



FACULTAD DE EDUCACIÓN DE PALENCIA  
UNIVERSIDAD DE VALLADOLID

# **EL CAMPAMENTO EDUCATIVO COMO RECURSO DIDÁCTICO EN EL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA**

**TRABAJO FIN DE GRADO  
EN EDUCACIÓN PRIMARIA**

**AUTOR/A: Lucía Cartié Viñales**

**TUTOR/A: Alfredo Miguel Aguado**

**Palencia, Diciembre de 2021**

## **RESUMEN**

Un campamento educativo es una herramienta pedagógica que los centros escolares tienen al alcance facilitando procesos de enseñanza-aprendizaje en contacto con la naturaleza y con la realización de Actividades Físicas en el Medio Natural.

En este trabajo plasmo la propuesta de un campamento educativo destinado a un grupo de niños y niñas de 6º de Educación Primaria del CEIP “Sofía Tartilán” de Palencia. La duración del campamento es de 5 días y se lleva a cabo en la instalación de campamento el Coto Escolar de León. Este lugar es un espacio natural que cuenta con zonas al aire libre donde se pueden realizar actividades como escalada y orientación. También cuenta con unas instalaciones que ofrecen la experiencia de vivir con los compañeros, permitiendo el trabajo de aspectos transversales, valores, normas de convivencia y respeto del medio ambiente.

## **ABSTRACT**

An educational camp is a big educative tool that schools have in their hands which makes easier the teaching-learning process not only in contact with nature but also with physical education activities in the natural environment.

In this Project, I capture the proposal for 6th grade of Primary Education in the Palencia’s public school “Sofía Tartilán”. The educational camp will last about five days and it will carry out in the space of “Coto Escolar de León”. This is a natural space which has with outdoors places where activities like climbing and orientation take place. Furthermore it relays on a space that offer the experience to live with their classmates, working cross curricular aspects, values, cohabitation rules and the respect for the natural environment.

## **PALABRAS CLAVE**

Campamento educativo, Educación Física, Educación Primaria, Actividades Físicas en el Medio Natural.

## **KEYWORDS**

Educational camp, Physical education, Primary education, Physical activities in the nature

# ÍNDICE

0. INTRODUCCIÓN .....	6
1. JUSTIFICACIÓN .....	8
2. OBJETIVOS .....	11
3. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA.....	12
3.1. EL CAMPAMENTO EDUCATIVO .....	12
3.1.1. Historia del campamento.....	12
3.1.2. Concepto de campamento .....	13
3.1.3. Tipos de campamento.....	14
3.2. LAS ACTIVIDADES FÍSICAS EN EL MEDIO NATURAL .....	15
3.2.1. Concepto de AFMN .....	15
3.2.2. Clasificación de las AFMN.....	15
3.2.3. Características de las AFMN.....	16
3.2.4. Escalada y cabuyería .....	17
3.2.5. Orientación .....	19
3.2.6. Espeleología .....	20
3.2.7. Senderismo y acampada .....	20
3.2.8. Otras actividades .....	22
4. METODOLOGÍA .....	24
5. PRESENTACIÓN DE LA PROPUESTA .....	25
5.1. CONTEXTO .....	25
5.1.1. Destinatarios.....	25
5.1.2. Localización .....	25
5.1.3. Instalaciones .....	25
5.1.4. Organización docente.....	26
5.2. OBJETIVOS .....	26
5.3. CONTENIDOS .....	27
5.3.1. Conceptuales .....	27
5.3.2. Procedimentales .....	27
5.3.3. Actitudinales.....	28
5.4. METODOLOGÍA .....	29
5.5. TEMPORALIZACIÓN.....	30
5.6. ACTIVIDADES.....	31

5.7. EVALUACIÓN DE LA PROPUESTA .....	39
6. CONCLUSIONES .....	41
7. BIBLIOGRAFÍA Y WEBGRAFÍA .....	43
8. ANEXOS.....	45

# 0. INTRODUCCIÓN

A lo largo del documento presente voy a ir detallando el trabajo realizado sobre los campamentos educativos y qué supone esta herramienta en el proceso de aprendizaje del alumnado.

El campamento educativo que planteo en este documento va destinado a 44 niños y niñas de dos aulas de sexto de Educación Primaria del CEIP “Sofía Tartilán” de Palencia. Dicho campamento será desarrollado en la instalación el Coto Escolar ubicado en León, y tendrá una duración de cinco días con cuatro pernoctas.

Para empezar con el trabajo, plasmo una justificación del porqué he elegido ese tema en concreto. Esta argumentación está realizada en base a experiencias personales, a los beneficios que tiene el campamento como herramienta educativa y, finalmente, se justifica a nivel curricular. Además, redacto una serie de objetivos que pretendo conseguir con la elaboración de la propuesta.

A continuación, realizo una fundamentación teórica que avale tanto la propuesta en general como los diferentes contenidos que se presentan en ella. Este apartado sustenta todo el trabajo, por lo que en él hago un recorrido por la historia, el concepto y los tipos de campamento educativo. Además, también se indagan sobre las AFMN, ya que son, junto con el campamento educativo, los pilares básicos del proyecto. De éstas se presenta la definición, se clasifican y se dan algunas características. También se investiga sobre las actividades que conforman las AFMN que son: escalada y cabuyería, orientación, espeleología, senderismo y acampada, y otras actividades como las veladas.

Dedico el siguiente capítulo a explicitar la metodología utilizada en la elaboración del TFG, que es donde se plasma el cómo he realizado este trabajo.

La propuesta de campamento educativo la he creado en base a los temas de indagación nombrados en la fundamentación teórica. Este apartado es el más personal, ya que está elaborado como una propuesta práctica real. En él, se pone en contexto el campamento educativo, se plantean unos objetivos, con ello unos contenidos, la temporalización de todos los días con sus respectivas actividades detalladas y, para acabar con la propuesta, la manera de evaluar el campamento.

Por último, realizo una serie de conclusiones basadas en los objetivos propuestos, además de plantear posibles líneas de investigación para la ampliación de este trabajo.

# 1. JUSTIFICACIÓN

En cuanto escuché el término campamento educativo en la asignatura de Educación Física en el Medio Natural, supe que mi TFG lo quería orientar en torno a ese tema. Me pareció interesante, ya que he estado trabajando como monitora varios años; pero además de eso, considero que el campamento educativo engloba todas las Actividades Físicas en el Medio Natural que hemos trabajado en dicha asignatura, además de estar vinculado con otras cursadas como, por ejemplo, Actividad Física y Salud.

Tras mi periodo de prácticas en el CRA Campos de Castilla, en la localidad de Grijota pude comprobar gracias a la implantación de un programa llamado “Escuelas Vivas. Aprendizaje fuera del aula” que en el entorno natural no solo se puede aprender sino que es un buen lugar donde trasladar la escuela y sus procesos de aprendizaje. Este centro, saca mucho partido a la estrecha unión existente entre el alumnado y la naturaleza, lo que hace que se genere un aprendizaje significativo en plena naturaleza una vez por semana.

Un campamento educativo es un tipo de actividad física en el Medio Natural, gracias al cual se pueden trabajar los mismos contenidos que en un aula convencional, pero con un tipo de aprendizaje difícilmente obtenible en el aula. Este tipo de actividades nos ofrecen unas experiencias enriquecedoras, ya que el alumnado conoce diferentes entornos y las posibilidades que existen en él, al convivir con más personas fuera del entorno familiar tienen un mayor desarrollo madurativo y obtienen un gran grado de sensibilización con el medio natural. Por ello, este tipo de actividades ofrece a los destinatarios una gran variedad de experiencias y vivencias que favorecen la integración social entre otras cosas, por lo que se puede decir que un campamento es una herramienta educativa de lo más completa.

El contacto con el medio natural en niños y niñas es imprescindible para su desarrollo, ya que no solo se aprende en las aulas de los centros escolares sino también en plena naturaleza, apoyándome en lo que dice Freire (2011): “Todo nuestro crecimiento físico, afectivo e intelectual, se apoya en la calidad del contacto directo con el medio: una buena base sensorial y motora es fundamental para un sistema cognitivo sólido y armonioso.” (p.46)

En la sociedad, se tiene muy confusa la idea de campamento. Enseguida asociamos el término campamento a única y exclusivamente diversión en los meses de verano. No somos conscientes de que un campamento educativo, como he dicho antes, es una buena herramienta educativa que los centros educativos pueden planificar para trasladar el proceso de enseñanza aprendizaje de las aulas al medio natural, pudiendo decir que pasan a ser Aulas Naturaleza. Este concepto alude a aquellos espacios que permite al alumnado adquirir conocimientos no solo de un área sino de diversas materias, es decir, de manera interdisciplinar.

William Bird (citado por Freire, 2011) realizó unos estudios en los centros educativos para cerciorarse de que hacer salidas al aire libre regularmente reduce los síntomas de déficit de atención, mejoran los resultados académicos y aumenta la calidad del proceso de enseñanza aprendizaje. Además, R. Louv (2005) afirma que muchas de las enfermedades y problemas que afectan al desarrollo neuronal, físico y emocional de los niños y niñas están relacionadas con el poco contacto que éstos tienen con la naturaleza; es así por lo que el autor lo denomina trastorno por déficit de naturaleza.

Ofreciendo la posibilidad de acudir a un campamento el alumnado tiene la oportunidad de salir de su rutina; momento que es necesario para ganar autonomía en el día a día siendo responsables de sí mismos, desarrollar la personalidad con independencia de aspectos familiares, descubrir y experimentar por uno mismo avanzando hacia un desarrollo integral pleno. Todos estos potenciales beneficios, para que puedan darse, necesitan de un trabajo del profesorado que genere aprendizajes contextualizados, trasladando los conocimientos que aprenden en el aula mediante libros y videos a la naturaleza. De esta manera tendrán la posibilidad de aprender a través de la experimentación e interactuando ellos mismos mediante las actividades físicas en el medio natural, principalmente.

Quiero resaltar que, una vez puesta en marcha la investigación y recogida de información para la elaboración del TFG, y mis experiencias previas, he sido consciente de las diferencias y aspectos en común que existen entre un campamento educativo y un campamento de ocio y tiempo libre. La principal diferencia es que el campamento educativo tiene como objetivo que el alumnado adquiera los contenidos establecidos en el currículum oficial de enseñanza.

Por lo que, para la elaboración y puesta en práctica de un campamento educativo, debe realizarse de acuerdo con la normativa vigente. Por ello, este proyecto ha sido realizado en base a lo establecido en el Decreto 26/2016, de 21 de julio, por el que se establece el currículo y se regula la implantación, evaluación y desarrollo de la Educación Primaria en la Comunidad de Castilla y León. Aunque los contenidos que he planteado no aparecen de forma detallada en él, encontramos ejes concretos que se enlazan con el campamento educativo. Uno de ellos puede ser *el uso adecuado y responsable de los materiales de Educación Física orientados a su conservación y a la prevención de lesiones o accidentes*, puesto que cada vez que se vaya a realizar una actividad se le explica al alumnado como se usa el material correspondiente. Otro eje puede ser *la utilización del lenguaje oral y escrito para expresar ideas, pensamientos, argumentaciones y participación en debates, utilizando el vocabulario específico del área*, trabajado mediante la elaboración del cuaderno de campo así como durante el desarrollo de las veladas. A partir de este vínculo, la realización del campamento educativo puede ayudar a conseguirlos. Es un proyecto adecuado al alumnado de Educación Primaria, ya que estos ejes se encuentran en el artículo nombrado anteriormente en el área de Educación Física ,y más concretamente, destinados al curso de sexto de primaria.

## **2. OBJETIVOS**

- ❖ Elaborar una propuesta de campamento educativo destinado a un grupo de niños y niñas de sexto de Educación Primaria.
- ❖ Reflexionar sobre las bases teóricas y pedagógicas acerca de los campamentos educativos.
- ❖ Conocer las diferentes posibilidades de acción que nos ofrece la naturaleza para construir momentos de enseñanza aprendizaje en base a las Actividades Físicas en el Medio Natural.

