

Palabras clave

actividades en el medio natural, bicicleta, orientación

Orientación a pie y en bicicleta.

Un medio para trabajar la orientación en el medio natural y al mismo tiempo promocionar la utilización de la bicicleta en la ESO

■ **CARLES SALLAN I MACIAS**

Licenciado en Educación Física.

Instituto de Enseñanza Secundaria de Alcarràs (Lleida)

Abstract

Alcarràs High School is a small dimensions and a short history educational center twelve kilometres away from Lleida. Its Physical Education department had some years ago the aim, and taking profit of its situation in a natural around, to promote the content of activities at nature, sometimes so difficult to develop due to different facts. The activities that we realize go further the common curriculum of the students and arrive to different aspects of high school's life. But there is one thing that is common to all of them; the bicycle is the star. One of the most successful activities is a variable credit called "Getting the way by walking and by bicycle", which is the axis of this article.

Key words

activities at nature, bicycle, orienteering

Resumen

El IES d'Alcarràs es un centro educativo de pequeñas dimensiones y de corta historia, situado a doce kilómetros de Lleida. Su departamento de Educación Física, se propuso hace un tiempo, aprovechando que se encuentra en un entorno rural, promocionar el *bloque de contenidos de actividades en el medio natural*, a veces tan difícil de desarrollar debido a varios factores. Las actividades que se realizan no se limitan al currículum común del alumnado, sino que engloban diferentes aspectos de la vida del centro. Pero lo que todas estas actividades tienen en común es el protagonismo de la *bicicleta*. Una de las actividades que más éxito tiene es el crédito variable "*Orientación a pie y en bicicleta*", eje principal de este artículo.

Introducción

De todos es conocida la influencia que tiene, para el desarrollo óptimo de todos los contenidos del área de Educación Física en cualquier etapa educativa, la disponibilidad de material e instalaciones adecuadas. En este sentido, y para el tema que nos ocupa, también el lugar

donde esta situado el centro educativo puede resultar determinante en la manera de plantearse el desarrollo del *bloque de contenidos de actividades en el medio natural*.

El Instituto de Enseñanza Secundaria de Alcarràs, población situada a unos doce kilómetros de la ciudad de Lleida, dirección Zaragoza, se encuentra situado en uno de los extremos del casco urbano y está orientado hacia las otras dos poblaciones desde donde llega el alumnado, (Soses y Torres de Segre). Este es un aspecto importante, ya que de esta manera se tiene un rápido acceso a las zonas de posibilidad de realización de actividades y de interés natural (río Segre, reserva natural d'Utxesa, zonas de pantanos). Por otro lado el hecho de que las tres poblaciones no disten más de tres kilómetros entre sí hace posible que se promocioe el conocimiento del entorno por parte de todo el alumnado del Instituto y no sólo del de la población donde se encuentra el centro educativo.

Esta situación y entorno "privilegiados" fueron claves en el momento de decidir de que manera se desarrollaría el *bloque de contenidos de actividades en el medio natural*: aprovecharíamos al máximo el

entorno próximo; eso sí, con la ayuda de una herramienta de la cual dispone todo el alumnado: la *bicicleta*.

De todas maneras, éramos conscientes que sólo con esto no podíamos dar a conocer a los alumnos todo el abanico de posibilidades de práctica que se pueden realizar y por ello también llevamos a cabo otras actividades encaminadas a este fin, que comentaremos por encima, centrándonos en lo que es objeto de este artículo: la promoción de la utilización de la bicicleta en la ESO y, más concretamente, el crédito variable “Orientación a pie y en bicicleta”.

Justificación del crédito

Se trata de aprovechar el entorno rural y natural en el que se encuentra el Instituto para dar al alumnado una idea de lo que puede significar saber orientarse utilizando un aparato específico como es la brújula, al mismo tiempo que se les ofrece la posibilidad de conocer una serie de aspectos relacionados con las actividades que se pueden realizar en la naturaleza, como son las carreras de orientación, las caminatas a pie y los recorridos en bicicleta, todo ello enmarcado en la idea de conocimiento y respeto por el entorno más cercano.

La realización de este crédito variable debe enmarcarse dentro de la programación del departamento de Educación Física del centro para el desarrollo del *bloque de contenidos de actividades en el medio natural*.

