

La importància de naturalitzar l'espai del pati.

Queralt Orriols Parera

(morriolspa@uoc.edu)

maig de 2021

Treball Final de Grau

Àmbit d'especialització i modalitat: Educació

Memòria final

Curs 2020/2021, 2n semestre

“Los niños de hoy necesitan la naturaleza: estar al aire libre al menos tanto tiempo como el que pasan en espacios cerrados.”

Heike Freire

ÍNDEX:

RESUM	4
INTRODUCCIÓ i JUSTIFICACIÓ	5
1.- MARC TEÒRIC	6
1.1.- El pati com espai d'aprenentatge.	6
1.2.- Dèficit de naturalesa.	8
1.3.- Naturalitzar els patis escolars. Horts escolars.....	9
1.4.- El contacte amb la natura segons l'edat.....	11
1.5.- Referents normatius.....	11
2.- OBJECTIUS	13
3.- METODOLOGIA:	14
3.1.- Definició dels participants i/o escenari de l'estudi:.....	14
3.2.- Tècniques i instruments de recollida de dades:	15
3.3.- Procediment de recollida de dades:	17
3.4.- Procediment d'anàlisi.....	18
3.5.- Implicacions ètiques o socials	19
4.- PROPOSTES EDUCATIVES	19
4.1.- L'hort com a projecte.	20
4.2.- Racons de sol i ombra:.....	22
4.3.- Potenciem l'entorn del centre.....	24
5.- RESULTATS	25
6.- CONCLUSIONS	26
7.- PROSPECTIVA	26
8.- AUTOAVALUACIÓ	27
BIBLIOGRAFIA	28
Webgrafia:	29
ANNEX 1:	30
ANNEX 2	33
ANNEX 3	35
ANNEX 4	37

La importància de naturalitzar l'espai del pati.

Queralt Orriols Parera (morriolspa@uoc.edu)

Grau de Psicologia amb menció d'Educació

RESUM

Cada vegada més els infants tenen menys contacte amb el medi natural, entre les presses dels adults, les extraescolars, les hores amb cotxe, la TV, les consoles, els mòbils, les hores que passen dins de recintes tancats, etc., obliden que hi ha llocs plens d'arbres, llocs plens de colors, olors, sons, animals, etc., però els adults també ho obliden.

Al llarg d'aquest treball, doncs, s'analitza aquest problema i es fa una reflexió sobre els beneficis que els aporta el contacte amb els espais naturals, i de quina manera es pot augmentar aquest contacte per tal de millorar-ne la seva salut, tan física com mental. La idea és fer aquest acostament dins un espai on passen la major part del seu temps, l'escola. Cal naturalitzar, doncs, els espais exteriors dels centres educatius, concretament l'espai del pati.

Per reforçar aquest plantejament es fa un recull d'estudis i idees d'alguns professionals, com ara Richard Louv, i el seu *trastorn per dèficit de naturalesa*, un terme que utilitza per descriure els "síntomes" que aporta la disminució de contacte amb el món natural, o les afirmacions de la Dra. Corina Basnou, investigadora del CREA (Centre de Recerca Ecologia i Aplicacions Forestals) que subratlla la dificultat de que els infants tinguin sensibilitat cap als problemes del seu entorn natural si no coneixen aquest medi, i també, els apunts de Heike Freire, escriptora i llicenciada amb psicologia i filosofia, que poden sustentar un seguit de propostes per fer un acostament de l'entorn natural als recintes escolars. S'inclou, també, un treball de camp en una escola rural sobre els usos, pros i contres de realitzar activitats fora de l'aula, en espais exteriors i naturals, per tal de poder refermar la informació teòrica obtinguda amb un espai més proper i conegut.

Al final del treball hi ha un seguit de propostes que pretenen oferir recursos per tal de potenciar i millorar l'ús i l'estructura dels patis escolars, ja que la majoria d'aquests espais el seu nucli central és una pista de formigó i la vegetació no hi és molt present.

Paraules clau:

Pati, espais naturals, naturalització, dèficit de naturalesa, TDAH, psicomotricitat, aprenentatge actiu.

ABSTRACT

More and more children have less contact with the natural environment, among the rush of adults, extracurricular activities, hours by car, TV, consoles, mobile phones, hours spent in a classroom, etc. they forget that there are places full of trees, places full of colours, smells, sounds, animals, etc., but adults also forget it.

Throughout this work, therefore, this problem is analysed and we reflect on the benefits of contact with natural spaces, and how this contact can be increased in order to improve their health, both physically and mentally. The idea is to make this approach within a space where

they spend most of their time, the school. It is therefore necessary to naturalize the outdoor spaces of the educational centers, specifically the space of the patio.

To reinforce this approach, a collection of studies and ideas is made by some professionals, such as Richard Louv, and his nature deficit disorder, a term he uses to describe the "symptoms" provided by decreased contact with the natural world, or the claims of Dra. Corina Basnou, researcher at CREA (Centre for Ecological Research and Forestry Applications) who highlights the difficulty of children being sensitive to the problems of their natural environment if they do not know this environment, and also the notes of Heike Freire, writer and graduate with psychology and philosophy, who can support a series of proposals to make an approach of the natural environment to school grounds. It includes a fieldwork in a rural school on the uses, pros and cons of carrying out activities outside the classroom, in outdoor and natural spaces, in order to reinforce the theoretical information obtained with a closer and better known space. At the end of the work there are a series of proposals that aim to offer resources in order to enhance and improve the use and structure of schoolyards, since most of these spaces its core is a concrete track and the vegetation is not very present.

Words Key:

schoolyards, natural spaces, naturalization, nature deficit disorder, ADHD, psychomotor activity, active learning.

