

Las actividades físicas en la naturaleza en el currículum actual: contribución a la educación para la ciudadanía y los derechos humanos

Outdoor activities in the present curriculum: contribution to the education for citizenship and human rights

*Antonio Baena Extremera, **Antonio Granero Gallegos

* Universidad de Murcia**Universidad de Almería (España)

Resumen: La sociedad actual demanda una nueva educación que forme para la ciudadanía y los derechos humanos, tal y que como se expone en los nuevos reales decretos que regulan las enseñanzas mínima para primaria y secundaria. Una novedosa forma de llevarlo a cabo es a través del trabajo de las Actividades Físicas en el Medio Natural. En el presente artículo exponemos la contribución que desde estas prácticas se puede realizar sobre esta nueva área curricular, ayudando a la formación de los discentes.

Palabras clave: Actividades Físicas en el Medio Natural, Educación para la Ciudadanía y los Derechos Humanos.

Abstract: The present society demands a new education that educates for Citizenship and Human Rights, and that as it is exposed in new real decrees of education that regulates Primary and Secondary Education. A new way to carry out it is through the work of the Outdoor Activities. In the present article, we expose the contribution that from these practices can be made on this new curricular area, helping the formation of the students.

Key words: Outdoor Activities, Education for Citizenship and Human Rights.

1. Introducción

Al determinar como objetivo básico de la educación «el pleno desarrollo de la personalidad de los/as alumnos/as», como afirman las recientes leyes orgánicas aparecidas en nuestro país, se pretende reafirmar el papel educativo de la escuela (brillante paradoja), haciendo una apuesta decidida por una educación abierta al entorno, que contribuya a formar personas competentes para asumir sus deberes y ejercer sus derechos como ciudadanos. Además de la enseñanza de los conocimientos e instrumentos conceptuales para comprender el mundo, los centros educativos tienen que ser escuelas de ciudadanía, en una demandas social creciente, de formar personas que ante todo sean capaces de vivir y convivir en sociedad, sabiendo a qué atenerse y cómo conducirse (MEC, 1994).

Entramos en una nueva era de renovado interés por una teoría y práctica de la Ciudadanía (Bárcena, 1997; Cortina, 1997), como base para una educación cívico-política y de la propia convivencia ciudadana. La educación para la ciudadanía, por otra parte, es un largo proceso que comienza con la socialización primaria en la familia y en las etapas iniciales de la escolaridad, con la internalización de actitudes, hábitos y comportamiento propios del grupo social. La formación para la ciudadanía se completa creando los contextos educativos en el aula y centro que posibiliten debatir los problemas relevantes de la comunidad (escolar y social), promoviendo el desarrollo moral e intelectual del alumnado y cultivando el conjunto de valores, normas, modelos y virtudes deseables en una sociedad (Puig, 1996). Por eso, este modelo incluye también, con un sentimiento de solidaridad y responsabilidad, la capacitación para hacer frente a problemas sociales actuales y futuros (medio ambiente, salud, convivencia, consumo, igualdad entre sexos, multiculturalidad, etc.) (Bolívar, 1998, p. 34-35).

La institución escolar se encuentra en nuestro presente situada con una debilidad estratégica para formar ciudadanos responsables, tolerantes, solidarios y autónomos. Todo ello debe ser llevado a cabo junto con las aportaciones familiares y del resto de instituciones sociales, puesto que si el trabajo no es conjunto, la educación y formación de los ciudadanos quedará dispersa y poco conexa.

2. Las actividades físicas en la naturaleza en el nuevo currículum y su relación con Educación para la Ciudadanía y los Derechos Humanos

La Educación Física al aire libre se centra en el conjunto de conocimientos, habilidades, destrezas, técnicas y recursos que permiten desenvolverse o practicar actividades físicas lúdico-deportivas en la naturaleza, con seguridad y con el máximo respeto hacia su conservación; disfrutando, compartiendo y educándose en ella (Pinos, 1997).

Dentro de las modernas orientaciones de la Educación Física escolar, los docentes «inventan» cada vez nuevos modelos y maneras para adaptar y llevar al completo las actividades y deportes practicados a diario en el medio natural, a las características específicas del trabajo diario de clase en Educación Física. El carácter cambiante de la naturaleza va a convertirse en el principal exponente de su desarrollo y precisamente va a ser la incertidumbre asociada a sus imprevisibles cambios, el principal rasgo que las define y las diferencia (Baena, 2006).

En un periodo en el que se hace más profunda la alteración estructural de las capacidades y destrezas motoras y cognitivas, deben utilizarse de forma adecuada todas las potencialidades educativas y formativas de la actividad física, ya que sólo de ese modo es posible un desarrollo íntegro y óptimo de nuestros alumnos y alumnas. Tradicionalmente, las Actividades Físicas en el Medio Natural (AFMN) se sitúan fuera del espacio curricular debido, entre otros aspectos, a sus características y al medio donde deberían ser desarrolladas; por lo que requieren un tratamiento como actividades extraescolares o complementarias, a la vez que deberemos suplir las complicadas barreras burocráticas y organizativas. Y todo ello, para conseguir una educación más equilibrada y completa en los/as discentes (Baena, 2006).

