

## **PROGRESIÓN DE LOS CONTENIDOS A ENSEÑAR EN LA EDUCACIÓN SECUNDARIA OBLIGATORIA DENTRO DEL BLOQUE DE CONTENIDOS DE ACTIVIDADES EN EL MEDIO NATURAL**

### **PROGRESSION OF CONTENTS AND OBJETIVES TO TEACH IN OBLIGATORY SECONDARY EDUCATION IN THE CONTENT UNIT OF ACTIVITIES IN THE NATURAL ENVIRONMENT**

#### **Autor:**

Vaquero-Cristóbal, R.<sup>(1)</sup>; Martínez, M.<sup>(2)</sup>; Baena, A.<sup>(1)</sup>; Granero, A.<sup>(1)</sup>; Sánchez, J.A.<sup>(1)</sup>.

#### **Institución:**

<sup>(1)</sup>Universidad de Murcia.

<sup>(2)</sup> Universidad Católica San Antonio de Murcia.

[raquel.vaquero@um.es](mailto:raquel.vaquero@um.es).

#### **Artículo procedente del I Congreso Internacional de Actividad Física en el Medio Natural. Nuevos Retos para las empresas de Turismo Activo**

#### **Resumen:**

Las actividades en el medio natural tienen un papel principal en el ámbito educativo actual en base al cumplimiento de lo establecido en la Ley Orgánica 2/2006 de Educación y el Real Decreto 1631/2006 por el que se establecen las enseñanzas mínimas correspondientes a la Educación Secundaria Obligatoria (ESO). En estos documentos se establece que las actividades en el medio natural son uno de los cuatro bloques de contenidos a

trabajar dentro de la Educación Física en el ámbito escolar. También se establecen los contenidos de la materia y de este bloque de contenidos. Por todo esto, el objetivo del presente trabajo es llevar a cabo una secuenciación justificada desde el punto de vista teórico de unidades didácticas recogiendo los contenidos que se pueden llevar a cabo en la ESO según la legislación vigente dentro del bloque de contenidos de actividades en el medio natural. Se proponen dos unidades didácticas en 1º ESO, tres en 2º y 3º ESO y una en 4º ESO, especificándose los contenidos de entre los recogidos en la legislación vigente que se va a trabajar en cada una de las unidades didácticas. En conclusión, debido a que las actividades en el medio natural ayudan a la adquisición de dos competencias básicas como son el conocimiento y la interacción con el mundo físico y la competencia social y ciudadana, las actividades en la naturaleza deben cobrar una mayor importancia en el ámbito escolar. Este trabajo es una propuesta de cómo hacerlo.

**Palabras Clave:** Educación física, currículo, progresión pedagógica.

**Abstract:**

At present the activities in the natural environment have a principal rol in the education environment, based on compliance with the provisions of Law 2/2006 of Education and the Royal Decree 1631/2006 wich lays down the mínimum core curriculum to the Obligatory Secondary Education (OSE). These documents established that the activities in the natural environment is one of the four content unit to teach in Physical Education in the school enviroment. It also establishes the contents of the subject and of this content unit. For all this, the aim of this papper is to perform a justified sequenzation from the theoretical point of view of didactic units, collecting the contents that can be carried out at OSE accordance with current legislation in the content unit of activities in the natural enviroment. It is proposed two didactic units in 1º OSE, three in 2º and 3º OSE and one in the 4º OSE, specifying the contents from those contained in

the legislation to be teaching in each the didactic units. In conclusion, because the activities in the natural environment support the purchase of two basic competencies such as knowledge and interaction with the physical world and social competence and civic activities in nature should be a major way in the school environment. This paper is a proposal for how to do it.

**Key Words:** Physical Education, curriculum, pedagogical progression.

## 1. INTRODUCCIÓN

La materia de Educación Física acompaña al educando en las diferentes etapas organizativas por las que atraviesa, a lo largo de su formación, moldeando sus destrezas, sus capacidades, sus formas de interpretar, comunicar y expresar, tallando su esquema corporal y su conocimiento personal, dotándolo de un bagaje motriz que quedará sellado en el amplio espectro cultural que conformará su vida (Comunidad Autónoma de la Región de Murcia, 2008).