INTRODUCCIÓ i JUSTIFICACIÓ

Vivim en una societat on es dóna més importància a les tecnologies i menys al món natural que ens envolta. Les rutines dels nostres infants s'allunyen cada vegada més dels espais exteriors, on poden córrer, saltar, grimpar, etc., es passen la major part del temps en espais tancats, asseguts i mirant una pantalla.

En el llibre, *Los últimos niños en el bosque*, de Richard Louv (2005) es reuneixen investigacions d'avantguarda que demostren com l'exposició directa a la natura és essencial per un desenvolupament infantil sa: física, emocional i espiritualment. Cal, doncs, aprofundir en aquest tema i fer una valoració per tal de poder aportar propostes que puguin tornar a connectar els infants amb la natura que els envolta.

Durant un temps, he pogut observar diferents espais de patis escolars i valorar amb d'altra gent les mancances i les possibilitats que presenten aquests espais. Actualment, hi ha una necessitat de la comunitat educativa de canviar l'espai del pati, molts dels projectes es mouen amb la idea de convertir aquests espais amb jardins, amb espais més naturals.

Partint d'aquesta idea he volgut recollir informació tan de l'ús i arquitectura de l'espai de pati com dels efectes que ens ha portat aquest allunyament del món natural, i fer un recull de propostes per poder potenciar i explotar al màxim les possibilitats d'aquest espai i al mateix temps gaudir dels beneficis d'aquest contacte amb la natura.

M'ha motivat, també, aportar diferents propostes metodològiques, per tal de poder beneficiar als alumnes amb necessitats educatives especials (NEE) i reduir alguns dels comportaments que pot produir el fet d'estar tantes hores tancats i quiets en alguns dels alumnes. Sóc del parer que si es pot modificar les estratègies metodològiques aportant a tots els alumnes algun benefici, independentment de la seva condició, i ens podem estalviar haver de modificar aprenentatges o estratègies individuals, molt millor, crec que és una de les millors maneres de sentir-se part d'un grup, això no treu que en algunes ocasions sigui convenient fer-ho de manera individual (per exemple, els plans de suport individualitzats curriculars o metodològics)

És un treball, també, que crec bo per reflexionar sobre la Pedagogia actual i més tradicional i plantejar-nos intentar fusionar tipologies d'ensenyaments diferents, com poden ser les Escoles del Bosc, escoles lliures, Montessori, etc.

1.- MARC TEÒRIC

Com ja he dit abans, cada vegada més els infants tenen menys contacte amb el seu entorn natural i això, com alguns estudis reflecteixen, repercuteix sobre la seva salut i el seu desenvolupament i aprenentatges. Cal buscar algunes solucions, per tal de que els infants puguin créixer més lligats al món natural del qual venen i recuperar els beneficis que això els aporta. La meua idea és aprofitar l'espai exterior de les escoles i així poder reforçar aquest vincle, ja que l'escola és un espai on els infants passen bona part del seu temps.

En aquest apartat exposo els treballs desenvolupats que m'han semblat més rellevants que poden donar llum i recolzar les reflexions i la proposta d'aquest treball, dividint-lo en diferents subapartats.

1.1.- El pati com espai d'aprenentatge.

La Fundació Bofill va realitzar un estudi sobre els patis d'algunes escoles per reflexionar sobre les pràctiques educatives i conceptualitzacions de la comunitat educativa sobre els usos, espais, activitats i temps del pati escolar, per tal de promoure el debat sobre la necessitat d'adequar els patis escolars a la seva funció educativa com a espais estimuladors de la capacitat de jugar dels infants i del desenvolupament de les seves funcions motrius, cognitives i socials. (Marín, Molins, Martínez, Hierro, & Aragay, 2010). En ell ens reflexa l'estructura urbanística que tenen la majoria dels patis de les escoles actuals on els arbres, plantes i demés són petites representacions al costat del formigó de les pistes, que són l'eix central de la majoria d'ells. Cal dir, però, que s'han engegat molts projectes per convertir aquests espais en autèntics espais naturals i d'aprenentatge.

Perquè intentar potenciar més aquest espai com espai educatiu? Una part important del temps que passen els infants a l'escola transcorre en aquest espai, concretament, **la càrrega d'hores lectives que tenen lloc al pati** (trenta minuts diaris) **suposa 525 hores durant tota l'educació primària** (sense comptar les hores del migdia), més que les hores dedicades a la llengua i literatura catalanes (420 hores) o llengua estrangera (420 hores), igual que les dedicades a l'educació artística (525 hores). [Decret 142/2007, de 26 de juny.]¹

Així, si considerem la possibilitat de poder realitzar uns canvis a l'espai de pati per poder acostar la natura a les escoles, queda palès que els infants augmentarien considerablement el contacte amb aquesta i podrien aprofitar molts dels beneficis que els pot aportar aquest apropament.

L'espai del pati no està considerat, en moltes de les escoles, un recurs pedagògic a tenir en compte, tan des d'un punt de vista morfològic com d'intervenció educativa. En les escoles que s'han analitzat en l'estudi de la F. Bofill ens reflexa com:

- 1) El joc: ni tan sols en el pati forma part dels recursos que l'escola es planteja per dur a terme la seva tasca educativa.
- 2) L'entorn: els espais, la seva conformació morfològica i la particular

¹ Extret de Marín, I., Molins, C., Martínez, M., Hierro, E., & Aragay, X. (2010). Els patis de les escoles: espais d'oportunitats educatives. En *Publicació Informes Breus de la Fundació Jaume Bofill*.

disposició dels objectes influeixen directament en la pobresa o riquesa dels recursos lúdics dels infants, les relacions que estableixen, la seva curiositat, la capacitat creativa i l'autonomia.