La importancia de incluir en la programación de la Educación Física los contenidos de AFMN es cada día más obvia, y así llevamos dándonos cuenta desde hace décadas, cuando vemos que cada día aumentan este tipo de prácticas. Nuestra enseñanza le servirá al/la alumno/a no sólo como adquisición de aspectos motrices, sino también como recurso para organizar su tiempo libre y de ocio, como medio de disfrutar de la naturaleza, ... El potencial y nivel educativo de estas actividades queda demostrado en multitud de trabajos ya realizados por investigadores, donde muestran los aprendizajes alcanzados con estas prácticas a nivel personal (Camerino, Miranda y Pigeassou, 1995; Canales y Perich, 2000; Gomà y Wismeijer, 2002; Lauterborn, 2002; Sánchez Igual, 2005; Zuckerman, 1988), o la posibilidad de situar al/la discente en un ambiente saludable (tan necesario en la actualidad), dada la creciente contaminación de las ciudades, y al mismo tiempo nos proporciona

infinidad de motivaciones para el juego, la aventura, el ejercicio físico natural, la adquisición de destrezas manuales y un sinfín de otras posibilidades.

A partir de la Ley Orgánica de Educación del 2/2006 de 3 de Mayo (BOE 4 de mayo de 2006), se desarrollan para todo el territorio español los Reales Decretos 1513/2006, de 7 de diciembre, por el que se establecen las enseñanzas mínimas de la Educación Primaria y el Real Decreto 1631/2006, de 29 de diciembre, por el que se establecen las enseñanzas mínimas correspondientes a la Educación Secundaria Obligatoria. Dentro de este referente legislativo en la etapa de Primaria, el área de Educación física se muestra sensible a los acelerados cambios que experimenta la sociedad y pretende dar respuesta, a través de sus intenciones educativas, a aquellas necesidades, individuales y colectivas, que conducen al bienestar personal y a promover una vida saludable, lejos de estereotipos y discriminaciones de cualquier índole. Estas respuestas, deberían ser entre otras el desarrollo en el currículum de las AFMN, contenidos los cuales como veremos a continuación, apenas se desarrollan entre los discentes de esta etapa educativa y que están muy relacionadas con Educación para la Ciudadanía y los Derechos Humanos.

El único referente claro de AFMN, lo encontramos en el bloque 4, *Actividad física y salud*, el cual está constituido por aquellos conocimientos necesarios para que la actividad física resulte saludable. Además, se incorporan contenidos para la adquisición de hábitos de actividad física a lo largo de la vida, como fuente de bienestar. A lo que habría que sumarle que las prácticas físicas y deportivas en la naturaleza, son fuentes imprescindibles de bienestar y salud.

En el bloque 5, *Juegos y actividades deportivas*, presenta contenidos relativos al juego y a las actividades deportivas entendidos como manifestaciones culturales de la motricidad humana. Deberíamos entender, que dentro del grandísimo elenco de juegos, los relacionados con el aire libre, con la naturaleza y con los deportes de aventura, serían trabajados desde este bloque. Por supuesto, queda a disposición del docente, (ya que el Real Decreto no lo prescribe), en función de sus motivaciones, sus intereses, sus conocimientos, ... el trabajar los juegos y actividades deportivas relacionadas con el medio natural.

Con respecto a la contribución del área al desarrollo de las competencias básicas de los/as discentes en relación a la AFMN, estas prácticas ayudan al desarrollo de la *competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico*, mediante la percepción e interacción apropiada del propio cuerpo, en movimiento o en reposo, en un espacio determinado mejorando sus posibilidades motrices. Se contribuye también mediante el conocimiento, la práctica y la valoración de la actividad física como elemento indispensable para preservar la salud. La AFMN, es clave para que niños y niñas adquieran hábitos saludables que les acompañen a lo largo de sus vidas, siendo la principal alternativa de ocupación del tiempo de ocio.

En relación a los elementos curriculares, cabe mencionar únicamente al Objetivo de Área número 1, el cuál aboga por conocer y valorar su cuerpo y la actividad física como medio de exploración y disfrute de sus posibilidades motrices, de relación con los demás y como recurso para **organizar el tiempo libre**. Dentro de la organización de este tiempo libre, quedarían enmarcadas las prácticas de AFMN, puesto que como demuestran estudios de García Ferrando (1991, 1996), son las principales actividades que se realizan en el tercer tiempo pedagógico.

En el desarrollo curricular de los contenidos, en el primer ciclo solamente encontramos un contenido perteneciente al Bloque 4 de Actividad física y salud, donde se expresa *el respeto de las normas de uso de materiales y espacios en la práctica de actividad física*, ya que estos contenidos son los únicos que se podrán realizar en un espacio diferente al estandarizado en los centros.

En relación a los criterios de evaluación, el número 8 especifica que los discentes deben mostrar interés por cumplir las normas referentes al cuidado del cuerpo con relación a la higiene y **a la conciencia del riesgo en la actividad física**, aspecto fundamental en cualquier tipo de práctica.

Ya en el segundo ciclo, dentro del mismo Bloque 4, se habla de *medidas básicas de seguridad en la práctica de la actividad física*, con

relación al entorno. Uso correcto y respetuoso de materiales y espacios. Lo que conlleva hacer un uso correcto y consciente de los medios y materiales, conociendo y respetando las normas de seguridad de cualquier tipo de práctica físico-deportiva.

A esto, le añadimos el Bloque 5 de Juegos y Actividades Deportivas, donde se recoge la *valoración del juego como medio de disfrute, de relación y de empleo del tiempo de ocio y del esfuerzo en los juegos y actividades deportivas*. Uno de los objetivos de las prácticas de la AFMN, es la ocupación activa del ocio y el tiempo libre, aspecto cada vez más demandando por la sociedad.

Para el último ciclo, el Bloque 4 de Actividad Física y Salud, vuelve a especificar *las medidas de seguridad en la práctica de la actividad física, con relación al entorno*, así como un *uso correcto y respetuoso de materiales y espacios*.

El Bloque 5 de Juegos y Actividades Deportivas, entiende el **juego y el deporte como fenómenos sociales** (el boom de las AFMN) y **culturales**. Además, *se aprecia del juego y las actividades deportivas como medio de disfrute, de relación y de empleo satisfactorio del tiempo de ocio*.

