

La Educación Física y el deporte como elemento sociocultural. Juegos y deportes populares, autóctonos y tradicionales. Las actividades físicas organizadas en el medio natural.

1. L'educació física i l'esport com a element socio-cultural.
 - 1.1 Joc és cultura.
 - 1.2 La presència del joc popular al currículum LOGSE.
2. Jocs i esports populars, autòctons i tradicionals.
 - 2.1 Aproximació conceptual.
 - 2.2 Classificacions.
 - 2.3 Del joc popular a l'esport tradicional.
3. Valor educatiu del joc popular i l'esport tradicional en l'àmbit escolar.
 - 3.1 El joc popular i l'esport tradicional com a mitjà de l'educació física.
 - 3.2 El joc popular i l'esport tradicional com a contingut de l'educació física.
 - 3.3 PCC i interdisciplinarietat.
 - 3.4 Estratègies metodològiques.
 - 3.5 Activitats d'aprenentatge.
 - 3.6 Proposta d'avaluació.
4. Les activitats físiques organitzades en el medi natural.
 - 4.1 La natura com a mitjà pedagògic.
 - 4.2 Classificació de les activitats físiques en el medi natural.
 - 4.3 L'organització de les activitats físiques en el medi natural.
 - 4.4 La marxa i l'acampada.

1. L'EF i l'esport com a element socio-cultural.

1.1 Joc és cultura.

—Ningú no discuteix la repercussió que l'EF i l'esport han tingut durant el segle XX. L'ensenyament, els equipaments i l'arquitectura esportiva, el periodisme i l'espectacle esportiu... ocupen un lloc prominent en la vida de les nacions modernes.

—**Precedents.** Els esports, entesos ja de manera semblant a com els veiem ara, van tenir la seva edat d'or en la Grècia Clàssica. També van tenir molta importància les competicions atlètiques i els jocs d'algunes cultures orientals antigues, com la xinesa i la japonesa.

—**Literatura.** La complexitat del fenomen social de l'esport ha estat àmpliament reconeguda des de fa molt de temps i a l'actualitat existeix una àmplia literatura en què des de diferents perspectives (històriques, sociològiques, pedagògiques) es pot analitzar i interpretar l'esport.

—**Polisèmia.** L'esport com a entrenament model de la societat competitiva, com a reacció a l'adaptació i compensació enfront les condicions de vida del treball industrial, com a vàlvula d'escapament de l'agressivitat... són línies d'investigació que ens donen una idea de la complexa polisèmia de l'esport en les societats contemporànies.

—D'altra banda, molts autors, com ara Huizinga¹ o Callois², coincideixen en afirmar l'estreta relació entre societat, cultura i joc. Callois proposa una sociologia dels jocs, considerant que cada poble té els seus jocs i que a través d'aquestes pràctiques es poden dilucidar moltes característiques dels pobles que les acullen.

—El joc popular-tradicional, entès des d'una perspectiva socio-cultural, es transmet seguint els mateixos processos que d'altras manifestacions culturals. Tenint tot això en compte podem entendre l'evolució que segueix el joc des que sorgeix com quelcom espontani i popular fins a assolir els requisits necessaris per esdevenir un esport tradicional, com veurem més endavant.

—En resum: el joc està emmarcat en el conjunt del sistema cultural. Els jocs populars signifiquen una incorporació cultural del passat al present: les noves generacions assimilen i revitalitzen l'herència cultural de la seva societat. El nen pren contacte amb uns significats culturals que enriqueixen la percepció global de la seva cultura i societat.

REALITZACIÓ DE JOCS Continguts fonamentals

Cicles	Procediments	Conceptes
Inicial	—Realització de jocs sensorials, simbòlics i dramàtics. —Experimentació del joc com a objecte de recreació.	—Jocs tradicionals del propi territori amb normes i regles senzilles.
Mitjà	—Execució de jocs espontanis i reglats, col·lectius i individuals. —Anàlisi de situacions de joc. —Experimentació de diferents tipus de jocs: dramàtic, sensorial, de cooperació i oposició. —Experimentació del joc com a objecte de recreació	—Jocs tradicionals del propi territori. Regles bàsiques.
Superior	—Creació, organització i/o modificació de jocs de diversos tipus. —Anàlisi de situacions de joc col·lectiu. —Identificació del joc com a objecte de recreació.	—Jocs adaptats d'altres països. Regles bàsiques.

