

XXVII Congreso de la Asociación Latinoamericana de Sociología. VIII Jornadas de Sociología de la Universidad de Buenos Aires. Asociación Latinoamericana de Sociología, Buenos Aires, 2009.

El ciudadano en busca de alternativas. De recreación y actividad física en el medio natural.

Edwin Coto Vega.

Cita:

Edwin Coto Vega (2009). *El ciudadano en busca de alternativas. De recreación y actividad física en el medio natural. XXVII Congreso de la Asociación Latinoamericana de Sociología. VIII Jornadas de Sociología de la Universidad de Buenos Aires. Asociación Latinoamericana de Sociología, Buenos Aires.*

Dirección estable: <https://www.aacademica.org/000-062/1905>

Acta Académica es un proyecto académico sin fines de lucro enmarcado en la iniciativa de acceso abierto. Acta Académica fue creado para facilitar a investigadores de todo el mundo el compartir su producción académica. Para crear un perfil gratuitamente o acceder a otros trabajos visite: <https://www.aacademica.org>.

El ciudadano en busca de alternativas

De recreación y actividad física en el medio natural

Edwin Coto Vega E-Mail

cotoedwin@gmail.com

Docente Catedrático

Master: Educación Física (Universidad Autónoma de Centroamérica)

Master en Administración Educativa (Universidad de Costa Rica)

Universidad de Costa Rica, Sede del Atlántico

Financia: Universidad de Costa Rica

Tema: Educación Física y Medio Natural

Resumen:

Costa Rica es un país con recursos naturales invaluable en toda su extensión territorial, y ello se refleja en cualquier distrito o porción geográfica, como por ejemplo el Cantón de Turrialba, donde es notable las alternativas naturales, con tonos verdes y cristalinos, que abrazan la ciudad inmersa en ellos. Un país, que de frente a la crisis mundial del ambiente, sobresale por sus políticas proteccionistas de los recursos naturales, los cuales deberán vigilarse celosamente, en pro de una adecuada, gestión y uso óptimo, bajo las premisas de las normas y reglamentos, pertinentes, con respaldo en los mandatos internacionales. En este entorno los sistemas de educación estatal o privados son recurso invaluable para un proceso educativo, que promueva el uso adecuado del medio natural, para orientar y normar las actividades turísticas, físicas, recreativas o competitivas.

DESCRIPTORES: Actividad física, medio natural, escenario, pedagogía.

URBANISMO Y MEDIO NATURAL

El fenómeno del ciudadano en busca de alternativas recreativas y de actividad física en la naturaleza, proceso que ha evidenciado la escasa formación, de quienes la buscan o la ofertan; el desconocimiento les conduce a elaborar sus propios recorridos en la naturaleza, pero sin el rigor que un abordaje científico, el cual es condición indispensable para garantizar un proceso fundado en la sostenibilidad.

Es evidente que no se valora lo que no se conoce. Por esta razón una educación de aula debe de contextualizar la información que se transfiere, para que los aprendizajes alcancen a ser duraderos y, en el caso de la naturaleza, se aprenda a respetarla y cuidarla.

Esta situación es preocupante en los diversos contextos sociales, pues cada ciudadano tendrá un criterio muy particular fundado en sus intereses y necesidades de momento, según su camino de vida. Corresponde a la estructura política del país establecer los procedimientos e integración de todos los organismos, con el fin de que se elaboren las políticas, normativas y requerimientos generales, para que cada provincia o cantón, los contextualice según particularidades. Un recurso para plantear estrategias de buen alcance y de éxito futuro, es el sistema educativo formal e informal.

LA SOCIEDAD URBANA DE CAMINO AL MEDIO NATURAL

El comportamiento de la sociedad urbana actualmente responde a una infinidad de aristas, si se busca determinar el porqué se acerca a la naturaleza, pues unos han crecido y otros también han emigrado hacia la zona urbana, fenómeno que tiene otros justificantes, sobre todo por el comportamiento social, al buscar vivir en grupos estables, los cuales favorecen la convivencia.