3) La intencionalitat educativa: és fonamental per donar solidesa i obtenir resultats. Sense intencionalitat la força educativa desapareix o, com a mínim, es dilueix.²

En els espais de joc, cal trobar maneres perquè els nens puguin anar més enllà del paviment, guanyar accés a la vegetació i a la terra, permetre fer túnels, construir canals i dics, escalar i fins i tot caure. Crear espais que ofereixin oportunitats d'interacció entre les característiques físiques de l'entorn i els seus interessos i idees; on puguin reinventar el paisatge per conèixer directament el món. (Freire, H., 2011).

La naturalització dels patis de les escoles, podria ser un element a tenir en compte a l'hora de donar-li un valor educatiu i no només d'oci i desconexió, ja que pot aportar benestar i salut, com ja hem dit abans, al mateix temps que genera un excel·lent context per a l'observació, l'experimentació i l'aprenentatge, com ens indiquen en els seus articles la Carme Cols i Pitu Fernández, dos mestres jubilats que amb l'ajuda d'altres professionals (arquitectes, fusters, jardineros, pedagogs) van trobant respostes per repensar els espais exteriors incidint en plantejaments educatius i en les oportunitats que poden oferir aquests espais.³

Per realitzar la transformació de l'espai del pati com a eina educativa cal la col·laboració de tota la comunitat educativa ja que tothom ha d'assumir el seu paper. No és una feina fàcil però si necessària, cal, doncs, fer-los veure la importància d'aquesta tasca. En l'estudi de la Fundació Bofill, ens exposa un seguit de punts per poder portar-ho a terme:

La transformació dels patis possibilita una reflexió i debat que transcendeix els propis patis i enriqueix el projecte de centre i per tant el procés educatiu de l'alumnat:

- 1. És absolutament necessari que es canviïn conceptes i actituds, i per tant és bàsic que l'espai exterior del pati, i també el joc, estiguin integrats en el projecte de centre com a recurs educatiu de primer ordre.*
- 2. Per aconseguir aquesta integració, la transformació morfològica del pati esdevé una motivació magnífica que possibilita l'inici d'un procés de reflexió i debat.*
- 3. El procés participatiu ha d'abastar tota la comunitat educativa posant-la en tensió per aprofundir en el model i conseqüències que hi ha darrere de cada decisió pel que fa al disseny, infraestructures i particular disposició dels elements.*
- 4. Cal dotar aquest procés participatiu d'una metodologia que asseguri el resultat pretès: la transformació del pati en un espai educatiu.*

Marín, I., Molins, C., Martínez, M., Hierro, E., & Aragay, X. (2010). Els patis de les escoles: espais d'oportunitats educatives. En *Publicació Informes Breus de la Fundació Jaume Bofill*.

² Extret de Marín, I., Molins, C., Martínez, M., Hierro, E., & Aragay, X. (2010). Els patis de les escoles: espais d'oportunitats educatives. En *Publicació Informes Breus de la Fundació Jaume Bofill*.

³ Extret de <https://elnousafareig.org/acerca-de/>

1.2.- Dèficit de naturalesa.

Som conscients, com ja he dit en els apartats anteriors, que cada vegada més els nostres infants, i nosaltres mateixos, passem més temps tancats en espais reduïts o en espais contaminats, amb un gran dèficit de verd i menys temps en contacte amb l'espai exterior i natural. Abans la canalla jugava més al carrer, als boscos, jardins i parcs però ara cada vegada més els trobem davant d'una pantalla de mòbil, de tauleta, de pc, jugant a videojocs o xatejant amb els amics...Richard Louv, en el seu llibre *Los últimos niños en el bosque* (2005) fa referència a un fenomen, el qual ell anomena **Trastorn per dèficit de naturalesa**, tot i ser conscient que no és un concepte científic, amb aquest, descriu els costos humans per l'alienació de la naturalesa, entre altres podem trobar: disminució de l'ús dels sentits, dificultats d'atenció i índexs més elevats de malalties físiques i emocionals. (Louv, R. (2005). Però, no només ell, parla d'aquest "trastorn" ja que hi ha altres professionals de diferents àmbits que també se n'han fet ressò i en recolzen la idea, com ara, pediatres, psicòlegs, psiquiatres, educadors, etc., per exemple el Comitè de Salut Mediambiental de l'Associació Espanyola de Pediatria, que l'inclou entre els seus temes bandera, al constatar tot el temps que passen els nens en espais tancats i connectats a la realitat virtual:

“ En condiciones normales (pre coronavirus), los estudios realizados en nuestro país indican que los niños y niñas de cuatro a doce años, pasan más de 20 horas al día en espacios cerrados y casi 1000 horas al año, delante de pantallas (de cualquier tipo). Solo uno de cada cuatro juega al aire libre cada día y, aún menos en las ciudades. Por esto, la Asociación Española de Pediatría, plantea fomentar el vínculo de las familias con la naturaleza, en las consultas, «recetando naturaleza». El coordinador José Antonio Ortega, declara que «salud, enfermedad y medioambiente son un trinomio indisoluble. Las medidas que favorecen la salud, son buenas también para proteger el planeta; y al revés»”.

(Asociación Española de Pediatría, 2017).

