

MARCO CONCEPTUAL DE LAS ACTIVIDADES FÍSICAS EN EL MEDIO NATURAL COMO RECURSO EDUCATIVO DEL SIGLO XXI

Israel Caraballo Vidal
Profesor Sustituto Interino Universidad de Cádiz
israelcaraballo80@yahoo.es

Pablo Camacho Lazarraga
Profesor Asociado Centro Universitario San Isidoro (Sevilla).
pcamacholazarraga@gmail.com

Resumen

Las características y variedad de las actividades físicas en el medio natural le otorgan una gran versatilidad que les permiten adaptarse de forma personalizada a cada una de las diferentes exigencias o preferencias de los participantes. Para una mejor comprensión, categorización y desarrollo de este tipo de actividades, es necesario el establecer de forma precisa los conceptos que las definen. Y siendo aún más necesario cuando queremos enmarcarlas dentro de un contexto educativo. Son muchas las formas en las que pueden ser definidas según diferentes autores u organizaciones, pero conclusión podemos decir que es el concepto de actividades físicas en el medio natural aquel que de forma más precisa engloba todas las características y variedades de actividades que podemos realizar en el entorno natural.

Abstract

The characteristics and variety of physical activities in the natural environment give it great versatility that allows them to adapt in a personalized way to each of the different demands or preferences of the participants. For a better understanding, categorization and development of this type of activities, it is necessary to establish in a precise way the concepts that define them. And being even more necessary when we want to frame them within an educational context. There are many ways in which they can be defined according to different authors or organizations, but we can conclude that it is the concept of physical activities in the natural environment that more precisely encompasses all the characteristics and varieties of activities that we can perform in the natural environment.

Palabras clave: actividad física – medio natural – educación – naturaleza - deporte

Key words: physical activity – natural environment – education – wild - sport

1.- LA NATURALEZA COMO CONTEXTO PARA LA REALIZACIÓN DE ACTIVIDADES DEPORTIVAS

La naturaleza (medio natural) nos ofrece un marco privilegiado en el que poder desarrollar una gran variedad de actividades físicas y deportivas como pueden ser la escalada, senderismo, descenso de barrancos, rafting, etc. Sin embargo, según Castillo y Almonacid (2012) es necesario el establecer las diferencias entre las actividades en el medio natural y las “transportadas” (aquellas que pueden realizarse de forma puntual en el medio natural pero que su lugar habitual es el gimnasio, piscina, sala o polideportivo). Esta diferenciación es necesaria ya que las actividades del medio natural tienen identidad propia. Por ejemplo, será muy diferente el que unos niños jueguen al “escondite” en un gimnasio a que lo hagan en un bosque. En el bosque se ha de tener en cuenta la vegetación, el viento, posibilidad de lluvia, la orografía, etc. Su realización en este último lugar condicionará el tipo de respuesta motriz y también va a influenciar en el tipo de aprendizaje adquirido.

Las actividades realizadas en el medio natural van a tener la incertidumbre (carácter cambiante) como principal rasgo diferenciador y definitorio, porque en este entorno van a existir variables que pueden cambiar a lo largo del desarrollo de la actividad.

En cuanto a su denominación, estas suelen ser reconocidas como actividades físicas en el medio natural (AFMN), aunque también pueden referirse a ellas como Actividades físico-deportivas en la naturaleza (ASCASO, 1996).

El objetivo principal y definición de este tipo de estas actividades podemos decir que es el realizar desplazamientos y conductas individuales o colectivas hacia un fin cercano o próximo mediante la utilización o lucha con elementos que van constituir el entorno físico. Este concepto de entorno físico hace referencia a la naturaleza en todo su conjunto (Guillén, Lapetra y Casterad, 2000).

Castillo (2011) define las AFMN como actividades que utilizan biogeoestructura para su desarrollo en el entorno natural de forma específica y

atendiendo a la relación indisociable hombre-naturaleza según términos holísticos. Es una interacción constante del participante con el medio y en la que debemos potenciar la visión de integración del hombre en la naturaleza. Con esto, conseguiremos que el participante adquiera unos ideales de protección y respeto de la naturaleza en el que será un miembro más de ese contexto.