Curriculum (Departament d'Ensenyament, 1992)

1.2 La presència del joc popular al currículum LOGSE.

—Dels 32 objectius terminals de l'àrea d'educació física establerts al RD 95/1992 de 28 d'abril pel que s'estableix l'ordenació curricular de l'educació primària, el número

¹ HUIZINGA, J. (1972): *Homo Ludens*. Alianza-Emece: Madrid.

² CALLOIS, R. (1958): *Teoría de los juegos*. Barcelona.

21 i el número 28 fan referència explícita als jocs populars. Diuen, respectivament, *“Identificar els esports, les danses i els jocs com a elements socio-culturals i lúdics”* i *“Descriure els jocs tradicionals del propi territori”*.

—El currículum de primària publicat pel Departament d’Ensenyament l’any 1992 estableix els continguts fonamentals de l’àrea d’educació física. Dins el 5è bloc de continguts (*Realització de jocs*) s’especifiquen els següents:

2. Jocs i esports populars, autòctons i tradicionals.

2.1 Aproximació conceptual.

—Els jocs i esports populars, autòctons i tradicionals, són aquells que transmesos de generació en generació i normalment de manera oral, arriben fins a nosaltres.

—Concretament, el terme **popular** fa alusió a una activitat que s’ha introduït en una comunitat i que compta amb un nombre considerable de **seguidors**. Els jocs minoritaris i totalment excepcionals no mereixen el qualificatiu de populars, en el sentit que no gaudeixen de popularitat.

—L’expressió **tradicional** fa referència a una pràctica que ha tingut una continuïtat en el **temps** i que s’ha transmès entre generacions.

—El terme **autòcton** ens remet a una comunitat determinada ubicada en una **regió** determinada, d’on és originària el joc.

—D’acord amb aquestes definicions podríem trobar un joc que fos autòcton, però que no fos tradicional. Igualment podria haver un joc que fos popular però no autòcton. Per últim podríem trobar un joc que fos tradicional però no popular. Per això, si només poguéssim utilitzar un terme per definir tot aquest conjunt de jocs, el més apropiat seria el terme tradicional, ja que no tots els jocs són originaris d’una cultura, ni tampoc molts d’ells posseeixen un gran nombre de practicants.

—Per altra banda, també trobem casos d’esports que són a la vegada populars (extesos), tradicionals (antics) i autòctons (de la terra) a la vegada, com és el cas de la pelota vasca a Euskadi.

—Som partidaris d’utilitzar les expressions **joc popular i/o tradicional**, quan ens referim als jocs d’un determinat poble.

2.2 Classificacions.

—La complexitat morfològica i estructural del joc popular i/o tradicional es posa una vegada més de manifest en els nombrosos intents classificatoris que s’han fet.

—En la majoria d’ocasions, les classificacions es construeixen a partir de criteris superficials, formals, sense escollir elements realment pertinents i constitutius de la seva estructura interna. Aquests criteris morfològics, degut a les múltiples formes en què pot aparèixer el joc, presenten excessives categories heterogènies.

—En aquest sentit, una de les últimes classificacions, formulades per Moreno Palos³, així ho demostra, en incloure inclús una categoria per aquells jocs i esports diversos no classificats:

- > *Jocs i esports de locomoció.*
- > *Jocs i esports de llançament a distància.*
- > *Jocs i esports de llançament i precisió.*
- > *Jocs i esports de pilota i baló.*
- > *Jocs i esports de lluita.*
- > *Jocs i esports de força.*
- > *Jocs i esports nàutics i aquàtics.*
- > *Jocs i esports amb animals.*
- > *Jocs i esports d’habilitat en el treball.*
- > *Jocs i esports diversos no classificats.*

—La majoria de classificacions formals responen a la forma que adquireixen alguns elements amb el material, el lloc, l’acció, els jugadors o la finalitat del joc, sense referir-se precisament a la **identitat** del joc. Per això, és precís, construir noves propostes objectives, i riguroses edificades en fonaments teòrics justificables.

—D’altra banda, un bon nombre d’autors només es refereixen a les pràctiques lúdiques d’adults, obviant els jocs populars i **tradicionals infantils**. En la nostra opinió, l’estudi d’aquests jocs mereixen inclús major interès que els anteriors, quan els volem adreçar a un entorn educatiu.