Cabe destacar en esta etapa, que los Criterios de Evaluación no hacen ninguna mención a estos contenidos.

En Secundaria, el Real Decreto 1631/2006, de 29 de diciembre, afirma que a través del ejercicio físico y por tanto de las AFMN, se contribuye a la conservación y mejora de la salud y el estado físico, a la prevención de determinadas enfermedades y disfunciones y al equilibrio psíquico, en la medida en que las personas, a través del mismo liberan tensiones, realizan actividades de ocio, y disfrutan de su propio movimiento y de su eficacia corporal. Todo ello resulta incluso más necesario dado su papel para compensar las restricciones del medio y el sedentarismo habitual de la sociedad actual. La materia de Educación física actúa en este sentido como factor de prevención de primer orden.

De manera indirecta, podemos hablar del Bloque Condición Física y Salud que agrupa contenidos relativos a la salud física, hábitos de ejercicio físico y de práctica deportiva que inciden en el desarrollo de las capacidades físicas del individuo para la mejora de su calidad de vida y en el empleo constructivo del **tiempo libre**.

En Secundaria, al contrario que Primaria, existe un Bloque 4 específico titulado Actividades en el Medio Natural, constituyendo una oportunidad para que el alumnado interactúe directamente con un entorno que le es conocido y en el que se desarrolla buena parte de la actividad física valorando su conservación mediante actividades sencillas y seguras. Este bloque, como veremos, da pie a la iniciación, mejora y perfeccionamiento de actividades y deportes típicos de las prácticas en el medio natural.

Con respecto a las competencias básicas en relación a las AFMN, hay que decir que el área de Educación Física proporciona conocimientos y destrezas sobre determinados hábitos saludables que acompañarán a los jóvenes más allá de la etapa obligatoria. Por otra parte, colabora **en un uso responsable del medio natural a través de las actividades físicas realizadas en la naturaleza**.

Dentro del análisis de los elementos curriculares, en relación a los objetivos cabe mencionar uno sólo, concretamente el número 6 que trata de **realizar actividades físico-deportivas en el medio natural que tengan bajo impacto ambiental, contribuyendo a su conservación**.

Los contenidos, en relación al primer curso, se ubican en el Bloque 4 de Actividades en el medio natural, donde se prescribe trabajar las actividades físico-deportivas en el medio natural: tierra, aire y agua. A lo que se le sumaría, la realización de recorridos a partir de la identificación de señales de rastreo, aceptando y respetando las normas para la conservación del medio urbano y natural.

En este curso, el criterio de evaluación número 7 sería el referente principal, puesto que habla del principal contenido de primero, la orientación, especificando: *seguir las indicaciones de las señales de rastreo en un recorrido por el centro o sus inmediaciones*. A través de este criterio, el alumnado deberá identificar el significado de las señales necesarias para completar el recorrido y a partir de su lectura, seguirlas para

realizarlo en el orden establecido y lo más rápido posible. También se valorará en este criterio la capacidad de desenvolverse respetuosamente con el entorno físico y social en el que se desarrolle la actividad.

En segundo curso y dentro del mismo Bloque 4, se debería trabajar el senderismo (descripción, tipos de sendero, material y vestimenta necesaria). Junto con estas prácticas, se buscaría la realización de recorridos preferentemente en el medio natural y la toma de conciencia de los usos adecuados del medio urbano y natural. Todo ello, en conjunción al respeto del medio ambiente y valoración del mismo como lugar rico en recursos para la realización de actividades recreativas.

El criterio de evaluación de este curso, es el número 6, que establece como requisito para el alumnado el realizar de forma autónoma un recorrido de sendero cumpliendo normas de seguridad básicas y mostrando una actitud de respeto hacia la conservación del entorno en el que se lleva a cabo la actividad. El alumnado será capaz de realizar el recorrido de forma autónoma cumpliendo unas normas de seguridad básicas como llevar una indumentaria adecuada, seguir el sendero y contar con todo el material necesario para completar el recorrido. También se evaluará la capacidad de usar recipientes donde depositar los residuos producidos durante la marcha, o cómo evolucionar por terrenos sin perjudicar la flora y la fauna del entorno.

Tercer curso, dentro del bloque 4, se habla de normas de seguridad para la realización de recorridos de orientación en el medio urbano y natural, recorridos de orientación, a partir del uso de elementos básicos de orientación natural y de la utilización de mapas. Y todo ello aceptando las normas de seguridad y protección en la realización de actividades de orientación.

El referente en la evaluación es el criterio 7 donde describe que el/la alumno/a deberá completar una actividad de orientación, preferentemente en el medio natural, con la ayuda de un mapa y respetando las normas de seguridad. Se pondrá en juego la capacidad del alumnado para completar una actividad en la que deberá orientarse con la ayuda de un mapa y si se considera pertinente, con la ayuda de otros métodos de orientación, atendiendo a las medidas de seguridad en relación sobre todo a la ropa y calzado adecuado, a la hidratación, al uso de mapas, etc. Cada centro elegirá el espacio para realizar la actividad en función de sus instalaciones y su entorno, priorizando el hecho de llevar a cabo dicha actividad en un entorno natural.

Cuarto curso, donde destaca el bloque 2 de Juegos y Deportes, ya que dentro del mismo se valorará éstos como actividades físicas de ocio y tiempo libre. En el Bloque 4 de Actividades en el medio natural, se buscará la relación entre la actividad física, la salud y el medio natural; la participación en la organización de AFMN de bajo impacto ambiental, en el medio terrestre o acuático; la realización de las actividades organizadas en el medio natural y la toma de conciencia del impacto que tienen algunas actividades físico-deportivas en el medio natural.

