ella ya que puede que en futuras salidas o en la excursión final (Tejeda de Tosande) sí veamos dicha fauna. La explicación será breve para centrarnos más en la fauna que sí podemos ver directamente. Como ya he dicho anteriormente, estas salidas se realizan en estaciones diferentes por lo que en los meses de otoño podemos observar algunas aves que hacen su parada en la zona para continuar su viaje migratorio.

Tras el paso del otoño y la llegada de la primavera el alumnado será consciente de la proliferación de vida que se da en dicha estación. Hace unos meses apenas veíamos unos pocos insectos y ahora mires donde mires encuentras abejas recolectando polen, hormigas creando vías de suministro para su hormiguero, mariposas que aletean las alas por primera vez tras la salida del capullo, etc.

Todo esto se lleva a cabo desde el área de Educación Física y el acercamiento a la naturaleza se da a través de actividades físicas y habilidades motrices, como ya dije anteriormente aconsejo dejar para estos momentos Unidades Didácticas que se puedan trabajar en el medio natural pero no necesariamente se han de llevar a cabo durante estas salidas.

Aprovechar estas salidas para que el alumnado aprenda un poquito más del entorno natural que le rodea ayudándose para ello de la actividad física es tan buena sesión como otra cualquiera. Bajo mi punto de vista al ser una sesión mensual es preferible que sea dedicada íntegramente al medio natural pero puede quedar a elección del docente en cada caso, es decir, si las condiciones tanto de la organización del centro con los padres así como los espacios verdes cercanos al centro lo permitan se pueden realizar salidas quincenales e incluso semanales.

- Momento final. Vuelta a la calma.

Para finalizar las sesiones podemos realizar momentos de escucha corporal, en dicho momento el alumnado reflexionará sobre las demandas que le haga su propio cuerpo tras la realización de la sesión. Cómo su cuerpo se ha comportado y adaptado al medio, qué sensaciones y emociones han despertado y han aflorado tras el contacto con la naturaleza, si su estado de ánimo ha mejorado o empeorado, si se encuentra cómodo y en paz en medio de la naturaleza o si por el contrario está incómodo e inseguro.

Para dicho momento podemos buscar un lugar de césped llano en el que el alumnado se tumbe con cierta separación unos de otros. Cerrar los ojos y solamente sentir la hierba bajo nuestros cuerpos, el sonido de los pájaros, el sonido del agua si tenemos una fuente, riachuelo o río cercano y escuchar a nuestro cuerpo mientras nos relajamos y nos dejamos llevar por la paz que transmite el lugar.

- Salida Didáctica Final. Tejeda de Tosande. Cervera de Pisuerga.

**Gestión administrativa de igual modo que el descrito en el punto 5.3. de este mismo documento.*

Tras realizar las pertinentes salidas de los bloques de otoño y primavera prepararemos la salida final. Dicha salida se tratará de una ruta de senderismo a través de la Tejeda de Tosande la cual pertenece al Parque Natural de Fuentes Carrionas y Fuente Cobre situados en la Montaña Palentina.

Antes de realizar la salida podemos coordinarnos con los profesores de las áreas de Ciencias Sociales y Ciencias Naturales para que los contenidos que se den durante esa semana o la semana anterior se centren o enfoquen en el lugar escogido. Además, es aconsejable que en la medida de lo posible si pueden nos acompañen como personal de apoyo práctico durante la salida, también podemos aprovechar su conocimiento sobre el contenido de su área, que seguramente sea más amplio que el nuestro y puedan realizar alguna explicación sobre la flora y fauna que encontremos a nuestro paso así como a los accidentes geográficos que podamos observar.

Por nuestra parte, es recomendable realizar un viaje y realizar la ruta. De este modo tendremos una opinión y una crítica fundamentada sobre el estado de la misma, dificultad, si se encuentra bien señalizado e incluso podremos hacernos un pequeño croquis en un papel sobre la localización de algunas variedades de flora en las que al realizar la ruta podremos pararnos unos minutos para hacer una breve explicación.

Dicha actividad se llevará a cabo un viernes y durará toda la mañana y parte de la tarde. Se estima que la salida se haga desde el centro a las 09:00 aproximadamente y se volverá por la tarde del mismo día sobre las 19:30. El traslado se hará en autobús a través de una empresa contratada por el colegio.

En la clase de Educación Física anterior a la salida hablaremos un poco sobre la ruta, el traslado, duración, dificultad, etc. Si hay algún alumno o alumna con alguna alergia y pediremos las autorizaciones debidamente firmadas por las familias.