El sedentarisme aporta a Espanya que els infants pateixin un 8% d'obesitat, un 11% d'asma, un 4% de trastorn per dèficit d'atenció i hiperactivitat (TDAH), amb un major índex a les zones urbanes. (Urrea, J. 2020)

A mesura que creix el dèficit per naturalesa, s'està fent més evident que l'exposició directa a la naturalesa és essencial per la salut física i emocional. Per exemple, hi ha nous estudis que conclouen que l'exposició a la naturalesa pot reduir els símptomes del TDAH, i que pot millorar les capacitats cognitives dels nens, així com la resistència a la depressió i a les formes d'estrès, tan dels infants com dels adults També, hi ha estudis que diuen que jugar en escenaris naturals proporciona beneficis especials als nens, com ara que estan més actius físicament, fet important pels problemes de sobrepès i sedentarisme. (Louv, R. 2005)

Robin C. Moore⁴ ens diu, també, que els escenaris naturals són essencials pel desenvolupament infantil saludable perquè estimulen tots els sentits i integren el joc informal amb l'aprenentatge. Segons ell, les experiències multi sensorials en la naturalesa ajuden a construir "les estructures cognitives necessàries pel desenvolupament intel·lectual sostingut". Segons Moore, "els espais i materials naturals estimulen la il·limitada imaginació dels infants i serveix com a mitjà de la inventiva i la creativitat observable en quasi qualsevol grup d'infants que juga en un escenari natural" (citat per Louv, R. 2005)

⁴ Robin C. Moore es va diplomiar en Arquitectura per la Universitat de Londres el 1962. El 1966, es va traslladar a Boston, Massachusetts, per obtenir un màster en Planificació Urbana i Regional del Massachusetts Institute of Technology (MIT). Va ser al MIT que Robin va començar el seu interès per combinar disseny ambiental, desenvolupament infantil i espais de joc. (Recuperat de <https://www.pgpedia.com/m/robin-c-moore>)

Altres estudis realitzats en patis de centres escolars, que trobem en el llibre de Louv, van poder constatar que els infants jugaven de manera més creativa i de manera més igualitària en les zones verdes que en les artificials.

Així, doncs, potser cal fer pedagogia sobre com de necessari és poder acostar els espais naturals als nostres entorns més propers, per poder, així, millorar la salut dels nostre infants.

1.3.- Naturalitzar els patis escolars. Horts escolars.

Actualment, els nostres infants necessiten més que mai poder gaudir del seu entorn com a camp d'aprenentatge, aquest temps que estem vivint on cal evitar els espais tancats amb molta gent, s'ha fet més palès la necessitat de reinventar la manera d'aprendre i els seus espais, això no vol dir haver de canviar-ho tot, però potser cal introduir conceptes i maneres de fer de d'altres tipus d'escoles i corrents pedagògics, com ara les escoles del bosc, escoles basades en l'entorn. Louv ens assenyala que aquestes escoles poden ser, segurament, un dels antídots contra el trastorn del dèficit de naturalesa. La idea bàsica és utilitzar la nostra comunitat més propera, inclosa la natura com a aula de preferència.

Una de les propostes, potser no és tan agosarada però és un inici, podria ser fer una escola híbrida, però no presencial i a distància com està passant actualment a causa del COVID, sinó que es pot intentar utilitzar l'espai exterior dels centres escolars, com pot ser el pati o un espai annex, com espai d'aprenentatge, com ja he dit anteriorment, es pot desdibuixar el límit imaginari que existeix entre les aules i el pati i englobar tots els espais com espais educatius.

Tan R. Louv, com Heike Freire⁵ entre altres parlen dels beneficis que comporta utilitzar la natura com espai d'aprenentatge, alguns exemples d'aquests serien:

- 1) Un informe publicat al 2002 que ens esmenta Louv al seu llibre, ens diu que l'educació basada en l'entorn produeix millores escolars en el coneixement del medi, de les ciències, llengua, dibuix i matemàtiques; milloren els resultats dels exàmens estandaritzats i les mitjanes de les qualificacions; i desenvolupa les destreses en resolució de problemes, pensament crític i presa de decisions. (R. Louv, 2005 pàg. 257),
- 2) Estudis fets en centres educatius per William Bird, demostren que sortir regularment al camp, o a parcs i jardins, redueix els símptomes del dèficit d'atenció, millora el comportament i els resultats acadèmics, augmenta la motivació del professorat i, en conseqüència la qualitat de l'ensenyament. També s'han observat canvis significatius quan s'habiliten zones verdes, amb horts i arbres, als patis de les escoles. (Bird, W. (2007) citat per Freire, H. 2011, pàg. 41)
- 3) En els espais oberts, els petits poden expressar i regular, de forma natural, emocions que la nostra cultura tendeix a considerar negatives, com ara la timidesa, la ira o la tristesa: "Aquí si un nen està enfadat pot deixar anar aquesta energia fent una carrera o allunyar-se buscant el seu propi espai", explica Cathy Bache, directora del Jardí Secret, una escola infantil al bosc. (Freire, H. 2011, pàg. 41)
- 4) Investigadors canadencs van descobrir que els espais de joc verds més variats s'adapten a una major diversitat d'estudiants i promouen la inclusió social, sense tenir en compte el gènere, la raça o la capacitat intel·lectual, a més a més eren més segurs.(Louv, R. 2005, pàg. 272)

⁵ Heike Freire llicenciada en Psicologia i en Filosofia per la Universitat de París X. Experta en desenvolupament infantil i innovació educativa, també és periodista i escriptora. Ha sigut assessora del govern francès en l'Institut d'Educació Permanent de París. Actualment dirigeix la revista *Cuadernos de Pedagogía*.

- 5) Des d'un punt de vista educatiu, hi ha múltiples estudis que demostren que el contacte amb la natura millora l'aprenentatge, per una banda, pels efectes directes en l'estat de l'alumnat, afavorint més atenció, menys estrès, millora de l'autodisciplina, més autocontrol, major motivació, gaudi i interès, millora de la forma física. Per una altra banda, suposa un entorn més favorable per l'aprenentatge, perquè ofereix més tranquil·litat i calma, afavoreix les relacions més cooperatives i pro socials, promou l'autonomia, creativitat i maneres benèvols de joc. A més a més, ofereix beneficis pel desenvolupament personal, fomentant les habilitats i qualitats que ajudaran en l'acompliment de la vida adulta, com la perseverança, el pensament crític, el treball en equip, la resiliència, etc. (Kuo, M., Barnes, M. y Jordan, C., 2019)

Aquests exemples reforcen la idea que emplaçar espais verds als patis de les escoles pot ser una bona manera per potenciar l'ús d'aprenentatges als espais exteriors, així com per millorar la salut i el desenvolupament dels infants i per afavorir la inclusió de tots els infants a les escoles.