—Exemples dels jocs populars i esports tradicionals a l’**Estat Espanyol**: curses de sacs (velocitat), castellers (treball d’equilibri), llançaments a distància, bitlles (llançaments de precisió), jocs de força (com aixecar pedres, càntirs, o tirar de la sogà), lluita canària, pilota basca, tallar troncs (habilitat en el treball).

2.3 Del joc popular a l’esport tradicional.

—Considerant que el joc és una manifestació cultural, és lògic pensar que qualsevol joc, com tota manifestació social, és susceptible d’evolucionar i orientar-se per vies diferents. Amb la intenció d’entendre com un joc espontani pot arribar a convertir-se en esport tradicional o fins i tot en un esport de masses, passem a detallar quins són els condicionants principals que hipotèticament segueix l’evolució d’un joc.

—En primer lloc, dir que les principals interpretacions sobre l’origen dels jocs populars-tradicionals, indiquen que generalment aquestes pràctiques neixen de manera espontània i en relació a l’activitat laboral, bèl·lica o bé adquirint un veritable caràcter religiós, màgic o cultural. D’aquí que molts jocs populars utilitzin útils de treball o que incloguin certs rituals i preparatius.

—Tot joc improvisat, si agrada, pot ser que comenci a practicar-se, cada vegada per un major nombre de persones.

—Si les institucions socials creuen que és un joc integrador, que fomenta els valors a potenciar en els seus individus, no obstaculitzaran la seva continuïtat.

—Si aquell joc, cada vegada, ocupa un paper més rellevant en l’oci de la comunitat, de manera que no estigui reservat només a les classes socials privilegiades, podem parlar de joc popular.

³ MORENO PALOS, C. (1987): *Juegos populares y deportes tradicionales en España*. Unisport: Málaga.

—Si es transmet, i aconsegueix tenir una continuïtat al llarg del temps (de generació en generació), aleshores es pot parlar de joc tradicional. En el cas que aquesta activitat no gaudeixi d'un nombre elevat de practicants, no se la podrà denominar joc popular, encara que seguirà sent tradicional.

—Si aquest joc tradicional estructura el seu funcionament amb major precisió, i s'institucionalitza a través d'estaments socials que regulin la seva posada en pràctica com **federacions**, comites de competició... aquesta activitat passa a ser un **esport tradicional**.

—Si aquest esport tradicional aconsegueix traspasar els seus límits geogràfics i instaurar-se en altres regions, països o continents, estarem davant un **esport de masses**.

3. Valor educatiu del joc popular i l'esport tradicional en l'àmbit escolar.

3.1 El joc popular i l'esport tradicional com a mitjà de l'educació física.

—El joc popular-tradicional ha estat un dels principals marginats de l'EF. Contínuament ha hagut i ha d'enfrontar-se encara a l'esport de masses, element privilegiat de la nostra disciplina.

—Fins ara, el joc popular tradicional s'ha utilitzat fonamentalment com un mitjà més de l'educació física per aconseguir objectius purament motrius i corporals. És a dir, el joc popular **no interessava en si mateix**, no es valorava com a tresor cultural d'una comunitat.

—Aquesta postura suposa fer un ús simplista d'aquest escenari de la praxis humana. Fer ús del joc popular tradicional suposa quelcom més que una simple exercitació del cos, implica saber que és quelcom més que un simple recurs d'altres continguts de la nostra àrea.

—L'alternativa a aquest enfocament pragmàtic és una **visió global** i un ús ambiciós del joc popular i l'esport tradicional, que el contempli com a **contingut** i com a **mitjà** simultàniament.

3.2 El joc popular i l'esport tradicional com a contingut de l'educació física.

—El joc és sens dubte l'activitat més atraient per a l'alumne de primària. Tot i això, el joc amb majúscules està vivint temps difícils amb la forta competència de les imposades modes consumistes. El temps d'esbarjo s'omple ara de televisió, de vídeo-jocs i d'equips individuals de música (walkmans), sobretot al cicle superior. L'activitat física es va reduint i fins i tot és fàcil d'observar els alumnes que avorrits passen pel pati sense saber què fer. Són pocs ja els nens que saben organitzar un joc senzill i que saben gaudir-ne. Els nens semblen saturats de tantes joguines i, de fet, molts no saben jugar.