Dentro de la enseñanza de la Educación Física, las AFMN se pueden concebir como uno de los referentes en el grupo de los contenidos interdisciplinarios, ya que en ellos se pueden conjugar multitud de contenidos de otras áreas curriculares, y multitud de contenidos propios del área de Educación Física. Así pues, dentro de nuestra área, a través de las Actividades en la Naturaleza, podemos trabajar todos y cada uno de los bloques de contenidos tanto de la Educación Primaria como Secundaria. En la Naturaleza con la adquisición de los contenidos propios de estos bloques temáticos se pueden conseguir otros relacionados con la Condición Física, los juegos populares del lugar, la expresión corporal libre, deportes adaptados al medio y sobre todo de Educación para la Ciudadanía y los Derechos Humanos.

3. Contribución de las Actividades Físicas en Medio Natural a la Educación para la Ciudadanía y los Derechos Humanos

De la gran variedad de formas culturales en las que ha derivado la motricidad, el deporte es una de las más aceptadas y difundidas en nuestro entorno social, donde los deportes colectivos empiezan a dejar paso a otros como el montañismo, senderismo, trekking y escalada, los cuales comienzan a gozar de una importancia considerable. Tanto es así

que, como ponen de manifiesto los estudios de García Ferrando (2000), estos deportes han incrementado tanto sus posiciones relativas en la ordenación de actividades físico-deportivas más practicadas, como el número total de practicantes, ya que de representar un 4% en 1990 se ha triplicado su porcentaje en 2000, llegando hasta un 13%. Esto ha llevado consigo también un cambio en las motivaciones para la práctica de este tipo de actividades físicas (Elias y Dunning, 1992; Feixa, 1995; Granero, 2005), en donde los deportes de aventura y el turismo deportivo o rural comienzan a adquirir gran protagonismo. Con ello, la complejidad del fenómeno deportivo exige en el currículo una selección de aquellos aspectos que motiven y contribuyan a la formación del alumnado, tanto desde la perspectiva del espectador como desde la de quienes los practican. Asimismo, el área de Educación Física contribuye de forma esencial al desarrollo de la *competencia social y ciudadana*.

El cumplimiento de las normas que rigen las AFMN colabora en la aceptación de códigos de conducta para la convivencia, sobre todo porque en muchas ocasiones son diseñadas para favorecer la interacción social, la cohesión grupal y la asunción y respeto de roles dentro de un mismo equipo. En contraposición, cuando las actividades físicas competitivas generan conflictos entre el alumnado, disponemos en este caso del mejor momento para establecer una negociación entre ellos mismos, basada en el diálogo, como medio para su resolución (Real Decreto 1537/2006).

Las actuaciones del profesorado sobre el **marco de la organización escolar** es otro aspecto a destacar. Con esto nos queremos referir a las posibles intervenciones que cualquier centro educativo puede diseñar para compensar y nivelar la participación equitativa. Las decisiones vamos a situarlas en diversas categorías que expresan los diferentes **ámbitos** protagonistas en la organización escolar:

- **Actuaciones sobre el currículo**, reorientando los objetivos, contenidos, y demás elementos de nuestras programaciones de aula. El currículo es otro de los campos donde es necesario concretar actuaciones de carácter cívico y democrático.

- **Actuaciones sobre los recursos educativos**, evitando materiales que puedan ir en contra del sexismo, la intolerancia, etc.

Haciendo referencia al profesorado, su colaboración en la consecución de los contenidos de educación para la ciudadanía y los derechos humanos lo puede hacer desde varias perspectivas. Así pues, desde el diseño curricular podemos hablar de diferentes procedimientos que podrían sintetizarse en los siguientes:

- Cuando vamos a introducir, fundamentar, explicar o desarrollar oralmente una tarea de enseñanza-aprendizaje de AFMN, debemos usar un lenguaje no discriminatorio, cívico y democrático. De esta forma, se evitará la transmisión de estereotipos y roles de género.

- Cuando dentro de los libros escolares utilizamos un tema de AFMN que es apropiado para la Unidad Didáctica que estamos llevando a cabo, debemos vigilar que los libros de texto usen lenguaje cívico y acorde a los ideales que queremos transmitir, evitando las imágenes de violencia, etc.

Las características de la Educación Física, sobre todo las relativas al entorno en el que se desarrolla y a la dinámica de las clases, la hacen propicia para la educación de habilidades sociales, cuando la intervención educativa incide en este aspecto. Las actividades físicas, y en especial las que se realizan colectivamente, constituyen un medio eficaz para facilitar la relación, la integración y el respeto, a la vez que contribuyen al desarrollo de la cooperación y la solidaridad (Real Decreto 1537/2006). Todas las relaciones sociales, así como la asunción de roles y la propia autonomía y los derechos y responsabilidades de cada uno, se sitúan dentro de las AFMN con un marcado carácter educativo, puesto que es en el medio natural, donde se dieron por primera vez estos contenidos en los albores de la humanidad. En esta línea, destacar los numerosos autores que han investigado y concluyen afirmando las grandes posibilidades que las AFMN presentan en la mejora de las relaciones sociales (Attarian, 1996; Carratalá Deval, García y Carratalá Sánchez, 1998; Carratalá, 1995; Ewert, 1989; Feito y Corsino, 2003; Granero, 2005; Granero, Ruiz Juan y García Montes, 2005; Lagardera, 1995; Maffesoli, 1990; Sánchez Igual, 2005; Wold y Anderssen, 1992).

Venero (2007) afirma por tanto, que las AFMN pueden ayudar a educar en contravalores y en valores, ya que éstos no son transmitidos por las prácticas deportivas en sí mismas, siendo necesario una profunda reflexión sobre nuestra actuación docente.