Es notorio el fluido constante de ciudadanos hacia el medio natural, en busca de esparcimiento, esfuerzo físico, recreación, ocio, o simplemente convivir en la naturaleza; o bien, regresar a ella. Debe de analizarse cuanta educación alcanza la población, en cuanto al uso adecuado del medio natural, con el fin de mantener un equilibrio acorde, desde el ingreso hasta la salida, sin provocar daños o disminuyendo el impacto al máximo. Pues parafraseando a Miguel (2001), “del medio natural no debes de traer y lo único que dejarás son tus huellas”.

Este desplazamiento momentáneo de la población urbana a la naturaleza, deja entrever la evidente necesidad del ser humano de convivir con ella, pues al fin y al cabo es de donde proviene; algunos la han dejado y buscan en sus entrañas recuerdos del pasado, y otros simplemente le quieren alcanzar, para conocer de las bondades que tanto escuchan, pues es relativamente fácil detenerse frente a una colina, río o volcán, y disfrutar del paisaje, con sumo placer y gozo.

Por otro lado, el medio natural se convierte en una fuente de conocimiento y estímulos sensoriales, los cuales provocan relajamiento y estimulación, al contar con la posibilidad de ejecutar acciones físicas naturales.

En Costa Rica se evidencia el poco conocimiento de como actuar en la naturaleza, lo que ha conducido a una destrucción progresiva del ambiente, lo que se aprecia apenas, por la tenacidad de la tierra y su abundante capa vegetal. Pero como no será así hasta el infinito, es importante identificar las potencialidades inherentes del sistema educativo, que faciliten el proceso de educación ambiental y con ello provocar la participación activa, responsable y consciente de los diversos sectores sociales.

La educación para el medio natural debe de concebirse como un cuestionamiento a las formas como se desarrollan las relaciones a lo interno del país, desde sus políticas y normativas pasando por las relaciones socio-económicas, la percepción del medio natural que tiene cada grupo social y el papel individual ante la realidad de vida diaria. Este proceso educativo debe de buscar fomentar saberes, actitudes y valores, que enlacen con un estilo de vida, que propicie el desarrollo de las relaciones equilibradas con la naturaleza, fomentando una conciencia del ambiente, que permita a cada sujeto cognoscente, observarse a sí mismo, mismo en una relación productiva simbiótica con el medio natural.

Hasta ahora la sociedad acude de manera urgente y, si se quiere muy ligera, a plantear estrategias para con el uso de la naturaleza, como bien lo expresa, Meza (2001, p 32) “viéndonos obligados a hacer frente a un notable aumento de la interdependencia económica de la naciones, y ahora estamos obligados a una creciente interdependencia ecológica entre las naciones”

TURRIALBA, SU MEDIO NATURAL Y LOS VISITANTES

Turrialba, con una gama de alternativas para la realización de diversas actividades físicas en la naturaleza, pero sin una estructura administrativa, es un espacio abierto a la libre acción, sin políticas y normativas. Por ello se plantea la importancia de analizar el potencial existente, en cuanto a opciones naturales y formación de profesionales, quienes permitan verter conocimiento del medio natural, por medio de la “Educación Física” en el sistema educativo.

Una sociedad en continua transformación necesita de profesionales con conocimiento del medio natural, para producir cambios en la formación de los ciudadanos. Actualmente es notoria la ausencia de recurso humano capacitado en torno a los problemas ambientales, por la falta de una educación que oriente el buen uso del medio natural.

La sociedad requiere de actividades físicas en la naturaleza, con opciones recreativas, con aire puro, actividades para el ocio, en un espacio propicio para que el individuo se reencuentre consigo

mismo. Estas actividades son un instrumento valioso para promover la construcción de conocimiento, pues el ser humano requiere de educación para aprender a ser el que es, y desenvolverse armoniosamente dentro de la sociedad y el medio natural.