El hecho que esté dirigido a los alumnos del último curso obedece a diversos factores:

- La edad de los participantes favorece el tema de la seguridad.
- Aspectos tratados en el crédito ya han sido trabajados en otras áreas. Esto permite avanzar más rápidamente en determinados contenidos (lectura de mapas, escalas, elaboración de gráficos).

Objetivos del crédito

Al acabar el crédito, el alumno/a debe ser capaz de:

- Utilizar la brújula y el mapa para orientarse. Leer e interpretar mapas y libros de ruta.
- Elaborar itinerarios a partir del terreno y del mapa.
- Elaborar libros de ruta.
- Conocer los aspectos básicos de las salidas en bicicleta y de cualquier salida a la naturaleza en general.
- Recorrer diferentes itinerarios a pie y en bicicleta a partir de cualquier tipo de información.
- Contemplar las medidas de seguridad adecuadas en cada tipo de salida.

Contenidos del crédito

Procedimientos

La Brújula

- Determinación del norte magnético.
- Determinación de la dirección a seguir según un rumbo dado.
- Determinación de un rumbo a partir de una dirección dada.

Mapas topográficos

- Interpretación de las curvas de nivel.
- Localización de lugares.
- Escalas.

Libros de ruta

- Interpretación de la información.
- Creación de una simbología.
- Elaboración de libros de ruta.

Talonamiento

- Conocimiento de la propia distancia de paso.
- Utilización en la elaboración y realización de itinerarios.

Elaboración de itinerarios a pie

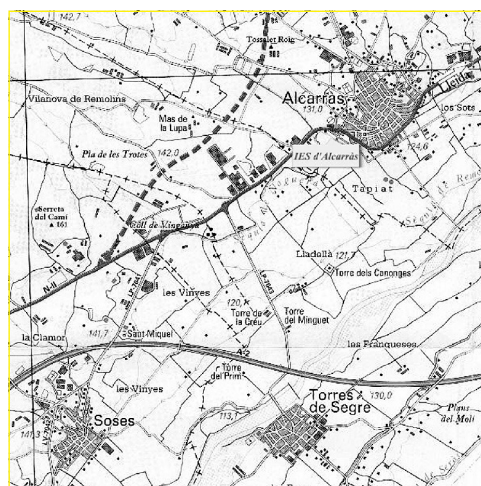
- A partir del terreno.
- A partir del plano.

Elaboración de itinerarios en bicicleta

- A partir del terreno.
- A partir del plano.

Elaboración de libros de ruta

- A partir del terreno.
- A partir del plano.



Situación del IES de Alcarràs respecto de las tres poblaciones de las que llega el alumnado.

- Para hacer a pie.
- Para hacer en bicicleta.

Recorrido de itinerarios a pie y en bicicleta con el libro de ruta

Conceptos

La Brújula

- Partes.
- Funcionamiento. Precauciones.

Otras formas de orientación

- Determinación de los puntos cardinales por el sol.
- Mediante un reloj de agujas.
- De noche. Localización de la Estrella Polar.
- Por indicios.

Mapas topográficos y libros de ruta

- Simbología.
- Escalas.

La bicicleta. Mantenimiento y utilización

Actitudes, valores y normas

- Trabajo en equipo.
- Respeto por el entorno.
- Respeto por las normas de circulación.
- Aplicación de normas de seguridad.

Actividades

Enseñanza-aprendizaje

- Trabajo con mapas y libros de ruta.
- Trabajo sobre el talonamiento. Cálculo de la longitud de la zancada. Conversión paso-metro y metro-paso.
- Elaboración de itinerarios a partir del terreno y a partir del mapa, tanto a pie como en bicicleta.
- Recorrido de los itinerarios a pie y en bicicleta.
- Salida final para poner en práctica todos los aspectos trabajados a lo largo del crédito.

Evaluación

Seguimiento diario de la actitud, trabajo y evolución de los alumnos.

50 %

El profesor toma nota de cada una de las sesiones teniendo en cuenta el interés y la actitud mostrados por el alumno hacia el trabajo propuesto.

Realización de ejercicios sobre el mapa y sobre el terreno.

25 %

El alumnado deberá presentar todos los ejercicios referentes al trabajo sobre los planos, el talonamiento y la utilización de la brújula.

Elaboración de itinerarios.

25 %

El alumnado deberá presentar las fichas y los libros de ruta de los itinerarios que hayan elaborado, ya sean para realizar a pie o en bicicleta.

Participación en un mínimo del 80% de las sesiones.