Cuando enseñamos a nuestros/as pupilos/as contenidos de AFMN, estamos enseñando, ya no sólo para el primer tiempo pedagógico, sino que también para el segundo y tercer tiempo pedagógico de los/as alumnos/as, que puede ser tan importante como el primero. Enseñamos senderos, parajes, juegos en el medio natural, . . . es decir, contenidos que ayudan a fomentar el aprendizaje a lo largo de toda la vida. Esto implica ante todo, que la AFMN proporciona a los/as jóvenes una educación completa, que abarca los conocimientos y las competencias básicas que resultan necesarias en la sociedad actual, permitiéndoles desarrollar los valores que sustentan la práctica de la ciudadanía democrática, la vida en común y la cohesión social, estimulando en ellos y ellas el deseo de seguir aprendiendo y la capacidad de aprender por sí mismos.

Fijándonos en el Real Decreto 1513/2006, uno de los objetivos propuestos para esta área es *tomar conciencia de la situación del medio ambiente y desarrollar actitudes de responsabilidad en el cuidado del entorno próximo*. Estas prácticas, ayudan a que los/as alumnos/as conozcan, respeten y cuiden el medio natural, contribuyendo por tanto a la formación ciudadana. Diversos autores, nos hablan de los valores ecológicos y medio ambientales de estas actividades, como Rivas (1999) o Sánchez Igual (2005). Este objetivo de área, nos expresa la gran relación que existe entre la Educación para la Ciudadanía y los Derechos Humanos y las AFMN.

Otra referencia aportada desde la LOE, en su Capítulo 1 de Principios y Fines de la educación, artículo 1 de Principios, se recoge que el sistema educativo español, configurado de acuerdo con los valores de la Constitución y asentado en el respeto a los derechos y libertades reconocidos en ella, se inspira en diferentes principios, entre los que señalamos el siguiente:

«c) *La transmisión y puesta en práctica de valores que favorezcan la libertad personal, la responsabilidad, la ciudadanía democrática, la solidaridad, la tolerancia, la igualdad, el respeto y la justicia, así como que ayuden a superar cualquier tipo de discriminación*».

Las relaciones interpersonales que se generan alrededor de la AFMN permiten incidir en la asunción de valores como el respeto, la aceptación o la cooperación, transferibles al quehacer cotidiano, con la voluntad de encaminar al alumnado a establecer relaciones constructivas con las demás personas en situaciones de igualdad (Real Decreto 1513/2006).

Las AFMN ayudan a aprender a convivir, fundamentalmente en lo que se refiere a la elaboración y aceptación de reglas para el funcionamiento colectivo, desde el respeto a la autonomía personal, la participación y la valoración de la diversidad.

La igualdad, la democracia y el civismo, deben surgir como propuesta clave para encauzar la intervención educativa dentro de las AFMN, y esto mediante un enfoque que viene a denominarse coeducación. Pero debemos de asumir, con respecto al término «igualdad» que nos interesa, si queremos cumplir con la meta coeducativa, el que hace referencia a la igualdad de oportunidades (Vázquez, 1996, p.335). Ello nos va a suponer diseñar y elaborar tareas donde los alumnos, tanto chicas como chicos, sean capaces de conseguir y obtener el éxito. De nada vale organizar una gymkhana con pruebas y distancias donde prime la fuerza física, la velocidad y las actividades y deportes más masculinizadas; por lo que debemos tener en cuenta la diversidad del/la alumno/a, tanto a nivel de género como social, económico y cultural, aportando propuestas lúdicas acordes a todos, para que el éxito sea del grupo completo y no sólo de unos pocos.

En Primaria, a través de las AFMN, y de acuerdo con enfoques psicológicos y pedagógicos, además de consolidar hábitos (de actividad física, de cuidado del medio, . . .) se acentúa la capacidad de ir construyendo unos criterios propios de juicio y acción, comportamientos responsables, respeto a las creencias y valores de los demás, y a poner su puntos de vista en el lugar de los demás. Dimensiones transversales como creación de actitudes de rechazo de cualquier discriminación, de

defensa, de conservación y mejora del medio ambiente, salud y calidad de vida, igualdad entre los sexos, etc., son igualmente objetivos relevantes de toda la etapa para ir realizando a través de las AFMN en el área de Educación Física.

En Secundaria, es preciso partir de la idea de que los/as docentes, son especialistas en las áreas. La división por departamentos representa una cultura profesional propia de estos centros. Un problema para el desarrollo curricular de estos contenidos, que se suele señalar entre el profesorado, es plantear nuevas temáticas ricas educativamente, sin contemplar espacios y tiempos específicos para ello, que está asignados a las áreas y materias disciplinares.

La enseñanza de cualquier contenido (conceptual, actitudinal o procedimental), genera una valoración (en el sentido más elemental de provocar reacción afectiva/emotiva, opinión o evaluación subjetiva) en el/la alumno/a o grupo/clase que, a su vez, crea actitudes hacia el objeto de enseñanza. Pero en estos casos enseñar unos contenidos, entre los que destacan la AFMN genera unas reacciones hacia lo que se enseña:

- Primero, porque es evidente que el medio natural es fuente primera e indispensable de la vida humana y todos debemos cuidarla.

- La actividad física por sí sola es productora de salud y bienestar, ayuda a la catarsis y al hedonismo. Todo esto es aún mayor si se lleva a cabo en el medio natural, que tal y como vemos en la actualidad, existe cada día más la moda de escaparse a la naturaleza como forma de renovarse, de ser mejor y estar mejor consigo mismo y con los demás.