2.- LAS ACTIVIDADES EN UN ENTORNO NO NATURAL

Son aquellas actividades que podemos realizar en el centro educativo y cuyo objetivo es reproducir, dentro de las posibilidades, las características del medio natural en un entorno artificial.

Debido a la imposibilidad de estar realizando constantes salidas al medio natural, debemos plantear el adaptar esas actividades a las instalaciones que dispongamos en nuestro centro educativo. En este proceso de adaptación, se ha de tener especial cuidado en no romper la identidad de la actividad, manteniendo en la mayor medida que nos sea posible sus características propias.

Algunos ejemplos de las actividades que podemos desarrollar y adaptar a nuestras instalaciones son: escalada (rocódromo), orientación (brújula y gps), senderismo (interpretación mapas) y acampada (montaje de tiendas).

Se han de tener en cuenta que es necesario de una mayor implicación y organización por parte del docente. En primer lugar porque se ha de partir con unos conocimientos y recursos necesarios para poder impartir los contenidos relacionados con las AFMN. Por tanto, el docente se ha de preocupar de mantener actualizada su formación en el área que quiera trabajar en ese momento. Por otro lado, se han de producir una transferencia y adaptación de esos conocimientos a los diferentes espacios de los que se disponen, además de aquellos que se desarrollan en el medio natural. Puede llegar a ser un proceso complejo, pero es muy importante que se lleven a cabo ya que cuanto mejor organizadas estén estas actividades, mayores posibilidades de vivenciarlas tendrán nuestros alumnos.

En esta adaptación de contenidos y recursos, debemos evitar en todo momento centrarnos en el plano físico y deportivo, porque de lo contrario, el espacio que utilicemos será sólo un escenario donde realizar la actividad y

como consecuencia, se perderá el valor educativo al separar los componentes que dan identidad a ese contenido (actividad física/medio natural) (Santos, 2000).

3.- MARCO CONCEPTUAL DE LAS AFMN

Son muchas las formas con las que son denominadas las actividades físicas y deportivas que se desarrollan en la naturaleza, aunque desde nuestra perspectiva, y en base a la bibliografía consultada, el término más acertado sería AFMN.

Como hemos comentado, existe una gran diversidad de conceptos pero según Parra (2001), éstos pueden ser englobados bajo dos criterios principales:

- a) Según el lugar donde se desarrolla la actividad (medio natural).
- b) Atendiendo a las características de la práctica.

Para desarrollar los apartados 3.1.2 y 3.1.3 nos basaremos en la clasificación realizada por Arribas (2008) en su trabajo de investigación sobre las AFMN.

3.1.- Denominación según el medio natural en el que se realiza la actividad

- Actividades Físicas en el Medio Natural. A través del medio natural se pretende fomentar en los participantes: la sensibilización, el conocimiento, el respeto, el disfrute, la participación, la creatividad, la socialización, la autonomía y la responsabilidad en actividades en grupo. (Real Decreto 1631/06 de 29 Diciembre).
- Actividades al Aire Libre. Muy utilizado en nuestro país y cuyo origen podemos situarlo en la cultura francesa (plan air).
- Actividades en la naturaleza. Reemplaza al término anterior y destaca la idoneidad de este medio por su carácter educativo.
- Actividades deportivas en el medio natural. Viene recogida en la Ley 5/2016, de 19 de Julio, del Deporte de Andalucía para la regulación de actividades en este medio de una manera sostenible y compatible. El medio natural es considerado como

una instalación deportiva no convencional cuando son utilizadas para practicar algún deporte.

- Outdoor adventure recreation (Ewert, 1985). Son actividades que suponen un reto tanto emocional como físico y donde el riesgo forma un componente principal (puede ser real o aparente).
- Deportes tecno/ecológicos. La naturaleza y tecnología se unen para dar lugar a la mejora y ampliación de la práctica en seguridad, estética y vistosidad (Laraña, 1986).
- Actividades de desafío en la naturaleza. Destaca la forma en la que el hombre se enfrenta a los desafíos naturales que le impone esa actividad (Porgen, 1979).
- Actividades deslizantes de aventura, Deportes “Glisse”, Deporte LIZ. Las diferentes formas de energías en la naturaleza son utilizadas como forma de propulsión (León y Parra, 2001).