También repartiremos una serie de folletos para las familias (Anexo 1) dónde aparecerán los datos de la ruta: Localización, dificultad, distancia, recorrido, duración, así como el lugar de salida y regreso. En la parte inferior de la misma aparecerá un listado de aquellos enseres que deberá llevar el alumnado, una mochila con: comida, agua, crema solar, repelente de insectos, gorra, gafas de sol, tarjeta sanitaria, comida de asimilación rápida (barritas), y otra mochila con: ropa de cambio.

Incidir en que la vestimenta ha de ser adecuada a la actividad, es decir, ropa cómoda, elástica y que transpire, el calzado también ha de ser adecuado a la actividad y nunca ha de ser estrenado en la misma.

En otro folleto diferente que será entregado al alumnado (Anexo 2) aparecerá el mapa de la Tejeda de Tosande y en el que se resaltará la ruta que vamos a realizar.

Por nuestra parte deberemos de hacernos un listado con aquello que necesitamos: agua y comida, gorra, ropa de cambio, botiquín de primeros auxilios, teléfono móvil con conexión vía satélite, mapa y brújula (si se considera necesario).

- Ruta de senderismo Tejeda de Tosande.

Desde la salida del centro hasta el parking de acceso a la Tejeda de Tosande tardaremos 1 hora y 20 minutos aproximadamente. Una vez en el parking cogeremos nuestra mochila de avituallamiento y comenzaremos.

Antes de iniciar la ruta nos encontraremos con un jardín cercado por una valla, en dicho jardín se encuentran muchas de las especies vegetales que podemos encontrar a lo largo de la ruta y un poste de información dónde está recogida la fauna que podemos encontrar.

En este momento, en el jardín, comienza el contacto directo con la naturaleza, el alumnado puede explorar e investigar todas las especies vegetales que allí se encuentran, observar su forma de tallo, de hoja, sus colores, si tienen frutos o no, si son venenosos o no, etc. Consultar el panel de información sobre la flora y la fauna para

saber más, etc.

**En este momento de investigación y exploración del alumnado nosotros podemos aprovechar para recoger alguna hoja o fruto del suelo de las diferentes especies vegetales para una vez terminado dicho tiempo de exploración reunirlos y mostrarles esas hojas. Podemos hacer preguntas. ¿Quién se acuerda de qué arbusto o árbol tiene estas hojas? ¿Qué arbusto o árbol da estos frutos?.*

Este momento de preguntas y respuestas apoyándonos en los materiales originales y el contacto directo con ellos ayuda a afianzar los conocimientos adquiridos en ese preciso momento.

Una vez terminado el momento de preguntas y respuestas colocaremos en parejas al alumnado, con ello fomentaremos la sociabilización a través del respeto y aceptación hacia los demás.

Salimos del jardín e iniciamos la ruta pasando por un pequeño puente por el que antiguamente pasaba el ferrocarril, dicha ruta es utilizada por ganaderos por lo que es casi seguro que nos encontremos con animales de granja pastando o descansando tranquilamente. Dichos animales podrían ser considerados domésticos y de carácter afable pero por no correr riesgos es aconsejable no dejar que el alumnado se acerque demasiado.

**Podemos aprovechar este momento para realizar alguna pregunta o explicación sobre los animales. ¿Qué tipo de animales son? ¿Son rumiantes? ¿Qué comen? ¿Tienen depredadores?.*

**En apenas 100-200 metros el alumnado ha tenido contacto directo con flora y fauna que de haber estado en un aula tradicional no hubiera sido posible. La pedagogía verde y educar en el asombro se hacen reveladores del conocimiento para el alumnado sobretodo en los cursos más bajos donde ya por el simple hecho de estar en un lugar tan alejado y desconocido del centro se han convertido en verdaderas esponjas de todo lo que ven y tocan.*

Avanzaremos por el camino creado por la actividad del hombre, un paseo tranquilo y sin ninguna dificultad. Sin previo aviso al alumnado dejaremos el camino y nos adentraremos entre la maleza.

**Con este simple cambio pasaremos de un paseo apacible a un nivel de desplazamiento mayor donde pondremos un poco a prueba nuestras habilidades motrices. Ya no pisaremos sobre un camino de tierra plano y sin obstáculos, ahora tendremos que afianzar cada paso que demos, pisando piedras, hojas, ramas, raíces y ayudándonos para ello de nuestras extremidades superiores agarrando o apartando ramas que puedan entorpecer nuestro paso y el de nuestros compañeros. En ocasiones pondremos a prueba nuestro equilibrio ya que algunas zonas pueden estar húmedas y ser resbaladizas. Al ir en parejas deberán ayudarse los unos a los otros.*

Con realizar esta modificación durante unos 50 metros sería suficiente para que el alumnado se haya visto e imaginado rodeado de naturaleza, explorando algo totalmente desconocido para ellos.