# 3. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

## 3.1. EL CAMPAMENTO EDUCATIVO

### 3.1.1. Historia del campamento

Hace miles de años ya existían los campamentos, pero no exactamente como los conocemos hoy en día. Nuestros antepasados realizaban diariamente las actividades que se desarrollan en los campamentos educativos actuales, pero sin denominarlos de esta manera. Cabe destacar que los campamentos, a lo largo de la historia han ido cobrando distintas funciones. Pues los nómadas acampaban para su supervivencia, ya que se refugiaban ante adversidades meteorológicas, enemigos o simplemente para descansar. En cambio, más adelante cuando el nomadismo pasó a la historia, los campamentos tuvieron un peso muy importante en la actividad militar. Por lo que se puede decir que, el campamento, de novedoso tiene poco.

Hace aproximadamente un siglo, parte de la población de Estados Unidos tiene el interés de reformar la enseñanza creando propuestas educativas y sociales nuevas. Dichas propuestas se basan en la combinación de una experiencia directa con una educación teórica, por lo que los norteamericanos encuentran esta combinación al abandonar las ciudades y volver a la vida en pequeños núcleos que están en contacto con la naturaleza. De esta manera surgen los campamentos.

A mediados del siglo XIX, aparecen en Europa las primeras colonias, llevándose a cabo individualmente y con la intención de mejorar la salud en la naturaleza. Pero con el tiempo, esta práctica pasó a ser grupal y con fines pedagógicos, de allí su nombre de colonias colectivas. Un tiempo más tarde, en torno a finales del siglo XIX, se llevan a cabo los campamentos, entrando a formar parte de las actividades físicas del medio natural que se realizan entonces, como son el “camping”, el montañismo y el excursionismo.

Tal como expone Miguel (2001), Francisco Giner de los Ríos apoyado por la Institución Libre de Enseñanza (ILE) inicia las colonias escolares en España en 1878. Más adelante, a principios del siglo XX surge el escultismo siendo su máximo exponente el inglés Baden Powell. Este fenómeno consiste en formar y educar a niños y niñas en base a unos valores y en contacto con la naturaleza. Paralelo al escultismo, surgen las

primeras asociaciones excursionistas, las cuales focalizaban sus prácticas en el montañismo, el esquí o el piragüismo. Aunque estas actividades darán paso a incluir otras como la marcha, la acampada o el excursionismo. Esta última, aparece en 1872 cuando un grupo de doce jóvenes (“Sociedad X”) quiere visitar los lugares más bonitos del país. En la época actual, por causa de un desequilibrio en la política y tras la Guerra Civil, los movimientos citados anteriormente deben tomar caminos distintos a los del resto de Europa; desde 1923 solo son las agrupaciones escultistas las que están presentes, pero durante la guerra civil española se origina la O.J. (Organización de Juventudes) la cual crea el primer campamento en nuestro país es en Burgos en 1937, las organizaciones juveniles se encargan también de las nuevamente aparecidas las colonias escolares que en 1974 se introducen en la estructura curricular de acuerdo con la Ley General de Educación de 1970, además esta ley establece unas normas para los campamentos.

### **3.1.2. Concepto de campamento**

Para indagar más a fondo sobre el término campamento he plasmado definiciones de orígenes diversos, partiendo de la definición que nos ofrece la Real Academia Española (RAE) hasta llegar a definiciones otorgadas por personas vinculadas a los campamentos educativos y, finalmente, la definición que otorgo yo a este término.

En la Real Academia Española, aparecen varias definiciones acerca del término campamento, de las cuales la que más se aproxima a este proyecto es la siguiente: instalación eventual, en terreno abierto, de personas que van de camino o que se reúnen para un fin especial.

Otra definición de campamento, según Sabeán, (citado por Aragón, 1984) sería la siguiente:

“Un campamento es una experiencia al aire libre bajo un liderazgo maduro y preparado, guiada por una filosofía que le provee una dimensión recreativa y educativa y que puede abarcar, inclusive, una dimensión espiritual.” (p. 1)

Si pasamos a hablar de campamento educativo, Miguel (2001) dice que son un conjunto de situaciones que abarcan un amplio espectro de posibilidades, desarrolladas en torno a dos, siete y hasta quince días en lugares diversos, ofreciendo todo tipo de actividades que se puedan desarrollar en esos lugares.

Según Arapacha (2010) un campamento es una actividad de convivencia al aire libre orientada con fines educativos y de formación de la persona. Va más allá que las actividades de aventura o visitas a lugares naturales. Responde, entre otras cosas, al concepto de educación permanente como una necesidad en todas las edades y etapas de la vida.

Aparicio (2007) aclara que:

“El campamento es la actividad reina del aire libre. En él se integran todos los objetivos y actividades del planteamiento educativo que constituyen el aire libre.” (p. 175)

Con estas definiciones del término campamento y otras muchas que se pueden encontrar, se puede reflexionar sobre las cosas que tienen en común. La mayoría de ellas están de acuerdo en que se desarrollan en el medio natural y que se llevan a cabo durante mínimo dos días. Además, otorga un aprendizaje distinto al que se puede encontrar en las aulas, igual de enriquecedor o más.

Finalmente, la definición que saco en claro tras indagar sobre este término es que un campamento es una experiencia vivida en el medio natural durante varios días, realizada por un grupo de personas, normalmente niños y niñas y jóvenes, en zonas de playa, montaña, dentro de la ciudad (campamentos urbanos), etc. y con una gran variedad de actividades, resaltando actividades físicas en el medio natural. Esta práctica tiene fines educativos y ayuda al perfeccionamiento integral de los integrantes, ofreciendo la posibilidad de conocer diferentes entornos para poder comprobar las posibilidades que hay en ellos, una convivencia con sus iguales desligándose de su entorno habitual y su familia, una educación en base a la sensibilización de los niños y niñas hacia el medio ambiente.

### **3.1.3. Tipos de campamento**

Aunque todos los campamentos comparten características similares, se pueden diferenciar según el fin u objetivo que tengan, la duración o el lugar donde se lleva a cabo. En el caso de la propuesta de campamento que realizo más adelante, puedo decir que según su propósito es un campamento educativo, ya que es planificado y estructurado con unos objetivos establecidos, con el fin de evaluar. Según su duración, es un campamento fijo, puesto que consta de instalaciones o infraestructuras tales como

cocina, aseos, agua potable, etc. y la duración la decide el que lo organiza. Y para acabar esta clasificación, se tienen en cuenta el lugar y los servicios disponibles; siendo un campamento organizado, ya que para acceder se paga por utilizar unas instalaciones con una gran variedad de servicios.

## **3.2. LAS ACTIVIDADES FÍSICAS EN EL MEDIO NATURAL**

Como he dicho anteriormente, una de las ideas que tienen en común las definiciones de campamento es que se desarrollan en contacto con la naturaleza y sensibilizan con el respeto y cuidado del medio ambiente, ya que la mayoría de actividades que se llevan a cabo se realizan al aire libre en el medio natural.

### **3.2.1. Concepto de AFMN**

Pinos (1997) define AFMN como “la disciplina que se centra en el conjunto de conocimientos, habilidades, destrezas, técnicas y recursos que permiten desenvolverse o practicar actividades en la naturaleza, con seguridad, disfrutando, compartiendo y educándose en ella.” (p. 9).

Según Miguel (2001), la definición de AFMN son “aquellas actividades eminentemente motrices llevadas a cabo en un medio natural con una clara intención educativa.” (p. 47).

Arribas (2008) afirma que las Actividades en la Naturaleza son un conjunto de actividades de carácter interdisciplinar que se desarrollan en contacto con la naturaleza, con finalidad educativa, recreativa y deportiva, y con cierto grado de incertidumbre en el medio.

### **3.2.2. Clasificación de las AFMN**

Miguel (2001) clasifica las AFMN según la necesidad o no del espacio natural, y sería la siguiente:

- **Actividades específicas:** todas aquellas actividades en las que es imprescindible un espacio natural para poder realizarse, ignorando las estructuras artificiales para imitarlo. Estas actividades serían el senderismo, el montañismo, la escalada, el surf, la orientación, el esquí, etc.

- Actividades no específicas: esas actividades que no necesitan de un espacio natural para llevarse a cabo, así pues, son aquellas que se pueden realizar en espacios creados por el ser humano. Estas actividades serían los juegos, deportes, prácticas espontáneas, de expresión y comunicación.
- Actividades complementarias: estas actividades, como su nombre indica, apoyan o complementan a las actividades específicas. Estas actividades serían la cabuyería, la acampada, etc.

### **3.2.3. Características de las AFMN**

Todas las definiciones citadas anteriormente comparten la idea de que las actividades físicas en el medio natural tienen un carácter educativo, por lo que son un complemento fundamental de las actividades escolares. Además, uno de los contenidos de la asignatura de Educación Física en el currículo oficial es el conocimiento del Medio Natural, por lo que sin las AFMN este contenido no sería adquirido por nuestro alumnado.

Centrando la atención en el interés educativo que poseen las actividades físicas en el medio natural como se habla en el párrafo anterior, Miguel (2001) cita las características que tiene un Aula Naturaleza que, en su defecto, son las del campamento educativo:

- Amplitud de espacios: los límites del espacio donde se lleva a cabo están desdibujados, por lo que facilita la realización de diversas actividades que en un gimnasio son difíciles de realizar.
- Medio no conocido: incita a los niños y niñas a indagar sobre el lugar ya que es desconocido.
- Espacio no uniforme y cambiante: con el paso del tiempo estos lugares se van modificando, generando una nula continuidad del suelo y de sus formas; totalmente lo contrario que el gimnasio de un centro escolar.
- Abundancia de estímulos: los sentidos están en alerta ante la diversidad de estímulos que ofrecen las características anteriores, por lo que los mecanismos de percepción, decisión y ejecución están activos constantemente.
- Espacios lejanos: se necesita tiempo para acceder a los lugares donde se realizan estas actividades ya que suelen ser espacios alejados del centro educativo.

- Contacto real con temas de estudio escolar: todo lo que el alumnado estudia lo experimenta, no solo lo lee o observa desde un libro o videos, es el protagonista de su aprendizaje teniendo una enseñanza activa.
- Contacto con las fuerzas de la naturaleza: este tipo de actividades permiten conocer e indagar sobre la naturaleza en primera persona.
- Fácilmente deteriorable: el alumnado debe ser consciente de que son capaces de deteriorar el medio natural, por lo que, con estas prácticas, se sensibiliza ante el cuidado del medio ambiente.

De todo lo nombrado anteriormente, Miguel (2001) cita las siguientes conclusiones acerca de las AFMN:

“-Tienen una gran aceptación entre el alumnado que, generalmente, participa en ellas con un grado de motivación intrínseca muy alto.

-El Medio Natural es un espacio privilegiado para plantear procesos de enseñanza-aprendizaje, tanto de aspectos motrices, como cognitivos, afectivos y sociales.

-Para ponerlas en práctica se requiere de un compromiso por parte del Centro y de la administración educativa.

-El hecho de llevarse a cabo en horarios y espacios no habituales resalta la importancia de la responsabilidad civil, la disponibilidad horaria y la preparación previa de la actividad.” (p. 62).

#### **3.2.4. Escalada y cabuyería**

Como dice Miguel (2001) en su libro, escalar es la habilidad motriz de trepar, que consiste en utilizar brazos y piernas para desplazarnos durante un tiempo y superar obstáculos verticales; y ésta es una actividad que requiere de materiales y técnicas específicas.

La realización de esta actividad implica en el alumnado controlar el desplazamiento de trepar avanzando en líneas verticales con el uso de manos y pies, ser capaz de desplazarse de manera eficaz y económica, y tener una estabilidad emocional ante las inseguridades que pueden aparecer en ciertos lugares con altura.

Existen algunas pautas para que la realización de la escalada sea correcta y adecuada, y éstas son las siguientes:

- El peso del cuerpo debe recaer en las piernas, ya que tienen un papel fundamental.
- El centro de gravedad debe de estar dentro de la base de sustentación, por lo que la cadera tiene que estar pegada a la pared.
- La regla de los tres puntos de apoyo se basa en que tres de los cuatro puntos de apoyo que se tienen, es decir, manos y pies, están en contacto con la pared y el restante es el que se utiliza para desplazarse.
- El equilibrio corporal es muy importante para pasar el peso del cuerpo a un apoyo o a otro para seguir manteniendo el equilibrio.
- Son necesarios los desplazamientos cortos y de poca altura.
- Hay que saber percibir y decidir ante los agarres y presas que tenemos a nuestro alcance, antes de mover alguna de nuestras extremidades.