La riqueza del medio natural es en sí un atractivo que puede ser explorado educativamente. Al respecto, Olivera, (1995, p 1), conceptualiza las actividades físicas, “como las actividades de tiempo libre que buscan una aventura imaginaria, sintiendo emociones y sensaciones, fundamentalmente individuales y en relación con un ambiente ecológico o natural”

El siguiente inventario no exhaustivo de sitios de interés natural en el cantón de Turrialba, ilustrara la enorme potencialidad de esta tierra, en torno a este tema.

INVENTARIO DE ESCENARIOS NATURALES EN TURRIALBA:

SITIOS	DISTRITOS
☪ Reserva Espino Blanco	Santa Rosa
☪ Parque Nacional Volcán Turrialba	Santa Cruz
☪ Parque Nacional Volcán Irazu	Santa Cruz
☪ Parque Nacional Chirripó	Tayutic
☪ Parque Nacional Barbilla	Tayutic
☪ Reserva Indígena Danta	Tayutic
☪ Reserva Forestal Río Macho	Tayutic
☪ La hondura Pacuare	Tuis, San Joaquín
☪ Los Bajos del Volcán Turrialba	Santa Cruz
☪ Sitio Arqueológico Guayabo	Santa Teresita
☪ Lagunas de Bonilla	Santa Teresita
☪ Laguna de los bajos del volcán Turrialba	Santa Cruz
☪ Cataratas de La Cinchona	Santa Cruz
☪ Camping Cien Manzanas	Tuis
☪ Cataratas de Aquiares	Santa Rosa
☪ Cataratas de Noche Buena	Turrialba
☪ Cataratas de Palo Grande	Turrialba
☪ Río Pacuare	Tayutic
☪ Río Reventazón	Tuis

⌚ Río Pejibaye	Tuis
⌚ Ríos Turrialba, Aquiares, Lajas, Tuis, Tayutic.	Santa Cruz, Tuis, Tayutic. Turrialba
⌚ Veredas	En todos los distritos
⌚ Caminos empedrados (La Fuente hacia El Torito, Las Virtudes, Grano de Oro).	En todos los distritos
⌚ Rutas por la antigua línea del ferrocarril	, Peralta
⌚ Voladeros desde el Volcán	Santa Cruz
Cataratas Piedra Redonda	Santubal
Catarata los morados	Tayutic,
Sendero en bosque primario	Hacienda la experiencia

MEDIO NATURAL Y ACTIVIDAD FÍSICA EN EL CANTÓN TURRIALBA

De acuerdo con las particularidades del medio natural en el cantón de Turrialba, se pueden citar diversas alternativas de actividad física posibles, entendidas como “Aquellas actividades eminentemente motrices, llevadas a cabo en un medio natural, con una clara intención educativa”, Miguel (2001, p 47). Es lógico pensar, como se ha citado, que se requiere de un proceso de planificación administrativa, que abarca desde el municipio y las entidades educativas, hasta la preparación de profesionales, para ofrecer una estructura adecuada y justa para la correlación medio natural-usuario, máxime que ésta es una alternativa que recién comienza a desarrollarse.

Se requiere educar a los grupos humanos en cuanto al tema del medio natural, brindando información que facilite el conocimiento de los individuos, así como lo plantea Durkheim (1976, p 45), “la socialización, mediante la cual el sujeto interioriza un sistema de ideas, de valores, de sentimientos y de hábitos, que se le imponen desde fuera para adaptarse a la vida social”. En este proceso intencional, la acción educativa puede ser una actividad consciente y aceptada por los individuos, que da lugar al sentimiento de voluntad reflexiva y personal.

Las alternativas físicas en el cantón de Turrialba; en la naturaleza, ofrecen desde el senderismo, el trote, los campamentos, el ciclismo de montaña, los descensos en ríos, hasta la orientación, las cabalgatas, las aventuras en los ríos y parapente

CONCLUSIONES:

La educación física tiene particularidades que favorecen la inducción y la formación de valores en el medio natural. Los docentes deben reflexionar y replantear actitudes y valores, para lograr un cambio hacia esta filosofía por parte de los estudiantes (en primera instancia) y de la ciudadanía toda, posteriormente.