Veamos por tanto algunos ejemplos, desde y cómo podemos trabajar la Educación para la Ciudadanía y los Derechos Humanos desde la AFMN:

- **Orientación:** Ayuda a trabajar la autonomía de los/as alumnos/as al tener que tomar sus propias decisiones y la responsabilidad de acertar o errar en cada recorrido, punto de control, etc. En la creación de mapas de orientación (Bocanegra y Villanueva, 2003), este deporte contribuye a que los alumnos/as sean conscientes, acepten y respeten la realidad física/social de su entorno, a diferencia de otras más o menos privilegiadas.

- **Juegos en la naturaleza:** Nos podrán ayudar a que los/as alumnos/as reconozcan las diferencias de sexo, identificando las desigualdades entre mujeres y hombres. El elenco tan enorme de juegos en la naturaleza ayuda a trabajar contenidos de respeto, tolerancia, solidaridad, justicia, cooperación y cultura de la paz.

- **Acampada:** Durante una acampada se aplican valores cívicos debido a las situaciones de convivencia. Ayudan a desarrollar actitudes de comprensión y solidaridad y valoración del diálogo para solucionar los problemas de convivencia y los conflictos de intereses en la relación con las demás personas.

- **Carreras de orientación** por equipos, raids de aventura, gymkhanas y pruebas grupales, ayudan a trabajar la responsabilidad en el ejercicio de los derechos y los deberes individuales, puesto que tendrán que asumir roles y respetarlos.

Cuando planteamos a los/as alumnos/as tareas de orientación, trepa o ejecuciones técnicas con la bicicleta todo terreno, estamos proponiendo a nuestros discentes situaciones dirigidas a la adquisición de ciertas habilidades motrices donde ellos mismos aprenderán a asumir las diferencias así como las posibilidades y limitaciones propias y ajenas. Cuando varios alumnos/as se enfrentan a dos vías de escalada con graduación diferente, el enfrentamiento de uno mismo con sus propias posibilidades ayuda al/la alumno/a a conocerse mejor y a conocer y respetar a los/as demás y a sus limitaciones, tanto si son mejores como si son peores.

El/la docente, además, puede **adoptar medidas de acción positiva**, que ayuden a tomar y adoptar los valores cívicos. Significa idear fórmulas que sirvan para compensar aquellas desigualdades que se producen en el sistema educativo. Son medidas que suponen un **tratamiento preferencial transitorio** que tiene como finalidad compensar los efectos de la discriminación pasada y presente. Por ejemplo, en ocasiones dentro de una clase existe algún alumno/a con discapacidad, como puede ser la ceguera o la ambliopía. Situándonos en el caso más

complejo, un alumno/a con ceguera total, podríamos pensar que a la hora de trabajar contenidos de AFMN nos podría resultar difícil adaptarlos. Pues bien, cuando vamos a trabajar contenidos de orientación, y una persona ciega participa dentro de un grupo, podría ser buena opción que fuera ésta la encargada del manejo del mapa y de la orientación del grupo, entre otros. De esta forma, si optamos por elaborar un mapa en sobrerrelieve, observaremos como este/a alumno/a invidente es capaz de recordar en su memoria más fielmente el mapa y los puntos de control que el resto de compañeros. Por lo cual, podría ser un buen aliado para este tipo de prácticas, ayudando a valorar cívicamente su discapacidad dentro del grupo y viéndolo como un componente más del grupo.

Cuando interactuemos con nuestros alumnos y alumnas para presentarles los contenidos de enseñanza que queremos trabajar con el senderismo (por ejemplo), los cuales van a servir para conseguir las intenciones de aprendizaje, tendremos en cuenta que no existe un estilo ideal y único para favorecer la igualdad. Y en consecuencia, el o la docente, independientemente del método o de la combinación de métodos utilizados, considerará ciertas pautas de acción, con sentido cívico y democrático, incardinables en cualquiera de los modelos defendidos desde una posición teórica. Estas pautas, seguidas para evitar posibles sesgos sexistas, podrían ser las siguientes:

- Dirigimos con el mismo tono y léxico a los niños y niñas en cuanto a alabanzas, explicaciones, refuerzos...

- Propiciar diferentes agrupaciones y valorar los trabajos cooperativos dentro de las tareas propuestas.

- Para la resolución de problemas, el maestro o la maestra intentarán conocer por igual los intereses y motivaciones de los niños y niñas y proponer problemas que sean significativos para unos y otros.

- Los métodos o estilos que fomentan la individualización serán más susceptibles de proporcionar un aprendizaje menos discriminatorio al centrarse en las características personales de los alumnos y alumnas.

Cualquier método o estilo de enseñanza es susceptible de reforzar los contenidos de la ciudadanía y los derechos humanos. Siempre los métodos individualizados serán más acordes para proporcionar un aprendizaje menos discriminatorio al centrarse en las características de los/as alumnos/as, pero no favorece la interrelación entre los discentes.

Esto vendrá enfocado a la mayor parte de las actividades y tareas propuestas por el/la docente, donde buscará, cuando utilice ciertos estilos de enseñanza donde intervengan las opiniones de los/as alumnos/as, la dignidad de todas las personas, del respeto al otro aunque mantenga opiniones y creencias distintas a las propias, de la diversidad y los derechos de las personas. Por ello, las AFMN son los contenidos claves para trabajar de forma transversal esta nueva área curricular: cuando formamos grupos de carreras de orientación, cuando nos desplazamos por un sendero, cuando montamos nuestra tienda de campaña, cuando diseñamos nuestro recorrido, etc.