Tras esta modificación volvemos de nuevo al camino, los reunimos y hacemos una pequeña asamblea sobre que les ha parecido, que impresiones han tenido. Les podemos explicar que antiguamente no había caminos y que para atravesar las montañas se tenía que hacer como ellos mismos acababan de hacer.

**Para los cursos más bajos de Educación Primaria esos 50 metros han supuesto una verdadera aventura tanto a nivel emocional como a nivel físico y si prestamos atención a los comentarios que harán cuando reanudemos la ruta seguro que contarán alguna pequeña “aventura” propia que han vivido en ese escaso recorrido.*

Tras la pequeña aventura avanzaremos por el camino, en la ladera veremos los primeros roquedos y a los laterales de la ruta las primeras encinas. Podemos aprovechar este momento para hablar sobre ambos vegetales. Qué tipo de hoja tiene, si dan fruto o no, forma del tronco, textura y dureza del tronco, etc. El alumnado se puede acercar y tocarlos dando sentido y significado a lo explicado por el profesor.

**Recordaremos al alumnado la importancia de la hidratación, el uso de gorra y gafas de sol y el uso de la crema solar.*

Avanzando un poco más a través del camino llegamos a un desfiladero.

**Podemos hacer de nuevo preguntas sobre qué tipo de accidente geográfico se trata, de qué tipo son las rocas, etc.*

Tras el desfiladero encontraremos una señal que nos informa de que nos encontramos en una ruta de pequeño recorrido. Tras ella dejaremos de avanzar sobre un suelo plano y pasaremos a una suave pendiente. El alumnado descubrirá que su posición anatómica a la hora de andar ha cambiado y que su postura ahora se ha adaptado a la pendiente inclinando en la justa medida su cuerpo hacia delante. Durante la pendiente encontraremos robles y hayas. Podremos coger tanto sus hojas como sus frutos que para la gran mayoría del alumnado les será familiar.

Avanzando por el camino siguiendo las señalizaciones llegaremos a una extensa pradera en la que podremos encontrar nuevamente ganado pastando o descansando. Al fondo de dicha pradera encontraremos un “chozo” de pastor.

**Podemos acercarnos al “chozo” y verlo por dentro, hablar sobre por qué se construyó, etc.*

Avanzaremos un poco más hasta una señal que nos orienta, deberemos girar a la izquierda para llegar a la senda de la Tejeda de Tosande.

Comenzamos a ascender, la exigencia física será mayor y quizás algún alumno o alumna ya sienta cierto cansancio por lo que es aconsejable bajar el ritmo o en su defecto dejar que el alumnado se haga responsable de su propio ritmo.

**Al ir en parejas, ellos mismos serán los encargados de regularse físicamente, adaptándose el uno al ritmo del otro, ayudándose dándose ánimos o apoyo, reforzando el vínculo de la amistad y el compañerismo, disfrutando del reto y del ejercicio físico con hermosas vistas.*

Durante la ascensión nos vamos adentrando en el hayedo para finalmente llegar a la Tejada de Tosande. La pendiente en este punto ya es respetable. Dicha pendiente cuenta con unos escalones de madera creados por el ser humano para minimizar el esfuerzo.

**Por nuestra parte, no utilizaremos dichos escalones a modo de ejemplo y de reto para nuestro alumnado, pero dejando la libertad de que sean usados por aquellos o aquellas que lo prefieran.*

En este momento sus habilidades motrices se pueden poner al límite según qué cursos. Algunos en vez de subir en línea recta por la cuesta han descubierto nuevas estrategias para minimizar el esfuerzo subiendo en zig-zag entre otras.

La subida se extiende durante 1 kilómetro y medio más o menos por lo que el grupo se puede fraccionar bastante, para ello tanto nosotros como aquellos profesores que vengan de apoyo deberemos subir y bajar constantemente para cerciorarnos de que todo está en orden y dar apoyo al alumnado.

Poco a poco van apareciendo los primeros tejos, reconocibles por sus tonos oscuros y su aspecto entre conífera y sabina.

Finalmente, llegaremos a la Tejada de Tosande donde nos encontraremos rodeados de tejos y donde encontraremos una pasarela de madera.

**Dicha pasarela la podemos utilizar como punto de reunión y espera hasta que lleguen todos sin obstaculizar el paso de aquellas personas que estén realizando la ruta. Una vez estemos todos haremos preguntas sobre el lugar en el que nos encontramos. Podemos dejar que el alumnado se aleje un poco (siempre bajo nuestra supervisión aunque sea disimulada) e investigue y explore por su cuenta. En este momento antes de que se dispersen hablaremos sobre el medio ambiente y su cuidado y conservación.*

Podemos orientarles un poco para que busquen las diferencias entre los árboles que nos rodean ahora mismo y los anteriormente vistos.

