

TEMA 15: L'EDUCACIÓ FÍSICA I L'ESPORT COM A ELEMENTS SOCIOCULTURALS. JOCS I ESPORTS POPULARS, AUTÒCTONS I TRADICIONALS. LES ACTIVITATS FÍSQUES ORGANITZADES EN EL MEDI NATURAL.

1. INTRODUCCIÓ. L'ESPORT I ELS JOCS COM A ELEMENTS SOCIOCULTURALS.

2. JOCS I ESPORTS POPULARS, AUTÒCTONS I TRADICIONALS.
 - 2.1. CONCEPTES.
 - 2.2. FINALITATS EDUCATIVES.

3. ACTIVITATS FÍSQUES ORGANITZADES EN EL MEDI NATURAL.
 - 3.1. FINALITATS EDUCATIVES.
 - 3.2. EXEMPLIFICACIÓ D'ACTIVITATS.

1. INTRODUCCIÓ. L'ESPORT I ELS JOCS COM A ELEMENTS SOCIOCULTURALS.

Els esports i els jocs són un contingut a desenvolupar dins l'àrea d'educació física, en l'etapa d'educació primària, ja que formen part de la nostra societat i cultura.

Dins del currículum (Generalitat de Catalunya) l'aprenentatge de jocs forma part del bloc de continguts n°V: Realització de jocs.

Tanmateix, els esports i els jocs són un recurs metodològic fonamental per a assolir els altres objectius de l'àrea d'EF I de l'etapa de Primària en general.

D'altra banda, les activitats físiques organitzades en el medi natural també són una Font important per a assolir diversos objectius educatius de Primària.

En aquest tema veurem alguns conceptes d'esports, jocs i activitats a la natura més corrents a l'escola i coneixerem les seves finalitats educatives. Finalment donarem les indicacions necessàries per al seu tractament a l'escola.

2. JOCS I ESPORTS PROPULARS, AUTÒCTONS I TRADICIONALS.

2.1. CONCEPTES.

Per a una simple classificació en educació primària podem diferenciar:

- ✓ Esports col·lectius
 - ✓ Esports individuals
 - ✓ Jocs tradicionals
-
- ✓ Els Esports col·lectius: són aquells on hi ha dos o més jugadors que han d'assolir un objectiu comú, mitjançant la participació de tots. Alguns esports col·lectius més destacables en la nostra societat són, per exemple, el futbol, el bàsquetbol, l'handbol, el voleibol i el hoquei.
 - ✓ Els esports individuals: són aquells en què un jugador ha de superar-se a si mateix en relació a unes dificultats, normalment en funció d'un temps, una distància o unes execucions determinades. Alguns esports individuals presents a la nostra societat són, per exemple, la natació, la gimnàstica i l'atletisme.
 - ✓ Els jocs tradicionals: són aquells que depenen fonamentalment del context en què ens trobem (barri, ciutat, poble...). N'hi ha infinitats, que formen part de la nostra cultura o que han quedat oblidats. P.Ex: les bitlles catalanes, arrancar cebes, estirar la corda, les bales, els patacons i les txapes.

2.2. FINALITATS EDUCATIVES

En tot joc i esport hi ha un objectiu, unes normes i unes estratègies de resolució. Com a Mestres d'EF hem de fomentar la participació, l'esforç i les relacions amb els altres, i el joc, més que els aspectos purament competitius.

Algunes possibilitats educatives, segons Pere Lavega, són:

- Desenvolupament de la pròpia motricitat, a partir de l'experiència directa.

- Acceptació de la pròpia identitat, la dels altres i els objectes de l'entorn.
- Integració en el medi cultural i social.
- Interrelació de continguts d'altres àrees, d'una forma global.
- Bon ús i respecte pels instruments de l'entorn cultural i natural.
- Fomentació d'actituds de respecte i valors, com el diàleg. Exerciment de la democràcia.

3. LES ACTIVITATS FÍSQUES ORGANITZADES EN EL MEDI NATURAL

3.1. FINALITATS EDUCATIVES

Actualment en la nostra societat hi ha una necessitat a realitzar activitats físiques en el medi natural, degut al sedenterisme i a l'efecte de voler fugir de la rutina diària. Tanmateix, les activitats físiques a la natura tenen unes possibilitats educatives molt interessants per a l'educació primària:

- Fomentar actituds de respecte vers la natura i el medi ambient en general.
- Interrelacionar continguts d'altres àrees (Medi Natural – EF).
- Desenvolupar la motricitat de l'alumne mitjançant l'experiència directa en diversos medis (platja, bosc, muntanya, sender, parc, etc).
- Desenvolupar l'autonomia i capacitat de decisió de l'alumnat.
- Desenvolupar la pròpia protecció i seguretat vers els altres.

3.2. EXEMPLIFICACIÓ D'ACTIVITATS

Algunes activitats físiques que podem portar a terme a la natura són:

- Curses d'orientació: podem iniciar-nos al cicle mitjà a partir d'orientar-se en el pati de l'escola a través d'un mapa i al cicle superior fer-ho en un bosc, sender o muntanya a partir d'un mapa i la brúixola.

- Desenvolupament de les capacitats físiques bàsiques: per exemple, a partir de caminades llargues de baixa intensitat (resistència aeròbica) o jocs populars (arrencar cebes, que seria la força màxima)
- Fomentar hàbits ambientals i saludables: podem començar per fomentar que al cicle inicial no llencin papers, ni arrenquin fulles i branques del bosc i ja al cicle superior introduir valors de sostenibilitat o ecologisme.
- Mitjançant gimkanes: on l'alumne hagi de superar diferents proves físico-motrius.
- Mitjançant jornades interescolars a indrets naturals: platja, muntanya, parc municipal, etc.