En cuanto a la organización del grupo-clase los/as educandos/as suelen conjuntarse, espontáneamente, por sexos y en la mayoría de las situaciones, sin contribuir a los principios básicos de la ciudadanía y el civismo. Si no actuamos para dirigir estos agrupamientos terminarán por reforzarse y convertirse en grupos estables para cualquier tipo de actividad. Cuando se organicen juegos en el medio natural, talleres, gymkhanas, u otro trabajo por equipos, se deben evitar estas agrupaciones. Así, Contreras (1998, p.124) propone que para conseguir una mayor integración entre alumnos y alumnas, la siguiente estrategia: *conformar grupos mixtos por el nivel de habilidad y destreza, sin que esto suponga una restricción a otras formas de organización que sean aconsejables en cada momento*. No obstante, Prados (1999, p.154) sugiere que el hecho de utilizar grupos mixtos no garantiza la igualdad de participación, motivación, interés o tratamiento no-sexista en las prácticas escolares; apunte que ha de suponer un incremento en nuestra reflexión como docentes.

Durante la evaluación de los contenidos de AFMN es necesario evaluar con técnicas que no sean simplemente cuantitativas (Vázquez, 1996). La evaluación ha de hacerse con respecto a los logros personales, no con arreglo a una norma o marca prefijada y establecida de antemano.

Tal procedimiento cuantitativo, en Educación Física, puede convertirse en una evaluación discriminatoria, sobre todo si se hace en términos de rendimiento, ya que alumnos y alumnas suelen partir de situaciones diferentes. Igualmente, una referencia normativa en la evaluación puede suponer un refuerzo negativo para la autovaloración y motivación futura hacia la actividad física de las alumnas.

A modo de ejemplo, algunos medios que podríamos utilizar para evaluar actitudes dentro de las AFMN podrían ser (Bolívar, 1998, p.221):

1. Métodos observacionales:
 - a. Escalas/pautas de observación.
 - b. Listas de control.
 - c. Registro anecdótico.
 - d. Diario de clase: profesor/a y alumno/a
2. Escalas y autoinformes:
 - a. Escalas de actitudes.
 - b. Sociometría.
3. Análisis de las producciones de los alumnos/as:
 - a. Cuaderno de trabajo.
 - b. Actividades en el aula.
 - c. Trabajos específicos. Investigaciones, informes, ampliaciones o disertaciones.
4. Análisis del desarrollo y resolución de problemas:
 - a. Entrevistas.
 - b. Intercambios verbales en el aula.
 - c. Debates, asambleas y puestas en común.
 - d. Dilemas morales y resolución de problemas.
 - e. Relatos/historias de vida.
5. Actividades de aprendizaje:
 - a. Comprensión de contenidos y aplicación de procedimientos
 - b. Lectura crítica de textos y cuestionarios de la vida cotidiana.
6. El centro escolar como principal contexto de educación y evaluación:
 - a. Evaluación del ambiente de aula y clima del centro.
 - b. Un proceso de autorrevisión/autoevaluación por un equipo docente del desarrollo de una acción conjunta en cuestiones transversales.

4. Conclusión

La Educación para la Ciudadanía y los Derechos Humanos, no es nada nuevo en el sistema educativo actual, sino que ya se presentaba en las leyes orgánicas anteriormente aprobadas, establecida desde la perspectiva de un contenido transversal. Previo a la Ley Orgánica 2/2006, en Andalucía, se aprobó la Orden de 19 de diciembre de 1995, por la que se establecía el desarrollo de la Educación en Valores en los Centros Docentes (B.O.J.A. de 20 enero de 1996). Se entendían como temas en valores la Educación Moral y Cívica, la Educación para el Desarrollo, la Educación para la Paz, la Educación para la Vida en Sociedad y para la Convivencia, la Educación Intercultural, la Coeducación, la Educación Ambiental, la Educación para la Salud, la Educación Sexual, la Educación del Consumidor y la Educación Vial, entre otros.

En nuestra opinión, la Educación para la Ciudadanía y los Derechos Humanos se debe trabajar desde el tratamiento globalizado propuesto desde la LOGSE y por las posteriores leyes orgánicas. Así pues, las ideas pedagógicas de englobar el máximo de contenidos e interrelacionar interdisciplinariamente las unidades didácticas hace necesario potenciar desde el currículum la educación para la ciudadanía, siendo el mejor ejemplo las AFMN desde el área de Educación Física.

Como hemos podido comprobar, las posibilidades educativas de estas actividades son cada vez mayores, puesto que cada vez se descubren y utilizan nuevos métodos y modelos de trabajo enfocados a los valores personales y sociales, a la autonomía y responsabilidad, al reconocimiento de las diferencias de sexo, al respeto y la tolerancia, y en definitiva, a la Educación para la Ciudadanía y los Derechos Humanos.