Si algún alumno o alumna da con la respuesta dejamos que haga su explicación,

posiblemente haya buscado información en casa sobre el lugar que iba a visitar. Si es necesario completamos la explicación del alumno con nuevos datos. Si no hay una respuesta procederemos a la explicación. Qué árbol es, de qué tipo es, por qué es tan especial, etc. También les podemos preguntar sobre accidentes geográficos, ¿estamos en una ladera? ¿en la cima? ¿en un valle?. Les podemos hablar de la longevidad de esta especie vegetal, la gran mayoría de los tejos son centenarios. Del grosor de sus troncos y de la altura que alcanzan.

Algunos alumnos tras su tiempo de exploración e investigación te dirán que algunos tejos más finos y pequeños están rodeados por una red metálica.

En ese momento puedes hablar sobre la fauna que se puede encontrar en ese lugar y lo difícil que puede resultar verla, ya que los animales huyen del ser humano. Se les puede explicar que las redes metálicas están protegiendo al joven tejo de la voracidad de ciervos, corzos, jabalíes que habitan en el bosque, e incluso del oso.

Más arriba de la Tejada encontraremos un mirador. En el mirador podremos observar las maravillosas vistas que nos regala el paisaje.

**Tras la subida el cansancio se puede hacer palpable en el alumnado, sus aptitudes físicas se han visto al límite en más de una ocasión pero del mismo modo se han visto mejoradas y evolucionadas. Adaptadas al medio. Freire en su libro nos decía que si el niño quería escalar un árbol o una roca lo observaríamos, y a través de la observación descubriríamos la calidad motriz que el niño pone en su empeño por escalar. Hay riesgo, sí. Pero el niño es el primero que no quiere hacerse daño y pone todo su ímpetu en lograr su objetivo sin sufrir daño alguno.*

En el mirador, al mismo tiempo que observamos y descansamos un poco. Unos beben agua, otros comen algo rápido. Podemos observar varios accidentes geográficos: colinas, laderas, valles, cimas, collados señalarlos y explicar sus características. Del mismo modo podremos observar surcando los cielos varias especies de aves: buitres leonados, águila real y águila culebrera.

Si el día está despejado podemos ver a lo lejos “El Espigüete” una de las montañas más emblemáticas de la Montaña Palentina, así como Peña Redonda, Pico Curavacas, Pico de las Cruces o Peña Celada.

**Podemos comentar las diferencias entre los picos o montañas, tipo de roca del que están compuestas, metros de altura, cómo el viento y la lluvia las han erosionado, etc.*

A partir del mirador comenzaría el camino de regreso, pero en vez de tomar ese camino retrocedemos un poco hasta la pasarela situada en la Tejada. Resguardados del sol a la sombra que ofrecen los tejos nos dispondremos a comer y descansar.

**Mientras el alumnado come y bebe tendrán de nuevo un tiempo de investigación y exploración. Les podemos decir que existe un tejo cuyo tronco está hueco y en el cual entraría un niño entero con el fin de que lo busquen colaborando unos con otros.*

Tras la parada para comer y recobrar fuerzas nos disponemos para realizar el camino de vuelta. Para ello deberemos ascender hasta el mirador y seguir la ruta que nos indica un cartel allí colocado. Antes de irnos revisaremos que no queden restos de la comida fomentando de este modo la educación y respeto del medio natural que nos rodea.

**Debemos tener en cuenta que el descenso no implica ni entraña los mismos riesgos que la subida y quizás sea necesario realizar una breve explicación sobre todo en los cursos más bajos de cómo realizar la bajada. Bajar en zig-zag, clavar el lateral del pie en el lateral de la pendiente para de ese modo bloquear el tobillo y mantener el equilibrio, etc. Del mismo modo que en la subida cada pareja deberá buscar su ritmo, sin ponerse ellos mismos en peligro y sin poner en peligro a los demás compañeros o a las demás personas que puedan pasar por el lugar. Y siempre cuidando y respetando el entorno.*

Durante la bajada podemos observar algunos acebos que gracias al buen cuidado del que goza la zona los podemos observar en gran multitud y tamaño.

Finalmente llegaremos a un puente de madera que nos indicará el camino de vuelta y la

distancia. 2,9 km hasta el aparcamiento. El camino que resta no presenta apenas inclinación y es muy sencillo de realizar.

**Durante esos 2,9 km podemos recordar lo que hemos visto durante la mañana y poner cosas en común: experiencias, emociones, sentimientos, opiniones, críticas constructivas, etc.*

La duración estimada de la ruta por sus características suele ser de unas 3-4 horas. Dependiendo del curso con el que se lleva a cabo la actividad el tiempo variará. Nosotros mismos podemos alargarla a través de explicaciones o a través de alguna pequeña modificación del recorrido. Recordar que la ruta consta de 400 metros de desnivel, lo que puede ser muy exigente para algunos cursos, sobre todo los primeros niveles de Educación Primaria. También las condiciones climatológicas pueden modificar tanto la duración estimada como la ruta en sí.