Des de la psicologia ambiental, es referma, també, amb els beneficis anomenats anteriorment, però, també, ha constatat que el vincle afectiu amb la natura és un dels factors fonamentals que ajuden a assolir un compromís ambiental. Segons els estudis realitzats, les persones que estan compromeses amb la defensa del medi ambient, reuneixen 2 factors principals: les experiències positives en àrees naturals durant la seva infància i la influència de models a seguir, com ara familiars, docents o iguals. (Collado, S. y Corraliza, J. A., 2019).

David Sobel diu: "es cuida allò que s'estima" (Sobel, D. 1996 citat per Freire H., 2011). I té molta raó ja que com podem demanar que respectin i cuidin el seu entorn si no el coneixen?

En una entrevista a H. Freire (2018) se li demana com poden les escoles afavorir el contacte amb la naturalesa? I per on començar? Una de les seves respostes és la d'obrir les escoles a l'entorn o com a mínim articular adequadament els temps i espais interiors i exteriors. Cal augmentar la freqüència del contacte amb la natura, i a partir d'aquesta relació quotidiana es pot començar a fomentar la cultura de l'amor per la Terra i així començar a conscienciar de la importància de cuidar i respectar l'entorn, es pot emprendre un procés de transformació dels espais exteriors però que no sigui només de forma decorativa sinó de manera pedagògica, amb una intenció, també es pot estar més present en els entorns naturals més propers, plantejant un projecte educatiu biocèntric.

Un dels objectius principals de l'educació ambiental és el d'augmentar la freqüència del contacte amb la natura. Aquest objectiu es pot assolir de diferents maneres, una d'elles, tal i com suggereix H. Freire en el seu llibre *Educar en verd* (2011) seria portant la natura a les escoles, per exemple mitjançant la creació de bosquets, horts i granges dins dels centres o obrint les escoles al seu entorn mediambiental, o convertint els espais naturals en centres d'ensenyament permanent (exemples d'això serien les forestschools angleses i escoceses, entre altres)

L' "escola viva" és un experiment educatiu per apropar els centres d'ensenyament al món natural, iniciat a Noruega el 1996. Un dels seus objectius principals és fer servir els terrenys escolars com a eines d'aprenentatge dels continguts curriculars. Aquest projecte va ser impulsat més tard per una reforma educativa del govern noruec que reconeix oficialment la importància de l'educació en contacte amb la natura. La seva idea no és molt diferent de la que es proposa en aquest treball, ja que la idea és la de convertir els patis de les escoles en espais plens de vida que estimulin tots els sentits i afavoreixin l'aprenentatge a través de l'experiència directa. Gràcies a aquest impuls, nombrosos centres educatius noruecs disposen actualment d'horts amb vegetals i plantes aromàtiques, a cura dels mateixos nens. (Freire, H. 2011)

Segons un estudi de la Royal Horticultural Society, els horts escolars milloren les competències lingüístiques, científiques i matemàtiques. Desenvolupen les habilitats físiques i socials, la conducta i el benestar emocional i el sentit de la responsabilitat, com, també, els ajuda a

comprendre millor la procedència dels aliments i contribueix a la millora de la seva alimentació. (Freire, H. 2011)

Altres beneficis que aporta la gestió dels horts són que: afavoreixen actituds i comportaments d'afecte i comprensió del medi, així com de perseverança, paciència i respecte pels ritmes naturals, en oposició amb la cultura de la immediatesa en què es viu. (Freire, H. 2011)

Cal destacar, també, la part mediambiental d'aquests projectes escolars, com diu Montse Escutia en el seu llibre *L'hort escolar ecològic*, (2009), l'hort "...és una arma per combatre la degradació del món, l'empobriment dels sòls, la contaminació de les aigües, per enriquir nutricionalment els aliments que consumim..."

1.4.- El contacte amb la natura segons l'edat.

En el llibre *Educar en verd* de H. Freire (2011) ens diu que el nostre vincle amb la naturalesa es construeix al llarg de tota la vida. Depenent a quina edat ens trobem, la relació amb el món és diferent. Explica que durant els primers 5-7 anys pel nen, la llar és el centre de de la seva activitat juntament amb la naturalesa que l'envolta: mosques, formigues, cucs, escarabats, cargols i altres petits insectes, ocells i animals de companyia que hi ha dins o en l'entorn immediat de casa o l'escola. Normalment, se senten protectors d'aquests animalons. A partir d'aquesta edat en amunt, l'àmbit espacial i geogràfic de la majoria dels nens s'amplia. Els seus interessos rau en explorar l'entorn proper, els atrau els paisatges més llunyans, els encanten els boscos, els parcs o els espais intermedis entre la civilització i allò salvatge, etc. A partir dels 12 anys, la sociabilitat guanya terreny i és la seva principal preocupació, comencen a canviar la natura salvatge per les places o centres comercials. Tots ells, independentment de l'etapa, volen immersió, solitud i interacció en un món proper i conegut. Tenint tot això en compte i el què aconsella Freire, podem modular les nostres interaccions i activitats depenen de l'edat dels nens:

