

LAS SALIDAS ESCOLARES

Medio de actividades psicomotrices

Marta Mayoral
Joan Antoni Rovira



Dado que el medio ejerce una gran influencia en la formación del adulto como organismo acabado, resulta evidente que su influencia sobre un niño, como organismo delicado, maleable y en vías de constitución será mucho más importante. El niño, al que se obliga desde que nace a vivir en un medio creado por el adulto, gasta un potencial precioso de fuerzas para adaptarse y no para perfeccionar su desarrollo físico y psíquico. Se tiene que tomar conciencia de las necesidades concretas del niño y no en función de las del adulto. Por esto nos hemos planteado escribir sobre las necesidades del niño ante este medio, para sensibilizar a todos los «educadores» que tan cerca estamos de él. Contribuiremos a mejorar su educación integral.

Las salidas escolares permiten a los profesores de educación física favorecer una convivencia diferente a la que se da en la escuela y parecida a la de su casa, con niños de la misma edad, para ofrecer nuevas experiencias a su desarrollo motriz, tan valiosas en este estadio de su evolución, así como plantearles nuevas formas de recreación, concentración, expresión, atención, actitudes, etc.

Finalmente, y por encima de todo, creemos que las salidas son suficientemente motivadoras en sí mismas como para que el niño goce, se exprese y se ofrezca de una manera espontánea hacia toda esa formación.

Salidas de un día

Por definición, cogeremos como salidas

de un solo día todas aquellas que se llevarán a término dentro del horario escolar y que comprenden de 9 a 12 ó 13 horas y de 15 a 17 horas según sea establecido el horario docente del centro. A partir de aquí, diferenciaremos las salidas de medio día, tanto si se realizan por la mañana como por la tarde. Y las de todo el día, cuando de 12 a 15 horas los niños no vuelven al centro y tienen que comer fuera. Al mismo tiempo, haremos otra división tomando como referencia que se hagan cerca o lejos de la escuela. El objetivo principal de toda escuela es formar al niño como persona y enriquecer todos los aspectos que lo conciben, educándolo íntegramente. Tener en cuenta la educación integral del niño quiere decir que se pretende conseguir una maduración intelectual y afectiva, un desarrollo psicomotor y la consolidación de unos hábitos de conductas y de higiene. Las salidas escolares facilitan esta tarea y favorecen la formación global del niño.

Las salidas cerca del centro las llamaremos de integración al barrio, ya que comprenderán un radio moderado a partir del centro escolar para que se puedan hacer andando. Estos desplazamientos tienen que ser suficientemente motivantes para que el niño no se descontrola ni pierda la atención, pues el cansancio podría ser motivo de distracción del objetivo principal de la salida. Será también a través del juego y los desplazamientos como podremos potenciar la actividad física (caminar, saltar, correr) y ofrecer la posibilidad de conseguir objetivos psicomotores más específicos. El espacio es un inconveniente para llevar a término algunas actividades psicomotoras. Muchas veces, la actividad requiere zonas de grandes dimensiones y espacios abiertos. La orientación en la ciudad y en el campo sólo se adquirirá si se realizan juegos y ejercicios adecuados a esta finalidad. Del mismo modo, otros aspectos que forman la psicomotricidad, la coordinación, la organización espacial y la organización temporal se consolidarán si preparamos actividades diversas fuera del ámbito escolar por la razón antes citada.

No olvidemos, tampoco, que el niño recibe sin duda un aprendizaje basado en la experiencia y la observación. En toda salida hay presentes unos objetivos cognoscitivos y muchas veces son el principal motivo para realizarla, como por ejemplo,

las actividades acuáticas.

