



Aprendizaje social y emocional acercando la naturaleza a las escuelas” - SEL para escuelas

GUIA PARA EL PROFESORADO - Version corta

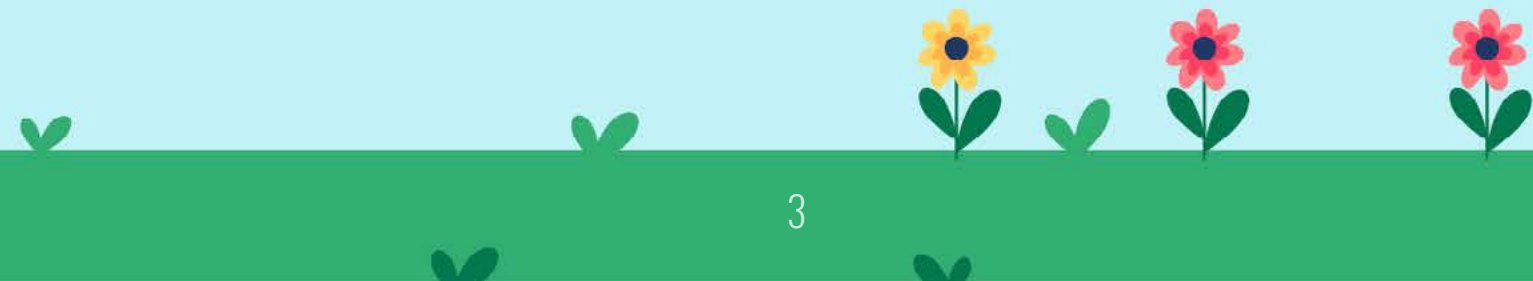


Guía educativa para fomentar y apoyar la inteligencia emocional (IE) y las competencias sociales y emocionales (SEL) en educación infantil usando el entorno exterior y la naturaleza.

1. Prólogo.....	4
2. Breve explicación del proyecto.....	6
3. Resultados del estudio.....	10
4. Cómo usar esta guía.....	12
5. Desafíos metodológicos y logísticos.....	14
5.1 Dificultades para realizar todas las actividades, el programa es demasiado exigente y debemos desarrollar las actividades curriculares que el departamento de educación nos exige:.....	14
5.2 Regulación del uso del patio de recreo y el tiempo al aire libre.....	14
5.3 Falta de conocimiento sobre la naturaleza y las aves.....	15
5.4 Ratios demasiado altas.....	15
6. Desafíos del espacio al aire libre.....	16
6.1 Cómo naturalizar los patios.....	16
De la idea a la acción.....	16
La diversidad de hábitats significa biodiversidad.....	18
Las hierbas, los arbustos y los árboles.....	20
¿Qué plantas son las más adecuadas?.....	23
Estanques, arroyos, presas y fuentes... La magia del agua.....	25
Jardinería durante todo el año, medio ambiente sano y alimentación saludable.....	27
Crear espacios verdes de sombra como refugios contra el Cambio Climático.....	29
Mantener nuestra biodiversidad - una tarea para toda la comunidad.....	30
6.2. Facilitar el uso de espacios al aire libre - Cómo crear diferentes atmósferas y escenarios en el patio.....	31
6.2.1 Create corners.....	32
7. Aprender a gestionar el riesgo en edades tempranas	37
8. ¡Salgamos!.....	39
8.1 Pre - requisitos básicos para la implementación exitosa del programa:.....	39
a) Ajústate a la temperatura y disfruta.....	39
b) Ingredientes necesarios para salir al aire libre: prepara tu receta para crear espacios y aprendizajes saludables.....	40
8.2 SEL para escuelas día ejemplo al aire libre.....	41



8.3 ideas de actividades para un día al exterior.....	44
9. Echa un vistazo al mundo de las aves.....	51
• Salud de las aves.....	52
• Lenguaje y comunicación de las aves.....	57
• Vuelo de las aves.....	60
• Comportamiento de las aves.....	64
• Emociones y relaciones de las aves.....	67
• Morfología del cuerpo de las aves.....	71
• Alimentación de las aves.....	75
• Habilidades de las aves.....	76
10. Historias con las que trabajar.....	84
• Un nido lleno de nueces.....	84
• Sobre un petirrojo limpio y una maravilla fangosa.....	86
• Cómo Crunchy (el castor) fue engañado por la risa.....	88
• Tortolitos.....	90
• El mirlo valiente.....	92
• El pinzón y la urraca.....	94
• El pájaro más fuerte.....	96
• El lagarto y el pájaro.....	98
11. Libros infantiles recomendados para usar.....	99
12. Apéndice 1 - Resumen de los resultados del estudio	103



1. Prólogo

La evidencia cada vez mayor de los múltiples beneficios que la naturaleza tiene para la salud y el bienestar de la infancia ha llevado a los profesionales de la salud a recomendar cada vez más que estén en contacto con ella y que pasen rato en ella. En esta línea, numerosos estudios destacan que la naturaleza ofrece oportunidades y experiencias que contribuyen al bienestar y la salud de los niños y las niñas de muchas formas, como la mejora de su desarrollo físico, psicológico, social y emocional, mediante experiencias directas, indirectas y simbólicas.

Esta toma de conciencia de la importancia de la naturaleza para la salud y el bienestar de la infancia se ha acelerado de forma especial durante la pandemia de la Covid-19, en la que se ha hecho especialmente visible el papel de los entornos de vida cercanos como requisito esencial para la salud y el bienestar. Es evidente que a los niños y niñas que han podido disfrutar de espacios naturales se les han hecho menos pesadas las restricciones que desgraciadamente nos han acompañado durante mucho tiempo y que este contacto ha sido muy importante para su salud y bienestar.

El concepto de salud, tal como lo entiende la Organización Mundial de la Salud desde 1948, en términos de un estado completo de bienestar físico, mental y social y no la mera ausencia de enfermedad o dolencia, toma pues todo el sentido en ese contexto. Como también lo tiene el concepto de bienestar subjetivo, con lo que converge, y que se refiere a las percepciones, evaluaciones y aspiraciones de las propias personas –los niños y niñas en este caso– en relación a sus vidas y que puede coincidir o no con lo que los expertos consideran más relevante para su salud y bienestar.

Ahora bien, a pesar de que tenemos muchos conocimientos científicos sobre los efectos positivos que comporta la exposición directa a la naturaleza, ¿sabemos realmente cómo los niños y niñas perciben la naturaleza?, ¿cómo es su relación con la naturaleza y el rol que esta relación tiene a la vez que genera beneficios para su salud y su bienestar? La respuesta es más bien negativa y, por tanto, las acciones que llevamos a cabo sólo desde la perspectiva adulta, por muy bien intencionadas y planificadas que estén, tienen limitaciones muy evidentes. Si queremos avanzar en esta dirección, claramente necesitamos herramientas y formas de hacer diferentes que nos permitan incorporar la perspectiva infantil y darle tanta importancia como al conocimiento experto, a pesar de que inicialmente nos pueda generar muchas dudas.

En este desafío disponemos ya de conceptos específicos que nos pueden ser muy útiles como el sentimiento de conexión con la naturaleza que ha sido bastante estudiado con personas adultas, pero muy poco con niños y niñas. La idea de fondo es simple:



Sentirse conectado con la naturaleza es algo más que pasar tiempo en la naturaleza pues tiene que ver con cómo subjetivamente construimos nuestra relación con ésta. Las emociones (lo que sentimos), tanto como las cogniciones (lo que pensamos), se convierten en dos piezas clave en esta construcción.

A este respecto, la mayoría de los niños y niñas tienen opiniones favorables sobre la naturaleza y experimentan emociones positivas cuando están en contacto con ellas, de acuerdo con las expectativas de expertos y educadores. Pero, en el momento en que las personas adultas tomamos conciencia de lo importante que es saber cómo los niños y niñas dan sentido a los espacios naturales, cómo les asignan significado y cómo los experimentan y los perciben, debemos estar preparados para descubrir también que, para algunos niños y niñas, la naturaleza es sinónimo de indiferencia y que, otros, incluso experimentan emociones negativas, como soledad y miedo. También debemos asumir que muchos niños y niñas tienen un acceso limitado a la naturaleza y que, por tanto, deberemos buscar maneras creativas, conjuntamente con ellos y ellas o incluso, por iniciativa totalmente suya, para que la naturaleza llegue a los sus entornos habituales de vida, como las escuelas.

La guía que el lector/a tiene en las manos y que tengo el privilegio y el placer de prologar, constituye un excelente ejemplo de lo importante que es ir rompiendo la dicotomía entre naturaleza y no-naturaleza y como espacios tradicionalmente considerados de no-naturaleza por su elevado grado de urbanización, como lo son las escuelas, pueden convertirse en lugares donde la naturaleza está presente de forma creativa, colaborativa e integrada con otras actividades de la vida escolar y con su entorno físico inmediato.