Actualmente, las funciones, finalidades y perspectivas de la Educación Física, como materia educativa, son diversas, profundas y plurales, por cuanto abarca contenidos muy diversos. Dentro de estos se encuentran las actividades en el medio natural.

La primera ley educativa que incluyó las actividades en el medio natural dentro de los contenidos a desarrollar en la educación física escolar fue la Ley Orgánica General del Sistema Educativo (LOGSE) (MEC, 1990). No obstante, en este currículo las actividades en el medio natural tenían poca importancia y estaban presentes de una forma poco clara. Esta tendencia se mantiene en posteriores leyes como la Ley Orgánica de Calidad de la Educación (LOCE) (MEC, 2002). En la actualidad el ámbito educativo está regido por la Ley Orgánica de Educación (LOE) (MEC, 2006). A partir de esta ley el Estado Español aprobó el Real Decreto 1631/2006, de 29 de diciembre, por el que se establecen las enseñanzas mínimas correspondientes a la Educación Secundaria Obligatoria (ESO) (MEC, 2007).

Las actividades en el medio natural tienen un papel principal en el ámbito educativo actual en base al cumplimiento de lo establecido en la legislación vigente, ya que se ha producido un incremento significativo del trabajo de actividades en el medio natural a desarrollar en la asignatura de Educación Física.

En esta línea, en el Real Decreto 1631/2006 (MEC, 2007) se establecen los bloques de contenidos para el área de Educación Física en el currículo

prescriptivo de la ESO, constituyendo las actividades en el medio natural uno de los cuatro bloques de contenidos a trabajar en esta etapa educativa; lo cual se justifica por el hecho de que las “actividades en el medio natural, constituyen 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 y valore su conservación mediante actividades sencillas y seguras” (MEC, 2007).

Además las actividades físicas en el medio natural son fundamentales en la consecución de dos competencias básicas establecidas en la Ley 2/2006 (MEC, 2006) como son la competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico y la competencia social y ciudadana, ya que esta materia colabora en un uso responsable del medio natural a través de las actividades físicas realizadas en la naturaleza; y en el cumplimiento de algunos objetivos de la Educación Física según el Real Decreto 1631/2006 (MEC, 2007) entre los que se encuentra “realizar actividades físico-deportivas en el medio natural que tengan bajo impacto ambiental, contribuyendo a su conservación”. A esto hay que añadir que a través del ejercicio físico y por tanto de las actividades físicas en el medio natural, 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 (Baena y Granero, 2008).

La importancia de incluir en la programación de la Educación Física los contenidos de actividades físicas en el medio natural es cada día más obvia, y es que cada día aumentan este tipo de prácticas (Baena y Granero, 2008). Las enseñanzas relacionadas con este contenido le servirán 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, etc. (Baena y Granero, 2008). Y es que el potencial y nivel educativo de estas

actividades ha quedado demostrado en multitud de trabajos donde se 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 proporciona infinidad de motivaciones para el juego, la aventura, el ejercicio físico natural, la adquisición de destrezas manuales y un sinfín de otras posibilidades (Baena y Granero, 2008).

Por todo esto, el objetivo del presente trabajo es llevar a cabo una secuenciación justificada desde el punto de vista teórico de unidades didácticas, recogiendo los contenidos que se pueden llevar a cabo dentro del bloque de contenidos de actividades en el medio natural en la ESO según la legislación vigente.

## 2. MÉTODO

En base a la legislación vigente, es decir, a lo expuesto en la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo de Educación (MEC, 2006) y al Real Decreto 1631/2006, de 29 de diciembre, por el que se establecen las enseñanzas mínimas correspondientes a la Educación Secundaria Obligatoria (ESO) (MEC, 2007) se realizó una evolución justificada de unidades didácticas en cada uno de los cursos, relacionándola con los contenidos de entre los expuestos en estos documentos que se pueden trabajar en cada una de ellas.

## 3. RESULTADOS

En 1º de la ESO se propone la realización de dos unidades didácticas (UD): una primera titulada “iniciándonos en el medio natural” y una segunda llamada “trabajamos con cuerdas, piedras y palos”. Los contenidos a desarrollar en cada una de ellas se encuentran en la tabla I y II respectivamente.