Una parte de la escalada se basa en descender de la roca que se ha trepado, por lo que es fundamental tanto saber subir adecuadamente como descender. Para ello, también existen algunas premisas para que el descenso se realice de manera adecuada:

- Los pies en contacto con la pared, teniendo el tronco vertical y las caderas flexionadas.
- Las rodillas estarán semiflexionadas para amortiguar los pasos.
- Las piernas irán bajando abiertas para mantener mejor el equilibrio lateral.
- La mirada irá fija a la pared para no perder de vista obstáculos que dificulten el descenso.
- Las piernas irán caminando por la pared, sin dar saltos.

El material necesario para la escalada es muy diverso y, a la vez, específico para cada función: el arnés, las cuerdas, el nudo de ocho doble, el descensor y el mosquetón, entre otros. Algunos de ellos serán explicados a los alumnos en el Anexo VIII.

El factor emocional y psicológico puede afectar gravemente en la práctica de esta actividad. La sensación de altura, la dificultad de los apoyos, el material o riesgo de caída pueden ser algunas de las situaciones y elementos que pueden causar una

alteración en el desarrollo. Por lo que el docente deberá crear situaciones de acercamiento para poder conocerlos y manejarlos antes de realizar la actividad en sí. Para iniciarse en esta práctica existen numerosas construcciones lúdicas como pueden ser tirolinas, paso malayo, pasamanos, pasos de mono o rápel, entre otras muchas. Además, se pueden encontrar Escuelas de Escalada que son lugares donde hay roca natural en los que se han abierto vías con diferentes graduaciones y con un equipamiento seguro.

La cabuyería es la disciplina que estudia el manejo de los nudos, sus clases y sus distintas aplicaciones. Es una parte muy importante de la escalada, ya que ofrece una seguridad ante la práctica de ésta.

Hay una amplia diversidad de nudos, que se puede clasificar según el objetivo que se quiera conseguir: están los nudos de unión, que sirven para juntar cuerdas (pescador), nudos de anclaje o fijación (ballestrinque, ocho doble, leñador) y de acortamiento (margarita). En anexos se puede ver alguno de estos nudos explicado.

Además de nudos, con las cuerdas también se realizan construcciones lúdicas como las mencionadas anteriormente.

### **3.2.5. Orientación**

La orientación como tal, consiste en saber y conocer dónde se encuentra uno y cómo llegar a otro punto. Pero si se vincula la orientación con el deporte se puede decir que es la realización de un recorrido en grupo o individualmente por zona montañosa o por bosque con la finalidad de encontrar balizas situadas por el recorrido, y todo ello en el menor tiempo posible. También implica saber manejar el mapa topográfico y la brújula.

Debe haber una progresión en la dificultad, empezando por orientarse en espacios que el alumnado ya conoce como es el centro escolar o alrededores, luego por el barrio o localidad, y finalmente por un lugar que desconocen. De esta manera el docente está brindando la posibilidad de que los niños y niñas potencien su autonomía.

La orientación implica que el alumnado, cuando tiene un mapa en la mano, debe interpretarlo y cotejarlo en relación con la realidad. Esto supone que hay que conocer el relieve donde se encuentra uno y los materiales que se van a utilizar (mapa y brújula). Después de interpretar y cotejar se deben tomar decisiones ante la elección de qué

camino escoger. Para decidir qué dirección tomar, aparte de tener en cuenta los desplazamientos que hay que realizar, también influyen las emociones.

Los materiales que se suelen utilizar en la orientación son la brújula, el mapa, las balizas marcadas en el mapa y la tarjeta de control. En Anexo IX se encuentra la explicación detallada de algunos de estos materiales, sus características y cómo se deben usar.

### **3.2.6. Espeleología**

La espeleología es la ciencia que estudia la morfología y las formaciones geológicas de las cavidades naturales del subsuelo. Lo que se hace es investigar, cartografiar y catalogar todo tipo de descubrimientos en cuevas.

Las cuevas, también llamadas cavernas, son cavidades naturales del terreno causadas por algún tipo de erosión de corrientes de agua, hielo o lava, o incluso por la combinación de alguno de estos factores. Existen distintos tipos de formaciones, las cuales están explicadas en el Anexo XI.

### **3.2.7. Senderismo y acampada**

Según la página web de la Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada (FEDME), el senderismo es lo siguiente:

“Práctica deportiva, adscrita a la FEDME, que se desarrolla preferentemente por la red viaria tradicional y que está enfocada a todas aquellas personas que les guste caminar. Se caracteriza por ser practicada por todo el territorio español y en cualquier época del año, requerir del practicante una escasa preparación técnica y física y utilizar materiales apenas especializados.”

En pocas palabras, y como dice Miguel (2001), se podría decir que el senderismo es el desplazamiento andando por el medio natural. (p. 72)

Es una actividad que trae consigo una gran cantidad de beneficios, por lo que es una buena práctica para realizar desde los centros educativos. Algunos de estos beneficios son que activa el cuerpo mediante una actividad sana, que mejora la capacidad de resistencia, tonifica los músculos y favorece la movilidad de las articulaciones; además de ser una vía de escape para el estrés. También ofrece la posibilidad de ver y apreciar la naturaleza del entorno por donde se realiza la actividad.

Para la realización de esta actividad hay que tener en cuenta lo siguiente:

- Dificultad del recorrido: hay elementos que van a hacer que la dificultad del recorrido sea de mayor o menor dificultad. Estos elementos son la distancia, el tipo de suelo y el desnivel. La edad también es un elemento a tener en cuenta para la decisión del recorrido, además de las experiencias vividas.
- Dominio del material: una buena elección y uso del material ayuda a que el desarrollo de la actividad transcurra con normalidad. Por lo que el alumnado debe conocer estos materiales y la importancia de ellos.
- Conocimientos culturales: cada vez que se realiza una excursión se trata un tema cultural, y conforme se visitan sitios o se pasa por diferentes lugares aparecen nuevos temas para tratar.
- La educación ambiental: estos valores se trabajan en cualquier actividad realizada en contacto con la naturaleza. Se tratan aspectos como llevarse toda la basura que se genera o saber que residuos son biodegradables.

Existen tres tipos de senderos según su longitud que son Senderos de Gran Recorrido (SGR), Senderos de Pequeño Recorrido (SPR) y Senderos Locales (SL). (Anexo XII).

Según Miguel (2001), acampar significa detenerse y permanecer en despoblado, alojándose o no en tiendas o barracas. Aunque el uso que se le da a este término es el siguiente:

“permanecer en el medio natural mediante: tiendas de campaña, albergues, casas de colonias, refugios, chozos de pastores, vivac, cobijos...o en instalaciones concretas como campamentos o zonas de acampada”. (p. 87)

El senderismo y la acampada tienen una estrecha relación, ya que para realizar una acampada previamente se ha hecho un desplazamiento hasta llegar a ella, o simplemente que durante la excursión se ha decidido parar.

### **3.2.8. Otras actividades**

#### **Veladas**

Las veladas son reuniones de más de dos personas que se realizan en el intervalo de tiempo desde la cena hasta la hora de irse a dormir, con la finalidad de celebrar algún evento en especial o simplemente por diversión.

En el caso de los campamentos educativos, este tipo de actividad se desarrolla para que los participantes se conozcan más, compartan experiencias, se diviertan, etc. Ellos son los protagonistas de la actividad, aunque ésta será guiada por un adulto, ya sea un docente o monitor.

Los escenarios donde llevar a cabo las veladas pueden ser diversos, ya que se pueden realizar tanto en espacios cerrados como un pabellón, comedor, aula, etc. como en el exterior. Dependiendo de lo que se vaya a hacer, será más idóneo un escenario u otro, ofreciendo un ambiente más acogedor.

Así mismo, las actividades que se realizan en las veladas también son de lo más diversas. Se pueden realizar juegos, cánticos, bailes, fiestas temáticas, relajación, etc.

#### **Juego libre**

Aquel juego que surge de manera espontánea sin que el adulto tenga que guiarlo, es decir, el niño o niña decide en todo momento cuándo, cómo y a qué jugar, estableciendo él mismo las normas.

Además, a través del juego libre los niños y niñas conocen el entorno que les rodea, desarrollan su creatividad e imaginación, potencian las habilidades sociales, fortalecen su seguridad, etc.

El juego es una actividad voluntaria, que además de ser placentera ofrece un aprendizaje en el día a día de todo tipo de áreas. Por eso, los adultos deben respetar la elección y los tiempos de juego del alumnado, para conseguir un aprendizaje mediante el juego.

Parece contradictorio que se diga que debemos respetar los tiempos del juego del alumnado, cuando posteriormente les dejamos un tiempo concreto para hacerlo. En este

caso, al ser un campamento educativo donde los tiempos están muy organizados y estipulados para cada actividad, el tiempo que se deja para el juego libre es limitado. Lo que sí que se deja a libre elección es qué hacer en ese tiempo libre.

### **Gymkhana**

Las gymkhanas son el conjunto de actividades o pruebas que, por grupos, tienen que ir realizando y pasando de una a otra. Normalmente se desarrollan en lugares abiertos y espaciosos, y pueden tener distintos objetivos o fines.

Además, poseen beneficios en los niños y niñas ya que mejora las relaciones personales, desarrolla la inteligencia y la creatividad y fomenta el trabajo en grupo.

Por lo general, existe una competitividad entre grupos ante este tipo de actividades, por lo que los docentes y monitores deben fomentar el espíritu competitivo, pero con bases sólidas y saludables.

## 4. METODOLOGÍA

Una vez decidido el tema de mi TFG, sentí motivación e interés para mi formación como docente, así que recabé información sobre el término campamento educativo y todo lo que conlleva. La información que me ha servido de utilidad para poder realizar este proyecto la he conseguido a través de lecturas de páginas web, libros, revistas, artículos, etc. recogidos en la bibliografía y webgrafía del trabajo.

En primer lugar, decidí como quería orientar el trabajo. Así que elegí un grupo de niños y niñas procedentes de un centro educativo donde había realizado mis prácticas. De esta manera, me resultó más sencillo elaborar el contexto. Posteriormente, organicé temporalmente las actividades más destacables que quería llevar a cabo teniendo en cuenta la duración del campamento, creando la temporalización. Una vez seleccionadas las actividades a realizar cada día, las desarrollé detalladamente extrayendo de ellas los objetivos y los contenidos que se trabajan en el campamento. Después, decidí cuál era la mejor manera de evaluar este campamento educativo.

Con la propuesta elaborada, tenía claro de qué términos y conceptos tenía que hablar en la fundamentación teórica, así que con la información recabada la elaboré. De ahí, redacté mi justificación. Tras haber detallado los objetivos de mi TFG pude sacar conclusiones en base a ellos.

Para acabar con el Trabajo de Fin de Grado, redacté el resumen basándome en la propuesta que había elaborado anteriormente.

# 5. PRESENTACIÓN DE LA PROPUESTA

## 5.1. CONTEXTO

### 5.1.1. Destinatarios

La propuesta de campamento educativo que voy a presentar a continuación va dirigida a dos clases de 6º de primaria de 23 y 21 alumnos respectivamente, con un total de 44 niños y niñas, procedentes todos ellos del CEIP “Sofía Tartilán” de Palencia.

### 5.1.2. Localización

Este campamento se desarrollará en el Coto escolar ubicado en la ciudad de León, ya que cuenta con unas instalaciones y unos alrededores que ofrecen la posibilidad de realizar un gran abanico de actividades.

El traslado del alumnado y los docentes se realizará en autobús, desplazándonos 127km desde el centro educativo hasta el Coto, con una duración de aproximadamente una hora y media. (Anexo III)

La ciudad donde se desarrolla el campamento educativo está situada al noroeste del país, en la Comunidad Autónoma de Castilla y León.

### 5.1.3. Instalaciones

El Coto escolar está ubicado en las afueras de la ciudad, concretamente en el Paseo del Parque, s/n 24005, León. Dicho lugar cuenta con 120.000 metros cuadrados de aula de naturaleza, que se creó con el principal objetivo de completar y ayudar a conseguir mejores resultados educativos, especialmente en el ámbito ambiental, potenciando así la educación en valores, la convivencia, la educación para la salud, las actividades deportivas y de ocio,...