Las salidas lejos del centro solemos llamarlas excursiones porque comportan un desplazamiento largo y el uso de un transporte público o privado. Este tipo de salida nos ocupará todo el día, y es entonces cuando se puede reafirmar la convivencia, dedicándole más atención mediante la actividad física. En el juego intervienen normas que se tienen que respetar y el niño interioriza otras que son necesarias para hacer posible la vida en sociedad; para eso se tendrá que prever una organización cuidadosa del desplazamiento, buscar una zona amplia (parque, jardín, etc.), controlable si estamos en la ciudad o una zona limitada para evitar la dispersión si se produce en el campo, siempre cerca del motivo que nos ocupa, para comer y realizar actividades de recreo antes de volver a la escuela.

Las salidas adoptan matices diferentes según los objetivos que en aquel momento nos proponemos o los contenidos que se estén impartiendo. Así pues, se realizan salidas para ampliar los temas de los centros de interés o porque son su base. Fuera de estos aprendizajes, muchas veces se nos ofrecen salidas culturales. De la misma manera, a lo largo de todo el curso escolar se celebran fiestas populares en la calle o en otros lugares o bien las celebra la misma escuela, y esto favorece los conocimientos tradicionales y finalmente, se preparan salidas donde se realizan actividades físicas concretas.

Todos estos tipos de salidas irán configurando tanto al niño intelectual como al niño afectivo que siempre interrelacionados formarán al niño como persona íntegra, que se abre al exterior y se expresa en su entorno social, formado sobre todo por padres, maestros y compañeros.

Pensando siempre en niños de 3 a 6 años, querríamos proponer a partir de aquí, y siempre que sea posible, actividades interescolas, como nos lo permitirían las actividades que llamaremos culturales, las actividades físicas y las fiestas populares.

Estos intercambios motivan a los niños a relacionarse participando activamente en las tareas propuestas. Evidentemente, estas concentraciones no son aceptadas por todos los niños y a veces se originan situaciones de inhibición y rechazo. Para estas actividades se necesitará una sólida organización, ya que, al con-

trario, la dispersión será motivo para no repetir más experiencias de este tipo.

Llamaremos actividades culturales, en calidad de salidas, aquellas que se refieren a visitas a exposiciones próximas de interés general, actuaciones de grupos teatrales, mimo, interpretaciones musicales, proyecciones, etc. que se presenten en otras escuelas, centros culturales, 'centros cívicos, ayuntamientos, locales públicos de obra social, etc. Este punto también se refiere a la participación de los niños en las obras sencillas que tanto se podrían representar ante sus compañeros de otros niveles de la escuela, a los padres en festivales, como a otro centro escolar del barrio, que será la motivación de la salida.

Las actividades físicas como motivo de la salida están orientadas, en estas edades básicamente a las danzas, juegos populares, dirigidos y de animación para potenciar la creatividad y la iniciativa del niño. Podremos organizar actividades más o menos complejas en función de los equipamientos utilizables que nos ofrezcan las instalaciones donde dirigimos la salida y el material disponible que nos sea posible desplazar. Nos referimos a salidas de medio día cuando vamos a un parque, a una sala de barrio, a otra escuela, etc., y salida de todo el día, excursión, cuando vamos a la montaña, al bosque, o al campo para estudiar un centro de interés y aprovechamos para trabajar la expresión, la marcha, y el juego de espacios amplios, entre otros; y en la playa cuando tenemos buen tiempo (junio) para practicar actividades recreativas a la orilla del agua.

No podemos olvidar las fiestas populares tradicionales, («castañada», Navidad, Carnaval, Sant Jordi, el patrón de la escuela, etc., que son motivos abiertos de animación dentro de la escuela y en la calle, con numerosas propuestas de actividades para organizar salidas (ferias, exposiciones, etc.), y la falta de espacio en la escuela e incluso el patio condiciona el hecho de marchar fuera del centro para ir a un parque, al campo..., siempre a una zona amplia. Por el cariz que presentan muchas de estas fiestas tradicionales, se hace necesaria la realización de una salida para que nos ofrezca la oportunidad de poderle vivir más cerca y captar mejor su sentido; como por ejemplo es el caso de las fiestas antes expuestas.