La renaturalización de los espacios urbanos constituye, afortunadamente, un movimiento imparable que busca, en último término, promover una mejor salud y calidad de vida de los ciudadanos. Para ello es necesaria la complicidad y la participación de todos y todas, tanto de las personas adultas como de la infancia. Y para ser cómplices es evidente que hay que dar apoyo y formación a los diferentes actores que forman parte, por lo que una guía dirigida a los maestros y maestras se convierte en capital. Sin embargo, hay que tener presente que los pocos niños y niñas que han sido preguntados por su relación con la naturaleza en estudios científicos la definen como compleja, pues consideran que hay muchos factores que están interviniendo. A partir de aquí, es evidente que necesitamos saber muchas más cosas de los niños y niñas provenientes de culturas muy diversas y que se encuentran en situaciones vitales muy diferentes. Pero, sobre todo, necesitamos que los niños y niñas estén en el centro de todo ello, también los que se encuentran en situación de vulnerabilidad. Y no como personas ciudadanas del futuro que algún día van a ser, sino como ciudadanas del presente que ya son. Invito pues, a las personas a las que va destinada esta guía a contribuir a que las voces de los niños y niñas sean escuchadas cuando se desarrollen las actividades que se proponen, porque tienen mucho que decir.

Mónica González-Carrasco

Profesora Catedrática de Psicología Social de la Universidad de Girona

Girona, 29 de septiembre de 2023



2. Breve explicación del proyecto

Las aves son animales fascinantes y tienen una gran importancia a nivel ecológico. Sin embargo, científicos británicos han advertido que la población de aves de Europa ha disminuido en 421 millones en los últimos treinta años, que es aproximadamente una quinta parte del total. Un estudio realizado por el Cornell Lab of Ornithology (mayo de 2022) encontró, o sospechó, que el 48% de las especies de aves existentes en todo el mundo está experimentando disminuciones de población. Las aves son un indicador robusto de la salud ambiental y su disminución indica una pérdida importante de biodiversidad pero también una amenaza para la salud y el bienestar de las personas (K. Rosenberg, Cornell Lab 2022). Los conservacionistas advierten que a menos que este declive se revierta, perderemos valores naturales significativos. Jan Gugh de SOS/Birdlife SK, cree que podemos ayudar a revertir esta situación “monitoreando de cerca las aves y cultivando la relación de los niños y las niñas con la naturaleza”. Al mismo tiempo, podemos ayudar a establecer áreas que ofrezcan a las aves una fuente de alimento durante todo el año, posibilidades de anidación, agua y refugios.

Las personas generalmente tienen pocas habilidades en la identificación de la biodiversidad. Los conceptos erróneos sobre las especies, incluidas las aves, son comunes entre los niños y las niñas y, si no se abordan, pueden persistir hasta la edad adulta. Otro problema es que los niños y las niñas, especialmente en las zonas urbanas, están más desconectados que nunca de la naturaleza, lo que lleva a la “extinción de la experiencia” con el mundo natural. Sin embargo, hay muchos beneficios para la infancia al interactuar con la naturaleza de primera mano a través del aprendizaje al aire libre. La evidencia sugiere que las experiencias en la naturaleza durante la niñez pueden tener un efecto positivo en las actitudes y el comportamiento ambiental de las personas adultas. Poseer habilidades básicas de identificación de animales y plantas a menudo se enfatiza como un requisito previo para comprender y apreciar la biodiversidad. Se cree que los programas basados en el aprendizaje al aire libre son particularmente beneficiosos y, en este sentido, los patios escolares son un recurso valioso que puede proporcionar experiencias en la naturaleza y espacios para el aprendizaje.

Hay múltiples beneficios del aprendizaje al aire libre dentro de los patios de las escuelas, tales como: un acceso cercano y fácil a la naturaleza ya que esta se encuentra en la misma escuela (ahorrando dinero en viajes y tiempo de enseñanza); posibilitar un contacto frecuente y cotidiano que permita realizar observaciones a largo plazo; y el hecho de que los niños y niñas están más cómodos y atentos cuando se les enseña en un entorno familiar, aumentando así el rendimiento académico. Explorar la biodiversidad en el entorno escolar puede aumentar la curiosidad y el interés de los niños y las niñas por la ciencia y la naturaleza y apoyar su pensamiento proambiental. Las actitudes positivas en la infancia se forman no solo a través del conocimiento, sino también a través de la educación emocional y el desarrollo de competencias emocionales. Se necesita una conexión emocional si queremos desarrollar una relación con las especies animales y el mundo natural.



En nuestro proyecto, creemos que la inteligencia emocional (IE) y las competencias emocionales pueden mejorar e influir positivamente en las actitudes y el conocimiento de los niños y las niñas. Creemos que esto se puede conseguir si las escuelas implementan programas combinando los aspectos de la educación social y emocional, con el uso del aire libre, junto con la ejecución de proyectos ambientales a pequeña escala en patios que han sido renaturalizados. Contribuyendo así, a aumentar los conocimientos, las actitudes y la inteligencia emocional de los niños y niñas en general pero también sobre la biodiversidad en particular.

El presente proyecto se llevó a cabo de manera transnacional, aportando habilidades y conocimientos únicos, pero compartiendo valores y objetivos comunes. Han participado cuatro países (Eslovaquia, Malta, Reino Unido y España), realizando un estudio de investigación y desarrollando una nueva metodología para trabajar con niños y niñas de 4 a 6 años. El estudio se centró en el aprendizaje sobre la naturaleza y las especies de aves que se encuentran en el entorno escolar a través del fomento de la educación social y emocional al aire libre. Por ello hemos denominado este programa “3 en 1”. Esta Guía del proyecto “SEL for Schools”, es el resultado de 3 años de trabajo, realizados en los años 2020 - 2023, y trae un nuevo concepto para trabajar al aire libre con el alumnado.

¡Esperamos que disfrutes del programa, junto con los niños, las niñas y las aves!

A continuación, os presentamos el partenariado de este proyecto:



Desde 1954, la Sociedad Española de Ornitología (SEO/BirdLife), ha estado trabajando por y para la conservación de las aves y su hábitat, realizando estudios que aumenten el conocimiento sobre las aves, difundiendo el conocimiento, así como educando y sensibilizando para fomentar la estima y el respeto a las aves y la naturaleza en general. Parte del trabajo de SEO/BirdLife se centra en la educación ambiental y la formación de profesorado y desarrolla cursos de formación para escolares, jóvenes y persona adultas. La entidad mantiene colaboración con centros de primaria y secundaria y con universidades de toda España.

<https://seo.org/>



MILANTA, ESPAÑA está especializada en la renaturalización de espacios, que diseña y construye con elementos naturales y de proximidad para promover la biodiversidad en las escuelas. Se centra en elementos naturales para crear jardines y proporcionar hogares para flores, insectos y aves. Al transformar los espacios, se hace especial hincapié en la coeducación y la educación emocional.

www.milanta.net



BirdLife MALTA (BLM) es la organización ambiental más antigua de Malta, cuya misión es conservar las aves silvestres, sus hábitats y biodiversidad, trabajando con las personas hacia una sostenibilidad en el uso de los recursos naturales. A través de proyectos de participación comunitaria y reservas naturales, Birdlife Malta ayuda a crear hogares para la naturaleza y lugares seguros para las aves migratorias y residentes. La misión educativa de BirdLife Malta es conectar a las personas con la naturaleza, a través de programas formales e informales, poniendo énfasis en el aprendizaje experiencial.

<https://birdlifemalta.org/>



SOS/Birdlife Slovensko, ESLOVAQUIA, es parte de “Birdlife international”. La organización cumple su misión a través del monitoreo de aves y la protección directa y aplicada (cajas nido, plataformas nido, gestión de hábitats, creación de humedales). La educación ambiental es una parte importante de su trabajo, destinado a aumentar la conciencia pública (a través de conferencias y excursiones, campamentos de voluntariado, publicaciones y programas educativos).

<http://www.vtaky.sk/>



Learning Through Landscapes (LTL), Reino Unido, es la principal organización benéfica del Reino Unido especializada en el aprendizaje al aire libre y el juego en la educación. La experiencia de LTL se basa en 30 años de experiencia en acción práctica e investigación. LTL tiene como objetivo permitir que los niños y niñas se conecten con la naturaleza, sean más activos, más comprometidos con su aprendizaje, desarrollen sus habilidades sociales y se diviertan al aire libre! Además, LTL tiene una amplia experiencia en el desarrollo de programas de capacitación docente centrados en el uso del aire libre, proporcionando apoyo metodológico a los maestros y maestras. LTL también tiene experiencia en cambiar los patios de las escuelas, vincularlos con el aprendizaje y el juego al aire libre y brindar apoyo al profesorado en este proceso.