- En la primera infància hauríem de donar suport a la seva tendència innata d'empatia cap als altres éssers vius. La seva manca de diferenciació entre el jo i els altres fa que projectin les seves sensacions i emocions en animals i plantes, i que facin seus els sentiments i sofriments dels altres. Cultivar, doncs, la seva relació amb animals reals i imaginaris, és una de les millors maneres de desenvolupar l'empatia. La seva manera de conèixer el món és convertir-se i sentir com ells. (H. Freire, 2011) Així la idea de poder pensar espais verds dins l'escola els pot donar eines necessàries per poder observar, conèixer tan el creixement de les plantes com els seus petits habitants i adquirir uns aprenentatges transversals des de fora de l'aula, amb un contacte directa a la flora i fauna del territori.
- Després afavorir les seves activitats d'exploració. Descobrir l'entorn per situar el seu lloc és el principal objectiu dels nens de 5-7 anys a 12. Explorar els voltants de casa, de l'escola i més enllà, construir forts o cabanes, excavar, buscar tresors, seguir un curs d'aigua, construir illes, ponts, discs, etc. (H. Freire, 2011) Són activitats que a través d'elles incorporen una comprensió intuïtiva de conceptes abstractes de la física, matemàtiques o el medi ambient, i també estimulen la imaginació i creativitat.
- I finalment, facilitar que els adolescents realitzin activitats socials en un entorn natural. A ells els atrau més quedar-se a la ciutat o el poble per poder estar amb els amics. En descobrir i construir el seu jo adult, senten una gran necessitat de relació amb els seus iguals, comencen a preocupar-se pel rumb de la societat i estan naturalment inclinats a salvar el món. (H. Freire, 2011) Cal, doncs, proposar-los activitats en els que se sentin implicats i motivats, que tinguin una raó de ser.

1.5.- Referents normatius.

En aquest punt es busca la sinèrgia d'aquest projecte amb el què es diu en alguns punts del Decret 119/2015, de 23 de juny, d'ordenació dels ensenyaments d'educació Primària del Departament d'Ensenyament de la Generalitat de Catalunya.

* Segons aquest Decret, el Govern fa palesa la importància de l'educació primària en l'adquisició de les competències bàsiques i dels diferents aprenentatges, en un context d'equitat, per a tots els alumnes. (Catalunya, 2017)

Tal i com ja s'ha dit anteriorment, l'obertura dels espais exteriors per incloure'ls dins els espais educatius aporta una millora en la inclusió social dels alumnes i els ofereix les mateixes possibilitats d'aprenentatge a tots per igual.

* També diu que l'educació primària ha de preparar els alumnes per donar respostes innovadores en una societat canviant i en evolució constant. (Catalunya, 2017) és un dels objectius d'algunes propostes, ja que la societat actualment li cal un acostament a la natura, per poder gaudir dels seus beneficis i per inculcar als infants l'amor per la Terra i poder despertar en ells un compromís per conservar-la i cuidar-la, tot i que potser es refereix més a com avança la societat tecnològicament però actualment, cal una revisió del comportament vers la natura.

* Els nens han d'aprendre a pensar i actuar de manera integrada, considerant les interconnexions i interrelacions entre els aprenentatges. S'ha de promoure, de manera transversal, l'adquisició d'hàbits i valors per resoldre problemes i situacions des de qualsevol de les àrees curriculars, s'ha de fomentar la iniciativa, la creativitat, l'esperit crític i el gust per aprendre, i s'ha de desenvolupar la capacitat de l'esforç i la cultura del treball. (Catalunya, 2017)

Són un seguit d'habilitats, que com s'ha anat llegint, moltes d'elles milloren substancialment amb el contacte amb la natura.

* Els centres, d'acord amb la Llei 12/2009, del 10 de juliol, d'educació, exerceixen l'autonomia pedagògica, a partir del marc curricular establert, i en poden concretar els objectius, les competències bàsiques, els continguts, els mètodes pedagògics i els criteris d'avaluació. (Catalunya, 2017)

* Els principis pedagògics del projecte educatiu de centre o el projecte educatiu de ZER són el marc de referència per als mestres i els equips docents i per a l'exercici de la seva professió. (Catalunya, 2017)

Per poder portar a terme algunes de les propostes, s'ha de convèncer i engrescar els professors per poder incloure-les com a projectes educatius de l'escola i treballar-ho de manera multidisciplinari.

* La recerca i l'aprofitament eficient dels recursos que ofereix l'entorn més proper, així com l'establiment de sinergies positives entre l'escola i aquest entorn, han de facilitar els aprenentatges proposats en el currículum. (Catalunya, 2017)

És el què es pretén amb algunes de les propostes plantejades més endavant, com per exemple, la proposta de l'hort escolar.

Article 3 del decret: Objectius

L'educació primària ha de contribuir a l'assoliment dels objectius establerts amb caràcter general a la Llei 12/2009, del 10 de juliol, d'educació, com ara:

Conèixer, valorar i estimar l'entorn natural, social i cultural més proper, reforçant així el sentiment de pertinença i arrelament al país i la capacitat d'extrapolar aquests coneixements a altres entorns i al món en general; comprendre, a partir de l'observació de fets i fenòmens senzills, els principals mecanismes que regeixen aquest entorn per tal de ser capaç de prendre compromisos responsables per mantenir-lo o introduir elements de millora. (Catalunya, 2017)

Article 7: Àmbits i àrees de coneixement.

A cada nivell escolar s'ha de realitzar, com a mínim, un treball o projecte interdisciplinari sobre un aspecte de la realitat, amb activitats que requereixin l'aplicació i la integració de coneixements de diverses àrees. (Catalunya, 2017)

Article 11: Atenció a la diversitat dels alumnes.

L'atenció a la diversitat és el reconeixement i la valoració de les diferents característiques que presenten tots i cadascun dels alumnes, així com la consideració de les seves necessitats d'aprenentatge de forma singular, afavorint que puguin aprendre junts i col·laborar entre ells en experiències d'aprenentatge compartit, rebutjant la uniformitat com a valor. (Catalunya, 2017) el treball a l'exterior pot beneficiar als alumnes NEE i a la resta.