Deberán de asumirse responsabilidades por parte de la administración de las instituciones de educación superior, para la inclusión del medio natural en los currículos de la formación de los educadores físicos; de igual manera, la alcaldía municipal, debe asumir la responsabilidad que le atañe, en lo relativo al acceso de la población a los escenarios de actividad física en el medio natural.

La humanidad actualmente establece patrones muy severos, para construir un desarrollo y progreso en armonía con la naturaleza. El planteamiento de actividades físicas en el medio natural, con una estrategia pedagógica como la que se esboza, permitirá que los ciudadanos reciban información educativa que les permita conocer como actuar en la naturaleza.

PROPUESTA:

ENSEÑANZA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA CON ÉNFASIS EN EL MEDIO NATURAL.

La educación se conceptualiza según Sarramona (1997, p 11) como un “fenómeno básicamente social”, que abre oportunidades en cuanto a la adquisición de conocimientos académicos, que desarrolla destrezas, actitudes y valores, que le permitan al ser humano vivir según las exigencias actuales de la sociedad.

La sociedad encuentra en el ser humano la razón de ser, y como la educación es una de las áreas que la fortalecen, se puede manifestar que “la educación es siempre la resultante del momento histórico en que acontece, del lugar donde se realiza, de la cultura imperante, de la estructura socio-política vigente” (Sarramona, 1997, p 11).

Valorar el entorno social y cultural en la educación formal, resulta primordial para tomar decisiones pertinentes en cuanto a la selección, diseño y aplicación curricular. El currículo debe estar ajustado al contexto sociocultural, a sabiendas de que es complejo y polisémico. Se constituye en el puente que desarrolla la interactividad entre la universidad y el contexto social y por supuesto, entre la teoría y la práctica, concretando el vínculo entre la sociedad y la educación, en el trabajo pedagógico.

De allí la necesidad e importancia de incluir en el currículo escolar, la educación para el medio y la naturaleza, generando en las y los educandos conciencia de respeto por la preservación

de los recursos naturales, así como el óptimo aprovechamiento del entorno para la práctica deportiva, la recreación, el ocio y la enseñanza.

Las actividades físicas que actualmente desarrolla el ser humano tienen un origen ancestral: las actividades en la naturaleza. Se trata de regresar al medio natural, para buscar el reencuentro consigo mismo, sin causar daños, como un regreso a las fases perdidas de la historia humana.

Las actividades físicas en la naturaleza siempre han existido a través de la historia, con un alto nivel de libertad; basta con trasladarse a las zonas rurales y detenerse a observar el comportamiento de las niñas y los niños, en las diferentes comunidades, cuando suben árboles, caminan en los ríos, se bañan en las presas o pozas, pasan cercados, caminan por praderas y bosques.

Actualmente esta formación del “educador físico” es una necesidad social; corresponde a las universidades dar respuesta a los intereses y demandas sociales: “el ser humano tratando de reconquistar la naturaleza de una manera amigable”.

ESTRATEGIAS PEDAGÓGICAS EN EL MEDIO NATURAL

El ser humano puede ser considerado, según los diversos estadios de la historia, un exiliado de la naturaleza, que está retornando como un moderno hijo pródigo. Cada sociedad es la resultante de las acciones ejecutadas por el ser humano, y cada una tiene su particularidad. Así por ejemplo, con la búsqueda de las fronteras comunes hacia un multiculturalismo, el ser humano aprende a convivir y a respetar la diversidad cultural.

El proceso de la educación física en el medio natural requiere del sujeto, del conocimiento de los procesos de socialización, de las diversas formas de interiorizar y de construir la realidad individual y social, y su influencia en la manera personal de pensar y de apreciar el mundo, de relacionarse con la naturaleza, de verse a sí mismo y a los demás: “yo soy yo y mi circunstancia”, nos recordaba el gran filósofo español José Ortega y Gasset.