Requisito

No se admite la no participación en una sesión sin justificación.

Participación en la salida de final de crédito.

Requisito

El último día del crédito se realiza una salida durante todo un día, que consiste en recorrer un itinerario en bicicleta de unos cincuenta kilómetros aproximadamente utilizando un libro de ruta proporcionado por el profesor y una prueba de orientación a pie de una duración aproximada de cuarenta y cinco minutos. Los alumnos tienen que poner en práctica todos los conocimientos adquiridos durante la realización del crédito.

Temporización

Sesiones 1-3. Presentación.

Plano: Información y simbología

Podríamos decir que las tres primeras sesiones consisten, además de hacer una presentación, durante la primera sesión, sobre todo lo que se pretende trabajar a lo largo del crédito en un trabajo preliminar sobre plano, de manera que los alumnos sepan cuál es la información que tenemos a nuestra disposición cuando abrimos uno: escalas, usos del suelo, curvas de nivel, simbología, numeración del plano, declinación, etc. A parte de la explicación teórica, los alumnos realizarán un trabajo de localización sobre plano de diferentes zonas y escalas que les serán distribuidos. El trabajo de localización será del tipo:

1. Buscar en el plano los siguientes aspectos:
 - 10 carreteras
 - 10 vías fluviales
 - 5 cementerios
 - 5 iglesias o ermitas
 - 2 castillos
 - 4 edificios aislados/corrales/ruinas
 - 3 depósitos
 - 2 líneas eléctricas
2. Determinar la distancia real entre dos núcleos urbanos cualesquiera:
 - En línea recta.
 - Siguiendo la carretera que los une. (Para la realización de este apartado utilizarán el curvímetro, la utilización del cual también les habrá sido explicada anteriormente).

Sesiones 4-5. Orientación: Sol, reloj de agujas, indicios, Estrella Polar

Durante estas dos sesiones se explican otras formas de orientación, básicamente sin medios técnicos. Se hace referencia a su menor fiabilidad con respecto a la brújula, pero también su utilidad en caso de necesidad. Aunque de manera muy rudimentaria, se realiza una práctica consistente en realizar un itinerario utilizando el reloj de agujas como herramienta de orientación.

Sesión 6. La brújula.

Orientación del plano

En esta sesión se explica el funcionamiento de la brújula y su utilidad, así como las precauciones que hay que tener con su utilización con el fin de que los datos sean fiables. También se trabajan dos procedimientos básicos.

- La determinación del rumbo a seguir según una dirección dada, para elaborar un itinerario, que posteriormente realizará un compañero.
- La determinación de la dirección a seguir según un rumbo dado, que necesitarán cuando realicen el itinerario elaborado por un compañero.

Sesiones 7-8. Talonamiento.

Trazado de itinerarios.

Determinación del rumbo.

Libros de ruta

Lo primero que se hace durante estas sesiones es conocer la longitud de la zancada de cada uno (talonamiento), ya que junto con el rumbo, serán los elementos imprescindibles para poder elaborar tanto los itinerarios a pie, sobre el terreno, como para posteriormente poder recorrerlos. También se explica la plantilla donde hay que plasmar los itinerarios que elaboren, como determinar rumbos y distancias en el plano utilizando unas plantillas transparentes, y cuales son los aspectos básicos a la hora de elaborar un libro de ruta. (Figura 1)

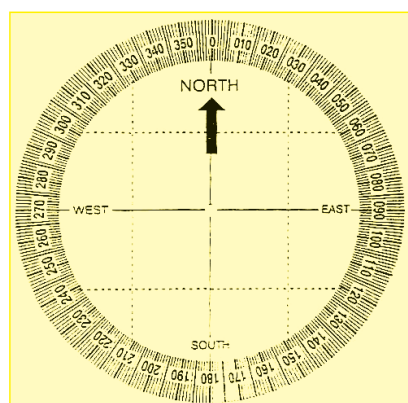
Sesiones 9-10.

Trazado de itinerarios sobre el terreno. Parejas

A partir de este momento el alumnado trabajará siempre en parejas. Digamos que es una medida de seguridad y control, ya que el profesor realiza un seguimiento indirecto del grupo y se desplaza libremente por el casco urbano. Los alumnos tienen ya las dos herramientas básicas para elaborar un itinerario a pie sobre el terreno: saben cómo determinar el rumbo de una dirección a seguir (con brújula) y saben cómo medir la distancia y hacer la transformación a una unidad válida para todos

Figura 1.
Plantilla de itinerario.