<https://ltl.org.uk/>





Universidad de Presov, ESLOVAQUIA, Facultad de educación, Departamento de pedagogía y psicología preescolar y primaria, desarrolla y ejecuta programas académicos para futuros maestros de infantil y del ciclo inicial de primaria. Además de esto, tienen experiencia en la implementación de programas enfocados en la educación social y emocional, así como en el campo de la investigación pedagógica. El departamento tiene experiencia en el desarrollo de materiales metodológicos relacionados con la educación al aire libre, adquirida a través del proyecto TAKE ME OUT ERASMUS +.

<https://www.unipo.sk/pedagogicka-fakulta/katedry/kpepp/>



INAK, ESLOVAQUIA, es una ONG que trata de hacer las cosas de manera diferente como su propio nombre indica en eslovaco: "INAK", si es posible de manera "Innovadora y creativa". "INAK" se estableció en 2014, con un equipo de personas con experiencia en el campo del uso de enfoques innovadores, la activación de nuevos métodos y las TIC en la educación. Con gran experiencia en el desarrollo de materiales didácticos, gestión de proyectos, ejecución de capacitaciones educativas, así como otras actividades del campo de la educación innovadora. A través de sus actividades, su objetivo es apoyar el desarrollo de los recursos humanos. Se centran en el uso de enfoques innovadores, utilizando métodos creativos en el proceso educativo trabajando con una gran variedad de grupos objetivo: niños y niñas, personas jóvenes y adultas. Sus proyectos mejoran el aprendizaje permanente y ayudan a desarrollar competencias clave. INAK ha iniciado y liderado este proyecto, SEL for SCHOOLS, basado en el exitoso proyecto internacional anterior TAKE ME OUT ERASMUS +.

<https://takemeoutproject.eu/>

www.trochuinak.sk



3. Resultados del estudio

El elemento de investigación de este proyecto se llevó a cabo en escuelas de los cuatro países socios. Los cuestionarios fueron completados por las familias el profesorado y el alumnado. Los datos han sido recopilados y analizados por la Universidad de Presov, Eslovaquia.

Las principales conclusiones de este trabajo se muestran a continuación, pero consulte el Apéndice 1 al final del documento para ver el informe resumido.

Introducción

El aprendizaje socioemocional (SEL) y los programas preventivos de salud mental son muy populares a nivel internacional: Sin embargo, hay investigaciones limitadas que evalúan sus efectos en los niños y niñas de edad preescolar (3 a 5 años). Los primeros años de vida son cruciales para el éxito escolar y para la vida adulta. Es en esta etapa que el cerebro tiene una plasticidad única y un desarrollo notable. Las vías neuronales se desarrollan a través de estímulos externos, que, a su vez, tienen un impacto en las habilidades y competencias emocionales, sociales e intelectuales de los niños y niñas (Allen y Kelly, 2015).

Las preguntas que esperábamos responder dentro de la investigación son:

Después de la implementación del programa educativo desarrollado dentro del proyecto SEL, el alumnado en edad preescolar:

- ¿Ha desarrollado competencias sociales y emocionales?
- ¿Muestra un mayor comportamiento prosocial?
- ¿Ha mejorado el conocimiento de las aves?

La investigación encuestó a un total de 257 niños y niñas de 4 a 6 años de edad, 30 maestras y 299 familias. Las escuelas se dividieron en 3 grupos.

Grupo 1 donde el alumnado realizó el programa utilizando predominantemente un espacio interior.

Grupo 2 donde el alumnado realizó el programa utilizando predominantemente un espacio al aire libre.

El grupo 3 el grupo control. No implementó el programa, pero ha realizado los mismos cuestionarios al inicio y al final del período de investigación.



Los resultados:

El programa SEL logró aumentar:

- El conocimiento y comprensión de las aves por parte de los niños y las niñas
- Comportamientos prosociales de los niños y niñas (comprender los sentimientos de los demás, empatía, mostrar apoyo a los demás, tomar medidas positivas)
- Competencia emocional
- Conexión con la naturaleza
- Bienestar

El uso de actividades SEL ha contribuido positivamente al desarrollo de la personalidad de los niños y niñas en edad preescolar. Los resultados de nuestra investigación confirman el impacto positivo del programa SEL en el desarrollo integral de la personalidad de los niños y niñas en edad preescolar en términos de competencia socioemocional, habilidades cognitivas, comportamiento prosocial y bienestar mental.

Estar al aire libre tuvo un efecto positivo en la mayoría de los niños y niñas.

El programa SEL impactó significativamente en una amplia gama de resultados en múltiples dominios en niños y niñas.

El programa SEL logró efectos significativos en todas las categorías de resultados estudiadas: mejores habilidades SEL; actitudes hacia uno mismo y hacia los demás; comportamientos sociales positivos; reducción de los problemas de conducta; angustia emocional; y mejora del rendimiento académico.

Este programa SEL mejoró significativamente las habilidades enseñadas, corroborando los hallazgos de otros estudios, que apoyan que los programas SEL puede mejorar la personalidad de niños y niñas complejos o con ciertas dificultades, sociales o emocionales.



4. Cómo usar esta guía

En el transcurso de elaboración de este proyecto hemos podido ir detectando las principales dificultades que afrontan las escuelas y los y las maestras para incorporar de manera cotidiana e intensa el espacio exterior y la naturaleza en su práctica docente. Esta guía pretende dar ideas y respuestas para encarar estas dificultades y, para que todo el mundo pueda, en su medida, incorporar el espacio exterior y el contacto con la naturaleza en el día a día de los niños y niñas. ¡Verás que es posible!

Así pues, esta no es una guía lineal, no está pensada de esta manera, esta guía quiere ofrecer herramientas concretas que faciliten construir el día a día docente desde otra perspectiva. Verás que, aunque cogiendo diferentes caminos, podemos llegar juntas al mismo objetivo: el de ofrecer a nuestro alumnado posibilidades reales de contacto con el aire libre y la naturaleza, mejorando así su conciencia ambiental, y despertando su amor por la naturaleza, lo que, a su vez, contribuirá a incrementar su bienestar emocional y social.

El mensaje quiere ser muy claro: ¡si es bueno para ellas (las aves) es bueno para nosotras (las personas)! Debemos entender que somos totalmente interdependientes con la naturaleza.

No se trata de pasar de la nada al todo, la idea es ir incorporando hábitos cotidianos poco a poco, sin agobiarse. Al principio, cuando introduzcas dinámicas en el exterior puede ser que no funcione como querías. Tanto tú como tu alumnado necesitáis un periodo de adaptación. Es muy habitual que, al inicio, en ciertas dinámicas, sientas que hay más dispersión, pero si realmente las incorporas de manera cotidiana, verás que esta dispersión irá mermando por el hecho de que salir al exterior dejará de ser un hecho excepcional y aparecerán otras dinámicas nuevas muy interesantes.

Es vital que tanto tú como el alumnado dejéis de hacer la asociación de: el aula para llevar a cabo tareas de concentración y el exterior para desahogarnos, para correr, para realizar actividades de movimiento. Tenemos que llegar al momento que también nos podamos concentrar fuera para leer, podamos estar en silencio para observar aves o podamos estar haciendo alguna tarea curricular. Tenemos que romper con este binomio.

¿Qué encontrarás en esta guía?

En primer lugar, hemos tratado de responder a las principales dificultades expresadas por las maestras que han participado en la prueba piloto.



Cuestiones como combinar las necesidades curriculares requeridas por los sistemas educativos de cada país con las sugerencias del programa, patios escolares con poca naturaleza o dificultades para mantener los elementos naturales de los mismos son algunas de las cuestiones planteadas, entre otras.

También te damos algunos consejos e ideas que te ayudarán a crear actividades, dinámicas y experiencias al aire libre, que te permitirán adaptarte a las necesidades e inquietudes de tu grupo. De esta manera, esperamos que puedas generar vínculos orgánicos entre lo que quieres promover a nivel curricular y el hecho de salir y estar en contacto con la naturaleza.

Por otro lado, te mostramos rutinas y rituales diarios de acogida, de encuentro, para expresar y escuchar, observar y charlar con tu grupo que incorporan de manera clara el exterior y la naturaleza y que te ayudaran a estructurar la jornada escolar contribuyendo a desarrollar competencias sociales, emocionales y competencias.

Finalmente, encontraras un montón de actividades concretas para que puedas implementar esta metodología con tu alumnado. Estas están organizadas mediante preguntas temáticas sobre las aves. Partiendo de lo que no sabemos, de aquello que nos crea curiosidad y queremos conocer y entender de las aves, pero también para, estirando del hilo, aprender a expresarnos, a escucharnos y a observar.

¡Os damos la bienvenida al programa SEL!

En este programa, con tu ayuda, nos gustaría:

- Desarrollar las competencias sociales y emocionales de tu alumnado
- Promover el conocimiento de la naturaleza
- Desarrollar actitudes positivas hacia la naturaleza y el aire libre
- Fortalecer la conexión con la naturaleza
- ¡Contribuir al desarrollo integral del alumnado y a su bienestar físico y mental!