Las instalaciones cuentan con 8 cabañas con 4 literas cada una, organizadas en el espacio formando una plaza. A escasos metros, hay otra cabaña en la que se encuentran los aseos y las duchas. El comedor y la cocina están en un pabellón aparte. Existe una zona de aulario, donde pueden llevarse a cabo diferentes actividades y talleres. Además, tiene cancha de baloncesto y de fútbol, piscina, cuerdas, un mini zoo, invernaderos, zona de bosque y un observatorio. (Anexo IV).

#### **5.1.4. Organización docente**

Los responsables que van a acompañar a los niños y niñas durante el campamento educativo son el profesorado del centro correspondiente a ambas aulas que acuden a él y monitores especializados en las diferentes actividades planteadas. Los profesores del centro educativo serán los responsables de que el campamento transcurra con normalidad. En cambio, los monitores serán los encargados y responsables de que las actividades que estén llevando a cabo transcurran de la mejor manera posible. Además, dichos monitores deberán poseer el título de monitor de ocio y tiempo libre, y también tener experiencia en la actividad que desarrollarán. Alguno de los adultos presentes en el campamento deberá tener el título de socorrista, ya que algunas de las actividades se realizan en la piscina.

## **5.2. OBJETIVOS**

- ❖ Favorecer la construcción de un espacio y de un tiempo adecuado tanto para el trabajo en grupo como para tareas individuales, logrando una cooperación entre el alumnado y una buena convivencia.
- ❖ Fomentar la autonomía del alumnado en el medio ambiente, superando los obstáculos y conflictos de forma pacífica.
- ❖ Promover el uso adecuado y cuidado, tanto de los materiales como de las instalaciones.
- ❖ Potenciar el respeto hacia el entorno y el medio natural en los juegos y actividades al aire, identificando y realizando acciones concretas dirigidas a su conservación.
- ❖ Fomentar el ejercicio físico con actividades físicas en el medio natural, asegurando un buen desarrollo físico y una buena salud.
- ❖ Lograr que adquieran los contenidos planteados mediante un aprendizaje significativo en contacto con la naturaleza.

## **5.3. CONTENIDOS**

### **5.3.1. Conceptuales**

- ✓ Los protocolos de actuación de primeros auxilios.
- ✓ El botiquín y los materiales.
- ✓ Las técnicas de cabuyería y escalada.
- ✓ La diferencia entre nudo y amarre.
- ✓ Los tipos de nudos.
- ✓ El material para la escalada.
- ✓ La orientación a través del mapa y la brújula.
- ✓ Las partes de la brújula.
- ✓ Las técnicas de orientación.
- ✓ La espeleología y las cuevas.
- ✓ El material necesario para la espeleología.
- ✓ Las diferentes formaciones de una cueva.
- ✓ El conocimiento del paisaje subterráneo.
- ✓ Las técnicas de senderismo.
- ✓ Los tipos de senderos.
- ✓ Las técnicas de acampada.
- ✓ El material para la acampada.
- ✓ Las tirolinas.
- ✓ El material de las tirolinas.
- ✓ La postura corporal en la escalada y la tirolina.
- ✓ El conocimiento de la flora y la fauna de la zona.
- ✓ Las normas y los valores para la convivencia.

### **5.3.2. Procedimentales**

- ✓ Habilidades de trabajo individual y en grupo.
- ✓ Desarrollo de la creatividad para la resolución de conflictos.
- ✓ Técnicas de recogida de información para el cuaderno de campo.
- ✓ Utilización del protocolo de actuación PAS.
- ✓ Ejecución de los diferentes nudos.
- ✓ Uso correcto del material de escalada.
- ✓ Control y coordinación corporal durante la escalada.

- ✓ Uso adecuado del mapa y la brújula.
- ✓ Enumeración de las diferentes formaciones de las cuevas.
- ✓ Identificación de la flora y la fauna de la zona.
- ✓ Elección del material adecuado para el senderismo y la acampada.
- ✓ Ejecución en el montaje de las tiendas de campaña.
- ✓ Control y coordinación postural en las tirolinas.

### **5.3.3. Actitudinales**

- ✓ Colaboración y cooperación con los demás.
- ✓ Respeto y aceptación de las diferencias.
- ✓ Seguridad y confianza en sí mismo.
- ✓ Autonomía personal.
- ✓ Iniciativa a la hora de realizar las actividades.
- ✓ Uso correcto y adecuado de las instalaciones.
- ✓ Habilidades en la resolución de conflictos.
- ✓ Sensibilización con el medio natural.
- ✓ Disfrute de la actividad física en el medio natural.

## **5.4. METODOLOGÍA**

El campamento educativo que he diseñado, he querido que sea un escenario de continuo aprendizaje significativo para el alumnado. Por lo que los niños y niñas tendrán un papel activo, siendo protagonistas de su propio aprendizaje partiendo de las experiencias previas. Además, aprenderán mediante la exploración, manipulación, descubrimiento y experimentación de las posibilidades motrices de cada uno, a través de las actividades físicas en el medio natural; un punto muy importante a tener en cuenta.

Lo primero que se realiza previo a la planificación del proyecto en el centro educativo es una breve investigación para conocer las necesidades e intereses de las familias. Una vez planificado el proyecto de campamento educativo, las familias recibirán la información acerca de éste para poder decidir si quieren que sus hijos e hijas acudan a él. Para ello, se les ofrecerá un cuadro resumen (Anexo I) en el que encontrarán toda la información más señalada del campamento educativo. Una vez que se hayan decidido a que el niño o niña acuda, deberán rellenar una hoja para la autorización de la salida del centro (Anexo II).

Como he dicho anteriormente, un aspecto de los más importantes a tener en cuenta es que las actividades desarrolladas son variadas y equilibradas, y todas ellas en relación con el medio natural. En la mayoría de ellas se generan situaciones motrices, las cuales parten de la zona de desarrollo próximo del alumnado, para poder lograr una adaptación mayor en cada una de las actividades.

Cabe destacar que, al ser un campamento educativo en el que los usuarios son un grupo de personas, priman unas normas de convivencia que deben asumir, cumplir y respetar; creando un buen ambiente, y fomentando la autonomía y la toma de decisiones. Además, con la diversidad de actividades se busca que los niños y niñas valoren, acepten y respeten su propia realidad corporal y, no menos importante, la de los demás. De esta manera apreciarán las diferencias desde una perspectiva crítica y reflexiva, mostrando una actitud inclusiva, motivadora y de respeto.

## 5.5. TEMPORALIZACIÓN

Este campamento se llevará a cabo la tercera semana de junio entre semana, es decir, del 14 al 18 de junio de 2021. Con un total de 5 días y 4 pernóctas, en las que se realizarán las actividades propuestas.

La planificación del campamento será la siguiente:

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
8:45 a 9:30		Desayuno, aseo y limpieza	Desayuno, aseo, limpieza y salida en bus	Desayuno	Desayuno, aseo y limpieza
9:30 a 10:30		Explicación teórica de escalada		Recogida de la acampada	Recogida de las habitaciones
10:30 a 12:30	Llegada, instalación y bienvenida	Escalada	Espeleología en las Cuevas de Valporquero	Regreso y aseo	Preparación de la despedida
12:30 a 13:30					Tirolinas
13:30 a 15:00	Aseo, poner la mesa y comer	Aseo, poner la mesa y comer	Comer y descanso/tiempo libre	Poner la mesa y comer	Aseo, poner la mesa y comer
15:00 a 16:00	Tiempo libre	Tiempo libre	Bus de regreso	Tiempo libre	Despedida
16:00 a 18:00	Primeros auxilios	Escalada	Explicación teórica de senderismo y acampada	Gymkana acuática	
18:00 a 18:30	Merienda	Merienda	Merienda	Merienda	
18:30 a 20:30	Nudos	Explicación teórica e inicio de la práctica en orientación	Traslado a la acampada	Libre en piscina	
20:30 a 21:00	Aseo y poner la mesa	Aseo y poner la mesa		Aseo y poner la mesa	
21:00 a 21:45	Cena	Cena	Cena	Cena	
21:45 a 22:00	Tiempo libre	Tiempo libre	Tiempo libre	Tiempo libre	
22:00 a 23:30	Velada	Velada de orientación	Velada	Velada	

## **5.6. ACTIVIDADES**

A lo largo de este campamento va a haber explicaciones teóricas, clases prácticas, salidas, tiempo libre, rutinas, etc., siendo momentos de construcción de aprendizaje en los que el niño o niña va a ser el protagonista.

Durante estos días, cada niño o niña va a formar parte de una comunidad y va a vivir en sociedad, tanto con sus iguales como con adultos. Para que esta convivencia transcurra de la mejor manera posible, los alumnos tendrán unas tareas, rutinas y responsabilidades que son las siguientes:

### **Aseo**

A lo largo del día, tienen varios momentos destinados al aseo personal; ya que es imprescindible que desde pequeños tengan hábitos de higiene personal para tener una buena salud y lograr una convivencia agradable en la sociedad. Además, las amistades cuando son pequeños son elegidas selectivamente, y la higiene personal de cada uno es un aspecto que puede influir en la socialización.

En el horario reflejado anteriormente se puede ver que existen varios momentos de aseo; de esta manera se da la oportunidad a los niños y niñas que puedan elegir entre esos momentos según las rutinas que tengan ya establecidas en su día a día en sus hogares.

### **Limpieza**

La limpieza es otro aspecto fundamental para vivir en sociedad, ya que permitirá un mejor transcurso del campamento. Cada alumno será encargado de tener siempre recogidas sus pertenencias. Las zonas comunes de las cabañas será responsabilidad de los miembros de esta.

Además, para fomentar la limpieza y el cuidado de las instalaciones, cada vez que un niño o niña realice una acción adecuada en cuanto a la limpieza, deberá acudir a uno de los docentes para comunicarlo y éste lo anotará en su cuaderno. Así, al final del campamento se le entregará una medalla al que más haya colaborado en la limpieza de las instalaciones.

### **Poner la mesa**

Para convivir en sociedad, hay que colaborar todos para que las tareas y responsabilidades comunes sean equitativas. Por este motivo, cada día pondrá la mesa una cabaña. Otorgándoles este tipo de tareas, se potencia la autonomía del niño o niña y la responsabilidad en las tareas del día a día.

### **Tiempo libre**

Tanto después de las comidas como de las cenas, los niños y niñas tendrán un momento de tiempo libre, que lo podrán invertir en lo que ellos quieran; ya sea en descansar, jugar, realizar talleres, etc. Así, damos la oportunidad de que ellos mismos decidan qué hacer, en cuanto a sus necesidades.

### **Merienda**

Para que los alumnos rindan en el día a día es necesario que tengan una buena alimentación, entre otras cosas. Por eso, a mitad de la tarde tendrán tiempo para merendar. Dichas meriendas serán seleccionadas y proporcionadas por el servicio de cocina del Coto escolar, el que tendrá en cuenta una buena alimentación para los niños y niñas.

A continuación, voy a describir lo que se va a hacer cada día, detallando los momentos y actividades más destacables del día.

## **DÍA I**

### **Llegada, instalación y bienvenida**

Los niños y niñas estarán en el punto de quedada establecido, en este caso el centro educativo, para coger el bus que los trasladará al Coto escolar de León.

Llegada, instalación y bienvenida: Una vez llegado el autobús al Coto escolar, los alumnos y los docentes cogerán sus pertenencias, y en la plaza que forman las cabañas se realizará la asignación de éstas. Cada alumno irá sacando de un saco canicas de colores, que se tendrán que ir agrupando dependiendo del color. De esta manera se forman los grupos de las cabañas de manera aleatoria. Si una vez realizada la distribución, los docentes consideran necesario realizar algún cambio podrán hacerlo. Al igual que si lo consideran oportuno durante el campamento.

Posteriormente, cuando todos estén instalados, se realizará un juego de pistas para que los niños y niñas conozcan más en profundidad el lugar y las instalaciones. (Anexo V).

