



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 7 – JUNIO 2008

## “EXPERIENCIAS EDUCATIVAS: ACAMPADA EN HORNACHOS”

AUTORIA <b>JOSE LUIS SUÁREZ CASADO</b>
TEMÁTICA <b>E.F.</b>
ETAPA <b>EDUCACIÓN PRIMARIA</b>

### Resumen

Realización de un programa innovador dentro del área curricular de Educación Física, como actividad extraescolar, justificado dentro del currículo de Educación Primaria.

### Palabras clave

- Justificación
- Diseño de una propuesta innovadora: objetivos generales, contenidos, metodología, aspectos a tener en cuenta a la hora de realizar actividades en el entorno natural.
- Aplicación innovadora: elaboración de un programa extraescolar: objetivos del programa, análisis previo, actividades.
- Evaluación
- Bibliografía



ISSN 1988-6047

DEP. LEGAL: GR 2922/2007

Nº 7 – JUNIO 2008

## 1. PRESENTACIÓN

Desde la antigüedad se ha reconocido el valor educativo de las actividades físicas en el medio natural. Se considera que la Pedagogía en la naturaleza supone un completo proceso de aprendizaje donde se combinan actividades de observación e investigación, de experimentación, de expresión y de actividad física.

Para la Educación Física realizar actividades en el medio natural es un mecanismo perfecto de interrelación con otras áreas y justifica plenamente la intervención pedagógica multidisciplinar, tan positiva a la hora de facilitar aprendizajes significativos en el niño. Se produce otro tipo de relación con los alumnos, una utilización racional del entorno, una visión recreacional de éste y un cúmulo de actividades propias al aire libre.

Con las actividades en la naturaleza se tiene la oportunidad de realizar actividades llenas de vivencias y aventuras, saturadas de valores educativos. Consiguiendo una mayor identificación y amor hacia la naturaleza y una mejor calidad de vida en la persona.

Hay que aprender a convivir con los demás y con la naturaleza, a cuidarla y a utilizar de manera constructiva las posibilidades que nos ofrece, descubrir las posibilidades de nuestro cuerpo, nuestras manos, en definitiva, de conocernos a nosotros mismos y a los demás.

Desde el punto de vista de los diferentes ámbitos: las actividades físicas en la naturaleza van a proporcionar el conocimiento de aspectos geográficos, históricos, sobre vegetación, etc., dentro del ámbito cognoscitivo; dentro del ámbito afectivo el hecho de realizar todas las actividades en grupo va a ser muy positivo; en el ámbito motor, las experiencias van a tener mayor perspectiva cuando la realicemos en la naturaleza. La carrera, la trepa, los saltos... las posibilidades en el medio natural van a ser infinitas en comparación a la escuela. Habrá posibilidades no sólo terrestres sino también acuáticas y aéreas.

El modelo que vamos a elaborar se basará en un caso práctico realizado en un medio natural determinado; esta actividad se iniciará en el contexto escolar, desde varias áreas curriculares para seguir en el contexto natural, desarrollándola de forma amena y divertida. Más concretamente el caso práctico está basado en una acampada dirigida a los alumnos del tercer ciclo de primaria.

## 2. JUSTIFICACIÓN

Las directrices del M.E.C. contemplan la realización de este tipo de actividades, dentro del Bloque “Habilidades y destrezas” atienden a la <<Adaptación de habilidades motrices para



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 7 – JUNIO 2008

desenvolverse con seguridad y autonomía en otros medios diferentes al habitual>>, entre ellos el medio natural. Pero también expone la <<Preparación y realización de actividades recreativas: marcha, acampada, orientación, ciclo turismo...>> es bien evidente que la organización de un buen programa de actividades en el medio natural supone un esfuerzo por parte de los docentes, del centro y de los alumnos. La posibilidad de programar estas salidas debe ser prevista en el P.E.C. e involucrar a varios maestros/as y áreas curriculares. Existen múltiples experiencias realizadas en la escuela y cada día más se potencia la realización de proyectos en espacios fuera de la escuela. La colaboración entre instituciones, las ayudas a programas de Educación Ambiental, las subvenciones y otras acciones pueden ser estímulos adecuados para facilitar este marco educativo. Según el programa de formación del profesorado, el modelo de Educación Física debe tener un carácter integral y experimental vinculado con las relaciones interpersonales sociales y ambientales de la persona. Aspectos como el desarrollo del carácter, el conocimiento y utilización del propio cuerpo, la formación estética e incluso el aprendizaje de las normas sociales y de convivencia no son suficientemente atendidos en la escuela y es en ella donde el alumno/a pasa la mayor parte del día. Es por ello que nuestro modelo no sólo se realiza en el centro sino fuera de él, en la naturaleza.

