

As actividades no medio natural na área de educación física. O aproveitamento do contorno. Sesións de iniciación á orientación: da aula ao barrio.

INTRODUCCIÓN

O Decreto 130 / 2007, do 28 de xuño (publicado no D.O.G. do 9 de xullo de 2007), polo que se establece o currículo da educación primaria na Comunidade Autónoma de Galicia é a referencia que temos os docentes á hora de traballar. Nel imos atopar as bases sobre as que se vai a sustentar o nosa acción educativa.

“ A Lei orgánica 2 / 2006, do 3 de maio, de educación, no capítulo III, determina que se entende por currículo, o conxunto de obxectivos, competencias básicas, contidos, métodos pedagóxicos e criterios de avaliación de cada unha das ensinanzas reguladas pola citada lei.

Así mesmo, coa finalidade de asegurar unha formación común a toda a cidadanía española e garantir a validez das titulacións correspondentes, establece que lle corresponde ao Goberno de España fixar os aspectos básicos do currículo en relación aos obxectivos, contidos e criterios de avaliación que constitúen as ensinanzas mínimas ás cales se refire a disposición adicional primeira, punto 2, letra c, da Lei orgánica 8 / 1985, do 3 de xullo, reguladora do dereito á educación.

O Estatuto de autonomía de Galicia, no seu artigo 31, determina que é competencia plena da Comunidade Autónoma galega o regulamento e administración do ensino en toda a súa extensión, niveis e graos, modalidades e especialidades, sen prexuízo do disposto no artigo 27 da Constitución e nas leis orgánicas que, conforme o parágrafo primeiro do seu artigo 81, o desenvolvan.

O Real decreto 1513 / 2006, do 7 de decembro, polo que se establecen as ensinanzas mínimas da educación primaria que facilitarán a continuidade, progresión e coherencia da aprendizaxe no caso de mobilidade xeográfica do alumnado, desenvolve os aspectos básicos do currículo en relación cos obxectivos, competencias básicas, contidos e criterios de avaliación.

A Lei orgánica de educación indica que serán as administracións educativas as que establezan o currículo das distintas ensinanzas reguladas pola citada lei, do cal formarán parte os aspectos básicos anteriormente indicados.

Os centros docentes desenvolverán e completarán, se for o caso, o currículo das diferentes etapas e ciclos no uso da súa autonomía, tal e como se recolle no capítulo II do título V da Lei orgánica de educación, respondendo ao principio de autonomía pedagóxica, de organización e xestión que a citada lei lles atribúe aos centros educativos coa finalidade de adecuarse ás características e á realidade educativa de cada un deles.

O currículo que se establece neste decreto ten como obxectivo contribuír ao logro dos principios básicos desta Lei orgánica de educación que se expresan no preámbulo e que se resumen en lograr:

- *Calidade de educación para todo o alumnado.*
- *Equidade que garanta a igualdade de oportunidades.*
- *Esforzo compartido por todas as persoas componentes da comunidade educativa.*

A educación primaria e mais a educación secundaria obrigatoria constitúen o ensino básico, que é obrigatorio e gratuíto para todas as persoas.

A educación primaria é, pois, a primeira etapa do ensino obrigatorio. Como tal, caracterízase por unha especial atención á diversidade, pola prevención das dificultades de aprendizaxe e a posta en práctica de apoios e / ou reforzos tan pronto como sexan detectadas, acudindo ás medidas organizativas e / ou curriculares que sexan precisas para asegurar o principio de equidade, sen prexuízo de garantir unha educación común para todo o alumnado.

Nesta liña, estableceranse os mecanismos precisos para lograr unha coordinación entre esta etapa e as de educación infantil e educación secundaria obrigatoria. Porén, será de grande importancia a acción titorial que vertebre todas as actuacións con cada un dos grupos e con cada alumno e cada alumna dese grupo.