3.2.- Denominación según las características de las AFMN

- Actividades físicas de aventura en la naturaleza. Para Olivera (1995), estas actividades tienen como identidad común el placer, la naturaleza, la emoción, la diversión, la aventura y la cooperación. Además de no existir en ellas distinción por la edad, sexo o nivel. Este término fue utilizado durante la etapa postindustrial de la sociedad del siglo XIX.
- Nuevos deportes. Este concepto surge en la década de los años ochenta y fue utilizado para determinar emergentes y diferentes formas de actividades deportivas en el medio natural sobre todo del tipo deslizamiento.
- Deportes de aventura. A diferencia del deporte convencional, en esta modalidad prima la búsqueda de incertidumbre.
- Deportes en libertad. Pretenden el estar aisladas a cualquier tipo de reglamentación e institucionalización.
- Deportes Californianos. Son modalidades deportivas deslizantes por tierra, mar o aire en la naturaleza, a través de recorridos que añaden cierta incertidumbre y riesgo.

- Deporte salvaje. Lo caracterizan el ser natural, abierto, libre, ausencia de reglamentación e institucionalización, no tiene determinado un espacio fijo y no existen horarios.
- Deportes extremos. Su objetivo es la búsqueda de la acción más complicada y donde el riesgo es su principal factor diferenciador.
- Deportes “Fun”. Su seña de identidad es la diversión. Se afianzó sobre todo en deportes de deslizamiento en agua como el windsurf y surf durante la década de los años noventa.
- Deportes adaptados al medio natural urbano. Consisten en intentar recrear las situaciones del entorno natural en el medio urbano con el fin de acercar estas actividades a la población. Permiten el tener un mayor control del entorno y facilitan el aprendizaje de la actividad (Burgueño, López y García, 2012).
- Actividades deportivas de esparcimiento y turísticas de aventura. Combina el turismo y la recreación. Son actividades que permiten en el desarrollo del turismo de la zona o región, desarrolladas en la naturaleza y en las que existe un cierto factor de riesgo controlado.

Con intención de englobar este último concepto de turismo activo o actividades de aventura, el Consejo Superior de Deportes (2002) incorpora el término deportivo para asignar a las actividades en la naturaleza y cuyo término final es: Actividades físico-deportivas en el medio natural.

3.3.- Denominación según el ámbito educativo-formativo de las AFMN

Al igual que ocurre en la aproximación conceptual anterior, nos encontramos con una problemática a la hora de determinar la terminología de estas actividades cuando hacen referencia al aspecto educativo-formativo de las mismas. Según Arribas (2008), las Actividades Físicas en el Medio Natural hacen referencia tanto a las actividades motrices que tienen lugar en un terreno sin intervención humana como a aquellas que necesitan de ese lugar para

poder realizarse. Es posible diferenciar o clasificar este tipos de actividades en dos grandes bloques (Santos, 2000):

- Actividades próximas a la asignatura de Educación Física.
- Actividades de carácter meramente deportivo.

Por tanto, entre el medio natural y la actividad va a existir una interacción que, junto con la finalidad que cumplen cada uno, van a determinar el tipo de denominación final que se obtenga de estas actividades (Arribas, 2008). De este modo, se ha de tener muy en cuenta las definiciones de los conceptos: actividades en la naturaleza, actividades físicas en el medio natural/Naturaleza y el de Educación Física al aire libre.

En base a todo lo expuesto anteriormente, con el objetivo de concretar este tipo de actividades, y por considerarlo más apropiado, recomendamos utilizar el término Actividades Físicas en el Medio Natural (AFMN).

Bibliografía

- Castillo, F. y Alomnacid, A. (2012). Las actividades en la naturaleza en la formación inicial docente: un acercamiento desde los sentidos. *Educação e Pesquisa*, vol. 38, nº 3, pp. 667-681.
- Ascaso, J. (1996). La actividad físico y deportiva extraescolar en los centros educativos. *Actividades en la naturaleza*. Madrid: MEC.
- Guillén, R., Lapetra, S. y Casterad, J. (2000). *Actividades en la naturaleza*. Barcelona: Editorial Inde.
- Castillo, F. (2011). *Las actividades en la naturaleza en la formación de profesores*. Alemania: Editorial Académica Española.
- Santos Pastor, M. (2000). *Las actividades en el medio natural en la Educación Física Escolar*. Tesis Doctoral. Universidad de Almería, Almería, España.