—Tot s'aprèn, fins i tot a jugar i a gaudir del joc. Per això resulta adient plantejar una unitat didàctica dedicada als jocs populars, a ser possible a començament de cada curs, per tal de millorar i enriquir els temps d'esbarjo i de lleure dels nostres alumnes.

—Els jocs populars ens permeten treballar tot un seguit de procediments i valors tals com la recerca en el temps i l'entorn familiar de jocs, la creació d'estris de joc amb materials de rebuig, la pròpia organització del joc i de les

regles, l'actitud de respecte a la diversitat i la no competitivitat, etc. que fan créixer el grup i cadascun dels alumnes⁴.

—De manera que, seguint aquesta línia, ja no es tracta tant de saltar, córrer i llençar perquè sí, sinó de conèixer els jocs del territori en el qual es viu i el seu contingut sociocultural. Aquest plantejament suposa conèixer la pròpia cultura, conèixer millor la nostra identitat, les nostres costums, i al mateix temps ens permet poder comparar el nostre patrimoni lúdic i cultural amb el d'altres zones geogràfiques.

3.3 PCC i interdisciplinarietat.

—Els jocs populars cal que estiguin immersos en un **projecte global d'investigació** en cada context específic, revivint així la tradició, a la vegada que desenvolupem les habilitats motrius que li són específiques.

—La seva introducció al currículum és quelcom atractiu per la seva novetat i lligam amb el context sociocultural, i es pot fer només començar la primària. Els jocs populars adquireixen una particular significació a partir dels 5-6 anys, donades les seves característiques normatives i socialitzants.

—Donat el seu gran valor històric i cultural es poden proposar activitats paral·leles o de forma globalitzada amb altres matèries (per exemple, socials o llengua). L'esport autòcton pot convertir-se així en el nexa d'unió entre diferents àrees, un centre d'interès.

3.4 Estratègies metodològiques⁵.

—Evidentment, per aconseguir els objectius proposats cal que emprem una **metodologia força activa** i poc dirigida. D'aquesta manera els alumnes poden jugar en llibertat i escollir companys, material, joc, normes, etc.

—El que sí caldrà serà una **organització molt clara** i definida a les sessions d'educació física per a que no es converteixin en un simple esbarjo i puguin ser veritablement formatives.

—L'organització en circuit d'**estacions de joc** amb diferents materials pot resultar força eficaç.

—A continuació es proposen diferents estratègies que poden resultar útils per la presentació i desenvolupament de la unitat didàctica de jocs populars. (a) Dotar les classes de material perquè el puguin utilitzar a les hores de **pati** (a part del d'educació física). (b) Pintar **xarranques** (verticals i espirals), "Tres en ratlla", "Quatre cantonades"... en el pati; amb pintura permanent, perquè els alumnes hi puguin jugar lliurement a les hores de pati. (c) Demanar quins jocs coneixen. Mirar les diferents maneres de jugar i incidir més en els que no coneixen. (d) Es poden introduir els jocs a poc a poc, esglaonats per nivells i cicles, o bé per part del mestre o bé per part d'una persona externa a l'escola, com ara un avi, una persona del poble, un pare..., o fins i tot demanar que ells investiguin a casa a què jugaven els pares o els avis per a portar-ho a classe. (e) Es pot fer una sessió de vídeo que expliqui algun dels jocs que ens interessa introduir. (f) Es pot construir material necessari per a jugar. És més que possible un treball interdisciplinari amb l'àrea d'educació visual i

⁴ VIÑALLONGA, C. (2001): Propostes didàctiques d'educació física per a l'educació primària. CRP Vallès Oriental I.

⁵ VIÑALLONGA, C. (2001)

plàstica. (g) El mestre o els alumnes poden fer un registre dels jocs amb una il·lustració-mural a la paret o en fitxes que pot servir per presentar el joc o per deixar-ne constància. (h) Introduir aquesta la unitat didàctica de jocs populars al primer trimestre per afavorir que els nens hi juguin tot el curs i després fer-ne alguns recordatoris.