### **Primeros auxilios (Anexo VI)**

El alumnado debería saber actuar ante una situación de socorro o adversa, y durante estos cinco días van a realizar actividades en lugares donde existe mayor riesgo de caídas, raspones, rozaduras, etc. Por este motivo, se les impartirá una clase de primeros auxilios para que conozcan los materiales existentes en un botiquín, y sepan sus usos. Además, también deberán ser conocedores del protocolo de actuación (PAS).

### **Nudos (Anexo VII)**

Para poder realizar la actividad de escalada al día siguiente, los niños y niñas deberán conocer los diferentes tipos de nudos que existen y para qué sirven cada uno de ellos. Para ello, uno de los monitores les impartirá una clase explicando y enseñando como se realizan para que después ellos prueben a hacerlos.

### **Velada rompehielos**

En esta primera velada, se crearán situaciones en las que los niños y niñas tendrán que dejar atrás la vergüenza y la timidez con gente que igual no se ha relacionado lo suficiente como para estar cómodo, en el centro escolar. Además, también da la

posibilidad de que los monitores participen y así, a lo largo del campamento puede haber más confianza.

Los docentes acercarán un saco con canicas de varios colores a cada alumno, y éste podrá coger las que quiera. Algunos cogerán todas las que puedan, en cambio, otros cogerán una o dos. Con el comienzo de esta actividad ya se puede ver alguna característica del alumnado. Cada color de las canicas está asociado a un tema, por lo que cada niño tendrá que hablar tantas veces como canicas haya cogido y sobre el tema que le vaya tocando. Si tienen canicas de color rojo deberán hablar sobre su familia, si tienen canicas verdes tendrán que contar la última experiencia que tuvieron en la naturaleza y si tienen canicas amarillas hablarán de sus cosas favoritas.

Otra actividad para conocerse más en profundidad es el juego de las cuatro esquinas. Primero empieza un docente como moderador, pero posteriormente irán cambiando. Cada esquina representa una respuesta diferente; Totalmente de acuerdo, parcialmente de acuerdo, algo en desacuerdo y muy en desacuerdo. El moderador dice una opinión, como por ejemplo: “Está más bueno el Colacao que el Nesquik” y cada alumno deberá desplazarse hasta la esquina con la que más se identifique su respuesta.

Para terminar, todos los alumnos se descalzarán. Los docentes mezclarán y atarán los cordones para que sea más difícil la actividad. En cuatro grupos, cada uno de ellos situado frente a la montaña correspondiente de zapatillas, deberán desatar las zapatillas y ponérselas. Al ser grupos de once alumnos cada uno, tendrán que ver cómo están anudadas para lograr ponerse las zapatillas bien anudadas cada uno y volver al sitio de inicio. Ganará el equipo que antes lo consiga.

## **DÍA II**

### **Explicación teórica de la escalada (Anexo VIII)**

Tras haber tenido la clase el día anterior de nudos, hoy se explicarán aspectos de la escalada. Es decir, los alumnos recibirán una clase teórica para saber en qué consiste la escalada, conocer los materiales necesarios y saber cómo realizar la práctica.

### **Explicación teórica e inicio de orientación (Anexo IX)**

En Anexos se puede ver la información que el alumnado debe saber para poder realizar la práctica de orientación. Además, habrá el material necesario para que tengan un primer acercamiento, conozcan sus partes, el uso que tiene y la importancia en la orientación.

### **Velada de orientación (Anexo X)**

Para favorecer el conocimiento del entorno y de las instalaciones del Coto Escolar de una manera lúdica y divertida, se realizará una velada de orientación. En la que, a cada cabaña se les dará una lista con ocho números en una tabla. Estos números están escritos en las balizas que tienen que buscar, y al lado de cada número hay un símbolo que es lo que tienen que dibujar en su tabla. Además, se ayudarán de un mapa dónde cada número estará señalado en el lugar del Coto donde se encuentra. Cabe destacar que, para que no se ayuden unos de los otros, cada cabaña tendrá un orden distinto.

## **DÍA III**

### **Espeleología en las Cuevas de Valporquero (Anexo XI)**

Tras haber llegado al destino, exactamente a la localidad de Valporquero de Torío, al norte de la provincia, el alumnado junto con el profesorado realizará una visita a las Cuevas de Valporquero. En la visita, se les explicaran conceptos de la espeleología, en qué consiste, que material se utiliza y otros datos de interés. Además, se les facilitará el material necesario para que puedan vivirlo en primera persona y se sientan unos auténticos espeleólogos.

### **Explicación teórica de senderismo y acampada (Anexo XII)**

La noche de este día se va a pasar haciendo acampada, por lo que, hasta llegar al lugar donde se asentarán tendrán que desplazarse, por lo que realizarán senderismo. Para ello, el alumnado recibirá una clase teórica sobre el senderismo y la acampada. En ella, se les explicará en qué consiste cada actividad, que materiales son necesarios y como se utilizan estos materiales.

### **Traslado a la acampada**

Una vez explicado lo que se va a hacer, y los niños y niñas tengan preparada su mochila con todas sus pertenencias necesarias para la acampada, se trasladarán hasta el lugar concretado con algunos de los docentes y monitores. Por el camino, podrán ir apreciando la flora y la fauna que les rodea.

### **Velada de terror (Anexo XIII)**

Entre las tiendas de campaña montadas anteriormente y, después de cenar, todos los niños y niñas se sentarán en círculo. Bajo la tenue luz de la luna y las estrellas, y acompañado de linternas, alguno de los docentes contará una historia de miedo como las que se encuentran en el *Anexo XIII*. El resto de profesores y monitores, ambientados acorde a la historia irán apareciendo por las inmediaciones de la acampada dando algún que otro susto. Una vez terminada la historia, puede animarse el que quiera a contar relatos o historias que se sepan.

## **DÍA IV**

### **Recogida de la acampada**

Cuando se levanten, deberán recoger las tiendas de campaña y volverán a guardar sus pertenencias en la mochila de cada uno. Contarán con la ayuda y supervisión de los adultos responsables, para controlar que cuidan el material y le dan un buen uso. Una vez todo listo y preparado, regresarán a las instalaciones del Coto Escolar.

### **Gymkhana acuática**

Al contar con instalaciones acuáticas en el Coto Escolar, el alumnado realizará una gymkhana acuática. Se agruparán por equipos de 8-9 alumnos en cada uno, quedando 5 grupos, y tendrán que ir superando pruebas como las siguientes:

Carrera de relevos: La mitad del equipo se colocará en un lado de la piscina y la otra mitad en el otro lado. Habrá un testigo, que deberán ir pasándose entre ellos cada vez que hagan un largo, es decir, el primero realiza un largo nadando y le da el testigo al primero que esté al otro lado de la piscina. El juego finalizará

cuando hayan nadado todos un largo. El tiempo que tarden en hacerlo será anotado para posteriormente otorgar puntos en función del tiempo.

Recolector de agua: Cada miembro del equipo tendrá un vaso de plástico que solo podrán sujetar con los dientes. De uno en uno deberán realizar un circuito sorteando los obstáculos (subir sillas, pasar por un banco, saltar aros, pasar por debajo de una cuerda atada a cierta altura, etc.) intentando que se les caiga la mínima cantidad de agua, ya que al final del recorrido habrá un cubo donde tendrán que vaciar el vaso. Se les volverá a dar más puntos al equipo que más agua haya recolectado.

Patata Caliente: Se colocarán todos los miembros del equipo en círculo. Habrá un globo puesto en una manguera. El monitor lanzará una pregunta al alumno o alumna que en ese momento tenga el globo en sus manos. Cuando éste acierte la pregunta, el globo pasará al siguiente, que tendrá que responder otra pregunta y así sucesivamente. Ganará el equipo que haya conseguido contestar el mayor número de preguntas, al cual se le otorgará puntos. Las preguntas se pueden encontrar en anexos.

Una vez que todos los equipos hayan pasado por las tres pruebas anteriores, se reunirán todos.

Pañuelo de agua: Competirán un equipo contra otro. Es el juego clásico del pañuelo, pero en vez de haber un pañuelo habrá un cubo con globos de agua. Cuando digan un número, el niño o niña de cada equipo correrá a coger un globo y deberá intentar dar al compañero o compañera. Esta prueba no se va a premiar con puntos.

Para acabar la gymkhana, el equipo que haya conseguido más puntos tendrá el privilegio de tener en su poder globos de agua, pistolas, cubos, mangueras, botellas, etc. y podrán mojar al resto de equipos.

### **Velada de relajación**

La última velada del campamento educativo va a ser más relajada e íntima. Los alumnos se colocarán en dos círculos en una de las salas de aula, uno dentro de otro mirándose para darse masajes entre ellos. Uno de los docentes irá guiando los masajes, primero lo

realizan los que están dentro del círculo y luego los de afuera. Cuando se cambie de parte del cuerpo que se está masajeando, el círculo de dentro se moverá un puesto hacia la derecha. Así, se da la posibilidad de disfrutar de este momento con más compañeros. Estos masajes se realizarán primero con diversos materiales como por ejemplo pelotas, plumas, etc. y finalmente se darán directamente con las manos. De esta manera se va generando un acercamiento no tan brusco, ya que puede darse el caso de que a algún niño o niña le incomode que le toquen de primeras.

La siguiente actividad será individual. Cada alumno se tumbará en una colchoneta con los ojos cerrados. El docente, irá guiando la actividad diciendo la parte del cuerpo que los niños y niñas tienen que tensar y posteriormente relajar lentamente. Una música relajante acompañará este momento, creando un ambiente de relajación.

## **DÍA V**

### **Recogida de habitación**

Una vez hayan desayunado y estén aseados, tendrán que dejar las habitaciones tal y como se las encontraron, es decir, recogidas y limpias. Deberán hacer sus mochilas sin olvidarse nada. Además, las zonas comunes como son los baños y el exterior de las cabañas también tendrán que revisarlo para dejarlo limpio y recogido.

### **Preparación de la despedida**

Dispondrán de una hora para preparar la fiesta de despedida. Podrán organizar bailes, elaborar disfraces, preparar cartas, regalos, etc. para compañeros y compañeras, profesores y monitores, e incluso para trabajadores del Coto Escolar (servicio de limpieza y cocina), ya que también serán participes del campamento.

### **Tirolinas (Anexo XIV)**

En la zona del bosque del Coto Escolar se prepararán varias tirolinas. El alumnado, conforme vaya realizando esta actividad, irá atendiendo a las explicaciones del monitor en cuanto al material que se necesita, como se debe colocar el cuerpo y los aspectos que hay que tener en cuenta.

## **Despedida**

Después de comer, acudirán al pabellón donde se les proyectará un video con fotos que los docentes y monitores habrán ido haciendo a lo largo del campamento. Posteriormente, se les irá llamando a cada uno otorgándoles un diploma en el que se reflejará el aspecto positivo más destacado de cada uno. Después, tendrán la oportunidad de mostrar a sus compañeros lo que han preparado para despedirse de ellos. Y finalmente, en el comedor habrá merienda con aquellos alimentos que más les gusta (patatas, gominolas, chocolatinas, etc.) y podrán ir dejando mensajes en las últimas hojas del cuaderno de campo y dando regalos al resto de participantes del campamento.

## **5.7. EVALUACIÓN DE LA PROPUESTA**

La evaluación del campamento educativo que he diseñado será formativa, ya que seguirá siendo una herramienta de ayuda para construir y consolidar conocimientos. De esta manera, se tendrá en cuenta el proceso, el resultado e incluso los propios alumnos podrán ser conscientes de lo que han ido aprendiendo en el transcurso de éste. Con esta manera de evaluar, se pretende eliminar el estrés y la frustración que provocan los exámenes en los estudiantes, y así, dar más valor al proceso y transcurso del campamento. Así pues, se llevarán a cabo dos tipos de evaluación: evaluación continua y evaluación final.

Todos los alumnos partícipes del campamento realizarán un cuaderno de campo (Anexo XV), en el que, conforme vayan realizando actividades, deberán recoger y registrar datos e información de lo que han ido observando, aprendiendo y practicando. Con esta herramienta, tanto los niños y niñas como los docentes pueden ver los conocimientos que han adquirido o, por el contrario, los contenidos que debe reforzar cada uno. Además, también tiene un valor sentimental y social ya que las últimas hojas estarán en blanco para que sus compañeros firmen en el momento de la despedida.

