

LES SORTIDES ESCOLARS

Mitjà d'activitats psicomotrius

Marta Mayoral, professora d'E.G.B.

Joan Antoni Rovira, llicenciat en Educació Física-professor d'E.G.B.



Fotografies Núria Lacasa

Donat que el medi exerceix una gran influència en la formació de l'adult com a organisme acabat, resulta evident que la seva influència sobre un nen, com a organisme delicat, mal-leable, i en via de constitució, serà molt més important. El nen, al qual se l'obliga des que neix a viure en un medi creat per l'adult, gasta un potencial preciós de forces per adaptar-s'hi i no per a perfeccionar el seu desenvolupament físic

i psíquic. Cal prendre consciència de les necessitats concretes del nen, i no veure'l en funció de les de l'adult. Per això, ens hem plantejat escriure sobre les necessitats del nen davant d'aquest medi, per sensibilitzar tots els «educadors» que tan a prop estem d'ell. Contribuirem a millorar la seva educació integral.

Les sortides escolars permeten als professors d'educació física afavorir

una convivència diferent a la que es dóna a l'escola i semblant a la de casa seva, però amb nens de la mateixa edat, permet oferir noves experiències per al seu desenvolupament motriu, tan valuoses en aquest estadi de la seva evolució, així com plantejar-los noves formes de recreació, concentració, l'expressió, atenció, actituds, etc.

Finalment, i per sobre de tot, creiem que les sortides són prou motivadores en si mateixes com

perquè el nen gaudeixi, s'expressi i s'ofereixi d'una manera espontània cap a tota aquesta formació.

Sortides d'un dia

Prendrem per definició de sortides d'un sol dia, totes aquelles que es portaran a terme dintre de l'horari escolar i que comprenen de 9 a 12 o 13 hores i de 15 a 17 hores, segons tinguin establert l'horari docent del centre. A partir d'aquí, diferenciarem les sortides de mig dia, tant si

es realitzen al matí com a la tarda. I les de tot el dia, quan de 12 a 15 h. els nens no tornen al centre i han de dinar a fora. Al mateix temps, farem una altra divisió tenint com a referència si es fan a prop o lluny de l'escola.

L'objectiu principal de l'escola és formar el nen com a persona i enriquir tots els aspectes que el configuren, educant-lo íntegrament. Tenir en compte l'educació integral del nen, vol dir que es





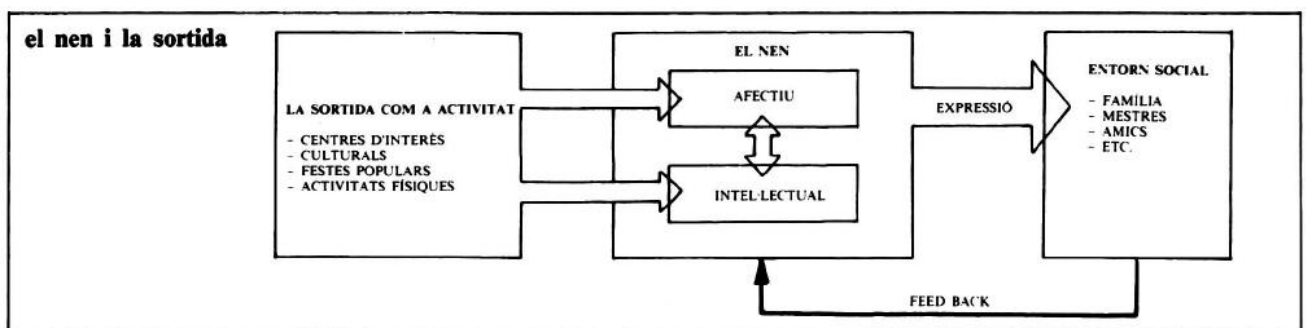
pretén aconseguir una maduració intel·lectual i afectiva, un desenvolupament psicomotor i la consolidació d'uns hàbits de conducta i d'higiene. Les sortides escolars faciliten aquesta tasca i afavoreixen la formació global de nen.