Una vez en el aparcamiento subimos al autobús y será el momento en el que aquellos y aquellas que lo deseen podrán cambiarse la ropa, ya sea porque esté húmeda o porque esté sucia.

Saldremos del aparcamiento dirección Cervera de Pisuerga, el trayecto es de apenas unos kilómetros y el tiempo estimado es de unos 6-7 minutos.

Ya en Cervera de Pisuerga buscaremos un lugar amplio y a poder ser con sombra donde el alumnado pueda descansar o aquellos que los prefieran y tengan energías puedan jugar antes de la siguiente actividad.

Sobre las 16:30 o 17:00 deberíamos haber realizado todo lo anterior. Terminaremos el día con una visita al museo que se encuentra en el pueblo, dicho museo se llama “La Casa del Parque” y ha recibido a través de la Fundación Oso Pardo la mayoría de recursos que antes albergaba el centro de Verdeña.

Dentro nos esperará el responsable del museo y nos hará de guía a través de sus instalaciones que en los últimos tiempos han sido modernizadas.

**A través de esta visita el alumnado verá desde otra perspectiva aquellos lugares que esta misma mañana han visitado y por los que han explorado e investigado. Recibirán información adicional sobre la flora y fauna que habita en el lugar y lo recordarán debido al contacto directo que han tenido con ello, ya sea: visual, táctil y olfativo.*

Seguramente, durante la visita no se logre ver al oso, se trata de un animal tímido y que rehúsa de encontrarse con el ser humano. Por ello dentro del museo cuentan con muestras de pelo real que los osos han dejado al rozarse con una alambrada o al rascarse con un árbol, también podrán ver porciones de troncos de árboles donde están grabadas las marcas que dejan las uñas de los osos cuando se las afilan y por último verán una figura a tamaño real de un oso de la Montaña Palentina. El alumnado seguramente se asombrará del enorme tamaño que tiene el animal y de las dimensiones de sus garras, no es comparable a verlo representado en una imagen en un libro o ficha o a través de un video. Tras ello también verán la comparación del oso pardo de la Montaña Palentina con las diferentes especies de osos que hay en el mundo. Verán que a pesar de las enormes dimensiones que tiene el oso que habita en la Montaña Palentina no es el más grande, algunos otros que habitan en zonas más frías los llegan a doblar en tamaño. También podrán observar la diferencia de pelaje (más fino o más grueso), color del pelaje, diferencias en la anatomía, diferencias en la alimentación, etc.

La duración de la visita será entorno a 1 hora más o menos y tras su finalización volveremos al autobús y comenzaremos el regreso al colegio.

6. CONCLUSIONES

Elegí y comencé este proyecto por mi gusto por la naturaleza y las posibilidades que a nosotros los docentes nos ofrece para trabajar con los alumnos. De mi etapa educativa no guardo recuerdo alguno de haber estado en contacto con el medio natural, del mismo modo durante mi estancia en centros, sobre todo en el Practicum I fui consciente de la desconexión con la naturaleza que tienen hoy en día los alumnos, tanto en horas escolares como durante el tiempo libre y de ocio con las familias.

Hoy en día las aulas están totalmente automatizadas, cuentan con ordenadores, Tablet, pantallas táctiles, etc. Haciendo que las aulas se conviertan en una especie de caja hermética de cemento alejando así al alumnado de la naturaleza y sus beneficios.

A través de este proyecto intento dar visibilidad e importancia al uso de la naturaleza como materia prima de enseñanza, que dé un paso adelante, y que los ordenadores, Tablet, pantallas táctiles queden relegados a un segundo plano y sean utilizados como herramientas de búsqueda de información que complementen lo aprendido a través del contacto directo con el medio natural.

Para ello creé la propuesta desde el Centro en el que desempeñé mi Practicum II. Con ello pretendo que centros educativos de características similares y con posibilidades de llevarlo a cabo busquen el acercamiento a la naturaleza del alumnado, que fomenten la investigación y exploración del medio natural a través del contacto directo con el mismo y no a través de las diferentes pantallas de los medios tecnológicos que muy a menudo los rodean.

Gracias a las asignaturas de “Potencial Educativo de lo Corporal” y “Actividades Físicas en el Medio Natural” he podido vivir las experiencias y beneficios tanto a nivel cognitivo-motriz como a nivel social y emocional que nos ofrece la naturaleza, así como conocer el medio que nos rodea y conocernos a nosotros mismos.