Otro tipo de evaluación presente en este campamento educativo es la observación por parte del equipo docente. Ya que cada vez que los niños y niñas realicen una actividad, el docente que esté presente estará observando y controlando el desarrollo de dicha actividad. Aquellos detalles que resalten de algún niño o niña en concreto, serán anotados; de esta manera, una vez acostado el alumnado, los docentes pueden ponerlos

en común. Así pues, cada día quedará realizada una hoja de registro de cada alumno (Anexo XVI).

Por último, una vez finalizado el campamento se recogerá la opinión de cada alumno para tener más información aparte de la que recogen los docentes con la observación. Esta evaluación final se realizará a través de una rúbrica (Anexo XVII) en la que se comprobarán los contenidos que han adquirido y el grado de satisfacción. Además, hay que contar con la opinión de las familias por lo que éstas deberán rellenar también una rúbrica para poder conocer su grado de satisfacción ante la asistencia de sus hijos e hijas al campamento educativo.

## 6. CONCLUSIONES

Teniendo en cuenta los objetivos planteados en este Trabajo de Fin Grado paso, a continuación, a concluir de que manera y cómo se han cumplido.

Para la elaboración de este apartado, voy a desarrollar los objetivos planteados en el Trabajo de Fin de Grado explicando de qué manera los he cumplido o, por el contrario, si me ha faltado trabajarlo.

En primer lugar, para elaborar mi propuesta de campamento educativo destinado a un grupo en concreto de alumnos he tenido en cuenta el contexto con el que contaba, las características tanto del grupo como de las instalaciones dónde se lleva a cabo el campamento, la metodología más adecuada dependiendo de las actividades y del grupo, la temporalización, la selección de actividades y la evaluación de éstas; para lograr un conjunto de actividades y experiencias que otorgan al alumnado infinitas posibilidades de acción para trabajar contenidos y desarrollar habilidades relacionadas con el medio natural.

Así pues, cuando hablo del tercer objetivo refiriéndome a conocer las diferentes posibilidades de acción que nos ofrece la naturaleza para construir momentos de enseñanza aprendizaje en base a las Actividades Físicas en el Medio Natural, me reafirmo con lo dicho anteriormente, ya que la propuesta que he realizado no se puede llevar a cabo en los centros educativos. De esta manera, se busca una gran variedad de posibilidades de las que hablo fuera del entrono escolar, en un medio natural. Además de encontrar estas posibilidades con las AFMN también las facilita el juego. Esa acción que constituye una herramienta innata de aprendizaje, que hace que el alumnado interactúe constantemente con el entorno y con los demás. Los niños y niñas aprenden jugando, no juegan con la intención de aprender.

Con la elaboración de la propuesta he podido reflexionar sobre las bases pedagógicas del campamento educativo, ya que con la multitud de oportunidades de aprendizaje que se generan cada jornada en el espacio natural seleccionado, se trabajan contenidos de una forma motivadora, rompiendo con la monotonía de las aulas, convirtiendo a los niños y niñas en protagonistas de su propio aprendizaje. Además, tras la elaboración de la fundamentación teórica he sido consciente de las bases teóricas del campamento educativo.

Una línea de investigación para ampliar mi TFG sería en relación con la atención a la diversidad en el campamento educativo. En mi propuesta no hay ningún niño o niña que tenga necesidades educativas especiales pero, ¿y si hubiera una niña con una discapacidad visual, un niño con movilidad reducida u otro con TDAH?, ¿cómo se adaptarían las actividades? Otro tema interesante para investigar sería el campamento educativo en la etapa de Educación Infantil.

## 7. BIBLIOGRAFÍA Y WEBGRAFÍA

Aparicio, M. (2007). *Aire libre, un medio educativo: Pedagogía, técnicas y experiencias*. Madrid: CCS.

Aragón, L. (1984). El campamento como recurso educativo. *Rev. Educación Vol. 8*. 127-133. Recuperado el día 23 de octubre de 2021 de <http://revistas.ucr.ac.cr/index.php/educacion/article/view/18569/18700>

Arapacha (2011). *¿Qué es un campamento?* Campamentos Arapacha. Recuperado el día 25 de octubre de 2021 de <https://arapacha.wordpress.com/2010/02/17/%C2%BFque-es-un-campamento/>

Alúa (2019). *Introducción a la CABUYERÍA Y NUDOS - Todo sobre nudos*. Escuela de Formación Alúa. Recuperado el día 4 de noviembre de 2021 de <https://formacion.alua.es/cabuyerria/>

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.

*FEDME – Senderismo Fedme*. (s. f.). FEDME. Recuperado el día 7 de noviembre de 2021 de <https://misendafedme.es/la-fedme/>

Freire, H. (2011). *Educación en verde. Ideas para acercar a niños y niñas a la naturaleza (FAMILIA Y EDUCACIÓN nº 21)* (1.ª ed.). Barcelona: Graó.

Louv, R. (2005). *Last Child in the Woods: Saving Our Children From Nature-Déficit Disorder*. United States: Atlantic Books.

Miguel, A. (2001). *Actividades Físicas en el Medio Natural en la Educación Física Escolar*. Palencia: Patronato Municipal de Deportes Ayuntamiento de Palencia.

Pinos, M. (1997), *"Introducción", "Justificación teórica", "Objetivos" y "Contenidos", en Actividades físico deportivas en la naturaleza*, Madrid: Gymnos.

Real Decreto 126/2014, de 28 de febrero, por el que se establece el currículo básico de la Educación Primaria.

## 8. ANEXOS

### ANEXO I. Cuadro resumen para las familias

# EXCURSIÓN AL COTO ESCOLAR

ORGANIZA:  
CEIP "SOFÍA TARTILÁN", PALENCIA

DURACIÓN:  
DEL 14 AL 18 DE JUNIO

LUGAR:  
COTO ESCOLAR DE LEÓN

PARTICIPANTES:  
6º A Y 6º B

PROFESORADO:  
GRADUADOS EN MAGISTERIO Y MONITORES Y  
COORDINADORES DE OCIO Y TIEMPO LIBRE

ACTIVIDADES:  
ESCALADA, ORIENTACIÓN, ESPELEOLOGÍA,  
SENDERISMO, ACAMPADA, TIROLINAS Y MUCHAS  
MÁS

REQUISITOS:  
AUTORIZACIÓN DE LAS FAMILIAS, DNI Y TARJETA  
SANITARIA



## ANEXO II. Autorización

### AUTORIZACIÓN SALIDA

Estimados padres/madres/tutores legales:

Les comunicamos que el alumnado de \_\_\_º de \_\_\_\_\_ realizará una excursión al Coto Escolar de León, del día 14 al 18 de junio para realizar unas actividades en el medio natural.

La salida será a las 9:00 horas en la puerta del colegio, y se recogerán a los niños y niñas a las 18:00 horas en la puerta del colegio. Se ruega puntualidad.

En \_\_\_\_\_, a \_\_\_ de \_\_\_\_\_ de 20\_\_

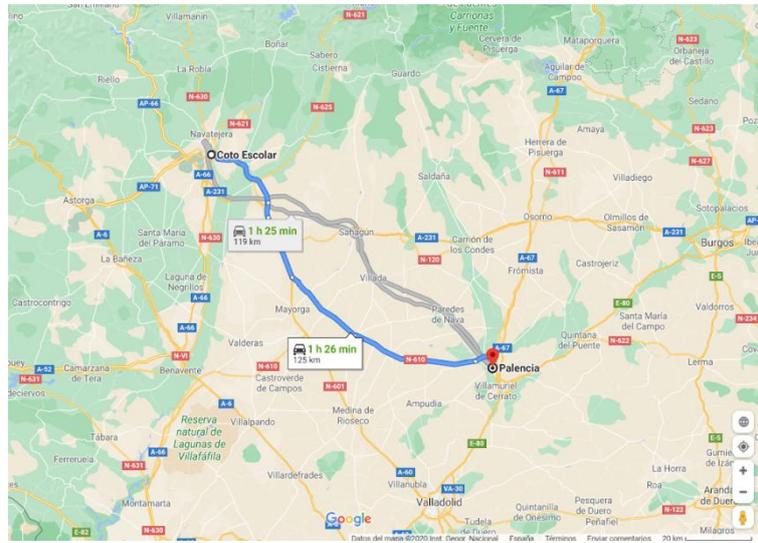
Fdo. del tutor/a:

-----  
Yo, \_\_\_\_\_, padre/madre/tutor legal de \_\_\_\_\_ autorizo a mi hijo/hija para realizar dicha excursión.

En \_\_\_\_\_, a \_\_\_ de \_\_\_\_\_ de 20\_\_

Fdo. del padre/madre/tutor legal:

### ANEXO III. Recorrido del centro educativo al Coto escolar



## ANEXO IV. Imágenes de las instalaciones



## **ANEXO V. Juego de Bienvenida**

Para comenzar el juego de pistas se les entregara la pista 1.

La pista 2 estará ubicada en la cocina del coto escolar.

La pista 3 se encontrará en el mini zoo.

La pista 4 la podrán hallar en una de las cabañas.

La pista 5 estará en los alrededores de la piscina.

Finalmente, la pista 6 se encontrará en el comedor.

PISTA 1:

ESTÁIS SITUADOS EN EL PUNTO DE REUNIÓN DEL COTO ESCOLAR.  
PARA CONOCER UN POCO MÁS LAS INSTALACIONES DEBÉIS IR A POR LA PISTA 2.  
¡AHHHH QUE NO SABEÍS DONDE ESTÁ!  
¿DÓNDE IRIAIS A BUSCAR UN BUEN BOCADILLO?

PISTA 2:

CASI OS QUEMAÍS EHHH  
BUENO, AHORA TENEIS QUE IR DANDO SALTOS DE CANGURO HASTA QUE OS  
ENCONTREIS CON ALGÚN QUE OTRO ANIMAL.  
¿SABEÍS DÓNDE SE ENCUENTRAN LOS ANIMALES?

PISTA 3:

GENIAL CHIC@S  
DESPUES DE HABER SALTADO TANTO, DEBEÍS DESCANSAR UN POCO. ¿DÓNDE CREEIS  
QUE PODEIS DESCANSAR?

PISTA 4:

¡ÉSTA PISTA HA SIDO FÁCIL EH!

PUES AHORA A VER DÓNDE PENSÁIS QUE ESTÁ LA PISTA 5 SI OS DIGO QUE ESTÁ CERCA DE UN CUBO EN EL QUE CABEN MAS DE 250 METROS CÚBICOS.

¿ADIVINAÍS DÓNDE ESTÁ?

PISTA 5:

PARA ENCONTRAR LA ÚLTIMA PISTA DEBEÍS ACUDIR AL LUGAR DONDE NOS VAMOS A VER TRES VECES AL DÍA. UNA POR LA MAÑANA, OTRA AL MEDIODÍA Y OTRA POR LA NOCHE.

PERO NO OS LO VOY A PONER TAN FÁCIL. TENEÍS QUE IR DESDE DÓNDE ESTÁIS SALTANDO AL POTRO TODOS LOS COMPAÑEROS.

¡LO CONSEGUISTEIS!

AHORA QUE YA CONOCEIS LAS INSTALACIONES SOLO OS QUEDA DISFRUTARLAS Y CUIDARLAS.

QUE TENGAÍS UNA BUENA SEMANA.

## **ANEXO VI. Primeros auxilios**

Los **primeros auxilios** son aquellas primeras actuaciones que se realizan cuando una persona ha sufrido una lesión o accidente, hasta que la víctima es trasladada a un centro médico.

**PAS** son las siglas que hacen referencia a las tres pautas que hay que llevar a cabo ante un accidente:

- Proteger: Lo primero que se hace es asegurar la zona dónde se ha originado el accidente.
- Avisar: Lo siguiente es avisar a un adulto o, si no existe la posibilidad habrá que llamar al 112, que es el teléfono de emergencias.
- Socorrer: Para socorrer a la víctima se necesita mantener la calma, tranquilizarla y, sobre todo, no moverla.

Estos pasos anteriores se realizan ante accidentes que tienen una cierta gravedad. Pero también hay que saber actuar ante heridas, lesiones o raspones que no tienen gran relevancia. Para ello hay que conocer el material que nos encontramos en un botiquín.