3.5 Activitats d'aprenentatge.

CICLE INICIAL	
ACTIVITATS	MATERIAL
"Arrencar cebes". "Curses de Xapes". "Bitlles (adaptat)". "Picar paret". "Moros i cristians". "Tris-tras". "El director d'orquestra". "La gallineta cega". "Les cadires".	Xapes, guix o cinta. Bitlles (es poden utilitzar ampolles de plàstic amb sorra). Cadires i música.
"La xarranca". "Les gomes (iniciació amb cançons sense pujar massa)". "Saltar a corda". "Curses de sacs". "Mocador". "Les 4 cantonades". "Patacons". "Io-Io", "Cloc-clocs". "La baldufa".	Guix o cinta, sola de sabata o rajola. Goma elàstica. Cordes. Sacs. Mocador gros. Cons o guix per marcar cantons. Cartes. Ios-ios, cloc-clocs. Baldufes.

CICLE MITJÀ	
ACTIVITATS	MATERIAL
"Xarranca". "Curses de sacs". "Gomes i cordes". "Sogatira". "Bales". "Xapes". "Mikado gegant". "Patacons". "Arrencar cebes". "Ios-ios", "Cloc-clocs". "Mocador". "Flendit". "Les pedretes". "Moros i cristians". "Baldufes". "Cèrcols". "Bitlles".	Guix o cinta. Pedra o rajola Sacs Gomes i cordes Corda llarga Bales Xapes Piques o pals d'escombra Cartes Ios-ios i cloc-clocs Mocador gran Xapes, joguines petites i sola de sabata Pedretes Baldufes Cèrcols Bitlles

CICLE SUPERIOR	
ACTIVITATS	MATERIAL
"Xarranques". "Io-ios" i "Cloc-clocs". "Rutlles". "Sogatira". "Saltar a corda". "Xanques". "Bitlles". "Baldufes".	Guix o cinta. Pedra o rajola Io-ios i cloc-clocs Rutlles Corda llarga Cordes Xanques Bitlles Baldufes

"Diàbolos". "Bales". "Xapes". "Flendit". "Mocador". "Mikado gegant". "Patins, monopatins". "Preesportius: matar". "Patacons". "Persecució: moros i cristians...". "Malabars".	Diàbolos Bales Xapes Xapes, joguines petites... Mocador gran Pals d'escombra o piques. Patins, monopatins... Pilota, guix o cinta Cartes Pilotes malabars, mocadors...
---	---

3.6 Proposta d'avaluació⁶

—Es pot fer una **avaluació inicial**, per a tots els cicles, això el mestre d'educació física ho haurà de fer al pati de l'escola i a l'hora de l'esbarjo. Així el mestre podrà observar i anotar a què juguen els nens, quins materials utilitzen, si ocupen la pista poliesportiva o un racó del pati, si juguen amb nens de la mateixa edat o amb d'altres, si juguen nens i nenes barrejats, com s'organitzen, com resolen els conflictes...

—Amb tota aquesta informació prèvia es podran preparar millor les sessions d'educació física, es podrà motivar millor els alumnes i es podran corregir diferències o dificultats.

—Com a **avaluació formativa** es proposa per a tots els cicles, una observació sistemàtica sobre el coneixement, execució, participació, respecte, i aplicació lliure del joc popular i/o tradicional proposats o recercats.

—Als cicles mitjà i superior es proposa una activitat d'autoavaluació que consistiria en omplir una fitxa per joc on ha participat l'alumne, al final de la sessió.

A la fitxa contestaria:

Nom del Joc?			
Sé jugar?	Sí	No	Em costa
M'ha agradat?	Sí	No	
He respectat les normes?	Sí	No	A vegades

—Durant i després de cada sessió o al final de la unitat didàctica el mestre podrà avaluar utilitzant unes llistes de control amb els ítems que detallem:

CICLE INICIAL			
Ítems	SÍ	NO	A vegades
Sap seguir les regles del joc?			
Participa activament en el joc?			
Sap perdre i/o acceptar les pròpies possibilitats?			
Mostra interès per superar-se?			
Utilitza i recull el material deixat a classe o pati?			

CICLE MITJÀ

⁶ VIÑALLONGA, C. (2001)

Ítems	SÍ	NO	A vegades
Participa en la recerca de materials i jocs?			
Coneix i respecta les normes?			
Participa activament en els jocs?			
Mostra interès per superar-se?			
Utilitza i recull el material deixat a classe o pati?			
Ajuda a organitzar el joc?			