Por ende he reflexionado e investigado sobre la necesidad que tiene el alumnado

del contacto directo con la naturaleza, qué beneficios les ofrece, qué inconvenientes puede tener y qué miedos y temores pueden surgir desde el contexto educativo y familiar y he intentado dar respuesta a todo ello a través de la creación de una propuesta con numerosas salidas al medio natural. En un primer momento cercano al centro y conocido por el alumnado y, finalmente, a un espacio natural lejano y desconocido.

Soy consciente de lo difícil que puede ser llevar a cabo dicha propuesta y que no es apta para todo los centros educativos. Esta iniciativa ha de surgir de docentes concienciados y motivados en los beneficios que este tipo de actividades reportan sobre el alumnado y han de saber transmitirlo a las familias y al alumnado, disipando los miedos y temores que una actividad en el medio natural desconocido pueda generar.

Por ello el Centro ha de mantener un diálogo constante con las familias haciendo ver que la actividad está controlada y es segura.

La propuesta que he planteado es sencilla en los primeros pasos (bloque de otoño y bloque de primavera) para finalmente terminar en una salida la cual supondrá un esfuerzo conjunto entre el centro, las familias y los alumnos.

Aun con ello me gustaría que en un futuro dicha propuesta se lleve a cabo en aquellos centros que estén interesados en lo que este TFG y sobre todo esta propuesta representa, que despierte en ellos la necesidad de buscar con el alumnado la conexión con la naturaleza.

Por último, en relación con la propuesta, decir que surge desde el área de Educación Física y trabaja de manera transversal con otras asignaturas y contenidos como son: Ciencias Sociales, Ciencias Naturales y Educación Ambiental no siendo las únicas que se pueden trabajar y dejando la puerta abierta a la elección de cada docente en su puesta en práctica.

La realización de este TFG a la vez que realizaba el Practicum II me ha ayudado a crecer como docente, complementando los conocimientos adquiridos durante los diferentes años de carrera y sus diferentes asignaturas. Debido a ello he observado

y ratificado que la adquisición de conocimientos por parte del alumnado es mucho mayor y se afianza con mayor facilidad cuando hay una exploración e investigación directa con el elemento obteniendo así un aprendizaje significativo.

Por último decir que para llevar a la práctica esta propuesta hay que estar convencido de los beneficios que puede reportar sobre el alumnado, y saber transmitirlo, hacer vivir al alumnado cada salida al medio natural como una aventura nueva, que les impacte y que les emocione, que les haga aprender del entorno y de ellos mismos tanto a nivel individual como grupal y que permita al alumno desarrollarse de manera cognitiva, motriz, social y emocional.

7. BIBLIOGRAFÍA

Ausubel, D. (1983). *Teoría del aprendizaje significativo*. CEIF, 1, 1-10.

Ausubel, D. (1983). *Teoría del aprendizaje significativo*. *TEORIA DEL APRENDIZAJE SIGNIFICATIVO*. Published.

https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/36648472/Aprendizaje_significativo.pdf?1424043980=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DTEORIA_DEL_APRENDIZAJE_SIGNIFICATIVO_TEOR.pdf&Expires=1623148401&Signature=ZbiKXZiG6VtCqptlrhfn8gJ5oUbel4pBHN76VBsvdVKJYgWAP2dMMiiFIEtubJAhNFBw~6OSX-UNF8lmaPDeQK6aW3gjTx-KFKdl0DyINJWi-17efqTvjRCJ31kr5Oht4c3Ho9RwsMPFG3IqKW229aCU25RAzIfvQETG-tYISwEkuL46Pa5Vs7tdzsJAFCH-5hq~UjnHkMXvnfiGf84xKplfjeL8YsDb2h0Eun9KYwNfXsAYggH8mlQYBdH9NhyKSBDk4fnlwV0vFre2S6b6DQFifQmGZ2lsSq3aOrlCWZePr3sA40i1g6s9PDj0SzISJZ-8RBxueqmwPqz0nPr8~g_&Key-Pair-Id=APKAJLOHF5GGSLRBV4ZA

Barrio, A. (2019, 2 diciembre). *Catherine L'Ecuyer: «Los padres no somos animadores de ludoteca»*. ELMUNDO.

<https://www.elmundo.es/papel/2019/12/02/5ddbdfb821efa00e678b45de.html>

Benito, A. (2020, 20 enero). *La Casa del Parque de Cervera se renueva con 42.550 euros*. Diario Palentino.

<https://www.diariopalentino.es/noticia/zcb13838f-a952-7a84-e38db0f7a95dc169/la-casa-del-parque-de-cervera-se-renueva-con-42550-euros>

Cordellat, A. (2018, 28 noviembre). *Cómo los miedos afectan a la crianza y la educación de los niños*. Padres y Colegios.