5. Desafíos metodológicos y logísticos

5.1 Dificultades para realizar todas las actividades, el programa es demasiado exigente y debemos desarrollar las actividades curriculares que el departamento de educación nos exige:

Lo más importante es no pensar en que tenemos que incorporar algo más, una moda más, una innovación más! Sino incorporar el exterior y la naturaleza de manera transversal en lo que ya hacemos según las demandas exigidas curricularmente.

En la escuela Montserrat Solà de Mataró (Cataluña) por ejemplo, cada aula tiene el nombre de un árbol, que además han plantado delante de las aulas. Han vinculado las salidas que hacen habitualmente a la naturaleza a la temática de las aves y cuando organizan rincones para fomentar la lectoescritura, el pensamiento matemático, etc. montan uno siempre en el exterior. Así, los niños y niñas han empezado a incorporar el espacio exterior como espacio de concentración (que vayan en pequeños grupos ayuda a disfrutar del exterior de una manera más tranquila).

“Uno de los objetivos de nuestro centro es acercar al alumnado a su entorno más inmediato y hemos adaptado el proyecto a las aves que viven en nuestro patio y en nuestra ciudad. Como centro adscrito al programa de escuelas verdes, nuestro proyecto se centra en el cuidado del medio ambiente. Dentro del proyecto hemos visitado el huerto que tiene la escuela en una zona agrícola cercana al colegio. Además, nuestras aulas llevan el nombre de árboles frutales” (profesora del colegio Montserrat Solà de Mataró)

5.2 Regulación del uso del patio de recreo y el tiempo al aire libre

Having a flexible and open schedule can help incorporate this space on a daily basis beyond playground time. Another option is to think of the playground space as just another classroom, and regulate its use. Designing the courtyard in a conceptualized way can also help us to use it in a variety of ways, as a space to manipulate and experiment, another to carry out artistic activities, to read stories, etc. We'll give you more clues later!

“We have the playground in front of the classrooms and that has made it a lot easier. A fixed play space for water transfer has been created and every day we have had breakfast under our tree.” (teacher at the Montserrat Solà school in Mataró)



5.3 Falta de conocimiento sobre la naturaleza y las aves

Este argumento ha salido a relucir en varias ocasiones, muchas veces tenemos miedo de abordar temas que no conocemos en profundidad, pero la clave de este proyecto es descubrir y aprender junto a nuestro alumnado. Que los niños y niñas vean que las personas adultas no lo saben todo es un buen proceso de aprendizaje, porque lo más importante es transmitir lo que hacemos y necesitamos hacer cuando no sabemos algo. ¿Qué preguntas hacemos? ¿Dónde buscamos información? ¿Cómo elaboramos las respuestas? ¡Esta es una iniciación al pensamiento crítico, científico y filosófico y también apoya el aprendizaje infantil!

“Todo el material que nos enviaron nos ha ayudado a ampliar nuestros conocimientos. Nuestro aprendizaje ha sido con los niños y niñas”. (profesora en el colegio Montserrat Solà de Mataró)

5.4 Ratios demasiado altas

Esta problemática se presenta de manera muy diferenciada según el contexto de cada país, una de las soluciones encontradas por el profesorado en Cataluña es la de implicar a familias y profesorado jubilado, con el fin de tener más personas adultas por niño/a e ir más tranquilas cuando van al exterior. Muchos de los centros que han adoptado esta medida, recomiendan hacer un banco de gente a principio de curso e incentivar que las familias acompañen grupos donde no se encuentren sus hijos o hijas.



6. Desafíos del espacio al aire libre

6.1 Cómo naturalizar los patios

De la idea a la acción

Antes de comenzar la naturalización, es importante considerar que uso le queremos dar a nuestro espacio exterior. ¿Qué actividades deseamos promover? ¿Que necesitamos cambiar para atender las necesidades tanto del alumnado como de la biodiversidad (aves, bichos, pequeños animales, vegetación, etc.)? Este proceso necesita tiempo y mucha observación, pero el propio camino está repleto de aprendizajes. Para obtener más información, consulte aquí: [Resources | Natural Start](#)

Conectar a los niños y niñas con la naturaleza en las escuelas tiene un impacto positivo que implica múltiples beneficios:

Fomenta múltiples campos de desarrollo. La naturaleza es importante para el desarrollo de los niños y niñas en todos los aspectos importantes: intelectual, emocional, social, espiritual y físico (Kellert, 2005).

Contribuye a desarrollar la creatividad y la resolución de problemas. Los estudios demuestran que los niños y niñas participan en formas más creativas y cooperativas de juego en las áreas verdes del patio. (Bell y Dymont, 2006). El juego en la naturaleza es especialmente importante para desarrollar capacidades intelectuales, creativas y de resolución de problemas (Kellert, 2005).

Mejora las capacidades cognitivas. La proximidad, las vistas y la exposición diaria a entornos naturales aumentan la capacidad de concentración de los niños y niñas, así como sus capacidades cognitivas (Wells, 2000).

Mejora el rendimiento académico. Estudios realizados en Estados Unidos muestran que las escuelas que utilizan aulas al aire libre y otras formas de educación experiencial basada en la naturaleza consiguen mejores aprendizajes curriculares en ámbitos como, las ciencias, el arte, el lenguaje y las matemáticas. Los estudiantes en programas de ciencias al aire libre mejoraron sus resultados en las pruebas en un 27% (American Institutes for Research, 2005).

Reduce los síntomas del trastorno por déficit de atención (TDAH). El contacto con el mundo natural puede reducir significativamente los síntomas del trastorno por déficit de atención en niños y niñas de tan solo cinco años de edad (Kuo y Taylor, 2004).



Aumenta la actividad física. Los niños y niñas que experimentan en patios escolares con naturaleza son más activos físicamente, tienen una mejor consciencia alimentaria y generan dinámicas relacionales más creativas y menos conflictivas (Bell y Dymont, 2006).

Mejora la nutrición. Los niños y niñas que cultivan sus propios alimentos tienen más probabilidades de comer frutas y verduras (Bell & Dymont, 2008) así como de mostrar niveles más altos de conocimiento sobre nutrición (Waliczek, & Zajicek, 2006). También es más probable que continúen con hábitos alimentarios saludables a lo largo de sus vidas (Morris y Zidenberg-Cherr, 2002).

Mejora la vista. Pasar más tiempo al aire libre se relaciona con tasas reducidas de miopía, en niños, niñas y adolescentes (Academia Americana de Oftalmología, 2011).

Mejora las relaciones sociales. Los niños y niñas desarrollan mejores capacidades cognitivas y sociales (son más capaces de llevarse bien con los demás generan relaciones más sanas y positivas) si tienen oportunidades regulares para jugar libremente al aire libre (Burdette y Whitaker, 2005).

Mejora la autodisciplina. El acceso a espacios naturales, e incluso la posibilidad de visualizar entornos verdes, mejora la paz, el autocontrol y la autodisciplina en entornos urbanos en las y los jóvenes y particularmente en las niñas (Taylor, Kuo y Sullivan, 2001).

Reduce el estrés. Las plantas verdes y las vistas reducen el estrés entre los niños y las niñas altamente estresados. Los lugares con mayor número de plantas, vistas más verdes y acceso a áreas de juego naturales aumentan significativamente la reducción del estrés (Wells y Evans, 2003).

Para obtener más detalles, consultar aquí:

[\(benefits_of_connecting_children_with_nature_infosheet.pdf \(naturalstart.org\)\)](#):



La diversidad de hábitats significa biodiversidad

El concepto de “diversidad de hábitats” se refiere a la amplia gama de entornos, ecosistemas y nichos que se encuentran dentro de un área geográfica específica, incluido los que están en un patio escolar. Este concepto está estrechamente relacionado con la “biodiversidad”, que abarca todos los diferentes tipos de especies (plantas, animales, hongos y bacterias) existentes en una región en particular. Es importante entender que estas dos ideas están interrelacionadas, ya que el rango de hábitats afecta directamente la variedad de especies que pueden prosperar en un área. Tener hábitats diversos asegura que una gama más amplia de especies, cada una con sus propias necesidades ecológicas únicas, pueda coexistir armoniosamente.

Desafortunadamente, las actividades humanas que dañan o destruyen hábitats pueden conducir a una disminución de la biodiversidad. Cuando se pierden hábitats, las especies pierden sus hogares y luchan por sobrevivir en ambientes alterados. Sin embargo, también tenemos el poder de impactar positivamente. Los esfuerzos de conservación a menudo se centran en salvaguardar diversos hábitats para proteger las innumerables especies que dependen de ellos. Esto pone de relieve la relación crítica entre la diversidad del hábitat y la biodiversidad, haciendo hincapié en la importancia de mantener diversos ecosistemas para garantizar la salud y la resiliencia a largo plazo de los sistemas vivos de nuestro planeta.