Representación gráfica			
Escala:			
TRAMO	RUMBO	DISTANCIA	OBSERVACIONES



Círculo graduado transparente.



Curvímetro.

(con el talonamiento). Durante estas sesiones elaboran itinerarios a pie sobre el terreno para que después sus compañeros los puedan recorrer.

Sesiones 11-12. **Recorrido de itinerarios. Parejas**

El alumnado también por parejas, se intercambia los itinerarios que ha elaborado durante las dos sesiones anteriores. Esta actividad tiene una doble finalidad: el alumnado comprueba por una parte si es capaz de “leer e interpretar” el itinerario elaborado por sus compañeros y por otra lado, “corrige” el itinerario, viendo si realmente se puede recorrer.

Sesiones 13-17. **Elaboración de itinerarios para bicicleta sobre el plano.** **Libros de ruta. Parejas**

Estas cinco sesiones son de trabajo en el aula y deben ponerse en práctica gran parte de los conocimientos teóricos que se han tratado a lo largo del crédito para elaborar itinerarios (ficha y libro de ruta) y recorrerlos después en bicicleta. Nos encontramos en el ecuador del crédito y ya se nota que los alumnos tienen ganas de em-

pezar a salir en bicicleta y de enseñar a sus compañeros los itinerarios que les han preparado.

Sesiones 18-34. **Puesta en práctica de los itinerarios en bicicleta**

En una primera fase, cada pareja guía al resto del grupo en el recorrido de uno de sus itinerarios. Esto servirá por un lado, para que todos se sientan más seguros cuando hayan de seguir el itinerario marcado y, por otro lado, para que todos se acostumbren a hacer de guía del resto del grupo, con todo lo que esto comporta (llevar un ritmo que todo el mundo pueda seguir, ser ejemplo de seguridad, pararse cuando surja una duda en el camino a seguir, etc.)

En la segunda fase, en cada sesión, una pareja guía al resto del grupo siguiendo un itinerario elaborado por otra pareja. La pareja que guía se sitúa al frente del grupo y la pareja que ha elaborado el itinerario inmediatamente detrás. La misión de esta segunda pareja es advertir de posibles errores a la pareja guía, ya que el tiempo de la sesión es muy limitado y no nos podemos permitir el lujo que los guías descubran por ellos mismos que se han equivocado de camino, a pesar de que desde el punto de vista educativo puede ser lo mejor. Excepción: si se tiene la suerte que en el horario del alumnado estas sesiones están colocadas antes o después del recreo o al final de la mañana o de la tarde podemos disponer de un tiempo extra, sin ningún inconveniente por parte de los alumnos (cuatro años de realización del crédito lo corroboran).

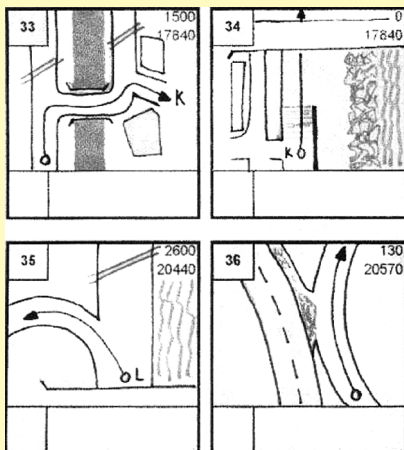
Sesión 35. Evaluación final. **Salida de un día en bicicleta**

La última sesión del crédito es, sin ninguna duda, la más esperada por los alumnos. La mayoría nunca ha hecho una salida en bicicleta que dure todo el día, por descontado que tampoco nunca han hecho tantos kilómetros en bicicleta en un solo día (entre cincuenta y sesenta). La emoción, el miedo y la ilusión les invaden; se añade a todo esto que van a ciegas, ya que el libro de ruta ha sido elaborado por

Orientació a peu i en bici

Libre de ruta. 14 de juny de 2001

Cubierta del libro de ruta.



Hoja del libro de ruta.

el profesor, no saben adónde van y nos encontramos en el mes de junio (con unas temperaturas muy altas en esta zona).