Les sortides a prop del centre, les enumerarem d'integració al barri, ja que comprendran un radi moderat a partir del centre escolar perquè es puguin fer a peu. Aquests desplaçaments han de ser suficientment motivants perquè el nen no es descontrolï ni perdi l'atenció; el cansament podria ser motiu de distracció de l'objectiu principal de la sortida. Serà també a través del joc i els desplaçaments que podrem potenciar l'activitat física (caminar, saltar, córrer) i oferir la possibilitat d'aconseguir objectius psicomotors més específics. L'espai és un incon-

venient per dur a terme algunes activitats psicomotors. Molts cops l'activitat requereix zones de grans dimensions i espais oberts. L'orientació en la ciutat i en el camp només s'adquirirà si es realitzen jocs i exercicis adequats per a aquesta fita. De la mateixa manera, altres aspectes que formen la psicomotricitat, la coordinació, l'organització espacial i l'organització temporal, es consolidaran si preparem activitats diverses fora de l'àmbit escolar per la raó abans esmentada.

No oblidem, tampoc, que el nen rep sens dubte un aprenentatge basat en l'experiència i l'observació. En tota sortida hi són presents uns objectius cognoscitius i moltes vegades aquests són el principal motiu per realitzar-la, com per exemple, si fan activitats aquàtiques.

Les sortides lluny del centre, acostumem a anomenar-les excursions perquè comporten un desplaçament llarg i hi és necessari l'ús d'un transport públic o privat. Aquest tipus de sortida ens ocuparà tot el dia, és llavors quan es pot refermar la convivència, dedicant-li més atenció mitjançant l'activitat física. En el joc, intervenen normes que s'han de respectar i el nen n'interioritza d'altres que són necessàries per fer possible viure en societat; per això caldrà preveure una organització acurada del desplaçament, cercar una zona àmplia (parc, jardí, etc.) controlable si estem a la ciutat, o una zona limitada per evitar la dispersió si es dona al camp, sempre a prop del motiu que ens ocupa, per dinar i realitzar activitats de recreació abans de tornar a l'escola.





Les sortides prenen caires diferents segons els objectius que en aquell moment proposem o els continguts que s'estiguin impartint. Així doncs, es realitzen sortides per ampliar els temes dels centres d'interès o per ser la base d'aquests. Fora d'aquests aprenentatges, molts cops se'ns ofereixen sortides culturals. De la mateixa manera, al llarg de tot el curs escolar se celebren festes populars al carrer o en altres indrets o bé les celebra la mateixa escola, i això afavoreix els coneixements tradicionals. I finalment, es preparen sortides on es realitzen activitats físiques concretes.

Tots aquests tipus de sortides aniran configurant tant el nen intel·lectual com el nen afectiu i sempre interrelacionats formaran el nen com a persona íntegra, que s'obre cap a l'exterior i s'expressa en el seu entorn social, format sobretot per pares, mestres, companys.

Pensant sempre en nens de 3 a 6 anys, voldríem proposar a partir d'aquí i sempre que sigui possible activitats inter-escoles, és a dir, promocionar accions conjuntes i d'intercanvi entre escoles. tal com ens ho permeten les activitats que anomenem culturals, les activitats físiques i les festes populars.

Aquests intercanvis motiven els

nens a relacionar-se participant activament en les tasques proposades. Evidentment, aquestes concentracions no són acceptades per tot els nens, i s'originen de vegades situacions d'inhibició i de rebuig. Per a aquestes activitats, caldrà una solida organització, ja que, altrament, la dispersió serà motiu per no repetir més experiències d'aquest tipus.