Este modelo es de fácil adaptación a cualquier centro que se comprometa y crea en él. No sólo como actividad extraescolar después del curso o como excursión, sino como una unidad didáctica realizada dentro de la programación escolar en la que se comprobarán muchos conocimientos adquiridos en la escuela. Con respecto a los alumnos/as la adaptación sería rápida e innata. En ella comprobarían a través de las distintas vivencias su propio yo, su personalidad y entrarían en juego todos los valores y conocimientos adquiridos a lo largo de su vida tanto en la escuela como fuera de ella. Sin menospreciar la gran motivación de niños/as y profesores ante lo novedoso del modelo.

Somos conscientes que organizar estas actividades no es nada fácil ya que exigen salirse del contexto escolar y casi siempre desplazarse fuera de la localidad. Esto supone un riesgo y una responsabilidad que muchos profesores no quieren asumir. Por eso hay que convencerse de la importancia de los objetivos y poder motivar la colaboración de los demás.

### **3. DISEÑO DE UNA PROPUESTA INNOVADORA**

#### **3.1. Objetivos Generales:**

- Valorar su cuerpo y la actividad física empleando ésta para organizar el tiempo libre como medio de diversión, de conocimiento, de sentirse a gusto consigo mismo y con los demás.
- Favorecer y estimular la interrelación de los componentes del grupo.
- Desarrollar actitudes positivas hacia el conocimiento, disfrute y protección de la naturaleza.
- Programar actividades en la naturaleza que supongan el aprendizaje de unas técnicas nada habituales en las prácticas de educación física y que sean importantes desde el punto de vista afectivo, cognitivo y motriz.
- Adoptar hábitos higiénicos, posturales, de ejercicio físico y de salud manifestando una actitud responsable hacia su propio cuerpo.



ISSN 1988-6047

DEP. LEGAL: GR 2922/2007

Nº 7 – JUNIO 2008

### 3.2. Contenidos:

-El cuerpo: imagen y percepción

- Conceptos: percepción del propio cuerpo en movimiento, posibilidades motrices del cuerpo, relaciones espaciales y temporales.
- Procedimientos: mecanización de movimientos, desarrollo de las capacidades perceptivas motrices, uso y estructuración del dominio espacial en actividades motrices y deportivas, distribución temporal de programas motores.
- Actitudes: valoración de aspectos como la seguridad, la confianza en sí mismo y la autonomía personal para conseguir una aceptación positiva de uno mismo.

-El cuerpo: habilidades y destrezas:

- Conceptos: esquemas motores adaptados, las capacidades físicas y las habilidades en relación con el deporte, las posibilidades del movimiento adaptadas a los juegos y el deporte, la habilidad motriz adaptada a distintos medios.
- Procedimientos: experimentación y utilización de las habilidades básicas y formas de ejecución en las diferentes situaciones, automatización de los movimientos básicos en las actividades motrices, juegos y deportes, adaptación de habilidades motrices en medios diferentes al habitual, realización de actividades recreativas al aire libre.
- Actitudes: autonomía y confianza en sí mismo, participación en diversas actividades reconociendo posibilidades y limitaciones y valorando el propio esfuerzo y el de los demás. Respetar la diversidad.

-El cuerpo: expresión y comunicación:

- Conceptos: relación entre el lenguaje corporal y otros lenguajes.
- Procedimientos: elaboración de mensajes mediante la simbolización y codificación del movimiento.
- Actitudes: participación y colaboración con los demás en situaciones que supongan comunicación, utilizando recursos motores y corporales con espontaneidad.

-El cuerpo: la salud corporal

- Conceptos: las actividades físicas, rutinas y normas del cuidado del cuerpo, seguridad en la práctica de la actividad física y en el uso de los espacios.
- Procedimientos: aplicación de técnicas de calentamiento y de relajación, adopción de las medidas básicas de seguridad y utilización correcta de los espacios y materiales.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 7 – JUNIO 2008

- Actitudes: valoración crítica de los aspectos de la vida cotidiana que favorecen el cuidado del propio cuerpo y la salud, responsabilidad hacia el propio cuerpo y toma de conciencia de la importancia de las actividades físicas, de un desarrollo equilibrado y de la salud corporal para lograr una mayor calidad de vida.