La realidad es que por la mañana se llega, siempre por caminos donde la posibilidad de encontrar tránsito rodado es mínima, a un espacio natural protegido situado en la ciudad de Lleida. Aquí se deja por unos momentos la bicicleta y se realiza por dentro de este espacio singular (Parque de *La Mitjana*) una prueba de orientación a pie, consistente en seguir otro libro de ruta y pasar por una serie de puntos de control completando el recorrido en el menor tiempo posible y sin penalizaciones.

Almorzar y un tiempo de relax en unas piscinas próximas y posteriormente conti-

nuación de la ruta. Haciendo un recorrido por diferentes poblaciones de los alrededores de Lleida llegaremos nuevamente al Instituto, de donde habíamos salido por la mañana.

Toda una experiencia, para los alumnos y profesores acompañantes.

Orientaciones metodológicas

Las estrategias pedagógicas que se utilizan son:

- Asignación de trabajos.
- Trabajo en pequeños grupos.
- Descubrimiento guiado.
- Resolución de problemas.
- Creatividad.

En este apartado es necesario comentar que, de hecho, no se dan unas actividades de enseñanza-aprendizaje concretas para justificar en cada momento una estrategia determinada, a pesar de que en algunos casos la relación está muy definida. La experiencia nos indica que a medida que avanza el desarrollo del crédito, se va observando cómo a partir de las primeras herramientas y directrices que se han dado, el alumnado va evolucionando de forma continuada de tal manera que consigue una independencia en la elaboración de un itinerario y la organización de una salida en bicicleta. De hecho, en última instancia, este es el objetivo, no sólo del crédito sino de toda la etapa de secundaria: dotar al alumno/a de los recursos y conocimientos necesarios para ser capaz de tener un estilo de vida saludable donde la práctica de la actividad física tenga un papel importante.

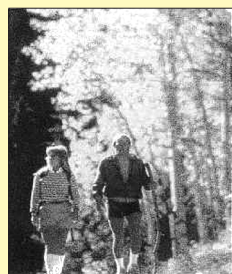
Material didáctico**Instalaciones y materiales**

- Aula.
- Los alrededores del centro.
- Planos.
- Brújulas.
- Bicicletas.
- Curvómetro.
- Círculo graduado y regla transparente.
- Material de mantenimiento de bicicletas.

Material de soporte del alumno

Durante la sesión de presentación del crédito se proporciona al alumnado un dossier que incluye:

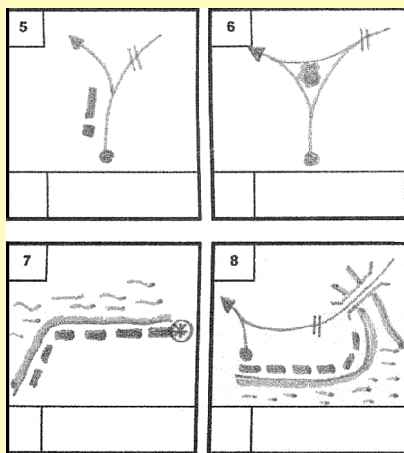
- Objetivos, contenidos y evaluación del crédito.
- Desarrollo teórico de los diferentes apartados que se tratan.
- Fichas de ejercicios para trabajar los aspectos teóricos.
- Fichas tipo para elaborar los itinerarios.
- Círculo graduado y regla transparente.
- Documentación que habla de las partes de la bicicleta, la correcta utilización



Libre de ruta
Sortida final de
crèdit
14 juny 2001

Cursa d'orientació a La Mitjana de Lleida

Cubierta del libro de ruta de La carrera de orientación.



Hoja del libro de ruta de La carrera de orientación.

del cambio, los problemas más frecuentes y su solución, y medidas de seguridad.

- Artículos que hablan de itinerarios en bicicleta, libros de ruta, cursos de orientación y raids de aventura.
- Plano del casco urbano de Alcarràs.
- Planos topográficos de la zona.

Material del profesor

Bibliografía diversa sobre el tema

- Cartografía diversa de la zona del Centro.
- Cullell, J. M.: *En BTT pel gironès*, Cossetània edicions.
- García, J. E.: *Topografía militar elemental*, ed. Agulló.
- Irizar, J. C.: *El teu primer llibre de muntanya*. Generalitat de Catalunya.
- Konopka, P.: *Pedaleando por la vida*, Ed. Tutor
- Milson, F.: *El libro de la bici*, Haynes Publishing.
- Rey, M. y Schmitz, G.: *Mountain Bike*, ed. Tutor.