O eixe do traballo nesta etapa educativa será o desenvolvemento das competencias básicas que permitan encamiñar todo o alumnado cara ao logro dunha formación integral, tanto na súa vertente persoal coma nas demandas sociais e culturais que faciliten a continuación dos estudos e, posteriormente, a inclusión na vida laboral, pero sempre coa asunción da necesidade de aprender ao longo de toda a vida.

Ten enorme importancia a presenza no currículo das competencias básicas que o alumnado deberá desenvolver na educación primaria e completar na educación secundaria obrigatoria. As competencias básicas permiten identificar aquelas aprendizaxes que se consideran imprescindibles desde un enfoque integrador e orientado á aplicación dos saberes adquiridos.

O seu logro deberá capacitar as alumnas e os alumnos para a súa realización persoal, a incorporación satisfactoria á vida adulta e o desenvolvemento dunha aprendizaxe permanente ao longo da vida.

Será preciso que a organización dos centros educativos, as formas de relación de todas as persoas componentes da comunidade educativa, as actividades docentes, así como as complementarias e extraescolares, incidan no desenvolvemento das citadas competencias básicas. Prestarase especial atención á educación en valores e ás normas de convivencia que permitan unha incorporación á sociedade democrática con respecto, interese, esforzo e responsabilidade ”.

AS ACTIVIDADES NO MEDIO NATURAL

Ó longo das últimas décadas, e en especial desde a LOXSE, a sociedade experimentou importantes cambios na forma de entender a Educación Física e a súa contribución na formación dos cidadáns.

Na actualidade, a nosa área é demandada como unha necesidade do ser humano, que colabora xunto coas demais áreas para conquistar o desenvolvemento global e harmónico dos individuos, o que representa unha das finalidades da educación.

É, polo tanto, esencial prestar atención ás capacidades que, relacionadas co corpo e a súa actividade motriz, contribúen ao equilibrio persoal, á posibilidade de interrelación cos demais e á utilización creativa do tempo de lecer, contribuíndo tamén á conservación e mellora da saúde e a calidade de vida.

A Educación Física é o fío condutor que posibilita o desenvolvemento das aptitudes e capacidades físico, psíquico e sociomotrices do alumnado. O noso corpo é o vínculo de relación con entorno que nos rodea e con resto das persoas coas que convivimos. Unha actividade física adecuada permitirá un desenvolvemento completo e armónico do noso corpo.

Por todo isto, a relación co entorno e os demais, fundamentalmente a través do xogo, son pilares básicos da nosa actividade docente. O xogo non é posible sen un espazo no que desenvolverse e os individuos precisan de aprendizaxes prácticos e reais, é dicir, “ aprendizaxes significativas ”. Ademais, os centros e a nosa área en particular necesitan actividades en conexión co entorno.

Polo tanto, este libro pretende a recompilación das diferentes sesións, que xa foron postas en práctica, que fixeron unha aproximación ao descubrimento do entorno máis próximo a través de actividades e xogos relacionados coa orientación (partindo sucesivamente da aula – pavillón, colexio, ata as zonas máis próximas ao centro) que permitiron aos alumnos / as familiarizarse con seu entorno próximo (centro de estudos e barrio) dun xeito lúdico e, ao mesmo tempo, favoreceron as súas aprendizaxes a tódolos niveis: físico, motriz, ...

As sesións están orientadas e foron postas en práctica polos alumnos / as do 2º ciclo de E. Primaria do CEIP San Francisco Xabier, do CEIP Alborada e do CEIP Ría do Burgo ao longo de diferentes cursos (A Coruña e Culleredo respectivamente). Polo tanto, ademais dos obxectivos xerais de etapa e do que se reflicte no párrafo anterior, tamén promocionamos os seguintes obxectivos xerais da nosa área correspondentes a este ciclo:

- Practicar as distintas normas, rutinas e actividades no coidado do propio corpo.
- Desenvolver o valor lúdico do xogo e o seu aproveitamento no desenvolvemento das destrezas e habilidades propias do ciclo.
- Participar con agrado en calquera actividade física independentemente da súa capacidade.
- Aceptar ós seus compañeiros nos xogos sen ter en conta as características persoais, sexuais ou sociais de cada quen.