Anomenarem activitats culturals, en qualitat de sortides, aquelles que es refereixen a visites a exposicions properes d'interès general, actuacions de grups teatrals, mims, interpretacions musicals, projeccions, etc, que es presentin en altres escoles, centres culturals, centres cívics, ajuntaments, locals públics d'obra social, etc. Aquest punt també es refereix a la participació dels mateixos nens en les obres senzilles que tant es podrien representar als seus companys d'altres nivells de l'escola, als pares en festivals, com a un altre centre escolar del barri, que constituirà la motivació de la sortida.

Quan parlem de les activitats físiques com a motiu de la sortida, en aquestes edats estan orientades bàsicament a les danses, jocs populars, dirigits i d'animació, per potenciar la creativitat o la iniciativa

del nen. Podrem organitzar activitats més o menys complexes en funció dels equipaments utilitzables que ens ofereixin les instal·lacions on dirigim la sortida i del material disponible que ens sigui possible desplaçar. Ens referirem a sortides de mig dia quan anem a un parc, a una sala de barri, a una altra escola, etc. I sortida de tot el dia, excursió, quan anem a la muntanya, al bosc, o al camp per estudiar un centre d'interès i aprofitem per treballar l'expressió, la xarxa, el joc d'espais amplis, entre altres; i a la platja quan tenim el bon temps (juny) per practicar activitats recreatives a vora de l'aigua.

No podem oblidar les festes populars tradicionals, castanyada, Nadal, Carnaval, Sant Jordi, el patró de l'escola, etc. que són motius oberts de xerimola dins de l'escola i al carrer, amb nombroses propostes d'activitats per organitzar sortides (fires, exposicions, etc.); la manca d'espai a l'escola i fins i tot al pati condiciona el fet de marxar fora del centre per anar a un parc, al camp..., sempre a una zona àmplia. Pel caire que presenten moltes d'aquestes festes tradicionals, es fa necessària la realització d'una sortida perquè ens ofereix l'oportunitat de poder-la viure de més a prop i

captar millor el seu sentit; com per exemple és el cas de les festes abans exposades.

També hi ha moltes festes populars que, per l'època en què es troben, ens donen pauta perquè, tot celebrant-ho fora de l'escola, fem adonar els nens dels diferents canvis d'estacions. Així doncs, tenim per exemple, la verema a la tardor, els voltants de Nadal a l'hivern i Sant Jordi a la primavera. Altres festes, així com la celebració del patró de l'escola i el Carnaval són motiu per organitzar sortides al carrer i a la zona on és immers el Centre, i tot això, fa possible una bona integració al barri.

Sortides de més d'un dia

Per al nen, la separació momentània dels pares representa explorar un nou territori, aprendre nous jocs

i establir relacions amb altres persones, concretament els seus propis companys. És també prou important pensar que el nen comença a ser independent, autònom entre els adults i que, per tant, haurà de rebre una educació higiènica que li permeti afermar hàbits de neteja personal i respecte del medi on és immers. Alguns dels primers ja es procuren a casa i a l'escola, però aquells referents al medi ambient es donen sobretot fora del seu entorn habitual.

Aquesta inquietud explorativa del nen, ens permet als professors organitzar un altre tipus de sortida més llarga que anomenarem de convivències, colònies, etc., segons l'objectiu que la determini. Entenem per sortida de més d'un dia, les que preveuen una temporalització llarga, ocupen la totalitat de l'horari escolar i l'horari familiar del nen. Representa dormir una nit o més fora de casa. Aquesta diferenciació ens vindrà determinada per l'edat del nen, és a dir, generalitzant, aquestes sortides no les aconsellem a nens de 3 anys per motius obvis d'evolució psicològica. En canvi, recomanem no més d'una nit fora de la llar a nens de 4 anys; i a partir dels 5 i 6 anys dues o més nits, si el nivell de motivació dels nens ens ho permet; no oblidem que no cal saturar el nen. Per organitzar aquestes sortides, s'ha de procurar un mitjà de transport privat si ens ho permet el pressupost, i per no avo-

rir ni cansar els nens durant el viatge, hauríem de cercar una casa propera amb espais amplis que afavorís les activitats.