5. Bibliografía

- Attarian, A. (1996). Integrating Values Clarification into Outdoor Adventure Programs and Activities. *The Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 67 (8), 41-44.
- Bárcena, F. (1997). *El oficio de la ciudadanía. Introducción a la educación política*. Barcelona: Paidós.
- Bocanegra, C. & Villanueva, A. (2003). Pautas para la elaboración de mapas de orientación de centros escolares y de jardines. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 6, 21-25.
- Bolívar, A. (1998). *Educación en valores. Una educación de la ciudadanía*. Sevilla: Junta de Andalucía.
- Camerino, O., Miranda, J. & Pigeassou, C. (1995). La actividad física y el ocio. Análisis de mercado y planificación de la formación. *Revista Española de Educación Física y Deportes*, 2(1), 34-39.
- Canales, I. & Perich, M. J. (2000). Las emociones en la práctica de las actividades físicas en la naturaleza. *Lecturas Educación Física y Deportes, Revista Digital* [en línea], 23 (5). Buenos Aires. Disponible en: <http://www.efdeportes.com> [Consulta: 2005, 23 de junio].
- Carratalá Deval, V. (1995). *La influencia de los agentes sociales en la participación deportiva en la adolescencia*. Tesis Doctoral, Universidad de Valencia, Valencia.
- Carratalá Deval, V., García Ferriol, A. & Carratalá Sánchez, E. (1998). Análisis de las diferencias por género y grupo en los factores de los iguales relacionados con la práctica deportiva. *Revista de Psicología del Deporte*, 2, 283-293.
- Contreras, O. (1998). *Didáctica de la E.F. Un enfoque constructivista*. Barcelona: Inde.
- Cortina, A. (1997). *Ciudadanos del mundo. Hacia una teoría de la ciudadanía*. Madrid: Alianza.
- Elias, N. & Dunning, E. (1992). *Deporte y ocio en el proceso de civilización*. México D.F.: FCE.
- Ewert, A. (1989). *Outdoor Adventure Pursuits: Foundations, Models and Theories*. Columbus Ohio: Publishing Horizons, INC.
- Feito Blanco, J. J. & Corsino Fernández, J. (2003). Los deportes de aventura en el área de Educación Física. En: M. J. Mosquera González, V. Gambau i Pinasa, R. Sánchez Martín & X. Pujadas i Martí (comps.), *Deporte y postmodernidad. VII Congreso de la AEISAD* (pp. 599-602). Madrid: L. D. Esteban Sanz.
- Feixa, C. (1995). La aventura imaginaria. Una visión antropológica de las actividades físicas de aventura en la naturaleza. *Apunts: Educación Física y Deportes*, 41, 36-43.
- García Ferrando, M. (1991). *Los españoles y el deporte (1980-1990). Un análisis sociológico*. Madrid: Ministerio de Educación y Ciencia. C.S.D
- García Ferrando, M. (1996). *Las prácticas deportivas de la población española 1976-1996. Los retos de las ciencias sociales aplicadas al deporte*. Pamplona: AEISAD. Investigación social y deporte nº 2.
- García Ferrando, M. (2001). *Los españoles y el deporte: prácticas y comportamientos de la última década del siglo XX. Encuesta sobre los hábitos deportivos de los españoles, 2000*. Madrid: Ministerio de Educación y Cultura. Consejo Superior de Deportes.
- Gomà i Freixanet, M. & Wismeijer, A. A. J. (2002). Applying personality theory a group of police bodyguards: a physical risky prosocial prototype. *Psicothema*, 14 (2), 387-392.
- Granero Gallegos, A. (2005). *Expectativas y vivencias en la actividad físico-deportiva del peregrino. Un antes y un después en el Camino de Santiago*. Almería: Universidad de Almería. Servicio de Publicaciones. (Colección Tesis Doctorales, nº 185).
- Granero Gallegos, A., Ruiz Juan, F. & García Montes, M. E. (2005). El Camino de Santiago, una actividad física de recreación y formación para los jóvenes. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 7, 7-13.
- Lagardera, F. (1995). El sistema deportivo: dinámica y tendencias. *Revista Española de Educación Física*, 61.
- Lauterborn, D. (2002). Nuevas tendencias en las prácticas deportivas de la juventud en Europa. *Lecturas Educación Física y Deportes, Revista Digital* [en línea], 49. Buenos Aires. Disponible en: <http://www.efdeportes.com> [Consulta: 2007, 12 de febrero].
- Ley Orgánica de Educación del 2/2006 de 3 de Mayo (BOE num. XXXX de 4 de mayo de 2006).
- M.E.C. (1994). *Centros educativos y calidad de enseñanza. Propuesta de actuación*. Madrid: Autor.
- Maffesoli, M. (1990). *El tiempo de las tribus*. Barcelona: Icaria.
- Orden de 19 de diciembre de 1995, por la que se establece el desarrollo de la Educación en Valores en los Centros Docentes de Andalucía (BOJA núm. 9 de 20 de enero de 1996).
- Pinos, M. (1997). *Actividades y juegos de Educación Física en la naturaleza. Guía Práctica*. Madrid: Gymnos.
- Prados, E. (1999). El ánimo y el ánimos de la EF. La Educación Física en la Escuela. *Revista Conceptos de Educación*, (6), 14-22.
- Puig, J. (1996). *La construcción de la personalidad moral*. Barcelona: Paidós.
- Real Decreto 1513/2006, de 7 de diciembre, por el que se establecen las enseñanzas mínimas de la Educación Primaria (BOE núm. 293 de 8 de diciembre de 2006).
- Real Decreto 1631/2006, de 29 de diciembre, por el que se establecen las enseñanzas mínimas de la Educación Secundaria Obligatoria (BOE núm. 5 de 5 de enero de 2007).
- Rivas, J. M. (1999). *Intervención educativa desde la Naturaleza. Recursos y Técnicas para el animador*. Madrid: CSS.
- Sánchez Igual, J. E. (2005). *Actividades en el Medio Natural y Educación Física*. Sevilla: Wanceulen.
- Vázquez, M. (1996). *Educación Física y Coeducación. Personalización en la Educación Física*. Madrid: Rialp.
- Venero, J.P. (2007). La clase de Educación Física como motor de cambio social. Reflexionando sobre actividades en la naturaleza, curriculum oculto y valores. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 11, 51-53.
- Wold, B. & Anderssen, N. (1992). Health promotion aspects of family and peers influences on sport participation. *International Journal of Sports Psychology*, 23, 4, 343-359.
- Zuckerman, M. (1988). Behavior and Biology: Research on Sensation Seeking and Reactions to the Media. En: *Communication, Social Cognition and Affect* (pp. 173 - 194). Hillsdale NJ: Erlbaum.