### **Material del botiquín**

- Listado de los teléfonos de emergencias
- Gel de manos
- Guantes
- Gasas esterilizadas
- Vendas de varios tamaños y varios tipos (adhesivas y elásticas)
- Esparadrapo
- Tiritas de diferentes tamaños
- Férulas o tablillas
- Suero fisiológico
- Cristalmina
- Tijeras
- Pinzas

## ANEXO VII. Nudos

Un **nudo** se puede entender como un lazo que se estrecha y cierra, de tal forma que es difícil de soltarse por sí solo. Los nudos permiten unir uno o más nudos, o bien, unir una estructura a un nudo y también permiten anclar una cuerda a una estructura.

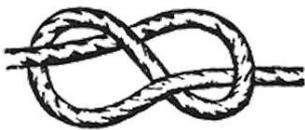
Un **amarre** es la acción de atar y asegurar las cuerdas por medio del uso de un nudo, ya sea a una estructura, árbol, tronco u otro objeto natural. El uso principal del amare es unir objetos, como por ejemplo troncos o postes.

Existe una gran diversidad de nudos, entre los cuales se encuentran los siguientes:

**Nudo simple o medio nudo:** Giro chicote a la media vuelta y se introduce.



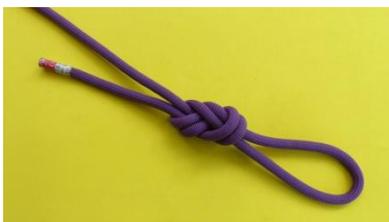
**Ocho simple:** Giro chicote una vuelta y se introduce.



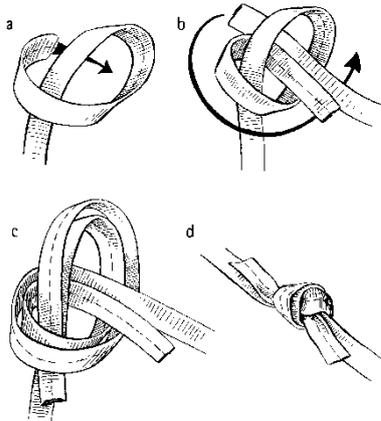
**Nueve simple:** Giro chicote una vuelta y media y se introduce.



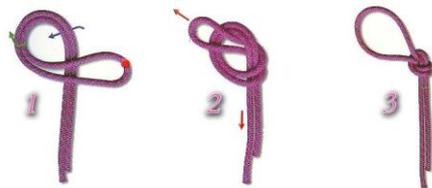
**Ocho doble:** Hacer un ocho y después meter el chicote recorriendo el camino contrario, para que esté mejor hecho se puede peinar. Este nudo sirve, sobre todo en escalada, para encordar el arnés.



**De cinta:** Es un nudo exclusivamente para cintas que sirve para unir o ensamblar dos cintas, con la ventaja de obtener un nudo poco abultado y fuertemente unido.

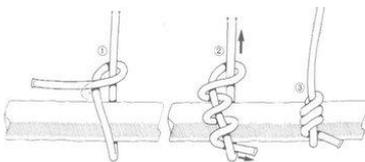


**Gaza simple:** Teniendo la cuerda doble, se realiza un nudo sencillo dejando en un lado la cuerda cerrada.

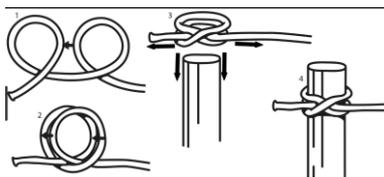


**Gaza corrediza:** Útil para colgar cuerdas de diferente diámetro. El peso del objeto crea tensión suficiente para que el nudo se apriete.

**Leñador:** Se usa para atar una única sección de cuerda a un trozo de madera para transportarla o elevarla. También se usa como base para el amarre diagonal.



**Ballestrinque:** Este nudo se sujeta a un poste o mástil, y consiste en un amarre rápido sometido a una presión constante.



## **ANEXO VIII. Escalada**

Cuando hablamos de escalar o trepar nos referimos al desplazamiento que se realiza por el medio natural en terrenos escarpados, utilizando brazos y piernas para alcanzar obstáculos verticales, normalmente de roca.

Cabe destacar que los términos trepar y escalar reciben distintos significados según el ámbito donde se utilicen. Trepar implica la utilización de manos y pies; y con escalar nos referimos a la subida de una montaña ayudándose de la trepa.

Para llevar a cabo esta actividad se necesita una variedad de material como es el arnés, el casco, el mosquetón y el gri gri; además de cuerdas.

Se trata de una actividad en equipo donde el escalador y el asegurador tienen que comunicarse. Lo primero de todo es asegurarse de que ambos están bien atados, los arneses bien puestos y los mosquetones cerrados. Posteriormente, el asegurador tiene que tensar la cuerda para que el escalador pueda comenzar a subir, la forma de ir recogiendo cuerda y tensándola es con la mano izquierda tiras de la cuerda y con la derecha vas recogiendo, siempre sin soltar ninguna de las dos manos de las cuerdas. Para colocar la cuerda en el gri gri viene muy bien señalado como se coloca, para la parte del escalador y para la de la aseguración. Si se coloca mal el gri gri no se cierra.

## ANEXO IX. Orientación

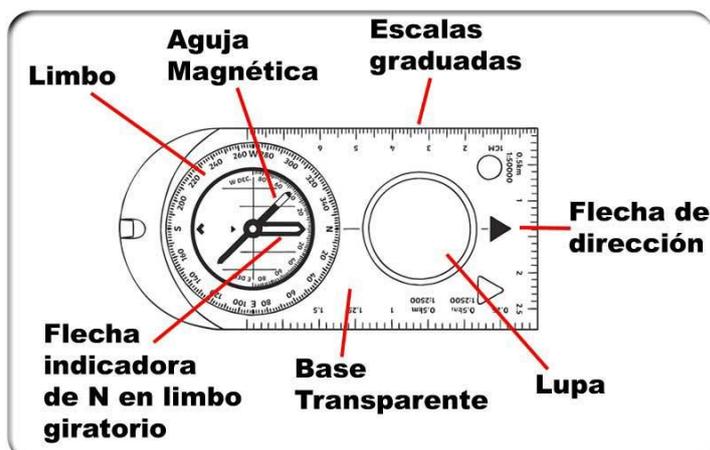
La **orientación** consiste en conocer dónde estamos y cómo llegar a otros puntos o destinos. Cuando se utiliza este término en el ámbito deportivo, nos referimos a aquel recorrido, normalmente individual que se lleva a cabo en zona de bosque o montaña, y que tiene como objetivo encontrar balizas colocadas sobre el terreno en el menor tiempo posible. El mapa topográfico y la brújula son herramientas que ayudan a localizar las balizas.

El **mapa** nos permite visualizar un sector de la superficie terrestre como si se estuviera viendo desde el aire. El tipo de mapa que nos interesa en la orientación es el topográfico, ya que nos ofrece información sobre el relieve y sus formas, y sobre sus elementos más destacados e importantes, como son la orientación espacial, las curvas de nivel, la escala y la simbología de las leyendas.

Por otro lado, la **brújula** es un instrumento basado en las propiedades magnéticas de la tierra. Este instrumento está formado por una aguja imantada que uno de sus extremos indica constantemente el norte.

**Partes principales de la brújula:**

- La flecha de dirección: Esta flecha se utiliza para tomar el rumbo de un punto a otro, con la ayuda también de las líneas auxiliares de dirección y los bordes de la base de la brújula.
- La flecha norte: Se encuentra dibujada dentro del limbo y paralela a ella hay líneas auxiliares, las cuales se hacen coincidir con los meridianos del mapa para averiguar el rumbo a tomar.
- La aguja magnética: Sumergida en una sustancia que le permite deslizarse lentamente y ubicada en el limbo, nos señala el norte la parte roja de ésta.



### Como tomar el rumbo:

En primer lugar, hay que unir el punto de partida con el punto de destino mediante el borde de la brújula, de esta manera la flecha de dirección señala el punto de destino. Se debe mantener la brújula en la posición citada. Después, se gira el limbo haciendo coincidir las líneas norte-sur de éste con las del mapa, quedando paralelas; y la flecha del limbo apuntando al norte del mapa. Seguidamente se separa la brújula del mapa, manteniéndola horizontal frente a ti. Luego hay que girar el cuerpo hasta que coincida la aguja con la flecha del limbo. Una vez coinciden, la flecha nos indica hacia dónde hay que ir, por lo que se levanta la vista y se escoge un elemento que veamos a lo lejos y así se anda hacia él. Cabe destacar que, de vez en cuando, hay que volver a hacer coincidir la aguja con la flecha del limbo para volver a retomar el rumbo.

Las **balizas** son elementos que señalizan los controles por los que deben pasar aquellas personas que realizan una carrera de orientación. Normalmente suelen tener una pinza con la que los participantes deben marcar la tarjeta.



# COTO ESCOLAR DE LEÓN



1	
2	
3	
4	

5	
6	
7	
8	

## ANEXO XI. Espeleología

La espeleología es la ciencia que estudia la morfología y las formaciones de las cavidades naturales que se originan en el subsuelo. En ella se investigan, cartografían y catalogan todo tipo de descubrimientos en cuevas.

Una cueva o caverna es una cavidad natural del terreno causada por algún tipo de erosión de corrientes de agua, hielo o lava, y también puede originarse por la combinación de alguno de estos factores.

Formaciones de las cuevas:

Las **estalactitas** se forman desde el techo hacia el suelo.



Las **estalagmitas** se forman desde el suelo hacia el techo.



Las **columns** son la unión de las estalactitas y las estalagmitas.



Los **gours** tienen forma de dique originado sobre una pendiente por la que circula un curso de agua activo.



## **ANEXO XII. Senderismo y acampada**

El **senderismo** es una actividad desarrollada en el medio natural que se considera una práctica deportiva, y que consiste en simplemente caminar por senderos y caminos por las montañas, bosques, etc. observando, conociendo y disfrutando del entorno y patrimonio de la zona. Es una muy buena actividad para desconectar de la rutina del día a día, un medio de socialización ya que se puede realizar en grupos y un desestresante.

Existen varios **tipos** de senderos:

- Senderos de Gran Recorrido (SGR): Tienen una gran distancia comprendida a partir de los 50 kilómetros, y son indicados con dos marcas, una roja y otra blanca.
- Senderos de Pequeño Recorrido (SPR): Estos senderos son los que tienen como máximo 50 kilómetros de distancia, siendo realizados en una jornada, y son indicados con dos marcas, una blanca y otra amarilla.
- Senderos Locales (SL): Tienen una extensión de máximo 10 kilómetros y sus marcas que lo identifican son una blanca y otra verde.

Cuando hablamos de **acampar** significa detenerse y permanecer un tiempo, alojándose o no, en tiendas de campaña o barracas. Aunque, normalmente con este término nos referimos a estar en el medio natural con tiendas de campaña, cabañas, etc.

El elemento más representativo de la acampada es la tienda de campaña. Éstas son construcciones artificiales fáciles de transportar, y existe una gran diversidad de ellas: iglús, canadiense, tipo sherpa, etc.

El **material** necesario para llevar a cabo una acampada es el siguiente:

- Botiquín de Primeros Auxilios
- Linternas y pilas si son necesarias
- Tienda de campaña, con todo el material necesario para su montaje (piquetas, palos, varillas y martillo)
- Saco de dormir
- Esterilla o colchón hinchable y almohada

El **montaje** de una tienda parece sencillo pero hay que tener alguna que otra precaución. Hay que buscar un terreno plano, sin alteraciones del suelo para que la tienda no sufra desperfectos y los usuarios pasen una mejor noche. Se deben tensar los “vientos” de la tienda y evitar que se formen arrugas en los toldos. Tan importante es saber montar una tienda como recogerla. Hay que tener en cuenta que no es conveniente que el suelo de la tienda no toque el cuerpo de ésta, por lo que se debe estar atento de las dobleces que se hagan.