- Respetar as normas de xogo establecidas polo grupo ou por regulamento propio.
- Recoñecer como elementos propios do xogo o feito de gañar / perder e a cooperación / oposición.

Obxectivos acadados.

O traballo no entorno próximo é recollido nos obxectivos xerais da E. Primaria, especialmente en tres dos seus apartados:

- Comprender e establecer relacións entre feitos e fenómenos do entorno natural e social, valorando a interacción entre ambos, como elemento que inflúe na calidade de vida, e contribuir activamente, na medida das súas posibilidades, á defensa, conservación e mellora do medio ambiente.
- Coñecer, apreciar e disfrutar o patrimonio cultural, participando na súa conservación e mellora, e respectando a diversidade lingüística e cultural como dereito dos pobos e individuos á súa identidade, desenvolvendo unha actitude de interese e respecto cara ó exercicio deste dereito.
- Utilizar, nun contexto de resolución de problemas sinxelos, os procedementos para obter a información pertinente, selecciónala, organizala, representala mediante códigos e tomar decisións, así como levalas a cabo anticipando e planificando as condicións materiais e temporais necesarias para a súa realización.

Por outra banda, os obxectivos xerais da Educación Física, que aparecen a continuación, recollen aspectos esenciais das actividades de orientación propostas, especialmente as que aparecen marcadas en azul:

- Tomar conciencia do propio corpo.
- Promover a adaptación ó contorno a través do seu corpo.
- Potenciar as súas capacidades, perfeccionar habilidades e destrezas e mellorar o seu control e dominio corporal.
- Identificar e utilizar as diferentes formas de expresión e comunicación.
- Valorar a actividade física no tempo libre como medio de divertimento, de coñecemento e de sentimento de satisfacción consigo mesmo.
- Cooperar en accións de equipo desde un eficaz traballo persoal, con actitude de tolerancia e respecto para os valores sociais, e tamén coñecer e identificar as actividades física de carácter socio - cultural propias da nosa Comunidade Autónoma.
- Aumentar a confianza en si mesmo e nas súas capacidades, desenvolvendo a autoesixencia, constancia e superación das propias limitacións.
- Coñecer, identificar e experimentar diferentes actividades na natureza de cara ó entretemento e lecer.

Asimesmo, os obxectivos xerais da Educación Física na Educación Primaria reflicten os mesmos aspectos anteriormente sinalados:

- Coñecer e valorar o seu propio corpo e a actividade física como medio de exploración e goce das súas posibilidades motrices, de relación cos demais e como recurso para organizar o tempo libre.
- Regular e dosificar o seu esforzo chegando a un nivel de autoesixencia acorde coas súas posibilidades e coa natureza da tarefa que se realice, utilizando como criterio fundamental de valoración dito esforzo e non o resultado obtido.
- Utilizar as súas capacidades físicas básicas e destrezas motrices e o seu coñecemento da estrutura e funcionamento do corpo para a actividade física e para adaptar o momento ás circunstancias e condicións de cada situación.
- Participar en xogos e actividades establecendo relacións equilibradas e construtivas cos demais, evitando a discriminación por características persoais, sexuais e sociais, así como os comportamentos agresivos e as actitudes de rivalidade nas actividades competitivas.
- Coñecer e valorar a diversidade de actividades físicas e deportivas e os contornos nos que se desenvolven, participando na súa conservación e mellora.
- Utilizar os recursos expresivos do corpo e do movemento para comunicar sensacións, ideas, estados de ánimo e comprender mensaxes expresados deste xeito.