Como personas educadoras podemos desempeñar un papel importante en la mejora de la biodiversidad dentro de nuestro patio escolar. Cuando creas espacios ricos en biodiversidad, ofreces a tu alumnado la oportunidad de forjar conexiones profundas con el mundo natural que lo rodea. Esta comprensión ayuda a los niños y niñas a darse cuenta de cómo todos los seres vivos están interconectados, fomentando la empatía y el respeto por las criaturas con las que compartimos la Tierra. Además, al inculcar un sentido de aprecio por la biodiversidad a una edad temprana, sentamos las bases para un comportamiento ambiental consciente. Nuestros esfuerzos de hoy pueden inspirar a los conservacionistas del mañana.

Transformar los espacios al aire libre del patio escolar en nodos de biodiversidad puede ser un viaje inspirador y educativo. Aquí algunas acciones que podéis implementar:



- Jardines de plantas autóctonas: Crear jardines con plantas autóctonas que atraigan la vida silvestre local como mariposas, abejas y aves. Estas plantas están adaptadas al clima de la región y proporcionan alimento y refugio para varias especies.
- Hábitats de vida silvestre: Instalar cajas nido, refugios para murciélagos y hoteles de insectos para proporcionar hogares a diferentes criaturas. Estos son recursos maravillosos para educar a los niños y niñas sobre la importancia de estos hábitats y los animales que los habitan.
- Compostaje y reciclaje: Enseñar a los niños y niñas sobre el compostaje y el reciclaje mediante la instalación de contenedores de compost y estaciones de reciclaje. Esto promueve una mentalidad sostenible y contribuye a mejorar la salud del suelo.
- Espacios de juego naturales: diseñar áreas al aire libre con elementos naturales como troncos, rocas y arena para fomentar el juego imaginativo y la exploración. Estos espacios imitan entornos naturales y atraen diversas especies.
- Charca o fuente de agua: Si es posible, crear una pequeña charca o fuente de agua para atraer ranas, insectos y plantas acuáticas. Esto proporciona una oportunidad única de aprendizaje sobre los ecosistemas acuáticos.
- Caminatas y descubrimiento de la naturaleza: Organizar caminatas por la naturaleza para ayudar a los niños y niñas a observar y aprender sobre diferentes plantas, insectos y animales en el entorno inmediato de la escuela o en el mismo patio escolar.
- Observaciones estacionales: Animar a los niños y niñas a observar los cambios en el entorno a lo largo de las estaciones. Esto les ayuda a comprender el ciclo de vida de las plantas y los animales.
- Aulas al aire libre: Establecer un espacio de aula al aire libre donde se puedan llevar a cabo las lecciones. Esto brinda oportunidades para aprender sobre la biodiversidad de primera mano.
- Actividades de jardinería: Involucrar a los niños y niñas en la siembra, el riego y el cuidado del jardín. Esta experiencia práctica fomenta un sentido de responsabilidad y aprecio por el mundo natural.
- Arte y manualidades con la naturaleza: Usar materiales naturales como hojas, ramitas y flores para artes y manualidades. Esto fomenta la creatividad mientras conecta a los niños y niñas con el aire libre y a naturaleza.



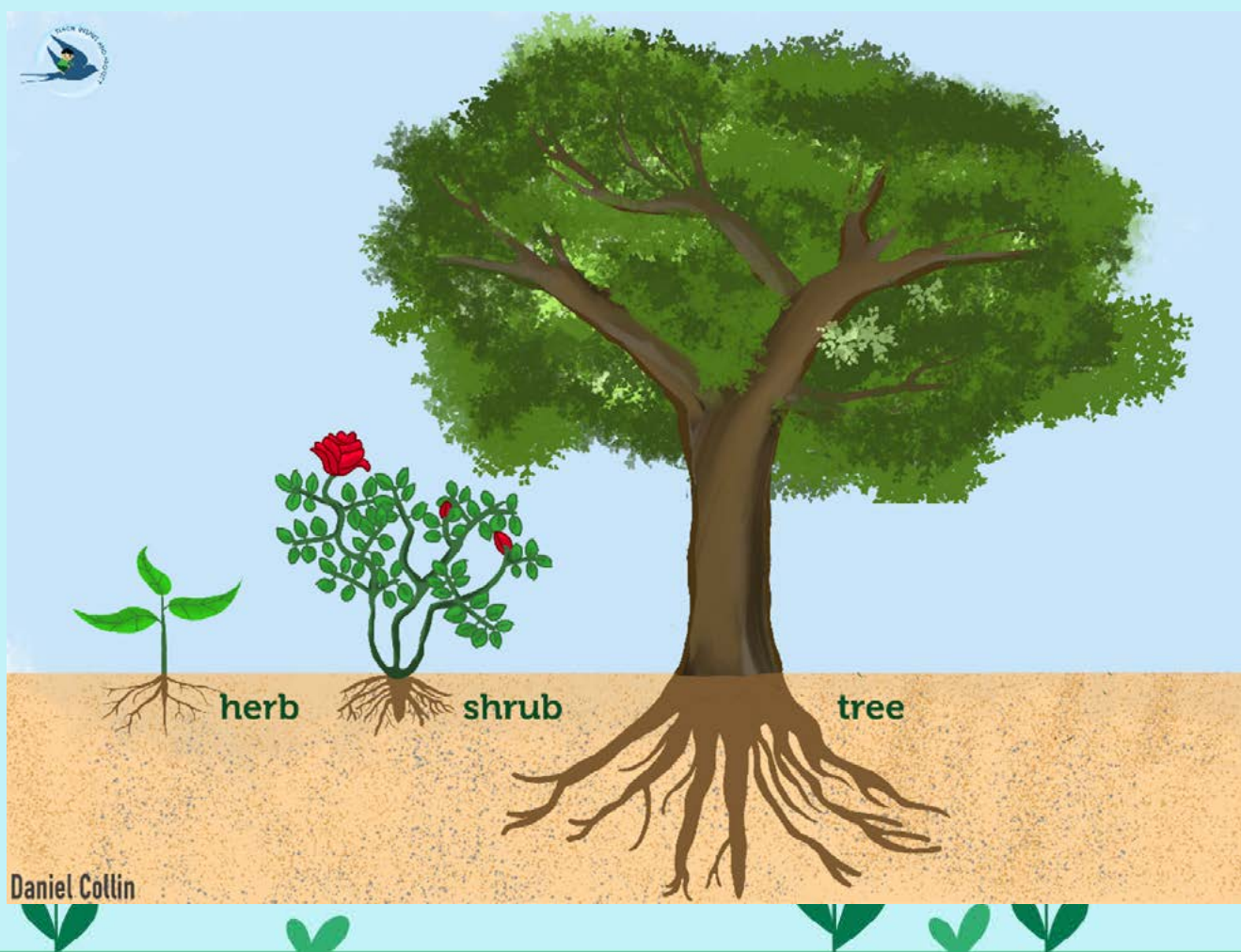
Para mejorar la biodiversidad en el patio escolar no se trata solo de crear un entorno rico para la vida silvestre, sino también de cultivar un sentido de asombro, curiosidad y responsabilidad hacia el mundo natural en el alumnado.

En el contexto de los patios escolares la idea de diversidad de hábitats puede aplicarse a los entornos de aprendizaje proporcionados para los pequeños estudiantes. Por un lado, los diversos hábitats en la naturaleza permiten que haya varias especies, y, por otro lado, un patio escolar bien conceptualizado puede ofrecer una variedad de espacios y actividades de aprendizaje que ofrezcan respuesta a las necesidades e intereses del alumnado. Cada “hábitat” creado dentro del patio escolar brinda a los niños y niñas la oportunidad de explorar y desarrollar diferentes habilidades, fomentando una experiencia educativa completa.

Las hierbas, los arbustos y los árboles

Las plantas nos proporcionan el aire fresco y oxígeno necesario para mantener la vida en la tierra. También proporcionan hábitats y fuentes de alimento para diversos insectos, mariposas y animales pequeños, contribuyendo así a la biodiversidad.

Hay diferentes tipos de plantas: hierbas, arbustos y árboles, y todos tienen una profunda importancia para la naturaleza, la biodiversidad y los seres humanos. Las hierbas tienen un tallo suave; los arbustos son plantas tupidas de tamaño mediano y sus ramas comienzan desde el suelo; y los árboles son plantas altas y grandes con un tallo leñoso.



Algunos de los beneficios que proporcionan a la naturaleza y a los seres humanos son compartidos, pero algunos son exclusivos de cada categoría. Ver la tabla a continuación.