Queda claro que la educación en la naturaleza se fundamenta en un mayor conocimiento de uno mismo y de la sociedad, al asumir una relación de equidad y respeto con los otros y el ambiente, al valorar por igual las diferencias culturales de los pueblos y propiciar la igualdad de oportunidades de desarrollo entre éstos. Las sociedades tienen como recurso el sistema educativo, como lo dice Meirieu (2003, p 100), en el cual “las alumnas y los alumnos construirán y estabilizarán, nuevos saberes y saber-hacer, para crecer”; es en ella donde se debe de iniciar la construcción del conocimiento sobre la actividad física en armonía con el medio.

Kemmis, citado por Sarramona (1997, p 176), afirma “que las estructuras sociales no son tan racionales y justas como generalmente se piensa”. Esta formación debe de mostrar una atención especial del avance que logran las personas en cuanto a la sensibilidad, la inteligencia, la autonomía,

la solidaridad y en especial las actitudes hacia el cambio. Se requiere de la formación de ciudadanos ambientalmente conscientes: este conocimiento se construye a través del transitar de los individuos, en las diferentes facetas que la sociedad misma les ofrece, porque el aprendizaje es, sobre todo, una actividad social, pues la participación de todos y cada uno de sus miembros, marca los cambios que se producen en la construcción de nuevos aprendizajes.

La pedagogía, según Flores (2001, p 19) “tiene como objetivo el estudio y diseño de experiencias culturales que conduzcan al progreso individual en la formación humana. La pedagogía es una disciplina humanista, optimista, que cree en las posibilidades de progreso de las personas”. Este nuevo modelo de educación de la actividad física en el medio natural, es un paradigma que sirve para organizar la búsqueda de nuevos conocimientos en el campo de la pedagogía.

Actualmente, en diversos espacios en el mundo, se abre campo un pensamiento social de protección a la naturaleza, con implementación de actividades físicas. Para Ordóñez (2002, p 212) lo esencial en la formación humana es “convertir el ser humano en un ser capaz de asumir sus propios deseos, necesidades e intereses privados, a través del trabajo o la reflexión, hasta reconciliarse consigo mismo”, manteniendo eso sí –agregamos- una apertura hacia los otros, con sentido general y comunitario.

Toda actividad física que se programe en la naturaleza no solo debe contemplar la actividad física en sí, sino, aunar sensaciones vivenciales producidas por la naturaleza y por las acciones físicas ejecutadas, en un ambiente educativo.

Para quienes han vivido aislados del medio natural, no les será fácil comportarse en él. Por ello deben propiciarse condiciones adecuadas para que el contexto cumpla con las particularidades educativas.

Consideraciones para el proceso pedagógico de actividad física en el medio natural:

1. Plantear, el qué, el cómo, el cuándo y el dónde, se realiza la actividad física en la naturaleza.
2. Diseñar la actividad que guiara el inicio del contacto: la ciudad siempre es abrumadora, agresiva, impulsiva y estresante; pero al ingresar en un contexto inverso: pasivo, relajante, inmenso y majestuoso, el ser humano inicia el descubrimiento de su personalidad, mirándose en la naturaleza con actitud cambiante.
3. El ciudadano, al ingresar en la naturaleza, enfrenta un medio desconocido, frente al cual no tiene claridad respecto de las consecuencias de sus actos; por ello debe de adquirir una nueva actitud, que le permita alcanzar un equilibrio.

4. Se debe definir vestimenta, alimentación y utensilios, en correlación con el espacio y las condiciones del medio: ¿será el río, la pradera, el volcán o el bosque?, ¿cuál es el clima y cuál la topografía?, ¿que actividades desarrollarán?
5. Acciones pedagógicas:
 - ✓ -Definir objetivos y actividad física complementaria.
 - ✓ -Definir el medio natural.
 - ✓ -Preparar los requerimientos básicos para la actividad: vestimenta-alimentación- mapas-guías.
 - ✓ -Mentalizarse para el desprendimiento de las comodidades de la ciudad y contextualizarse en la naturaleza.
 - ✓ -Establecer contactos con el fin de garantizar el éxito.
 - ✓ -Poseer conocimiento previo sobre normas de comportamiento.
 - ✓ -Diseñar el proceso de aprender a estar y actuar en la naturaleza.