Y muchísimas, muchísimas horas y kilómetros encima para conocer el entorno natural por donde se desarrolla el crédito y poder preparar todo el material necesario.

Las otras actividades que se realizan en el centro relacionando directamente el entorno con la bicicleta

Como antes se ha comentado, el crédito variable "*Orientación a pie y en bicicleta*" es el eje central de este artículo, pero también se deben destacar las otras actividades que tienen como protagonista a la *bicicleta*, debido a la importancia que ha adquirido este medio de transporte ecológico, en la vida cotidiana del IES d'Alcarràs, tanto en aspectos curriculares como en los extracurriculares.

Aspectos curriculares

Salidas dentro del currículum común de Educación Física en la ESO y el bachillerato:

Se realizan salidas en bicicleta por circuitos de los alrededores del instituto

durante las horas normales de clase de educación física. Según la edad del grupo, este tiempo permite unos recorridos que varían entre los ocho y los doce kilómetros. Ocasionalmente, y si el horario de los alumnos lo permite se hacen recorridos más largos, utilizando la sesión anterior o la posterior a la hora del descanso. Las salidas se realizan durante todo el curso escolar, excepto durante los meses de enero y febrero extremadamente fríos en estas tierras, con la siguiente frecuencia:

- Primero de ESO: Dos salidas por trimestre.
- Segundo de ESO: Dos salidas por trimestre.
- Tercero de ESO: Tres salidas por trimestre.
- Cuarto de ESO: Tres salidas por trimestre.
- Bachillerato: Dos salidas por trimestre.

Salidas dentro del currículum variable de la ESO

El departamento de Ciencias Naturales de nuestro centro ha incorporado también la utilización de la bicicleta en la organización de sus actividades. En este sentido encontramos el crédito variable "*El trabajo de campo*". Se trata de un crédito de refuerzo para cuarto de ESO basado en la organización del entorno y la recogida de muestras para su posterior clasificación y análisis en el aula. Se realiza una salida de un día entero al pantano de Utxesa, cercano a la población de Torres de Segre, utilizando como medio de transporte la bicicleta. El recorrido total de la salida es de treinta kilómetros aproximadamente.

Salidas dentro del currículum diversificado de Bachillerato

Dentro de la materia "Ciencias de la tierra y el medio ambiente", el seminario de Biología y Geología organiza una visita a la estación depuradora de aguas de Lleida, que dura todo el día. También en este caso el desplazamiento Alcarràs-Lleida se realiza en bicicleta. El recorrido total es de unos treinta kilómetros.

Otras visitas previstas para este curso a instalaciones de los alrededores de Alcarràs (planta depuradora de purines) también se realizarán en bicicleta.

Crédito de síntesis de cuarto de ESO

Para el alumnado de cuarto de ESO, el centro organiza un crédito de síntesis que lleva el título "*Segre amunt, Segre avall*" (*Segre arriba, Segre a bajo*). El río Segre atraviesa las tres poblaciones que aportan alumnos al instituto; por tanto, este río está presente en su vida cotidiana y tiene para ellos un significado importante en el conocimiento de su entorno. El crédito, que se desarrolla fuera del centro, se estructura de la siguiente manera: los dos primeros días se sigue el recorrido del río desde prácticamente su nacimiento, en la Cerdanya, hasta cerca de su desembocadura en el río Ebro, muy cerca de Alcarràs. Durante el viaje se van realizando visitas y actividades relacionadas con los diferentes usos y aprovechamientos.



Alumnos de 2.º de ESO preparados para hacer una salida en la clase de Educación Física.



Alumnos de 4.º de ESO en el Delta del Ebro durante el crédito de síntesis.



"Castanyada" en los Pantanos de Alcarràs.

tos del río (energético y ludicodeportivo), y de sus alrededores. Los dos últimos días nos llevarán hasta el Delta del Ebro, lugar donde van a desembocar finalmente las aguas del Segre. Pues bien, dentro de este marco también se ha incluido la bicicleta, concretamente en el Delta del Ebro, donde se hace un recorrido de unos 25 kilómetros combinando la observación de la flora y la fauna de la zona con el disfrute de un rato en la playa.

Aspectos extracurriculares

Días especiales del calendario

No todo en la vida del alumno es estudiar. Dentro del marco del centro educativo se organizan jornadas, que podríamos llamar "especiales por calendario". Durante unas horas se dejan a un lado los libros y las aulas y se organizan actividades de tipo más cultural y lúdico, pero no por ello menos educativas.