<http://padresycolegios.com/como-los-miedos-afectan-a-la-crianza-y-la-educacion-de-los-ninos/>

Delgado, M. (1991). *Los estilos de enseñanza en la Educación Física. Propuesta para una Reforma de la Enseñanza*. Granada: ICE de la Universidad de Granada.

El Grupo Escolar Francisco Giner: 1a Parte – Antecedentes. (2011, 5 enero).

<http://amigosdehesa.blogspot.com/2011/01/el-grupo-escolar-francisco-giner-1.html>

<p>Equipo Pedagógico de Campuseducacion.com. (2020, 21 julio). <i>Pedagogía Verde</i>. BLOG Noticias Oposiciones y bolsas Trabajo Interinos. Campuseducacion.com.</p> <p>https://www.campuseducacion.com/blog/recursos/pedagogia-verde/</p>
<p>Freire, H. (2011). <i>Educación en verde.: Ideas para acercar a niños y niñas a la naturaleza</i> (Vol. 21). Grao.</p>
<p>Gareca, M., & Villarpando, H. (2017). Impacto de las áreas verdes en el proceso de enseñanza aprendizaje. <i>Impacto de las áreas verdes en el proceso de enseñanza aprendizaje, Volumen 14</i>.</p> <p>http://www.scielo.org.bo/pdf/rcti/v14n15/v14n15_a06.pdf</p>
<p>L'Ecuyer, C. (2020, 2 junio). <i>La importancia de educar en el asombro y en la realidad</i>. Catherine L'Ecuyer.</p> <p>https://catherinelecuyer.com/2016/07/06/la-importancia-de-educar-en-el-asombro-y-en-la-realidad/</p>
<p>L'Ecuyer, C. (2013). <i>Educación en el asombro</i>. Plataforma.</p>
<p>León, C. P. R. E. Y. Y. (2018, 11 abril). <i>Senda de la Tejada de Tosande. Excursiones y rutas por Castilla y León</i>.</p> <p>https://www.excursionesyrutasporcastillayleon.com/sendala-tejada-tosande/</p>
<p><i>Listado de escuelas de educación primaria (6–12) pedagogía Escuela-Bosque en España.</i> (2010).</p> <p>https://ludus.org.es/es/projects?pedagogy_id=8&age=primaria.</p>
<p>Martín, J. (2020, 27 octubre). <i>Entrevista con la investigadora canadiense Catherine L'Ecuyer</i>. RTVE.es.</p> <p>https://www.rtve.es/noticias/20200907/entrevista-investigadora-divulgadora-canadiense-catherine-lecuyer/2041241.shtml</p>
<p>Miguel, A. (2003). <i>Actividades Físicas en el Medio Natural en la Educación Física Escolar</i>. (Vol. 4). Ayuntamiento de Palencia, Patronato Municipal de Deportes.</p>

<p>Miguel, J. L. M. (2020, 14 noviembre). <i>Decir que la Tejada de Tosande, en Palencia, es uno de los bosques más importantes de Castilla y León.</i></p> <p>https://aunclidelaaventura.com/ruta-de-la-tejada-de-tosande/</p>
<p>Moreno, D. (2020, 31 agosto). <i>Por qué los espacios verdes son clave para la infancia y las ciudades.</i> UNICEF.</p> <p>https://ciudadesamigas.org/espacios-verdes/</p>
<p>Nava, J. (2018, 11 de abril) <i>Pedagogía en la naturaleza.</i></p> <p>http://www.jamesnava.com/11/04/2018/pedagogia-la-naturaleza/</p>
<p>Ortega, C. (2015, 27 mayo). <i>La importancia de una buena metodología en educación física</i> - educaweb.com. Educaweb.</p> <p>https://www.educaweb.com/noticia/2015/05/27/importancia-buena-metodologia-educacion-fisica-8863/</p>
<p>Pérez Ordás, R., Caballero Blanco, P., & Jiménez Márquez, L. (2009). Evolución histórica de las actividades físicas en el medio natural con fines educativos. <i>Materiales para la historia del deporte., Vol. VII</i>, 59–76.</p> <p>https://rio.upo.es/xmlui/bitstream/handle/10433/2442/511-2148-1-PB.pdf?sequence=1&isAllowed=y</p>
<p>Pérez Porto, J., & Merino, M. (2015). <i>Definición de áreas verdes</i></p> <p>https://definicion.de/areas-verdes/</p>
<p>Pinos, M. (1997). <i>Actividades físico-deportivas en la naturaleza.</i> Madrid: Gymnos.</p>
<p>Portal de Salud Castilla y León. <i>Orografía y vegetación de Castilla y León.</i> Sanidad ambiental.</p> <p>https://www.saludcastillayleon.es/ciudadanos/es/polen/estaciones-medicion/orografia-vegetacion-castilla-leon</p>
<p>S. (2018). <i>My CMS Centro de investigación de educación ambiental.</i></p> <p>https://bosqueescuelaperapertu.com/</p>