#### -Los Juegos

- Conceptos: el deporte, reglamento de las distintas actividades deportivas.
- Procedimientos: práctica de actividades deportivas adaptadas flexibilizando las normas de juego, planificación y realización de juegos de exploración y aventuras, adecuación de las habilidades motrices a distintos juegos y deportes...
- Actitudes: valoración de la participación en diferentes tipos de juegos, aceptación de la importancia de todos los miembros de un equipo, aceptación del reto que supone enfrentarse a otros en juegos y deportes, mostrando respeto frente a rivalidad y menosprecio.

### 3.3. Metodología

La metodología en el tercer ciclo, a la vez que potencia la adquisición de unas técnicas de estudio individual debe promover el trabajo en equipo por la importancia del grupo en este momento del desarrollo personal. Al confrontar distintos puntos de vista se mejora la capacidad de comprensión, el dominio del lenguaje, la inserción social, etc.

La organización del tiempo debe integrar también acciones educativas orientadas a consolidar un desarrollo personal completo fuera del aula. Entre los 10 y 12 años, los chicos/as progresan en un análisis de la realidad más enriquecido e interiorizado. Las distintas áreas de conocimiento se van diferenciando.

Debe resaltarse la importancia que en el proceso de enseñanza-aprendizaje tiene el tratamiento de los valores, una adecuada presentación de cada situación educativa ayuda a los alumnos/as a la interiorización de actitudes, valores y normas. La creación de un ambiente escolar de aceptación, respeto y confianza ayuda a la construcción de una imagen positiva de sí mismos, a la participación en las decisiones y tareas de grupo, al desarrollo de un juicio más razonado sobre sus propios comportamientos y los de los demás y aumentar la seguridad y el bienestar personal.

Debe procurarse por todos los medios la participación, en un clima de entusiasmo y diversión, de la totalidad del alumnado en las actividades que se propongan.

### 3.4. Aspectos a tener en cuenta a la hora de realizar actividades en el medio natural

Siempre que se realicen actividades que impliquen días de permanencia en el medio natural es importante que se tenga en cuenta lo siguiente:

- Recoger los datos necesarios sobre participantes, personales, sanitarios, etc.
- Solicitar permisos correspondientes: autorizaciones, seguros de accidentes, etc.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 7 – JUNIO 2008

- Conocer el emplazamiento geográfico, los medios de transportes y los accesos.
- Estudiar y prevenir posibles peligros.
- Cuanto más datos podamos recoger del entorno más enriquecedoras serán las actividades previstas.

#### 4. APLICACIÓN INNOVADORA: ELABORACIÓN DE UN PROGRAMA EXTRAESCOLAR

##### 4.1. Objetivos específicos del programa:

- Aprender a respetar y entender a los compañeros/as independientemente de las características o diferencias que por su condición de hombre o mujer se deriven.
- Utilizar el tiempo libre de forma gratificante y satisfactoria con fines saludables, sociales y personales.
- Descubrir actividades físico recreativas naturales que les brinden satisfacción personal y que hagan de éstas un modelo de vida.
- Experimentar nuevas sensaciones con las actividades físicas realizadas.
- Desarrollar la autoconfianza a través del aumento de las capacidades motrices en el espacio natural.
- Fortalecer las relaciones personales.
- Liberar tensiones que se generen durante los periodos de trabajo productivo
- Desarrollar la coordinación dinámica y neuro muscular, la resistencia general, el equilibrio, la velocidad, habilidades motrices...

##### 4.2. Análisis previo:

###### *Los alumnos/as:*

El centro educativo está ubicado en una zona rural, con unos 10.000 habitantes, sito en la provincia de Badajoz. El colegio se encuentra situado en el centro del pueblo, a su alrededor un parque. Los alumnos/as provienen de un entorno familiar dedicado a la agricultura.

###### *Los recursos:*

Recursos humanos, materiales y económicos.

###### *El entorno:*

El lugar donde vamos a trasladarnos es el pueblo de Hornachos. La villa de Hornachos, con una población de unos 4.000 habitantes, situado en Sierra Grande, estribación noroccidental de Sierra Morena, en la provincia de Badajoz, y entre dos valles: Valle de los Moros y Valle de los Cristianos. A una altitud de 539 metros, su punto más elevado es el "Peñón Marín" con 945 metros. La sierra de Hornachos separa dos comarcas: la de Tierra de Barros y la de La Serena.

###### *Instalaciones:*



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 7 – JUNIO 2008

Zona de recreo “Fuentecita”, situada dentro del casco urbano, carretera de Campillo-Retamal, consta de servicios, duchas, barbacoa, merendero, parque infantil, chozos con capacidad para 10 personas, hay chozo habilitado para enfermería. A unos 100 metros se encuentra la piscina municipal, el polideportivo, el campo de fútbol y gimnasio. Zonas amplias de esparcimiento y observación de la flora y fauna del lugar.