Importancia	Hierbas	Arbustos	Arboles
Hábitat crucial y fuente de alimento para los organismos (por ejemplo, polinizadores)	✓	✓	✓
Prevención de la erosión: protección contra la pérdida de la capa superficial del suelo		✓	✓
Suministro de sombra, reducción del estrés térmico y mitigación del cambio climático			✓
Suministro de microclimas, soporte de la biodiversidad proporcionando refugio a los animales		✓	✓
Propiedades ornamentales, culinarias, medicinales y aromáticas	✓	✓	✓
Jardín sostenible	✓		
Valor de restauración ecológica		✓	
Ciclo de nutrientes	✓	✓	✓
Gestión del agua		✓	✓
Suministro de madera			✓
Beneficios económicos			✓
Conexión cultural e importancia intrínseca	✓	✓	✓

Las especies de hierbas, arbustos y árboles son esenciales para preservar la biodiversidad porque todos tienen importancia ecológica. A través de prácticas sostenibles, esfuerzos de reforestación y educación, podemos garantizar la preservación de estos recursos valuosos y un patrimonio natural excepcional para las generaciones venideras.

Aumentar la disponibilidad de flores silvestres y frutas durante todo el año implica promover un ecosistema saludable y diverso que apoye el crecimiento de varias especies de plantas. Si bien no se puede controlar directamente las plantas silvestres, hay varios pasos que podemos hacer para fomentar su crecimiento:

- Promover plantas autóctonas: Fomentando el crecimiento de flores silvestres autóctonas y plantas con fruto (que ofrezcan alimento a la fauna). Las plantas autóctonas se adaptan al clima local y a las condiciones del suelo, lo que las hace más resistentes y propensas a prosperar durante todo el año;
- Restaurar el hábitat: Trabajar en la restauración de las partes del patio escolar degradadas o dañadas. Esto puede implicar la eliminación de especies invasoras, la replantación de vegetación autóctona y la mejora de la calidad del suelo;
- Dispersar semillas: Ayuda con la dispersión de semillas facilitando la presencia de aves y otros animales

salvajes para que puedan esparcir semillas de forma natural;

- Gestionar el agua: Garantizar un suministro de agua estable y sostenible en la zona;
- Educar y crear conciencia en la escuela: formar al profesorado y al alumnado sobre la importancia de preservar los hábitats silvestres y el papel de las flores silvestres en el apoyo a la biodiversidad;
- Fomentar prácticas responsables como no tirar basura;
- Crear jardines amigables para los polinizadores: los jardines con variedad de flores pueden atraer polinizadores al área. Estos animales juegan un papel vital en la reproducción de plantas silvestres.



Aumentar la disponibilidad de flores y frutos a lo largo del año implica aumentar la disponibilidad de polinizadores. Pero ¿cómo lo hacemos? Aquí hay algunas estrategias para alentar y apoyar a los polinizadores durante todo el año:



Plantar una amplia gama de plantas con flores: esto proporciona una fuente continua de alimento para los polinizadores a lo largo de todas las estaciones;



Usar plantas autóctonas que proporcionen los mejores recursos para los polinizadores locales. Las plantas autóctonas a menudo ofrecen más néctar y polen, atrayendo una mayor diversidad de especies polinizadoras;



Incorporar diferentes formas y colores de flores: diferentes especies de polinizadores se sienten atraídas por diferentes formas y colores de flores;





Crear hábitats que ofrezcan sitios de nidificación para diferentes polinizadores, como abejas solitarias, mariposas y otros insectos. Esto puede implicar la preparación de hoteles de insectos y cajas de nido;



Evitar el uso de productos químicos: los pesticidas son perjudiciales para los polinizadores;



Instalar fuentes de agua: establecer fuentes de agua poco profundas o estanques pequeños, para proporcionar un lugar para beber a los polinizadores.

¡Apoyar a los polinizadores no solo es beneficioso para la naturaleza, sino también crucial para la producción mundial de alimentos y la conservación de la biodiversidad!

¿Qué plantas son las más adecuadas?

Crear un jardín de vida silvestre implica seleccionar plantas que estén bien adaptadas al clima de la región y puedan soportar una amplia gama de vida silvestre local. Plantar especies locales no solo asegurará el éxito de tu jardín, sino que también evitará la invasión de especies exóticas.

La siguiente lista ciertamente no es exhaustiva y es probable que algunas especies no crezcan naturalmente en tu país. Por favor, investiga un poco antes de comenzar tu jardín y asegúrate de que estas utilizando especies locales autóctonas.





Lavanda



Tomillo



Sálvia



Oregano



Buganvilia



Adelfa



Heliantemo



Hinojo



Romero



Ciprés



Higuera



Granado

Con sus colores vibrantes, flores ricas en néctar, sitios de nidificación y frutas nutritivas, estas plantas atraen a una variedad de organismos, incluidos polinizadores como abejas, mariposas y aves.

Al diseñar un jardín de vida silvestre, se debe considerar incluir hierbas, arbustos y árboles para proporcionar diferentes niveles de refugio y hábitats para la vida silvestre. Las flores silvestres nativas que florecen en diferentes momentos son excelentes porque proporcionan alimento continuo para los polinizadores. Y al apoyar a los polinizadores y proporcionar alimentos y refugio para la vida silvestre, ¡Crearás un jardín de vida silvestre hermoso y sostenible que contribuya a la conservación de la biodiversidad local!!



Estanques, arroyos, presas y fuentes... La magia del agua

Los estanques, arroyos, presas y fuentes juegan un papel crucial en los ecosistemas y los entornos humanos. Apoyan la vida acuática diversa, proporcionan hábitats para plantas y animales, y sirven como fuentes de agua para la agricultura, las industrias y las comunidades.

Los puntos de agua son ecosistemas ricos que sustentan una amplia gama de especies acuáticas. Facilitan el ciclo de nutrientes, proporcionan criaderos para peces y anfibios, y ofrecen refugio para insectos y otros organismos acuáticos. Además, agregan belleza estética a los paisajes y, a menudo, se convierten en puntos focales en parques y jardines. La gente encuentra tranquilidad en la visión y el sonido del agua que fluye, lo que los convierte en lugares populares para la relajación y la recreación. A lo largo de la historia, han tenido un significado cultural y religioso para muchas civilizaciones, y han sido fuentes de inspiración para el arte, la literatura y el folclore. Además, las fuentes proporcionan efectos de enfriamiento en climas cálidos y contribuyen al ambiente de los espacios públicos.

La protección y restauración de los puntos de agua es esencial para conservar la biodiversidad. Los esfuerzos para reducir la contaminación, mantener la calidad del agua y preservar los hábitats ribereños son fundamentales para el bienestar de los ecosistemas acuáticos. Sin embargo, los puntos de agua pueden enfrentar desafíos como la contaminación por escorrentía y actividades humanas, especies invasoras, destrucción del hábitat y alteración del flujo de agua debido al desarrollo.

Los puntos de agua también ofrecen excelentes oportunidades educativas para estudiantes de todas las edades. Los patios escolares con puntos de agua, como pequeños estanques o arroyos, ofrecen oportunidades excepcionales para una experiencia de aprendizaje inmersiva. Estos



puntos de agua dentro de las instalaciones escolares sirven como ecosistemas en miniatura, introduciendo a los jóvenes estudiantes a una amplia gama de especies. Desde ranas, insectos y plantas acuáticas hasta aves, los niños y niñas pueden observar a estos habitantes de cerca, fomentando su sentido de la curiosidad y asombro. Además, los puntos de agua proporcionan un entorno tangible que facilita la enseñanza de conceptos fundamentales como las cadenas alimentarias, los hábitats y la intrincada interdependencia de los organismos vivos. A través de la observación directa, estas nociones abstractas se vuelven más accesibles y comprensibles. Estos puntos de agua sirven, también, como plataformas educativas para explorar el crecimiento de las plantas y el fascinante mundo de los ciclos de vida. Las mentes jóvenes pueden observar plantas acuáticas, captando su papel en el suministro de hábitats esenciales y oxígeno para la vida submarina. A la vez, estos ecosistemas ofrecen la oportunidad única para que los niños y niñas sean testigos de los ciclos de vida que se desarrollan ante sus ojos. Pueden observar la notable transformación de renacuajos en ranas, la fascinante metamorfosis de los insectos y los cambios estacionales dinámicos dentro de estos ambientes acuosos.

Los puntos de agua en los patios escolares fomentan la exploración sensorial y pueden integrarse en áreas de juego. Los niños y niñas pueden jugar con agua, observar ondas y reflejos, y participar en actividades imaginativas que fomentan la creatividad y el desarrollo cognitivo. El profesorado puede diseñar actividades como caminatas por la naturaleza y proyectos de arte a base de agua como herramientas educativas.

La exposición temprana a los puntos de agua crea conciencia sobre la importancia de preservar estos hábitats. Los niños y niñas desarrollan empatía por las criaturas que encuentran, inculcando un sentido de responsabilidad por su bienestar. Al apreciar la biodiversidad en los puntos de agua, el alumnado desarrolla valores de conservación y respeto por la naturaleza. Estos valores pueden trasladarse a sus actitudes y acciones a medida que crecen.



Jardinería durante todo el año, medio ambiente sano y alimentación saludable

La jardinería en las escuelas puede ayudar a enseñar a los niños y niñas sobre la gestión ambiental y la importancia de proteger los hábitats naturales. También puede ayudar a abordar algunos de los desafíos ambientales que enfrentamos como sociedad, como el cambio climático y la pérdida de hábitat.