As sesións, ao estar orientadas aos alumnos / as do 2º ciclo de E. Primaria permitiron que promocionásemos os seguintes obxectivos xerais da nosa área correspondentes a este ciclo:

- Practicar as distintas normas, rutinas e actividades no coidado do propio corpo.
- Desenvolver o valor lúdico do xogo e o seu aproveitamento no desenrolo das destrezas e habilidades propias do ciclo.
- Participar con agrado en calquera actividade física independentemente da súa capacidade.
- Aceptar ós seus compañeiros nos xogos sen ter en conta as características persoais, sexuais ou sociais de cada quen.
- Respetar as normas de xogo establecidas polo grupo ou por regulamento propio.
- Recoñecer como elementos propios do xogo o feito de gañar / perder e a cooperación / oposición.

Contidos.

Todos os contidos e materiais que aparecen neste libro pretenden, por unha banda, o fomento do sentido lúdico na orientación e o desenrolo de aprendizaxes significativos (aspectos referidos ó alumnado) e, tamén, unha serie de obxectivos para os mestres / as como poden ser, entre outros, os seguintes:

- Tomar conciencia do entorno próximo como un medio moi importante para o noso traballo como mestres / as de E. Física, é dicir, “ recuperar ” o noso entorno para a educación.

- Desenvolver materiais de traballo que posibiliten e favorezan unha educación un pouco máis dinámica.
- Proporcionar actividades interdisciplinares (os xogos de orientación, pistas, etc., poden incluír calquera tipo de actividade doutra área).
- Favorecer a relación multidisciplinar (evidente na área de Coñecemento do Medio Social e Natural con topoloxía básica; coñecemento de animais, vexetais, costumes, etc.; coidado do entorno, ...).
- Concienciarnos das posibilidades que nos ofrece o entorno, así coma dos problemas que pode padecer polo uso inadecuado do mesmo.
- Tratar de formarnos como cidadáns conscientes, críticos e construtivos, que tratan de integrarse no entorno de xeito perceptivo e a través da reflexión, posibilitando así que o poidamos transmitir ós nosos alumnos / as

Existe unha relación moi importante das actividades no medio natural propostas e referidas á orientación, cos bloques de contidos da nosa área, especialmente en dous casos:

“ SAÚDE CORPORAL ”.

- Practicar as distintas normas, rutinas e actividades no coidado do propio corpo (xeral de ciclo).
- Fomentar a postura correcta en posicións básicas.
- Practicar os hábitos de coidado do corpo e as normas de alimentación básicas.

“ OS XOGOS ”.

- Desenvolver o valor lúdico do xogo e o seu aproveitamento no desenvolvemento das destrezas e habilidades de ciclo. Participar con agrado en calquera actividade física independentemente da súa capacidade (xeral de ciclo).
- Aproveitar o xogo para o desenvolvemento das habilidades e destrezas básicas.
- Coñecer estratexias básicas de cooperación, oposición e cooperación / oposición.
- Valorar as posibilidades de equipo e da participación de cada un dos seus membros con independencia dos resultados obtidos.

Chegado o momento de facer a secuenciación dos distintos bloques de contidos, tamén están reflectidos de xeito evidente os aspectos relacionados coa orientación, especialmente no bloque de XOGOS.

Feitos

- Xogos de habilidades e destrezas.
- Estratexias básicas de xogo.

Procedementos

- Práctica de habilidades básicas nos xogos.
- Iniciación nas estratexias básicas de cooperación, oposición, cooperación - oposición nos diferentes xogos.

Actitudes, valores e normas

- Participación e integración nos xogos con independencia da súa capacidade.
- Valoración das súas posibilidades e das do equipo nos xogos.
- Aceptación do reto da competición nos xogos, entendendo a oposición como estratexia nos xogos.

Metodoloxía, contidos básicos, procedementos de traballo.

A nivel global a metodoloxía empregada tratou de ser o máis construtiva posible, para procurar achegarse á realidade dos nenos / as e ás súas diferenzas individuais, tentando que interpretasen as ensinanzas e que a través das actividades planificadas superasen as súas limitacións.