L'educació psicomotora

Encara que rebin algun aprenentatge cognoscitiu, aquest no serà l'objectiu de les sortides de més d'un dia. Els aprenentatges que més ens interessin en aquest tipus de sortides són aquells que presenten més dificultats per poder ser impartits a l'escola. En aquestes, doncs, dedicarem especial atenció a l'educació cívica i social, l'educació psicomotora i l'educació higiènica.

Mitjançant les activitats que més endavant detallarem, pretenem que el nen interioritzi normes de comportament personal, col·labori en les diferents tasques i realitzi els petits encàrrecs que se li encomanin. Ens proposem també que el nen aconsegueixi participar i mantenir l'atenció en les activitats en grup i accepti les normes dels jocs, tot això, quan a l'educació social. Pel que fa a l'adquisició d'hàbits i actituds cíviues, no calen activitats específiques: amb el comportament envers fets quotidians i procurar un respecte al medi aconseguim aquests objectius.

Aquests tipus de sortides, com ja hem dit, solen organitzar-se a indrets amb dimensions considerables d'espai, i ens permeten preparar totes aquelles activitats psicomotores impossibles de realitzar en algunes de les sortides d'un sol dia, degut a la manca de temps i d'espai, i molt menys realitzar-les a l'escola. Orientar-se en l'espai és una de les fites més difícils d'aconseguir en aquesta etapa, però degut a la seva importància es fa necessari preparar activitats que desenvolupin aquesta facultat on els desplaçaments són l'element primordial. A partir dels 5 anys, el nen ja s'orienta dins l'escola, als voltants d'aquesta i en el seu barri. Ara doncs, haurem de procurar que s'orienti en espais menys coneguts, però encara que siguin espais oberts han de tenir uns límits per tal de facilitar-los l'aprenentatge. En la coordinació és on s'obtenen més progressos, perquè la natura ofereix al nen una varietat d'elements que el conviden a enfilarse dalt d'un arbre, saltar des d'una roca, reptar

per sobre la gespa, llençar pinyes etc. Els jocs dinàmics on intervingui la carrera, com per exemple els de persecució per terrenys desiguals, faciliten l'exercitació de l'equilibri del nen en diferents posicions, i l'ajuden a controlar amb més seguretat els seus moviments. Finalment, es tindran en compte tots aquells aprenentatges que facin referència a l'educació higiènica, que no ha de ser una tasca exclusiva de la família, sinó que també podem col·laborar en l'adquisició d'hàbits de neteja personal, d'ordre i de neteja ambiental. Realitzar aquests tipus d'afers quotidians com a activitats on s'adonin que representa una gran importància per a la salut, només es podrà dur a terme en sortides de llarga duració. Fomentar hàbits, com per exemple, menjar correctament, anar a dormir i passar la nit sense molestar els companys, rentar-se, canviar-se de roba, saber vestir-se i desvestir-se, respectar i endreçar objectes, entre altres.

...I el joc és el mitjà més adient per dur a terme aquesta autonomia i independència. En termes de Piaget, diríem que quan el nen juga no està desenvolupant noves estructures cognoscitives (adaptació), sinó que està tractant d'acomodar les seves experiències dintre d'estructures ja existents (assimilació). Segons Freud i Erikson el joc l'ajuda a desenvolupar la força del seu ego. Nosaltres ens hi adherim, perquè creiem que el joc ajuda el nen a desenvolupar les seves facultats psíquiques, i físiques, li possibilita les relacions no jerarquitzades, i li permet adaptar-se i interioritzar la realitat social que l'envolta. Treballarem l'aspecte cognoscitiu del joc, és a dir, com un mitjà d'aprenentatge, per això el programa d'activitats que proposem es portarà a terme com un joc, una dansa, un exercici d'expressió corporal, etc. animats amb cançons, contes, endevinalles... Les diferents activitats proposades, les distribuïrem en els tres blocs següents:

— Per **menjar** el nen ha de:

1. Asseure's correctament i no moure's del lloc sense tenir un motiu per fer-ho; a més de ser un acte de comportament cívic previndrem malformacions a la columna vertebral.
2. Agafar i fer servir adequada-



ment els coberts; és un aprenentatge motor que els facilitarà la tasca de menjar.