#### *Elaboración del programa:*

Durante las sesiones de clase anteriores a la acampada enseñaremos a los alumnos/as el material de uso individual y colectivo que debemos llevar, informaremos sobre la instalación de una tienda de campaña, la utilización del plano y la brújula, signos para seguir un rastreo, etc.

En colaboración con los profesores de otras áreas, como Conocimiento del Medio, Expresión Plástica, Matemáticas, etc., los alumnos/as han ido adquiriendo conocimientos relacionados con la actividad propuesta, han investigado la zona, han elaborado materiales imprescindibles, han situado encargado en las actividades grupales, etc.

La acampada se realizará entre el 4 y 7 de junio de 2008.

#### **4.3. Actividades:**

- *Todos los días se realizarán las siguientes actividades:*
  - Desayuno, comida y cena, que un grupo diferente lo recogerá cada día.
  - Tiempo libre.
  - Competición: Baloncesto, Balonmano o Fútbol sala.
  - Aseo.
  - Actividades nocturnas: baile por parejas, canciones, juegos populares...
  
- *Primer día:*
  - Ver la instalación: ocupación de chozas por grupo, distribución de materiales, información sobre horarios, duchas, normas y reglas a seguir.
  - Orientación cultural: formamos varios equipos, realizamos un juego de orientación, dejando pistas en los siguientes monumentos del pueblo: “Pilar de los cuatro caños”, “Convento de San Ildefonso”, “Iglesia Purísima Concepción”, “El Pósito o Cilla”, “Pilar de Palomas”, “Pilar de Ribera”, “Ermita de la Virgen de los Remedios”.
  
- *Segundo día:*
  - Senderismo, con recogida de muestras durante la marcha.
  
- *Tercer día:*
  - Orientación en la naturaleza.
  
- *Cuarto día:*
  - Piragüismo.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 7 – JUNIO 2008

## 5. EVALUACIÓN

La evaluación del programa es un proceso sistemático, diseñado intencional y técnicamente, de recogida de información rigurosa y valiosa, válida y fiable, orientada a valorar la calidad y los logros de un programa, como base para la posterior toma de decisiones de mejora tanto del programa como del personal implicado, y de modo indirecto, del cuerpo social en que se encuentra inmerso.

Analizando las orientaciones sobre la evaluación advertimos que son varios los elementos a tener presentes. Todos ellos pueden ser agrupados en base a los tres protagonistas del proceso educativo:

-Evaluación de los alumnos: dentro del currículum de Educación Primaria, la Educación Física debe colaborar y contribuir al pleno desarrollo de la personalidad de los alumnos/as. Desde esta área, se dedicará un tiempo importante a educar las capacidades motrices del individuo, de esta forma, implicaremos toda una serie de necesidades de tipo social, afectivo, de expresión, comunicación, etc. Por lo tanto, para el análisis de las variedades objeto de evaluación en el alumno utilizaremos los ámbitos cognitivo, afectivo, social y motor.

-Evaluación del proceso: la evaluación se partirá del análisis y reflexión crítica de todos los elementos que interviene, así permitirá determinar cuáles son o han sido, los resultados obtenidos para constatar si se han logrado los objetivos propuestos. Se analizará los siguientes elementos: el contexto, los elementos prescriptivos, el logro y grado del resultado obtenido.

-Evaluación del profesor: se evaluará sus funciones pedagógicas, las acciones derivadas de esas funciones, el perfil humano, etc.

Como instrumentos más idóneos para utilizar en esta programación se detallan los siguientes:

- Autoevaluación.
- Observación directa.
- Lista de control.

## 1. BIBLIOGRAFÍA

- BUCETA, J.M. (1985): *Estrategias comportamentales y cognitivas en la práctica deportiva*. Revista Española de Terapia del comportamiento.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 7 – JUNIO 2008

- BUCETA, J.M., GIMENO, F. Y PÉREZ-LLANTADA, M.C. (1993): *Cuestionario de Características Psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo*. Departamento de Personalidad, Evaluación y Tratamiento Psicológicos de la UNED (sin publicar).
- Ayuntamiento de Hornachos.

#### Autoría

---

- Jose Luis Suárez Casado
- CEIP, Los Santos de Maimona, Badajoz
- E-MAIL: [jochesuca@hotmail.com](mailto:jochesuca@hotmail.com)