Polo tanto, a metodoloxía empregada baseouse nas seguintes características:

- **Activa e participativa** por parte do alumno / a tanto no deseño coma no desenrolo das sesións. Se debe procurar ir restándolle protagonismo ós métodos tradicionais de mando directo, pois aínda que se poden considerar moi válidos cando desexamos acadar un mellor rendemento físico ou o desenvolvemento das habilidades motrices complexas, vainos ir en contra de outros aspectos que é desexable que os nenos / as desenvolvan como a iniciativa, a responsabilidade, o desenrolo intelectual, etc., que son parte fundamental da persoa que se desexa que saia da escola.
- **Creativa**. É quizais un dos aspectos que menos se tocaba ata agora. Polo tanto, é necesario e importante desenvolver a creatividade dos alumnos / as, e non se debe abusar dos estereotipos aínda a costa de perder un certo grado de eficacia motora.
- **Lúdica e integradora**. A área de Educación Física conta coa vantaxe da especial predilección que os alumnos / as teñen por ela, polo que é fundamental aproveitala cara a acadar unha relación o máis completa posible entre todos os alumnos / as.

- **Flexible.** Debe axustarse a cada alumno / a. Nos plantexamentos que farei de cada sesión, se marcarán os obxectivos, pero o xeito de logralos está en función das capacidades, intereses, motivacións, etc., dos alumnos / as e, polo tanto, admitirase calquera tipo de resposta que irá sendo mellorada ao longo do período educativo, de acordo coas mencionadas capacidades.

A metodoloxía, por todo isto, nas sesións é globalizadora, participativa e lúdica, e fomenta nos nenos / as a exploración, o descubrimento, a creatividade e, sobre todo, a valoración das propias posibilidades; e todo isto, a través do xogo, que promoverá estas características.

Segundo os obxectivos que pretendíamos acadar en cada momento utilizamos os métodos seguintes:

- ◆ **Conducido**, que favorece e potencia a máxima intervención do mestre / a utilizando a repetición e a demostración, cun estilo de aprendizaxe de mando directo.
- ◆ **Semiconducido**, no que a intervención do mestre / a é media; é unha aprendizaxe polo descubrimento guiado.
- ◆ **Non conducido**, con mínima intervención do mestre / a; é unha aprendizaxe mediante a busca, cunha grande importancia da creatividade do neno / a.

Mediante os métodos semiconducido e non conducido foméntase a iniciativa persoal do neno / a, a súa creatividade, autonomía e desenvolvemento afectivo – social co resto dos compañeiros / as, aprendendo a valorar a importancia do outro/a no proceso de ensino / aprendizaxe.

Tanto o método coma o estilo de aprendizaxe están en función do que se pretende conseguir; polo tanto, primeiro hai que ver o que se pretende e logo utilizar o método máis axeitado para conseguilo. De todos xeitos, os materiais que imos a crear tratarán de fomentar a súa autonomía, o traballo en grupo, etc., polo que os métodos semiconducido e non conducido serán os que terán prioridade.

Por último, coma en todo o proceso de ensino – aprendizaxe, calquera método utilizado debe respectar dúas condicións básicas:

- Os procesos individuais de aprendizaxe.
- A incidencia nos procesos cognitivos e afectivos de todo tipo de aprendizaxes.

Criterios de autoavaliación das sesións, dos materiais empregados, do proxecto en xeral, etc.

A avaliación foi realizada a tres niveis:

- **Alumnos / as.** A avaliación do alumnado foi moi positiva tanto a nivel de obxectivos e contidos plantexados (nos que non se fixeron modificacións, a pesares de ter unha nena con Síndrome de Down e un neno con dificultades motóricas, que participaron nas actividades e xogos con total normalidade) como na adecuación dos mesmos. Os elementos fundamentais empregados foron a observación e a posta en común cos alumnos / as das súas impresións respecto de cada actividade, sen esquecer as observacións e anotacións dos membros do seminario acerca dos aspectos máis relevantes do mesmo.
- **Proposta.** As propostas e o proceso de elaboración das mesmas tamén foron avaliadas tanto a priori como a posteriori (nas expectativas que se tiñan de cada actividade e nos resultados das mesmas, nos que non houbo modificacións significativas, agás nalgunha parte dun xogo). As actividades, métodos e recursos empregados foron axeitados na maior parte dos casos e non se realizaron cambios reseñables. Cabe destacar as facilidades dadas polo departamento de Educación Física e a dirección do Centro para a elaboración das unidades e as reunións.