3. Menjar amb netedat, no fer porqueries ni molestar els companys, perquè ha d'entendre que és un altre hàbit de respecte, important també per a la salut.

4. Parar taula, desaparar-la i escombrar el menjador, per aconseguir objectius afectius de col·laboració i participació.

5. Menjar amb un cert ritme, és a dir, que aprenguin a no badar ni endarrerir-se'n, tot prenent consciència de la noció del temps.

6. Rentar-se les mans abans de cada àpat, perquè és un dels aspectes higiènics que haurà de te-

nir molt present.

— Per **dormir i llevar-se** el nen ha de:

1. Vestir-se i desvestir-se; l'ajudarà en la seva formació psicomotora.

2. Endreçar l'habitació, per fer possible l'ordre i la convivència.

3. Saber fer silenci un cop tots estiguin al llit i esperar l'hora de llevar-se per tal de consolidar altres hàbits socials.

4. Rentar-se les dents, la cara, les mans i eixugar-se, per a l'adquisició d'una bona educació higiènica.

— Per assolir **altres continguts** i esbargir-se, el nen ha de fer:

1. Exercicis concrets de coordi-

nació, d'orientació, d'organització espai-temps, entre d'altres. per millorar la seva psicomotricitat.

2. Jocs dinàmics individuals i en grup, perquè descobreixin les possibilitats de moviment del seu cos, en relació amb l'espai i l'objecte.

3. Jocs estàtics individuals i en grup que, tot esplaiaint-se, els serviran per saber acceptar normes i interioritzar-ne d'altres tan necessàries per fer possible viure en societat.

4. Danses i expressió corporal, perquè afavoreixen el desenvolupament motor.

5. Expressió plàstica (dibuix, pintura, moldejat, etc.); per po-

tenciar la creativitat del nen i educar la seva sensibilitat.

6. Reconeixement de l'entorn (fulles, animals), per fomentar l'observació.

7. Cançons relacionades amb activitats i reproduïdes amb elements de percussió; l'estimularem a realitzar-les d'una forma diferent.

8. Rentar-se, si cal, després d'una activitat.

...no cal saturar el nen



Com diu Pestalozzi «Deixem el nen mirar, escoltar, descobrir, caure, aixecar-se i enganyar-se. Res de paraules quan sigui possible el fet, l'acció». Tots coneixem les diferents possibilitats que existeixen per a ensenyar a un nen, possibilitats que anomenarem metodologia. Com ja ens hem definit abans, som partidaris del mètode deductiu, descobrint guiat, resolució de problemes, etc., tots aquells que permetin al nen cercar solucions sobre plantejaments o tasques que proposem. No és empresa fàcil organitzar qualsevol sortida, per petita que sigui, si volem obtenir uns resultats satisfactoris. Caldrà tenir una visió global del que pretenem assolir, és a dir, mesurar tots els aspectes que s'han de preveure per dur a terme la sortida (un abans); saber lligar «in situ» totes les activitats a realitzar en l'estada (un durant); proposar treballs adequats i fer-los a l'escola per poder avaluar críticament la sortida (un després).

De tornada, el nen exterioritza la seva experiència tant a l'escola com a casa seva. Aquests i la informació de la sortida amb mitjans audiovisuals (si els hem utilitzat) són motius suficients per convocar una da-

rrera trobada entre pares i mestres, així obtindrem un valuós intercanvi d'impressions sobre les diferents reaccions o comentaris que el nen ha expressat, aspectes que ens ajudaran a conèixer millor el nen i a comprendre'l.