El IES d'Alcarràs tiene por costumbre celebrar la "Castanyada" (la semana del 31 de octubre), Navidad (el día antes de empezar estas vacaciones) y la "Diada de Sant Jordi".

La organización de la *jornada* dependerá del carácter que el centro quiera darle, pero lo que es seguro es que el departamento de Educación Física siempre tendrá algo que decir. En este sentido, siempre hemos tenido un papel relevante en la organización de actividades lúdicas y deportivas, pero en lo que hace referencia a la bicicleta, nuestra actuación se ha concretado, en los últimos tres años académicos 1998-2001 (el centro tiene cinco años de existencia), en los siguientes aspectos:

- En la "Diada de Sant Jordi" de 1999 se organizó una competición eliminatoria que se basó en la realización de un eslabon paralelo de velocidad y habilidades. La actividad contó con una participación de 60 alumnos.
- "La Castanyada" del año 2000 se celebró el martes 31 de octubre. El hecho de ser martes es importante, ya que hay transporte escolar y esto nos permite organizar la actividad para todo un día. Decidimos pasar una jornada lúdico-deportiva fuera del centro, en un entorno natural alejado del cemento del Instituto. La zona escogida fue "El pantano de Alcarràs", una zona verde a unos diez kilómetros del pueblo, equipada con zona de juegos, de picnic y árboles, ideal para un día de convivencia diferente entre el alumnado y el profesorado. Era necesario mover a trescientos cuarenta alumnos y a los cuarenta profesores. ¿Cómo? En *bicicleta*. No sin un gran esfuerzo de organización, se consiguió formar una caravana de más de doscientas cincuenta bicicletas, varios vehículos de soporte, entre ellos los de la policía municipal de las tres poblaciones de las que proceden los alumnos, y una treintena de alumnos y profesores que por diferentes motivos hicieron la ruta a pie.

El éxito de la experiencia nos anima a repetir este próximo curso 2001-2002.

Promoción de la bicicleta entre el profesorado del centro

La gran cantidad de salidas en bicicleta que se organizan en el centro hace que el departamento de Educación Física no pueda absorberlas todas (son tres profesores y siempre van un mínimo de dos acompañantes, por pequeño que sea el grupo). En este sentido cabe destacar la buena predisposición del claustro de profesores al acompañarlos en las salidas. Siempre se encuentra a alguien cuando al menos dos de los profesores del departamento no tienen disponibilidad horaria, sí en el momento de la salida, no están ocupados haciendo clase a un grupo. Hay que destacar este aspecto, ya que hay que



El director y un profesor se preparan para una salida.

tener en cuenta que estas horas en las que cualquier profesor/a acompaña a un grupo y a su profesor/a "titular" son horas extras de su horario de permanencia en el centro. Sin esta buena predisposición sería imposible realizar todas las salidas.

También es importante destacar este ambiente "biciclero" ha provocado entre el profesorado del Instituto una reacción positiva en su estilo de vida, en el sentido que se organizan encuentros, y no siempre promocionados por los miembros del departamento de Educación Física, para hacer rutas en bicicleta los fines de semana y durante los períodos vacacionales. Incluso hay quien se desplaza desde su lugar de residencia (Lleida en la mayoría de los casos) hasta el instituto en bicicleta.

La bicicleta como aspecto característico del IES d'Alcarràs

Para los meses de setiembre-octubre de 2001 tenemos previsto la realización de un intercambio con alumnos de un centro educativo de la población de Lumijoki (Finlandia). Este intercambio afecta todos los departamentos del centro, pero ha sido organizado preferentemente por los departamentos de lenguas (catalana, castellana, inglesa). Uno de los muchos objetivos que se pretenden en estos intercambios es que los alumnos conozcan el entorno y el centro que visiten en el otro país. Por este motivo una parte de las actividades que realizarán los alumnos cuando nos visiten tendrán a la bicicleta como protagonista, ya que esta empieza a ser un aspecto característico del centro.

También en este sentido tenemos previsto, junto con otros departamentos didácticos del centro, empezar a desarrollar un eje transversal del trabajo de educación ambiental, remarcando la promoción que se hace de la utilización de la bicicleta como medio ecológico y saludable de transporte y de conocimiento del entorno.