También hay muchas fiestas populares que, por la época en la que se encuentran, nos dan la pauta para que, hagamos notar a los niños los diferentes cambios de estaciones al celebrarlas fuera de la escuela. Así pues, tenemos por ejemplo la vendimia en otoño, vísperas de Navidad en invierno y Sant Jordi en primavera. Otras fiestas, así como la celebración del patrón de la escuela y el Carnaval, son motivo para organizar salidas a la calle y en la zona donde está inmerso el centro, y todo esto hace posible una buena integración en el barrio.

Salidas de más de un día

Para el niño, la separación momentánea de los padres representa explorar un nuevo territorio, aprender nuevos juegos y establecer relaciones con otras personas, concretamente con sus propios compañeros. Es también bastante importante pensar que el niño empieza a ser independiente, autónomo entre los adultos y que, por tanto, tendrá que recibir una educación higiénica que le permita afirmar hábitos de limpieza personal y respeto al medio en el que está inmerso. Algunos de los primeros ya se procuran en casa y en la escuela, pero aquellos que se refieren al medio ambiente se dan, sobre todo, fuera de su entorno habitual.

Esta inquietud explorativa del niño nos permite, a los profesores, organizar otro tipo de salida más larga que llamaremos de convivencias, colonias, etc., según el objetivo que la determinen. Entendemos por salida de más de un día las que prevén una temporalización larga, ocupan la totalidad del horario escolar y el horario familiar del niño. Significa dormir una noche o más fuera de casa. Esta diferenciación nos vendrá determinada por la edad del niño, es decir, generalizando, estas salidas no las aconsejamos a niños de 3 años por motivos obvios de evolución psicológica. En cambio, recomendamos no más de una noche fuera del hogar para niños de 4 años; y a partir de los 5 y 6 años dos o más noches, si el nivel de motivación de los niños nos lo permite; no olvidemos que no tenemos que saturar al niño. Para organizar estas salidas, tenemos que procurarnos un medio de transporte privado si nos lo permite el presupuesto, y para no aburrir ni cansar a los niños durante el viaje, tendríamos que buscar una casa cercana con espacios amplios que favorezcan las

actividades.

Aunque reciban algún aprendizaje cognoscitivo, éste no será el objetivo de las salidas de más de un día. Los aprendizajes que más nos interesan en este tipo de salidas son aquellos que presentan más dificultades para poder ser impartidos en la escuela. Entre éstos, pues, dedicaremos especial atención a la educación cívica y social, la educación psicomotriz y la educación higiénica.

Mediante las actividades que más adelante detallaremos, pretendemos que el niño interiorice normas de comportamiento personal, colabore en las diferentes tareas y realice los pequeños encargos que se le hagan. Nos proponemos, también, que el niño consiga participar y mantener la atención en las actividades en grupo y acepte las normas de los juegos, todo esto en lo referente a educación social. En cuanto a la adquisición de hábitos y actitudes cívicas, no se necesitan actividades específicas; con el comportamiento hacia hechos cotidianos y procurar un respeto al medio conseguimos estos objetivos.

Estos tipos de salidas, como ya hemos dicho, suelen organizarse en lugares de dimensiones considerables de espacio y nos permiten preparar todas aquellas actividades psicomotrices imposibles de realizar en algunas de las salidas de un solo día, debido a la falta de tiempo y espacio, y mucho menos de realizarlas en la escuela. Orientarse en el espacio es uno de los objetivos más difíciles de conseguir en esta etapa, pero debido a su importancia se hace necesario preparar actividades que desarrollen esta facultad en que los desplazamientos son el elemento primordial. A partir de los 5 años, el niño ya se orienta dentro de la escuela, por los alrededores y en su barrio. Ahora pues, tendremos que procurar que se oriente en espacios menos conocidos, pero aunque sean espacios abiertos deben tener unos límites a fin de facilitarle el aprendizaje. En la coordinación es donde se obtienen más progresos, porque la naturaleza ofrece al niño una variedad de elementos que le invitan a trepar a un árbol, saltar desde una roca; reptar sobre el césped, tirar piñas, etc. Los juegos dinámicos donde interviene la carrera, como por ejemplo los de persecución en terrenos desiguales, facilitan la ejercitación del equilibrio del niño en diferentes posiciones y les ayudan a controlar con más seguri-

dad sus movimientos.