PLANTEAMIENTO PEDAGÓGICO

La información se referirá a procesos generales de concientización, orientados a transformar valores, actitudes y prácticas, lo cual presupone un replanteamiento de las relaciones socio-educativas, para instrumentar las acciones socio-naturalistas, lo cual implica:

- 1- Plantear un proceso desde el sistema educativo, a partir del nuevo paradigma de la educación física en la naturaleza.
- 2- Plantear la necesidad de interiorizar conocimientos del medio natural en el currículum de las ciencias naturales y sociales.
- 3- Organizar actividades físicas en el medio natural desde edades tempranas, con un enfoque multidisciplinario.
- 4- Complementar el pensamiento científico con valores, ética, normas y conocimientos que se plasmarían en el discurso y la praxis de la actividad física en la naturaleza.
- 5- Construir racionalmente actividades físicas naturales, como un proceso de producción teórico-práctico, que implica implementación técnica, cambios institucionales y una transformación social.

- 6- Diseñar actividades comunitarias en la naturaleza, que mejoren la calidad de vida, al utilizar la metodología de proyectos y prácticas participativas.
- 7- Promover una visión de vida, amable, saludable, democrática y armónica, privando relaciones y valores de tolerancia, de respeto a la naturaleza y a la diversidad cultural.
- 8- Construir conocimiento mediante las actividades en la naturaleza.
- 9- Documentar las experiencias y diseñar textos base para trabajos futuros.
- 10- Promover la investigación-acción, y una actitud reflexiva en relación con la naturaleza.

Una vez diseñados los planteamientos desde una perspectiva filosófica global, es importante establecer una estrategia metodológica, lo más cercana a la realidad, que comprenda:

- 1- Un programa global de las actividades físicas, en coordinación con las universidades públicas.
- 2- Un aparato administrativo institucional.
- 3- Un inventario de áreas naturales y sus condiciones, en los diferentes cantones.
- 4- La codificación de áreas naturales, con parámetros como: grados de naturaleza (virgen o secundaria), riesgos, acceso, distancia, servicios, tipos de actividad física posible, entre otros.
- 5- Definir la actividad física por realizar en cada sitio.
- 6- Determinar las estrategias metodológicas para cada lugar.
- 7- Elaborar material didáctico que favorezca la promoción y divulgación de las diversas formas de actividad física en la naturaleza.
- 8- Capacitar al personal.
- 9- Establecer normas y reglas que protejan al medio natural y a los individuos.
- 10- Organizar actividades locales y regionales, para intercambio de información y experiencias.
- 11- Establecer los controles que permitan evaluar las diversas acciones.

Bibliografía

- **Durkheim, E.** (1976). Educación y sociedad. Barcelona, España: Ceac, S. A.
- **Flores, R.** (2001) Evaluación pedagogía y cognición. Colombia. Editorial Emma.
- INEC. Censo Nacional de Población y Vivienda.2000. San José. Costa Rica.
- **Meirieu, P.** (2003) Frankenstein Educador. Barcelona, España. Editorial Romanyà/Valls, Verdaguer.
- **Meza, L.** (2001) Educación ambiental para el desarrollo sustentable. México: Editorial Limusa S.A.
- **Miguel, A.** (2001) Actividades físicas en el medio natural en la educación física escolar. Palencia, España. Patronato Municipal de Deportes.
- **Ordóñez, J.** (2002).Introducción a la pedagogía. San José, Costa Rica: Editorial EUNED.
- **Oliveira, B.** (1995) Propuesta de una versión taxonómica de las actividades en la naturaleza. Marco conceptual y análisis de los criterios elegidos”. Barcelona, España: Revista Apunts Nº 41.
- **Sarramona, J.** (1997) Fundamentos de educación. Barcelona, España: Ceac, S. A.