Este libro pretende elaborar un modesto proxecto de actividades relacionadas, entre outros aspectos, coa orientación, o coñecemento e disfrute do entorno próximo, a cooperación e a participación. Polo tanto, tanto no proceso de elaboración coma no de revisión posterior á realización, tratamos de ter en conta unha serie de criterios que se reflicten a continuación:

- Comprobar se a realización da actividade busca alcanzar novas experiencias disfrutando, por encima de alcanzar un nivel táctico ou técnico.
- Ver se a actividade é o suficientemente motivadora para mobilizar ó grupo.
- A realización da actividade, ¿ implica aprendizaxe / coñecemento ?.
- Favorecer e orientar a actividade cara ao disfrute máis que ao esforzo físico.
- ¿ Que novos elementos empregamos no pavillón e patio con esta actividade ?. ¿ E se facemos unha saída ós arredores ?.
- ¿ Promovemos unha aprendizaxe que favoreza o descubrimento ?. ¿ Usamos propostas lúdicas e creativas para isto ?.
- O nivel de adaptación das actividades propostas ó espazo seleccionados, á idade e ó nivel do alumnado.
- As actividades propostas, ¿ son realmente integradoras ?.
- Favorecer a participación e o traballo de grupo sobre a competición.
- ¿ A actividade favorece a autonomía do neno / a ?. Trataremos de que nas actividades non recorran, ou o fagan o menos posible, ó mestre / a.

Conclusións.

A orientación é un aspecto da Educación Física moi importante e positivo posto que, entre outros moitos aspectos, nos permite abarcar moitos aspectos da nosa área como:

- O valor lúdico do xogo.
- Aproveitar os xogos de orientación no desenvolvemento das destrezas e habilidades correspondentes á súa idade.
- Participar con agrado nos xogos independentemente da súa capacidade, posto que o grao de motivación é moi alto.
- Facilita o traballo en grupos (algo ao que os alumnos / as de hoxe lle custa bastante) e permite a interacción entre alumnos / as de xeito individual e grupal.
- Permite que aprecien aspectos de lugares que lle son familiares, como o centro e o parque próximo ao centro, que non coñecían, a pesares de ter estado moito tempo neles.
- Coñeceron unha realidade de clase de Educación Física distinta á que desenvolven no entorno habitual da aula, o patio ou o pavillón, a pesares de que moitos dos xogos tamén se realizan nestes lugares.
- Proporcionaron actividades interdisciplinares (algúns dos xogos de orientación, pistas, etc., incluíron actividades doutra área, ter que ir á biblioteca, traballo previo na aula de Internet, ...).
- Favoreceron a relación multidisciplinar (evidente, por exemplo, nas áreas de Coñecemento do Medio Social e Natural con topoloxía básica; coñecemento de animais, vexetais, costumes, etc.; coidado do entorno, ..., pero tamén coa aplicación das novas tecnoloxías na educación; un exemplo claro foi a visita previa que fixeron os alumnos / as ao xardín da Cubela cos seus titores / as e Amalia Casas para iniciarse no coñecemento das especies vexetais que hai, como se ve na ficha de traballo “ O xardín da Cubela ” que se adxunta na carpeta de Materiais).
- Concienciarnos das posibilidades que nos ofrece o entorno, así coma dos problemas que pode padecer polo uso inadecuado do mesmo.

Foi, polo tanto, unha experiencia moi enriquecedora para os alumnos / as e, ao mesmo tempo, para nós, posto que as aprendizaxes e experiencias aquí reflectidas tamén son aplicables ás demais persoas que participamos.