Contenidos
<ul style="list-style-type: none"><li>- Clasificación de las actividades en la naturaleza:<ul style="list-style-type: none"><li>a) Actividades en el medio terrestre. Ciclismo de montaña, ciclismo turístico, equitación, espeleología, esquí, montañismo, orientación, supervivencia, tiro con arco, etc.</li><li>b) Actividades en el medio acuático. Esquí náutico, piragüismo, remo, submarinismo, surf, navegación en embarcación de recreo o deportiva, etc.</li><li>c) Actividades en el medio aéreo. Ala delta, paracaidismo, parapente, vuelo acrobático, etc.</li><li>d) Mixtas.</li></ul></li><li>- Respeto a las normas de conservación del medio ambiente.</li></ul>

Tabla I. UD "Iniciándonos en el medio natural" (1º ESO).

Contenidos
<ul style="list-style-type: none"><li>- Adquisición de técnicas básicas manipulativa. Cabuyería: ¿qué es un nudo?; clasificación de los nudos.</li><li>- Identificación de señales de rastreo.</li><li>- Juegos de orientación sin brújula.</li></ul>

Tabla II. UD "Trabajamos con cuerdas, piedras y palos" (1º ESO).

En 2º de la ESO se proponen tres UD: "montamos nuestra casa", "pasito a pasito" y "un día diferente" (tabla III, IV y V, respectivamente).

Contenidos
<ul style="list-style-type: none"><li>- Elección del terreno, montaje de tiendas y precauciones que tienen que tenerse en cuenta a la hora de montarlas.</li></ul>

Tabla III. UD "Montamos nuestra casa" (2º ESO).

Contenidos
<ul style="list-style-type: none"><li>- El senderismo: descripción, tipos de sendero, material y vestimenta necesaria.</li><li>a. Tipos de senderos: senderos de gran recorrido, senderos de pequeño recorrido, senderos ecológicos, variantes, derivaciones, senderos locales y senderos urbanos...</li><li>b. Señalización de senderos: señal de continuidad, señal de cambio brusco de dirección, señal de dirección equivocada, señalización de senderos coincidentes y señalización vertical...</li><li>- Realización de recorridos preferentemente en el medio natural.</li></ul>

Tabla IV. UD "Pasito a pasito" (2º ESO).

Contenidos
<ul style="list-style-type: none"><li>- Respeto del medio ambiente y valoración del mismo como lugar rico en recursos para la realización de actividades recreativas y toma de conciencia de los usos adecuados del medio urbano y natural.</li><li>- Nociones sobre supervivencia y acampada.</li><li>- Definición de acampada.</li><li>- Debate sobre el material necesario que se debe de llevar de acampada o excursión.</li><li>- Aprendizaje de algunas nociones básicas de medidas de seguridad a llevar a cabo en el medio natural.</li><li>- Introducción a los primeros auxilios básicos.</li></ul>

Tabla V. UD "Un día diferente" (2º ESO).

Las UD a desarrollar en 3º de la ESO son tres: "nos orientamos con la brújula" (tabla VI), "practicamos nuevos deportes" (tabla VII) y "dormimos un día al aire libre" (tabla VIII).



Contenidos
<ul style="list-style-type: none"><li>- Lectura de mapas (nociones de distancia y ángulos y utilización de la brújula) y realización de recorridos de orientación.</li><li>- Juegos de orientación mediante resolución de problemas.</li><li>- Identificación del paisaje a partir de la toponimia.</li></ul>

Tabla VI. UD “Nos orientamos con la brújula” (3º ESO).

Contenidos
<ul style="list-style-type: none"><li>- Escalada: utilización del material, trepa y escalada en rocódromos.</li><li>- Bicicleta de montaña: manejo de la bicicleta en situaciones de riesgo controlado.</li><li>- Cabuyería: utilización de los diferentes nudos en diferentes situaciones.</li><li>- Practicar alguno de los deportes en el medio natural que caractericen a la población en la que se encuentre el centro escolar.</li></ul>

Tabla VIII. UD “Dormimos un día al aire libre” (3º ESO).

Contenidos
<ul style="list-style-type: none"><li>- Acampada: actividades de cooperación y actividades donde se pueden englobar los demás contenidos del curso.</li><li>- Aplicación de las normas de seguridad.</li><li>- Conocimiento acerca de las actividades que causan impacto medioambiental y las actividades que no lo causan.</li><li>- Profundización en las técnicas y conceptos de primeros auxilios.</li><li>- Aplicación primeros auxilios en el medio natural.</li></ul>

Tabla VII. UD “Practicamos nuevos deportes” (3º ESO).