Tejada Mora, J., & Saéz Padilla, J. (2009). *Educación Física y Educación Ambiental. Posibilidades educativas de las actividades en el medio natural. Educación Física y Educación Ambiental. Posibilidades educativas de las actividades en el medio natural., Número 5.*

<http://rabida.uhu.es/dspace/bitstream/handle/10272/3314/b15549860.pdf?sequence=1>

Velazquéz, C. (2015). Aprendizaje cooperativo en Educación Física: estado de la cuestión y propuesta de intervención (Cooperative learning in Physical Education: the state of the question and intervention proposal). *Retos*, 28, 234–239.

<https://doi.org/10.47197/retos.v0i28.35533>

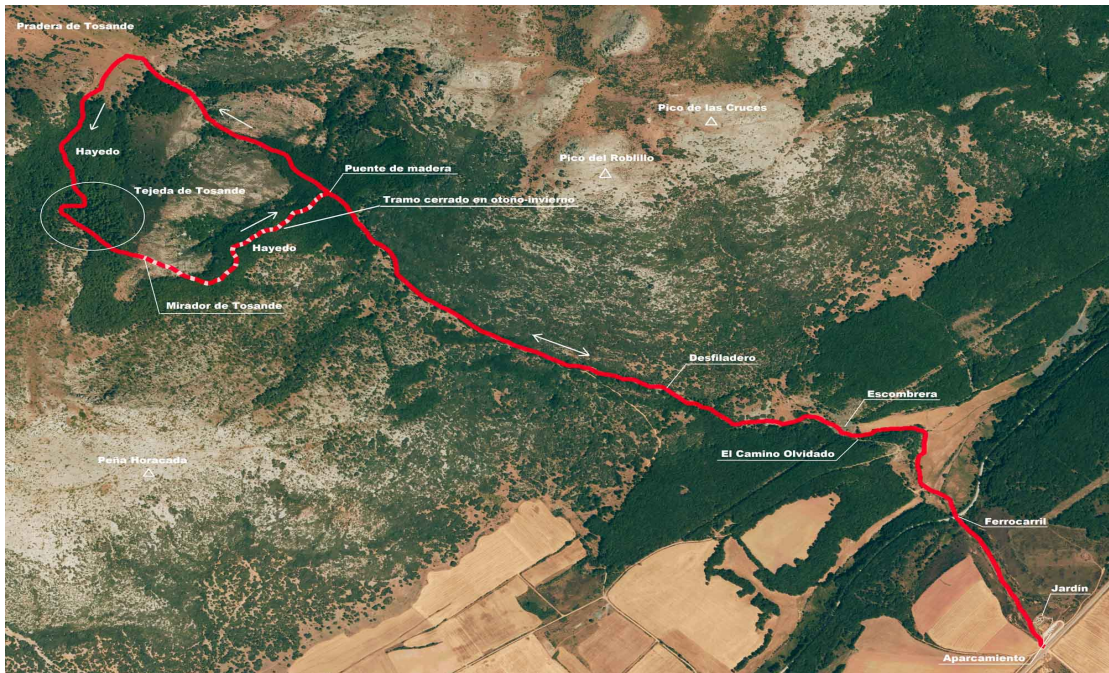
LEYES

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.

8. ANEXOS

SALIDA AL MEDIO NATURAL: TEJEDA DE TOSANDE.	
Localización: Cervera de Pisuerga	Dificultad: Sencilla
Distancia: 10,5 Km (Ida y vuelta)	Recorrido: En lazo ida y vuelta
Lugar de salida y regreso: C.E.I.P. Padre Claret	
MATERIALES NECESARIOS.	
1ª MOCHILA (la llevaremos encima durante toda la salida). <ul style="list-style-type: none">• Identificación personal.• Agua y comida.• Crema solar.• Gorra.• Gafas de sol.• Comida de asimilación rápida. (Barritas).• Bolsa pequeña para recoger los desperdicios de la comida, etc.	
2ª MOCHILA (quedará en el autobús hasta el final de la ruta). <ul style="list-style-type: none">• Ropa y calzado de recambio.	
MATERIALES OPTATIVOS	
<ul style="list-style-type: none">• Cámara de fotos.• Repelente de insectos.• Cuaderno pequeño y un lápiz.	

*Folleto para las familias. Anexo 1.



*Folleto para los alumnos. Anexo 2.