Condicionants

Planificar una sortida no vol dir només preparar unes activitats concretes, sinó que, a més a més, haurem de tenir en compte tots aquells aspectes que la fan possible, cercant el més adient per als nens d'aquesta edat i que responguin als nostres interessos. El principal problema és l'aspecte econòmic, que deixarà de ser-ho si canalitzem adequadament els diferents punts que componen un pressupost, despeses i ingressos.

Dins d'aquesta planificació, haurem de preveure els acompanyants necessaris per cobrir les diferents funcions, com per exemple col·laborar en les activitats programades, cuinar, netejar, entre altres.

També haurem d'elaborar una llista de material necessari que es classificarà segons les seves funcions. El material personal de cada nen, la roba i els objectes de neteja, quedarà a càrrec d'aquests. La resta serà responsabilitat de l'organitzador. Entre el material escolar bàsic, l'esportiu i l'esportiu, no oblidarem la farmaciola, els comunicats d'assistència mèdica i els estris de neteja.

Conclusions

En definitiva, valorem satisfactòriament tota sortida perquè comporta resultats positius, tant per al nen com per a l'organitzador. Per al primer, perquè l'ajuda a desenvolupar la seva capacitat intel·lectual així com tots aquells aspectes que el formen com a persona, i el capaciten per integrar-se amb més facilitat dins la societat. Per al segon, perquè li ofereix l'oportunitat de conèixer millor el nen, i pot constatar al llarg de tot el curs un progrés en cada un d'ells, a nivell de relació de grup, i en conseqüència, un progrés escolar.

Però la planificació d'una sortida no és tasca fàcil, ja que s'han de preparar fora de l'horari escolar; això comporta una dedicació complementària que la majoria de les

vegades, per no dir sempre, és més altruista que remunerada. I, per tal d'aconseguir tot allò que ens proposem, organitzarem la sortida com una activitat més del programa escolar. Per això, tant si es tracta d'una sortida de mig dia, de tot un dia o de més d'un dia haurem de tenir en compte els objectius que pretenem perquè en funció d'aquests elaborarem uns continguts, pensarem la metodologia més adient per emprar i concretarem els recursos que ens seran necessaris. Finalment, per fer possible la sortida només cal, per part de tots, una petita dosi de voluntat.

BIBLIOGRAFIA ACONSELLADA I CONSULTADA

- UNICEF Associació Espanya. *Juegos de todo el mundo*. Madrid: Editorial Edilan. 1983. ORLIK Terry, *Juegos y deportes cooperativos* Ed. Popular, col. Papel de prueba. GUITART Rosa, *101 Jocs no competitiu* Barcelona: Guix. 1984. Col. Instruments n 1. AMADES Joan, *Costunari Català* Barcelona: Salvat Editores, SA.
- ARTIS-GENER Avelli. MOYA, Bienbe, *Festes populars a Catalunya* Barcelona: Ed. H.M.B. SA, 1980.
- Col·lecció «Juegos dirigidos» ED. Vilamala, 10 volums.
- MORGAN-GRIFFITH, Lauris, *Primeros Auxilios* Barcelona: Ed. Plesa i SM Edicions. Col. Guia del Explorador, 1980.
- WADKIUS David, DALAT Weike, *Viviendo al aire libre*, Barcelona: Ed. Plesa i SM Ediciones. Col. Guia del Explorador, 1980.
- «011es de vi blanc» Ed. La Galera. Barcelona 1976.
- ESPINÀS, Josep M^a i PICAS, Jaume, *Cançons per encarrilar criatures*.
- OSTERRIETH P., *Psicologia Infantil* Madrid: Ed. Morata SA 5na edició. 1976. GENERALITAT DE CATALUNYA, *Normatives de les llars d'infants fins a 6 anys* Departament de Sanitat i d'Ensenyament. Barcelona. 1983.
- GENERALITAT DE CATALUNYA, *Orientacions i programes del parvulari i Cicle Inicial d'EGB*. Departament d'Ensenyament. Edició: Secretaria General. 3^a edició, Barcelona 1986.