## **ANEXO XIII. Velada de terror**

### **El coco**

Enrique recordaba muy bien la canción que solía cantarle su abuela cuando era más pequeño: «Duérmete niño, duérmete ya, que viene el Coco y te comerá». Fue ella quien le explicó que el Coco es una criatura que vive en las sombras y que se alimenta de las pesadillas que sufren los niños. Sin embargo, cuando un niño se empeña en desobedecer a los mayores, el Coco surge de las sombras y se hace visible. Sujeta al pequeño con sus largos y retorcidos dedos y lo arrastra hasta el mundo de la oscuridad, de donde nadie ha conseguido regresar.

La primera vez que la abuela le contó aquella historia de miedo para niños, Enrique sintió tanto terror que no consiguió dormir en toda la noche. No obstante, ahora ya tenía diez años y no creía en esos cuentos.

Sus padres le habían ordenado ir a dormir pronto, pero él había decidido que sería mucho más divertido quedarse en la cama leyendo cómics, alumbrándose con una linterna. Acababan de sonar las once cuando sintió un temblor debajo de la cama e, increíblemente, esta se inclinó, provocando que Enrique cayera sobre la alfombra.

En aquel momento vio al Coco, cuyos largos y esqueléticos brazos surgían de un hueco debajo de su cama. La criatura lo sujetó por las piernas y empezó a tirar de él, arrastrándolo hacia las tinieblas.

Afortunadamente, Enrique vio que la linterna había caído también sobre la alfombra. Estiró su brazo y consiguió cogerla. Entonces la encendió, justo frente al monstruo, y este desapareció en la oscuridad del hueco. A partir de aquella noche, nunca más desobedeció a sus padres.

### **Las monedas de oro**

Entre los cuentos de terror para niños es conocido el de Xóchitl y las monedas de oro. Una fresca noche de octubre, Xóchitl bajó por las escaleras de la casa de sus padres en Córdoba, Veracruz. Como en la casona también vivía varios sirvientes, la niña no se sorprendió cuando escuchó unos ruidos al subir de nuevo a su habitación. Sin embargo, le llamó poderosamente la atención sentir un corto correteo, como unos pasitos

infantiles al final del corredor de su cuarto. Curiosa, se dirigió al final del pasillo a ver qué sucedía

Escondida tras una de las largas cortinas de los ventanales observó a un niño con vestiduras relucientes abriendo un agujero en la pared. El chiquillo tenía un aspecto fantasmagórico, pero eso no asustó a Xóchitl, quien no le quitaba el ojo de encima, pues estaba maravillada con lo que hacía el pequeño. A medida que el infantil espectro continuaba abriendo el orificio en la pared, introducía en ella un sinnúmero de monedas de oro que salían de entre sus manos. El fantasma se esfumó, dejando aquel tesoro en el agujero, que se había cerrado mágicamente.

Al salir de detrás de la cortina, Xóchitl se dio cuenta de que estaba acompañada. Ana, una de las sirvientas, había sido también testigo de aquel suceso del más allá.

–“Niña Xóchitl, le prometo guardar el secreto de lo que hemos visto esta noche. Pero también le propongo que, como cómplices, mañana busquemos ese tesoro que está tras la pared”, le dijo la criada.

–“Sí, Ana. No le contaremos a nadie nuestro secreto. Tomaremos esas monedas y serán solo nuestras”, respondió la niña.

A la noche siguiente, cuando todos dormían en la casona, Xóchitl y Ana se encontraron en el oscuro pasillo a la luz de una lánguida vela. Al iluminar el agujero, este se abrió mágicamente.

Por su pequeña talla, Xóchitl pudo meterse en el hueco, de manera que podría recoger fácilmente las monedas de oro que el niño había dejado allí la noche anterior. Mientras tanto, Ana sostenía la vela e iba almacenando las monedas en su mandil. Al ser tan cuantioso el tesoro, Ana y Xóchitl repitieron el procedimiento varias noches consecutivas.

Como ya era habitual, se encontraron en el pasillo por la noche. El candil apenas emanaba luz, mientras que Xóchitl sacaba y sacaba monedas. Ana empezó a sentir escalofríos, aterrada porque la vela estaba a punto de consumirse.

–¡Niña Xóchitl, salga, salga del agujero! ¡Ya tenemos suficiente por hoy!

Al levantarse para salir, Xóchitl se percató de que se le había caído la última de las monedas, por lo que se inclinó de nuevo para buscarla dentro del agujero, cegada por su codicia y sin escuchar los desesperados ruegos de Ana para que saliera. La vela se extinguió por completo y, en medio de la oscuridad, el agujero de la pared se cerró para siempre.

Desde entonces, y solo por las noches, se escuchan al otro lado de la pared los sollozos ahogados de una niña mientras parece jugar con una moneda en un bucle infinito.

## **ANEXO XIV. Tirolinas**

Las **tirolinas** son estructuras formadas por una polea y un cable metálico colocado en diagonal, que permite ir del extremo más alto al extremo más bajo gracias a la acción de la gravedad.

El material que se necesita para realizar esta actividad es el siguiente: arnés, casco, cuerda con un mosquetón, polea, poli polea y polipasto.

Se realizarán dos tipos de tirolinas; una en la que se necesitará un agarre y protección desde el punto en que te lanzas, y otra en la que una persona debe frenar al que se tira cuando está llegando al final. La postura correcta para tirarse es ir sentado en el arnés.

**ANEXO XV. Cuaderno de campo**

# CUADERNO DE CAMPO



ALUMNO/A:

COLEGIO:

CLASE:



## INSTALACIONES

DIBUJAR UN MAPA DEL COTO ESCOLAR INDICANDO DÓNDE SE ENCUENTRAN LAS DIFERENTES ZONAS Y EDIFICIOS.

## PRIMEROS AUXILIOS

¿QUÉ SIGNIFICAN LAS SIGLAS PAS?

P

A

S

ESCRIBE Y DIBUJA LOS ELEMENTOS QUE TIENE EL BOTIQUÍN

## NUDOS

DIBUJA Y DESCRIBE COMO SE REALIZAN LOS NUDOS  
QUE RECUERDES

## ESCALADA

ANOTA TODO LO QUE SABES SOBRE LA ESCALADA

## Orientación

DIBUJA UNA BRÚJULA Y SEÑALA SUS PARTES

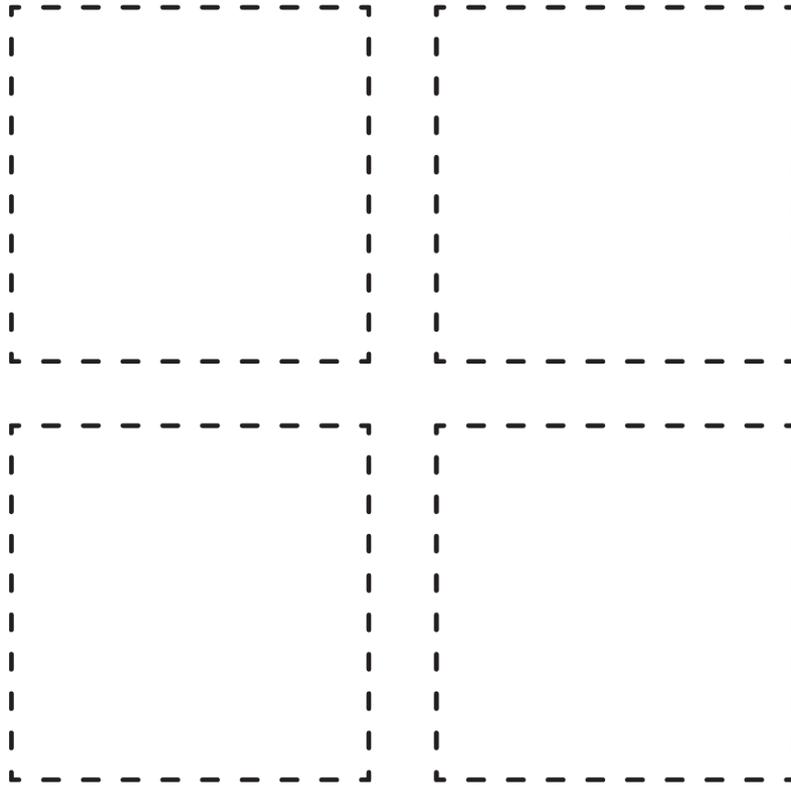


¿CÓMO SE TOMA EL RUMBO CON LA BRÚJULA Y EL MAPA?

ANOTACIONES:

## ESPELEOLOGÍA

¿QUÉ TIPOS DE FORMACIONES EN LAS CUEVAS EXISTEN?  
ANÓTALOS Y DIBÚJALOS.



Four dashed rectangular boxes arranged in a 2x2 grid, intended for drawing cave formations.

ANOTACIONES:

## SENDERISMO Y ACAMPADA

HAZ UNA LISTA CON EL MATERIAL NECESARIO



INVÉNTATE UNA HISTORIA DE TERROR PARA CONTAR EN  
UNA VELADA

ANOTACIONES:

## TIROLINAS

REALIZAR UN DIBUJO REPRESENTANDO LAS TIROLINAS Y A TÍ LANZÁNDOSE.



ANOTACIONES:

## DESPEDIDA

¿DE QUÉ MANERA TE HAS DESPEDIDO DE TUS  
COMPAÑEROS/AS, PROFESORES Y DEL CAMPAMENTO?

¿CUÁL HA SIDO LA DESPEDIDA QUE MÁS TE HA GUSTADO?  
¿PORQUÉ?

# MIS EMOCIONES

DÍA I

DÍA II

DÍA III

DÍA IV

DÍA V

DEDICATORIAS Y FIRMAS DE LOS  
COMPAÑEROS/AS

"LA NATURALEZA ES LA MEJOR  
MAESTRA DE LA VERDAD" SAN AGUSTÍN

"SI REALMENTE AMAS  
LA NATURALEZA,  
ENCONTRARÁS LA  
BELLEZA EN TODAS  
PARTES" VINCENT  
VAN GOGH

"EN TODO PASEO  
CON LA  
NATURALEZA UNO  
RECIBE MUCHO MÁS  
DE LO QUE BUSCA"  
JOHN MUIR

**¡HASTA PRONTO!**



**ANEXO XVI. Hoja de registro**

<b>HOJA DE REGISTRO</b>	
<b>NOMBRE:</b>	<b>CLASE:</b>
<b>DÍA I</b>	
Llegada, instalación y bienvenida	
Primeros auxilios	
Nudos	
Velada	
Observaciones	
<b>DÍA II</b>	
Escalada	
Orientación	
Observaciones	
<b>DÍA III</b>	
Espeleología	
Senderismo	
Acampada	
Velada	
Observaciones	

<b>DÍA IV</b>	
Recogida acampada	
Gymkana acuática	
Velada	
Observaciones	
<b>DÍA V</b>	
Recogida habitaciones	
Tirolinas	
Despedida	
Observaciones	

## ANEXO XVII. Rúbricas de evaluación

<b>EVALUACIÓN PARA EL ALUMNADO</b>			
<b>Nombre:</b>		<b>Clase:</b>	
<b>Valoración</b>	<b>BIEN</b>	<b>REGULAR</b>	<b>MAL</b>
¿Cómo te lo has pasado en el campamento educativo?			
¿Qué te ha parecido el albergue donde has estado?			
¿Has cuidado y respetado el material y las instalaciones?			
¿Has sido un buen compañero/a con el resto de niños y niñas?			
¿Cómo te lo pasaste haciendo escalada?			
¿Cómo te lo pasaste acampando?			
¿Te gustó hacer espeleología?			
¿Qué tal se te dio orientarte?			
¿Sabrías socorrer a una persona accidentada?			
¿Cómo te lo pasaste en las tirolinas?			
¿Qué es lo que más te ha gustado del campamento? ¿Y lo que menos?			
¿Cuál es la velada que más te ha gustado? ¿Y la que menos?			
¿Cuál ha sido la actividad que más fácil te ha resultado? ¿Y la más difícil?			
¿Cambiarías algo del campamento?			

## EVALUACIÓN PARA LAS FAMILIAS

¿Consideras que el campamento es una herramienta educativa que influye positivamente en la educación de su hijo/a? ¿Por qué?

¿Crees que su hijo volverá a un campamento a lo largo de su vida?

¿Su hijo/a ha mostrado mayor interés hacia algunas actividades después de realizarlas en el campamento? Si es así, ¿en cuáles?

¿Tiene más contacto con el medio natural tras acudir al campamento? ¿De qué manera?

Sugerencias