Por último, en 4º de la ESO se han agrupado todos los contenidos en una única UD titulada “nos vamos un fin de semana de campamento” (tabla IX).

Contenidos
<ul style="list-style-type: none"><li>- Perfeccionamiento y profundización de técnicas de orientación.</li><li>- Realización de recorridos de orientación diurna y nocturna con localización de controles, de acuerdo con la simbología internacional.</li><li>- Programación y realización de las siguientes actividades: marcha, acampada (montaje de tiendas), juegos en la naturaleza y circuitos de orientación.</li><li>- Respeto al medio ambiente.</li><li>- Utilización de las posibilidades de la naturaleza, como medio para la práctica de la actividad física y el disfrute del tiempo libre.</li><li>- Habitación a la práctica de la actividad física en el medio natural.</li><li>- Concienciación sobre la importancia de la protección del medio ambiente.</li><li>- Profundización en las técnicas de primeros auxilios: protocolo de rescate.</li></ul>

Tabla IX. UD "Nos vamos un fin de semana de campamento" (4º ESO).

## 4. CONCLUSIONES

Las actividades físicas en el medio natural han cobrado gran importancia en los últimos años dentro del ámbito escolar, como consecuencia en parte del gran peso que tienen en el currículo actual en base a lo establecido en la Ley Orgánica de Educación (LOE) (MEC, 2006) y el Real Decreto 1631/2006, de 29 de diciembre, por el que se establecen las enseñanzas mínimas correspondientes a la Educación Secundaria Obligatoria (ESO) (MEC, 2007).

Además las actividades en el medio natural ayudan a la adquisición de dos competencias básicas como son el conocimiento y la interacción con el mundo físico y la competencia social y ciudadana y de varios objetivos de la asignatura de educación física. De hecho, los contenidos relacionados con las actividades en el medio natural tienen un gran peso dentro del currículo de la Educación Secundaria Obligatoria, constituyendo uno de los cuatro bloques de contenidos. Si a esto se le añade que 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; se extrae que las actividades en la naturaleza deben cobrar una mayor importancia en el ámbito escolar. Esta propuesta se caracteriza por ser un buen recurso educativo para fomentar la enseñanza de contenidos relacionados con las actividades en el medio natural, en la educación física escolar.

## 5. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Baena, A. y Granero, A. (2008). Las actividades físicas en la naturaleza en el currículum actual: contribución a la educación para la ciudadanía y los derechos humanos. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 14, 48-53.
2. Camerino, O., Miranda, J. y 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.
3. Canales, I. y Perich, M.J. (2000). Las emociones en la práctica de las actividades físicas en la naturaleza. *Lecturas Educación Física y Deportes, Revista Digital*, 23(5).
4. Comunidad Autónoma de la Región de Murcia (2008). Decreto 262/2008, de 5 de septiembre, por el que se establece el currículo del Bachillerato en la Comunidad Autónoma de la Región de Murcia. *En BORM número 211*, 28023-28168.
5. Gomà I Freixanet, M. y Wismeijer, A. A. J. (2002). Applying personality theory a group of police bodyguards: a physical risky prosocial prototype. *Psicothema*, 14(2), 387-392.
6. Lauterborn, D. (2002). Nuevas tendencias en las prácticas deportivas de la juventud en Europa. *Lecturas Educación Física y Deportes, Revista Digital*, 49.

7. MEC (1990). Ley Orgánica General del Sistema Educativo (LOGSE), de 3 de octubre de 1990. *En BOE número 238, 28927-28942.*
8. MEC (2002). Ley Orgánica 10/2002, de 23 de diciembre, de Calidad de la Educación. *En BOE número 307, 45188-45220.*
9. MEC (2006). Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo de Educación. *En BOE número 106, 17158-17207.*
10. MEC (2007). Real Decreto 1631/2006, de 29 de diciembre, por el que se establecen las enseñanzas mínimas correspondientes a la Educación Secundaria Obligatoria (ESO). *En BOE número 5, 677-773.*
11. Sánchez-Igual, J.E. (2005). *Actividades en el Medio Natural y Educación Física*. Sevilla: Wanceulen.
12. 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.