La jardinería en las escuelas proporciona al alumnado alimentos saludables y frescos mostrándoles los orígenes de sus alimentos y cómo tomar mejores decisiones sobre lo que ponen en su plato.

Para crear un área de jardinería en el patio de la escuela, seguir estos pasos básicos puede ayudar:

- Obtener permiso de la administración.
- Involucrar a tu comunidad (profesorado, familia, alumnado, vecindario si es posible) programando sesiones participativas para diseñar el espacio y ofreciendo múltiples horarios y fechas para atraer a personas con diferentes horarios.
- Organizar un grupo motor que pueda coordinar todas las acciones y personas involucradas.
- Diseñar el jardín en función de la superficie disponible y priorizando los cultivos de invierno, ya que en junio-agosto el alumnado no irá a la escuela, y no podría observar el ciclo completo ni aprender de los cultivos de verano. Si esto no fuera posible encontrar a alguien que pueda mantener el proyecto en verano sería lo más apropiado.
- Identificar necesidades y obtener recursos.
- Encontrar financiación.
- Valorar la implicación de voluntariado (familias, vecindario, etc), no todo el trabajo debe ser realizado por el alumnado y el profesorado. En algunos casos las familias pueden tener mucha experiencia, también pueden ayudar a iniciar el proyecto y llevarlo a cabo. Su participación ayuda a valorizar el proyecto. La jardinería, también puede ser un buen recurso para introducir otras temáticas tales como:
 - consumo de verduras.
 - La importancia de una dieta saludable.
 - Productos de proximidad.
 - La estacionalidad de los alimentos que comemos.
 - Interesantes recetas vegetales para una dieta saludable.
 - Aspectos culturales de algunos de los productos que cultivamos.

A través del proyecto de huerto escolar se pueden trabajar todos los aspectos curriculares, además de mejorar la relación entre los niños y las niñas en una actividad colaborativa, fomentar la cooperación y facilitar el contacto con la naturaleza.



Crear espacios verdes de sombra como refugios contra el Cambio Climático

Para contribuir a mitigar y adaptarse al cambio climático y mejorar la calidad de vida de los ciudadanos y de los niños y niñas en particular, es muy recomendable crear espacios verdes que den sombra en los patios escolares. Identifica bien los lugares que necesitan sombra para planificar la plantación de árboles donde también pueda crecer vegetación herbácea y arbustiva.

En el caso concreto del Mediterráneo, una de las zonas más afectadas por el cambio climático, las actuaciones para hacer frente a los efectos del aumento de las temperaturas y las olas de calor, cada vez más frecuentes, se adaptarán mediante la ampliación de zonas verdes y zonas de sombra y la instalación de fuentes de agua en los patios de los colegios. Estas medidas tienen por objetivo proteger a los niños y niñas contra estos y otros riesgos derivados del cambio climático, y mejorar la adaptación de las escuelas a esta nueva situación. Consolidando espacios en los que los y las estudiantes puedan “aprender y sentirse cómodos” en un contexto de aumento de las temperaturas, minimizando así, el impacto de las emisiones de gases de efecto invernadero en estos entornos educativos.



Mantener nuestra biodiversidad - una tarea para toda la comunidad

La biodiversidad, un término que abarca la increíble variedad de formas de vida en nuestro planeta, es una fuente no solo de maravilla y belleza, sino también una piedra angular crucial para la estabilidad, sostenibilidad y resiliencia del ecosistema. Reconociendo el papel fundamental que desempeña la educación temprana en la formación de actitudes y valores, se hace evidente que la defensa de la biodiversidad no es responsabilidad exclusiva de los gobiernos y las organizaciones de conservación, sino que es un compromiso compartido dentro de toda la comunidad educativa, incluido el profesorado de la etapa infantil.

Los patios escolares sirven como los peldaños iniciales en el viaje educativo de los niños y niñas, donde se pueden sembrar semillas de conciencia ambiental. Estos años formativos son cruciales para inculcar una base de cuidado, curiosidad y comprensión sobre el mundo natural. Al integrar las discusiones sobre la biodiversidad en formas apropiadas para la edad, los y las maestras pueden fomentar una conexión de por vida entre los niños y las niñas pequeñas y los ecosistemas que los rodean. Actividades simples como observar plantas y animales locales, nutrir un jardín en clase o aprender sobre diferentes hábitats a través de historias pueden despertar asombro e interés.

Se pueden crear mini ecosistemas dentro del patio, como jardines de mariposas o pequeños estanques, que brindan oportunidades prácticas para que los niños y las niñas sean testigos de la biodiversidad en acción. Al adoptar una variedad de métodos de enseñanza que se adaptan a diferentes estilos de aprendizaje, las maestras pueden garantizar que cada estudiante obtenga una comprensión fundamental de la importancia de la biodiversidad.

Además, los y las educadoras pueden usar un lenguaje simple y herramientas interactivas como juegos y ayudas visuales para introducir conceptos como cadenas alimentarias, hábitats de animales y ciclos de vida de las plantas. Estos primeros fundamentos allanarán el camino para una comprensión ecológica más avanzada a medida que los niños y las niñas progresan en su viaje educativo.

En conclusión, la etapa infantil desempeña un papel vital en el fomento de la responsabilidad ambiental. Al fomentar el amor por la naturaleza, la comprensión de la biodiversidad y la gestión participada del cuidado de las plantas del patio desde una edad temprana, estamos contribuyendo a una tarea global más amplia de preservar el rico tapiz de vida de nuestro planeta. A través de esfuerzos de colaboración dentro de la comunidad educativa, implicando al profesorado, las familias y el alumnado, la misión de conservación de la biodiversidad se vuelve alcanzable y sostenible.



6.2. Facilitar el uso de espacios al aire libre - Cómo crear diferentes atmósferas y escenarios en el patio

El patio de la escuela es un espacio capaz de desarrollar múltiples dimensiones. Una buena conceptualización puede ayudarnos a reforzar y potenciar elementos, que son claves para el desarrollo cognitivo y los procesos de aprendizaje.

Alentamos a las comunidades educativas a hacerse preguntas e imaginar aulas interiores y exteriores ¿qué queremos que suceda afuera, en términos de aprendizaje, emociones, disfrute y desarrollo de competencias y habilidades?. Desde aquí se pueden repensar los usos de cada espacio.

Para llevar a cabo la transformación necesaria, sería bueno un dialogo compartido de la comunidad educativa: profesorado, familias, Ayuntamiento y el mayor número posible de aliados locales. Si se consigue un buen dialogo será mucho más fácil encontrar agentes de cambio, ideas y ayuda.

Pensamos que las transformaciones más profundas y exitosas se hacen poco a poco. No tienes que cambiar todo a la vez, puedes hacerlo en fases, cada año un paso. ¡Aprovecha todas las festividades y días especiales para trabajar en familia!

A continuación, tenéis una colección de imágenes con elementos que favorecen el aula exterior.



6.2.1 Crear rincones

Experimentación - agua, arena, etc.

Creemos que experimentar es la mejor manera de crecer y aprender, ver cómo la fuerza manual influye en el mecanismo y cómo interviene en el flujo de agua, por ejemplo, da un valor añadido al juego y al patio de recreo.



Escuela Mossèn Jacint Verdaguer (Cataluña)
Disfrutar de la tranquilidad (leer, descansar, etc.)



Un espacio de recogimiento, calma e “invisibilidad”. Un espacio para esconderse y generar encuentros imaginativos. Los elementos vivos proporcionan una educación global y significativa.



Espacios de interacción
Ejemplo de espacio de encuentro espontáneo.



Escuela Bellvitge, Cataluña



Espacios para observar la naturaleza
Atalaya para ampliar el conocimiento del entorno.



Sant Roc Paüls Hermitage Catalunya



Rincón creativo

Un espacio de confluencia, un espacio polivalente y creativo para clases al aire libre, o para representar obras de teatro, para enriquecer la experiencia al aire libre.



Escola Ítaca, Catalunya



Gayarre School (Catalonia, School)

Espacios para el movimiento físico

Un rincón para fomentar el movimiento desde una perspectiva distinta al deporte.

Reto de habilidades motoras y de equilibrio para niños mayores de 3 años.



Escuela Til·ler , Cataluña



Escuela Xirinacs, Cataluña



7. Aprender a gestionar el riesgo en edades tempranas

Como educadora, si le preguntara a un padre si le gustaría que pusiera en riesgo a su hijo, la respuesta seguramente sería no; pero si le preguntara a un padre si le gustaría que le pusiera retos a su hijo para desarrollarse, entonces anticiparía una respuesta afirmativa. Es importante destacar que la percepción de riesgo de cada persona es diferente. Con lo que yo me siento cómoda, puede suponer demasiado para otro. En un entorno educativo, es vital discutir, desafiar y evaluar el riesgo en los espacios que utilizamos, tanto los que están dentro de los límites de la escuela, como los que están fuera de las paredes, si usamos espacios como parques, playas o bosques, por ejemplo.