Finalmente, se tendrán en cuenta todos aquellos aprendizajes que se refieren a la educación higiénica, que no tiene que ser una tarea exclusiva de la familia sino donde también podemos colaborar para la adquisición de hábitos de limpieza personal, de orden y de limpieza ambiental. Realizar este tipo de asuntos cotidianos como actividades en que se den cuenta de la importancia que representan para la salud, sólo se podrá llevar a término en salidas de larga duración, y fomentar hábitos, como por ejemplo comer correctamente, ir a dormir y pasar la noche sin molestar a los compañeros, lavarse, cambiarse de ropa, saber vestirse y desnudarse, y respetar y guardar objetos, entre otras cosas.

...Y el juego es el medio más adecuado para llevar a cabo esta autonomía e independencia. Con palabras de Piaget, diríamos que cuando el niño juega no está desarrollando nuevas estructuras cognitivas (adaptación) sino que está tratando de acomodar sus experiencias dentro de estructuras ya existentes (asimilación). Según Freud y Erikson, el juego le ayuda a desarrollar la fuerza de su ego.

Nosotros nos identificamos con esta opinión porque creemos que el juego ayuda al niño a desarrollar sus facultades psíquicas y físicas, le posibilita las relaciones no jerarquizadas y le permite adaptarse e interiorizar la realidad que le rodea. Trabajaremos el aspecto cognoscitivo del juego, es decir, como un medio de aprendizaje, por esto el programa de actividades que proponemos se llevará a cabo como un juego, una danza, un ejercicio de expresión corporal, etc., animados con canciones, cuentos, adivinanzas... Las diferentes actividades propuestas, las distribuiremos en los tres bloques siguientes:

Para comer, el niño ha de:

1. Sentarse correctamente y no moverse del sitio sin tener un motivo para hacerlo; además de ser un acto de comportamiento cívico prevengamos malformaciones en la columna vertebral.
2. Coger y utilizar adecuadamente los cubiertos; es un aprendizaje motriz que le facilitará la tarea de comer.
3. Comer con limpieza, no hacer porquerías ni molestar a los compañeros porque tiene que entender que es otro hábito de respeto, importante también para la salud.

4. Poner la mesa, recogerla y barrer el comedor para conseguir objetivos efectivos de colaboración y participación.

5. Comer con un cierto ritmo, es decir, que aprenda a no distraerse ni atrasarse, tomando conciencia de la noción del tiempo.

6. Lavarse las manos antes de cada comida porque es uno de los aspectos higiénicos que tendrá que tener muy presente.

Para dormir y levantarse, el niño tiene que:

1. Vestirse y desnudarse, le ayudará en su formación psicomotriz.

2. Arreglar la habitación para hacer posible el orden y la convivencia.

3. Saber hacer silencio en cuanto estén todos en la cama y esperar la hora de levantarse a fin de consolidar los demás hábitos sociales.

4. Lavarse los dientes, la cara, las manos y secarse para la adquisición de una buena educación higiénica. Para conseguir otros contenidos y divertirse, el niño tiene que hacer:

1. Ejercicios concretos de coordinación, orientación, organización espacio-tiempo, entre otros, para mejorar su psicomotricidad.

2. Juegos dinámicos individuales y en grupo para que descubra las posibilidades del movimiento de su cuerpo, en relación con el espacio y el objeto.

3. Juegos estáticos individuales y en grupo que, a la vez que distraen, le servirá para saber aceptar normas e interiorizar otras tan necesarias para hacer posible la vida en sociedad.

4. Danzas y expresión corporal para que favorezcan el desarrollo motriz.

5. Expresión plástica (dibujo, pintura, moldeado, etc.), para potenciar la creatividad del niño y educar su sensibilidad.