Article 13: Equips docents

A efectes de coordinació els mestres s'organitzaran en equips docents, que tindran diferents funcions com ara: desenvolupar el currículum per concretar les activitats d'ensenyament i aprenentatge i altres actuacions que s'escaiguin. (Catalunya (2017).

* El caràcter transversal de les competències bàsiques implica que els centres hagin de potenciar el treball interdisciplinari. Aquest fet s'ha de tenir en compte en l'organització del centre i en la gestió dels espais i del temps escolar. (Catalunya, 2017).

Per més informació sobre les competències bàsiques d'educació primària podeu consultar a: <http://educacio.gencat.cat/ca/departament/publicacions/colleccions/curriculum/curriculum-ed-primaria/>

2.- OBJECTIUS.

En el meu TFG pretenc posar sobre la taula la importància del contacte dels infants amb la natura i els beneficis que això els aporta.

OBJECTIUS DEL TREBALL:

L'objectiu general d'aquest treball és **poder posar en valor tota la informació obtinguda sobre els beneficis d'apropar la natura als infants dins el recinte escolar**. Per poder aconseguir-ho cal marcar, també uns objectius específics:

- Saber interpretar la informació obtinguda.
- Donar resposta a algunes qüestions sobre la relació entre natura i l'escola:
 - ✓ Què ens pot aportar tenir la natura dins el recinte escolar?
 - ✓ És una avantatge per afavorir la inclusió i la gestió de la diversitat a l'escola?
- Plantejar un recull de propostes d'intervenció a l'espai del pati que pugui servir als docents, alumnes i familiars com a recursos pedagògics.

OBJECTIUS DEL RECULL DE PROPOSTES D'INTERVENCIÓ:

L'objectiu principal: és **potenciar el contacte amb la natura dins del mateix recinte escolar o en un entorn pròxim** perquè els alumnes i docents puguin gaudir dels seus beneficis, generant aprenentatges vius dins el currículum d'Ed. Primària.

Objectius específics:

- Desdibuixar els límits entre els espais interiors i exteriors en els aprenentatges i les relacions dins els centres escolars.
- Promoure un espai exterior on aprendre de manera pausada i que afavoreixi la inclusió de tot l'alumnat.
- Aconseguir aprenentatges competencials fora de l'aula a partir d'un aprenentatge actiu amb percentatges similars als que es desenvolupen dins l'aula.

3.- METODOLOGIA:

En aquest treball s'ha dut a terme una cerca d'informació mitjançant els canals habituals com ha sigut la recerca i recopilació de dades a través d'internet localitzant articles, llibres, opinions i altres TFG, juntament amb una cerca a la biblioteca local d'alguns dels llibres referenciats en alguns dels articles, realitzant, després, una organització d'aquesta per tal de poder realitzar un anàlisi i reflexió de la informació acumulada i poder establir un lligam entre els beneficis del contacte amb la natura pel desenvolupament cognitiu, social i emocional dels infants i els espais exteriors dels centres escolars (pati, jardins i entorn proper).

A partir d'aquesta tasca de recopilació de dades, s'ha establert una base a l'hora de seguir una **estratègia de caire qualitatiu** per poder obtenir informació sobre el tema en un entorn més proper i així poder contrastar-la amb el marc teòric establert.

3.1.- Definició dels participants i/o escenari de l'estudi:

Aprofitant que estic treballant en una escola durant l'espai de menjador, vaig pensar que podria contrastar la informació que havia trobat a l'inici del treball amb el dia a dia dels alumnes i docents, i la seva relació amb els espais exteriors de l'escola.

És una escola rural situada en un municipi d'uns 500 habitants aproximadament, de la Catalunya Central. Hi estudien alumnes del mateix municipi i dels municipis veïns. Es pot cursar des de P3 fins a 6e de Primària. Aquest curs hi ha 49 alumnes, que formen 3 grups de treball: la comunitat de petits (P3 a P5) que en són 17, la comunitat de mitjans (1r a 3r) que en són 18 i la comunitat dels grans (4t a 6e) que són 14. En el mateix emplaçament també hi ha l'escola bressol municipal (P0 a P2), amb la que els infants d'Educació infantil hi comparteixen el pati.

És una escola que està envoltada d'explotacions agrícoles i ramaderes, muntanyes i boscos. El contacte amb l'espai natural és pràcticament inevitable.

El centre gaudeix de dos espais de pati:

- 1 pels infants de l'escola bressol i Educació infantil: és un espai on hi ha 2 alzines molt grosses que els proporciona un espai d'ombra, un sorral i diferent mobiliari d'oci, com un tren i una caseta de fusta, una paret musical, un parell de bobines-taules petites, un sorral, una tenda i un tobogan.
- l'espai de Primària: eix central de formigó, pista de futbol sala amb 2 porteries i 2 cistelles de bàsquet, un lateral amb moreres, sorral, cuineta, gronxadors, pissarra, taula de palets i bales de palla i una bobina-taula amb tamborets de tronc de fusta i un

slickeline i un altre lateral de formigó on hi ha jocs pintats a terra i un racó on hi ha un petit jardí.

- Hi ha també un espai a l'altre banda de l'edifici escolar que utilitzen com a hort, però no l'utilitzen a les hores d'esbarjo.

El centre està compost per l'edifici central de 2 pisos on es cursa Ed. Infantil al 1r pis i Primària al 2n, al seu darrera hi ha l'espai de l'hort escolar, i al davant el pati de Primària, llavors hi ha un edifici de planta baixa que separa els dos patis on s'hi troba l'escola bressol, la biblioteca de l'escola, el gimnàs i els lavabos; el davant d'aquest hi ha el pati dels petits, on en un costat hi trobem l'edifici del menjador escolar amb capacitat per 50 persones, i a l'altre, darrera de la barana, un petit bosc d'alzines i pins.