La mayoría de las cosas que hacemos incurren en algún nivel de riesgo, ya sea usando tijeras, cruzando la calle o conduciendo un automóvil. Hacemos estas cosas sin considerar realmente la cantidad de riesgo que estas implican.: Estas son cosas que nos han enseñado y practicado con tanta frecuencia que ya no las vemos como arriesgadas. Lo mismo podría decirse del uso de espacios exteriores. Con el tiempo y la práctica nuestra mentalidad puede cambiar y puede convertirse en parte de nuestro día a día. Cuanto más a menudo sales a la calle, más rutinas desarrollas, generando una mayor conciencia de lo que necesitas. El resultado es una mejor autorregulación porque ya forma parte de tu rutina diaria.

El aprendizaje y la evaluación del nivel de riesgo y las posibles consecuencias de una acción se van adquiriendo con el tiempo a medida que crecemos y nos desarrollamos. Al exponer a nuestros hijos e hijas a algunos riesgos considerados, les permitimos desarrollar un sentido de alerta, a identificar problemas potenciales y descubrir soluciones personales, así como, sentir una sensación de logro al haber enfrentado con éxito un obstáculo al completar una tarea determinada. Esto ayuda a construir la autoestima y una autoimagen positiva.

Los riesgos que todos tomamos pueden no ser solo físicos, también hay aspectos sociales y emocionales. Para algunos niños y niñas, el simple hecho de estar al aire libre, especialmente si se trata de un entorno menos familiar, puede ser un desafío emocional, la cantidad de espacio abierto es algo a gestionar y hay que descubrir cómo regular el comportamiento dentro de ese lugar. En el ambiente al aire libre, los niños y niñas están lidiando con nuevas experiencias sensoriales como el viento que sopla a través de las hojas, el canto de los pájaros, nuevas vistas y nuevos olores. Hay consideraciones físicas como trepar sobre cosas, mover ramas u otros materiales encontrados o correr sobre terreno accidentado. Estar en un grupo y tener que comunicarse con otros o hablar con un compañero cuando se lleva una rama pesada para hacer un refugio brinda oportunidades para desarrollar habilidades sociales y de relación. Cuando una persona supera un desafío, ya sea uno que se ha propuesto a sí mismo o por otros, se nos da la oportunidad de reflexionar sobre cómo nos sentimos y desarrollar nuestra propia confianza, autoestima y resiliencia.

Los niños y niñas pueden participar en la evaluación de los riesgos asociados a nuevos espacios o estructuras al aire libre. Escuchando sus preocupaciones o pensamientos sobre cómo resolver cualquier cosa que pueda ser un problema. Incluso les puede gustar participar en el establecimiento de “reglas” sobre cómo se usa o utiliza cada elemento. Independientemente del enfoque y las decisiones que tome, los alumnos deben “ver” el proceso. No es un sustituto del criterio adulto, pero es un elemento vital para enseñar a los niños y niñas a evaluar los riesgos. Un buen ejemplo de toma de riesgos aceptada y razonable sería aprender a correr, una actividad que todos alentaríamos y aceptaríamos sin cuestionar. No prohibirías correr debido a una caída cuando hacen psicomotricidad en el patio de recreo. Además, solemos esperar que el profesorado alente e incentive a los niños y niñas a mejorar: el día de psicomotricidad ves correcto que se inste a correr más rápido, en el pasillo de la escuela, por lo contrario, abogamos por caminar.

Es importante centrarnos en los riesgos reales y significativos. Un resbalón o caída menor en el césped no aparecería en una evaluación de riesgos. Caerse de una estructura de juego lo suficientemente alta como para causar una lesión significativa lo haría. En el Reino Unido, el Ejecutivo de Salud y Seguridad considera los riesgos graves como aquellos que conducen a huesos rotos, lesiones en la cabeza o una lesión que puede limitar a la persona en el futuro.

Asumir algún reto físico en el juego, puede implicar algún riesgo menor en el momento (una caída, una rascada, etc.) pero aporta beneficios inmensos tanto a corto plazo como a largo plazo. En nuestro ejemplo de correr, chocar en un pasillo es muy inmediato, pero los beneficios a largo plazo de correr incluyen aumentar la alfabetización física, mejorar la salud y el bienestar junto con posibles carreras o pasatiempos futuros.

En resumen, es necesario proporcionar a los niños y niñas riesgos y desafíos adecuados para un desarrollo saludable.



Referencias

Allen, L. R. & Kelly, B. B. (2015). Transforming the Workforce for Children Birth Through Age 8: A Unifying Foundation. National Academies Press (US). Retrieved from <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK310550/>

Bancino, R. & Zevalkink, C. (2007). Soft Skills: The New Curriculum for Hard-Core Technical Professionals. Techniques: Connecting Education and Careers. 82.

CASEL (2005). Safe and sound: An educational leader's guide to evidence-based social and emotional learning programs - Illinois edition. Retrieved from <https://casel.org/safe-and-sound-an-educational-leaders-guide-to-evidence-based-social-and-emotional-learning-programs-illinois-edition/>

Fedorko, V. (2020). Outdoorová edukácia v materskej škole. Prešov: Prešovská univerzita v Prešove.

Fedorko, V. (2023). Social & emotional learning through bringing nature back to schools - SEL for schools. The impact of the SEL program on cognition, knowledge and social-emotional competencies of preschool children.

Fedorko, V. (2024). Simulácia prosociálneho správania a empatie detí predškolského veku formou paradigmy outdoorovej edukácie. Prešov: Prešovská univerzita v Prešove.

Greenberg, M. T., Weissberg, R. P., O'Brien, M. U., Zins, J. E., Fredericks, L., Resnik, H., & Elias, M. J. (2003). Enhancing school-based prevention and youth development through coordinated social and emotional learning. *American Psychologist*, 58(6-7), 466-474. <http://dx.doi.org/10.1037/0003-066X.58.6-7.466>

Houghton, T. & Proscio, T. (2001). Hard Work on Soft Skills: Creating a "Culture of Work" in Workforce Development.

Kyllonen, P. C., Walters, A. M., & Kaufman, J. C. (2005). Noncognitive Constructs and Their Assessment in Graduate Education: A review. *Educational Assessment*, 10(3), 153-184. https://doi.org/10.1207/s15326977ea1003_2

Papadopoulos, D. (2020). Effects of a social-emotional learning-based program on self-esteem and self-perception of gifted kindergarten students: A pilot study. *Journal for the Education of Gifted Young Scientists*, 8(3), 1275-1290. DOI: <http://dx.doi.org/10.17478/jegys.779438>

Sabol, M. & Gombár, M. (2023). Sociálno-emocionálne učenie a dieťa predškolského veku. Vplyv programu SEL na kogníciu, vedomosti, emocionálnu kompetenciu, vzťah k prírode a well-being u detí predškolského veku. Prešov: Prešovská univerzita v Prešove.

Weissberg, R., Durlak, J., Domitrovich, C., & Gullotta, T. (2015). Social and Emotional Learning - Past, Present, and Future. In Joseph A. Durlak, Celene E. Domitrovich, Roger P. Weissberg, and Thomas P. Gullotta (Eds), *Handbook of Social and Emotional Learning: Research and Practice* (pp. 3-19). Guilford Press.

Original title: „It’s good for them, it’s good for you - Social & Emotional Learning through bringing nature back to schools” - SEL for schools, TEACHERS’GUIDE. Social & emotional education for early years and lower primary level (SEL), supporting emotional intelligence (EQ) and social & emotional competences of children while using the outdoor environment and nature

Titulo: “Es bueno para ellos, es bueno para ti - Aprendizaje social y emocional acercando la naturaleza a las escuelas” - SEL para escuelas, GUÍA DEL PROFESOR. Educación social y emocional para el ciclo infantil y inicial (SEL), apoyando la inteligencia emocional (IE) y las competencias sociales y emocionales de los niños mientras utilizan el entorno al aire libre y la naturaleza.

Escrito por: Júlia Moya Garcia, Cristina Sánchez, Janka Sýkorová, Mária Balážová, Claire Abercombie

Revisores: Vladimír Fedorko, Milica Sabol, Matej Repel, Jane Mackenzie, Anna Garcia, Jordi Prieto, Stefania Papadopol, Alessandra Loria, Adriana Kovacova

Diseño gráfico: Richard Weber

Editorial: INAK, Eslovaquia

Año de publicación: 2023

1ª Edición

Número de páginas: 108

La publicación no pasó la revisión de idioma.

ISBN:

EAN:

El proyecto está cofinanciado por la comunidad europea, programa ERASMUS+. Número del proyecto: 2020-1-SK01-KA201-078325

Las opiniones presentadas en esta Guía son los puntos de vista de la asociación del proyecto SEL for schools y no tienen que expresar las opiniones de la UE.



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union