CICLE SUPERIOR			
Ítems	SÍ	NO	A vegades
Participa en la recerca de materials i jocs?			
Coneix i respecta les normes?			
Accepta les pròpies dificultats i les dels altres?			
Participa activament en els jocs?			
Mostra interès per superar-se?			
Utilitza i recull el material deixat a classe o pati?			
És capaç d'organitzar un joc amb les seves normes?			
Ha col·laborat en la construcció de materials de jocs?			

—Com a avaluació sumativa proposem recollir les informacions que es derivin de les anteriors tècniques, de manera que puguem saber fins a quin punt s'han assolit els objectius proposats en començar la unitat.

4. Les activitats físiques organitzades en el medi natural.

4.1 La natura com a mitjà pedagògic.

—Organitzar activitats físiques al medi natural es justifica des d'una doble perspectiva: per una banda, permet conèixer, respectar i utilitzar el medi natural aprofitant les seves immenses potencialitats educatives. Per altra banda, resulta un marc idoni per a la **convivència** i la cooperació entre companys.

—L'objectiu és la utilització de la natura com a medi pedagògic per aconseguir una **educació activa**, ensenyant als nens a conèixer i utilitzar la natura de forma racional.

—La natura és un medi òptim per complir objectius d'**educació integral**, com: (a) Desenvolupament de coneixements científics. (b) Prendre contacte directe amb els fenòmens naturals. (c) Participar d'algunes tasques productives. (d) Conviure amb els altres. (e) Adquirir hàbits de respecte per la natura. (f) I, naturalment, millora de la condició física. Desenvolupament de les habilitats motrius i corporals, generals i específiques (esports de natura).

—D'aquesta manera s'haurien de prioritzar els interessos d'actuació docent en dos eixos vertebradors: (a) La consecució d'objectius específics de l'**educació física**, acomodats a l'especificitat del marc natural. (b) La **interrelació** de l'educació física amb la resta d'àrees curriculars. La implantació de les pràctiques físiques en el medi natural requereix una coordinació entre el professorat sobretot per contextualitzar i donar sentit a la programació educativa globalitzadora.

—Per conèixer directament el medi natural és necessari sortir del marc del centre escolar, i programar sortides a parcs, o caminar per itineraris en la natura, realitzar pràctiques en acampades. Això obliga a fer una tasca d'**organització i coordinació**, a nivell d'àrees i professors.

4.2 Classificació de les activitats físiques en el medi natural.

—La pluralitat de les activitats físiques que es poden portar a terme en el medi natural, han originat diferents intents per aconseguir-hi una ordenació. Però potser el criteri de classificació més estès sigui el que les enquadra de forma àmplia en el marc d'"activitats en la natura", que després diferencia entre bàsiques i complementàries.

—**Activitats bàsiques.** Podem assenyalar fonamentalment: **marxa, acampada**, jocs a l'aire lliure, muntanyisme, jocs d'observació i jocs d'orientació. Les activitats físiques fonamentals són les dues primeres.

—Entre les múltiples modalitats són d'especial interès les marxes i les acampades pedagògiques i recreatives, on es poden assolir prioritats educatives interessants.

—Quan a les modalitats existents, hem de saber que aquestes poden variar segons l'interval temporal, el moment del dia i sobretot segons el medi de desplaçament que s'utilitzi (bicicleta, per exemple).

—Les **activitats físiques complementàries**, es poden dividir en: (a) Activitats complementàries d'utilitat. Són aquelles que faciliten la permanència en la natura, com ara els primers auxilis o la manipulació d'eines. (b) Activitats pedagògiques i recreatives. Ocupen objectius prioritaris de les sortides programades des d'un centre educatiu. (c) Activitats científiques. Centren l'atenció sobre continguts propis de les diferents àrees curriculars, com ara les ciències naturals o les ciències socials. (d) Activitats físico-esportives. Les possibilitats esportives són immenses. En aquest apartat hauria de prioritzar-se el compartir abans que el competir. (e) Activitats de supervivència, principalment en zones boscoses i/o de neu.

—D'aquest segon apartat d'activitats, es dedueix l'enorme riquesa pluridisciplinària de les activitats en la natura, les quals no cobren sentit si no es plantegen des de concepcions globalitzadores i pluridisciplinàries.

—D'altra banda, com podem observar, les activitats físiques ocupen un apartat dins de les complementàries. Aquesta ubicació no redueix la seva importància, ja que són aquestes les encarregades de dotar de contingut a la sortida.