6. Reconocimiento del entorno (hojas, animales), para fomentar la observación.

7. Canciones relacionadas con actividades y reproducidas con elementos de percusión; le estimularemos a realizarlas de una forma diferente.

8. Lavarse, si es preciso, después de una actividad.

... No se tiene que saturar al niño. Como dice Pestalozzi, «dejemos al niño mirar, escuchar, descubrir, caer, levantarse y engañarse. Nada de palabras cuando sea posible el hecho, la acción». Todos conocemos las diferentes posibilidades que existen para enseñar a un niño, po-

sibilidades que llamaremos metodología. Como ya hemos definido antes, somos partidarios del método deductivo, descubrimiento guiado, resolución de problemas, etc., todos aquellos que permitan al niño buscar soluciones sobre planteamientos o tareas que proponemos.

No es empresa fácil organizar cualquier salida, por pequeña que sea, si queremos obtener resultados satisfactorios. Debemos tener una visión global de lo que pretendemos conseguir, es decir, medir todos los aspectos que se tienen que prever para llevar a cabo la salida (uno antes); saber ligar «in situ» todas las actividades a realizar en la estancia (uno durante); y proponer trabajos adecuados y hacerlos en la escuela para poder valorar críticamente la salida (uno después).

De vuelta, el niño exterioriza su experiencia tanto en la escuela como en su casa. Esto y la información de la salida con medios audiovisuales (si los hemos utilizado) son motivos para convocar un último encuentro entre padres y maestros, así obtendremos un valioso cambio de impresiones sobre las diferentes reacciones o comentarios que el niño ha expresado, aspectos que nos ayudarán a conocer mejor al niño y a comprenderlo.

Otros condicionantes

Planificar una salida no quiere decir sólo preparar unas actividades concretas, sino que, además, tendremos que tener en cuenta todos aquellos aspectos que la hacen posible, buscando lo más adecuado para los niños de esta edad y que respondan a nuestros intereses. El principal problema es el aspecto económico, que dejará de serio si canalizamos adecuadamente los diferentes puntos que componen un presupuesto, gastos e ingresos. Dentro de esta planificación, tendremos que prever los acompañantes necesarios para cubrir las diferentes funciones, como por ejemplo, colaborar en las actividades programadas, cocinar y limpiar entre otras. También tendremos que elaborar una lista de material necesario que se clasificará según sus funciones. El material personal de cada niño, la ropa y los objetos de limpieza quedará a cargo de éstos. El resto será responsabilidad del organizador. Entre el material escolar básico, el específico y el deportivo, no olvidaremos el botiquín, los partes de asistencia médica y los objetos de limpieza.

Conclusiones

En definitiva, valoramos satisfactoriamente toda salida porque comporta resultados positivos, tanto para el niño como para el organizador. Para el primero, porque le ayuda a desarrollar su capacidad intelectual así como todos aquellos aspectos que lo forman como persona y le capacitan para integrarse con más facilidad en la sociedad. Para el segundo, porque le ofrece la oportunidad de conocer mejor al niño y puede constatar a lo largo de todo el curso un progreso en cada uno de ellos, a nivel de relación de grupo, y en consecuencia, un progreso escolar.

Pero la planificación de una salida no es tarea fácil, ya que se tienen que preparar fuera de horario escolar, y esto comporta una dedicación complementaria que la mayoría de las veces, por no decir siempre, es más altruista que remunerada. Y, a fin de conseguir todo aquello que proponemos, organizaremos la salida como una actividad más del programa escolar. Por ello, tanto si se trata de una salida de medio día, de todo un día o de más de un día, deberemos tener en cuenta los objetivos que pretendemos, porque en función de éstos elaboraremos unos contenidos, pensaremos la metodología más adecuada para utilizar y concretaremos los recursos que serán necesarios.

Finalmente, para hacer posible la salida sólo hace falta, por parte de todos, una pequeña dosis de voluntad.