Aspectos que favorecen la utilización de la bicicleta en nuestro centro

Hay un aspecto a destacar. Seguramente que muchos compañeros/as, mientras iban leyendo el artículo, han ido encontrando impedimentos para poder desarrollar una experiencia de estas características en sus centros. En nuestro caso se dan una serie de circunstancias que lo hacen posible, pero somos conscientes que si alguna de ellas se dejase de dar tendríamos dificultades para continuar, al menos al mismo nivel.

Éstas son las circunstancias favorables:

- La colaboración de la dirección del centro y del profesorado, tanto del departamento de Educación Física como de otros.
- La colaboración de los tres ayuntamientos de procedencia de los alumnos.
- El soporte del Consejo Escolar del centro y de la Asociación de Madres y Padres de Alumnos (AMPA).
- La colaboración de las empresas encargadas del transporte escolar.
- La gran disponibilidad de bicicletas por parte del alumnado
- La situación geográfica del centro, con un rápido acceso a un entorno natural, a través de una extensa red de caminos poco transitados por otros vehículos.

Medidas de seguridad

Uno de los temas que más preocupan a todos los miembros de la comunidad educativa, pero sobre todo a los padres y profesorado, es el de la seguridad y la respon-

sabilidad civil que se deriva de cualquier accidente. Por ello se pone especial atención, con el fin de evitar al máximo los riesgos. Estas son las actuaciones que se toman en este sentido:

- Todas las salidas están aprobadas por el consejo escolar, tanto las que se realizan en horas de clase como las que no.
- Se notifica a los padres el calendario de salidas. Al recibirlo pueden no autorizar la participación de su hijo/a en la actividad. En este caso, el alumno/a permanece en el centro realizando una labor relacionada con la actividad. Es de destacar que este hecho se produce en muy pocos casos.
- Todos los participantes en la salida, alumnos y profesores, utilizan casco.
- Cada salida tiene un mínimo de dos profesores acompañantes, que se colocan delante y al final del grupo.
- Se recuerdan antes de salir aspectos relacionados con la seguridad durante el recorrido, como pueden ser: ir siempre pegados a la derecha del camino, ir uno detrás de otro, no realizar maniobras bruscas e inesperadas, pasar la voz a los compañeros si se acerca un vehículo por delante o por detrás...
- Los profesores van equipados con radiotransmisores (permiten una comunicación constante entre los de delante y los de la cola del grupo), y teléfono móvil (que permite comunicarse con el centro escolar en caso de necesidad).
- En salidas de especial dificultad, sobre todo cuando nos tenemos que mover por vías muy transitadas, la comunicación con los ayuntamientos implicados, que ponen a nuestra disposición un vehículo de la policía local
- Revisión básica de las bicicletas antes de salir.

Conclusiones

El trabajo del *bloque de contenidos de actividades en el medio natural* puede

verse fuertemente influenciado según el entorno geográfico en el que se encuentre el centro educativo. En este sentido, una ubicación en un entorno rural y natural ofrece un amplio abanico de posibilidades. Se trata, pues, de trabajar en el sentido de aprovecharlo al máximo y llegando a todos los ámbitos implicados (alumnado, padres, profesorado, entidades locales...). Si es así, y la experiencia en el IES d'Alcarràs nos lo demuestra día a día, se pueden llegar a conseguir muchas cosas. En nuestro caso, la promoción de la bicicleta ha servido:

- Para concienciar al alumnado de la validez de la bicicleta como medio de transporte saludable y ecológico. Fomentar a través de este aspecto conceptos de seguridad vial y respeto por el medio ambiente.
- Para ayudar a un mejor conocimiento del entorno geográfico próximo, propio y de los compañeros y compañeras, que no son de su municipio pero que es el de las personas con quien comparten el centro educativo.
- Para que el alumnado y el profesorado integren la utilización de la bicicleta en una forma de vida más sana y en la utilicen durante su tiempo libre.
- Para encontrar momentos de convivencia entre los miembros de la comunidad educativa, diferentes a los de la vida académica cotidiana.
- Para abrir las puertas a la realización fuera del entorno habitual de otras actividades en el medio natural; ya sean salidas del área de educación física, jornadas culturales o créditos de síntesis o este tipo de actividades, tienen una relevancia especial.

En muchas ocasiones hay grandes dificultades organizativas y el esfuerzo necesario es importante, pero, por ejemplo, ver que un día en el que no está programada ninguna salida hay muchas bicicletas en la entrada del Instituto, es gratificante.