—Però, anem a veure una classificació que, prenent com a model l'anterior, ens resultarà més eficaç per a la didàctica de l'educació física i per a la posterior aplicació didàctica del tema. Aquesta classificació diferencia les activitats físiques en el medi natural entre **activitats específiques** (marxa i acampada) i **activitats esportives**.

i jocs motors (jocs, curses d'orientació, escalada, piragüisme...). Separa les activitats de les tècniques, ja que les activitats posseeixen un caràcter més ampli i uns objectius més generals, que se serveixen de diferents tècniques per a la seva posada en pràctica.

4.3 L'organització de les activitats físiques en el medi natural.

—A l'hora de portar a la pràctica qualsevol activitat que es desenvolupi en el medi natural, a banda d'establir els objectius i continguts pedagògics, el factor d'organització adquireix una gran importància; hem de procurar no deixar res a la **improvisació**. No podem oblidar que en molts casos ens trobarem amb els nostres alumnes allunyats de nuclis de població i, per tant, la improvisació i la despreocupació poden donar lloc a situacions incòmodes o a tenir que alterar o suprimir les activitats que tenien previstes.

—Sempre que realitzem activitats que impliquin alguns dies de permanència en el medi natural és important que tinguem en compte: (a) Recollir els permisos corresponents, com ara autoritzacions de les famílies, permisos d'acampada... (b) Conèixer l'emplaçament geogràfic, així com els medis de transport i accés al lloc de permanència. (c) Estudiar i preveure els possibles riscos que poden tenir les rodalies: piscines, rius, barrancs, llacs... (d) És important fer-se amb un llistat d'adreces i telèfons dels serveis més propers al lloc on estem situats. (e) Quan més dades puguem recollir de l'entorn que ens envolta, ja siguin culturals, paisatgístics o de tradicions, més enriquidora seran les activitats previstes.

4.4 La marxa i l'acampada.

—Tota activitat a la natura necessita de desplaçament, i aquest vindrà donat per alguna de les següents finalitats: (a) Marxes preparatòries o d'enduriment, per millorar la resistència i la tècnica. (b) Marxes d'exploració i reconeixement del terreny. (c) Marxes per recollir dades, fulles, minerals, temperatures. (d) Marxes d'aproximació.

—L'acampada permet romandre en el medi, fent ús dels recursos que aquest ens ofereix per a realitzar les nostres activitats.

—Poden ser: (a) Acampades preparatòries o experimentals, per provar el material, per provar tècniques, per endinsar-nos progressivament en el medi. (b) Pedagògiques. Per treballar uns temes específics, com ara continguts de ciències naturals, ciències socials o practicar un esport, escalada, rem. (c) Ordinàries, dedicades a l'oci.

—Segons els medis utilitzats, poden ser (a) Tradicionals, amb tendes de campanya i sac de dormir. (b) Al ras. (c) De fortuna. Utilitzant medis naturals, com ara cases o santuaris abandonats, coves. (d) De construcció. Albergs, refugis.

—Per tirar endavant una acampada cal elaborar un procés de planificació, tenint en compte els següents aspectes: (a) Anàlisi i diagnòstic dels alumnes i de l'acampada a realitzar, relleu, clima, fauna, flora, prevenció de riscos. (b) Determinar els objectius. (c) Elaborar un programa: calendari, materials, pressupost, activitats, horaris. (d) Avaluació de l'acampada.

BIBLIOGRAFIA

- AGUADO, X.; FERNANDEZ, A. (1992): Unidades Didácticas para primaria II. Los nuevos juegos de siempre. Ed. Inde. Barcelona.
- ANTON, M. (1980): Els jocs de sempre. La llar del llibre. Barcelona.
- DDAA. (1994): Todos los juegos del mundo. Ed. Plaza y Janés. Barcelona.
- DDAA. (1998): Los juegos en la educación física de los 6 a los 12 años. Ed. Inde. Barcelona.
- DDAA. (2000): El gran llibre dels jocs. Ed. Parramón. Barcelona.
- ECOM. (1990): Juegos sin barreras. Federació ECOM. Barcelona.
- GUITART, R. (1984): 101 jocs no competitius. Ed. Graó. Barcelona.
- TRIGO, E. (1994): Aplicaciones del juego tradicional en el currículum de educación física. Ed. Paidotribo. Barcelona ■