Els participants en l'estudi són:

- ✓ alguns dels alumnes de Primària, concretament 9 de la comunitat dels mitjans (de 7 a 9 anys) i 7 de la comunitat del grans (de 10 a 12 anys)
- ✓ Les tutores de primària (Comunitat de mitjans i Comunitat de Grans)
- ✓ Dos ex alumnes amb un diagnòstic de TDAH (de 15 i 17 anys) i les seves mares.
- ✓ L'espai exterior del centre (patis, entorn proper)

3.2.- Tècniques i instruments de recollida de dades:

Durant el temps de recollida d'informació s'ha observat que molts dels estudis que s'han realitzat han sigut a partir d'una metodologia qualitativa, ja que molts dels treballs es basen amb l'observació dels participants i la seva avaluació posterior. Valorant la informació que es vol obtenir dels participants i l'espai en el qual es mouen, s'ha trobat lògic seguir amb la mateixa metodologia, així que s'han utilitzat diferents tècniques i instruments qualitius per realitzar el treball de camp durant les meves hores de feina:

TÈCNICA/INSTRUMENT	EINA	TIPUS
OBSERVACIÓ	Graella d'observació	Directa i Indirecta
QÜESTIONARI	Bateria de preguntes	Resposta oberta
ENTREVISTA	Bateria de preguntes	Semi estructurada
QÜESTIONARI	Bateria de preguntes	Resposta oberta i tancada
ANÀLISI DOCUMENTAL	Recursos informàtics i físics	-

1. OBSERVACIÓ: Després d'observar el joc i com utilitzen els diferents espais del pati, s'ha preparat una **graella d'observació** (fig. 1), per tal de poder valorar a on, a què i com juguen els alumnes d'aquesta escola. La observació s'ha dut a terme durant una setmana, de dilluns a divendres des de les 14h a les 15h.

(A causa de les mesures que s'han de dur a terme per la COVID l'ús de l'espai del pati queda partit per la meitat, utilitzant cada part un grup bombolla, es canvien cada 15 dies.)

Fig.1 GRAELLA D'OBSERVACIÓ. Comunitat de mitjans i de grans

	A QUIN ESPAI JUGUEN?	A QUÈ JUGUEN?	COM JUGUEN?	COMENTARIS
DILLUNS				
DIMARTS				
DIMECRES				
DIJOUS				
DIVENDRES				

2. QÜESTIONARI (Entrevista): Aquest curs han realitzat alguns dels projectes a l'exterior del centre, per tal de poder fer un anàlisi i valoració d'aquestes activitats i dels canvis que s'han produït o no en els alumnes, s'han preparat un seguit de preguntes per realitzar als docents de la comunitat dels mitjans i de la comunitat dels grans. (fig. 2)

Fig. 2 PREGUNTES A LES MESTRES SOBRE ELS PROJECTES QUE AQUEST CURS HAN REALITZAT A L'EXTERIOR:

- 1) Aquest curs heu realitzat alguns dels projectes amb major presència a l'espai exterior?
- 2) L'assignatura o projecte que més utilitza l'espai exterior com a recurs didàctic és:
- 3) Creus que l'espai exterior pot contribuir a la reducció dels comportaments agressius i dels conflictes a l'escola?
- 4) Heu notat algun canvi en els nens a l'hora d'afrontar-los? Més esverats, motivats, interessats, més tranquils...?
- 5) Que creieu que els aporta aquest major contacte amb l'espai exterior (bosc, hort...)?
- 6) Es podria aprofitar més el pati més que per jugar i ed. Física? Com creieu que es podria potenciar més aquest espai? Què hi troben a faltar?
- 7) Quines són les principals dificultats amb què us trobeu al centre
- 8) per dur endavant l'espai exterior?
- 9) Si s'elabora una proposta per ajudar i assessorar l'escola i/o els centres educatius en la gestió, manteniment i propostes pedagògiques i lúdiques pel seu funcionament, hi estareu interessats/des?
- 10) Quins elements naturals i manipulables creus que hi hauria d'haver?
- 11) Quin o quins sectors de la comunitat educativa podrien responsabilitzar-se de dinamitzar l'espai exterior?

3. ENTREVISTA: Ha semblat oportú preparar una entrevista a dos exalumnes (fig. 3) que van ser diagnosticats de TDAH durant l'etapa escolar de Primària en aquesta escola, per tal de saber com es va gestionar des de l'escola i quines estratègies es van utilitzar.

Fig. 3 PREGUNTES INICIALS ADOLESCENT AMB TDAH I LES ESTRATÈGIES QUE SEGUIA A L'ESCOLA I ARA: (entrevista amb la mare i/o amb el/la noi/noia)

- 1) A quina edat es va començar a fer un seguiment del X per possible TDAH? Perquè?
- 2) Aquest comportament només el tenia a l'escola o era generalitzat?
- 3) Quines estratègies es seguien des de l'escola per tal d'ajudar en els seus aprenentatges i desenvolupament?

- 4) Què li aportava les estones que anava a l'hort?
- 5) Actualment, com se sent respecte els trets de TDAH?

4. QÜESTIONARI: Per acabar s'ha preparat un qüestionari amb respostes tancades i obertes sobre els hàbits fora de l'horari lectiu dels alumnes de Primària. (Fig. 4)

Fig. 4 PREGUNTES NENS DE PRIMARIA SOBRE EL TEMPS QUE PASSEN EN CONTACTE AMB LA NATURA:

- 1) Quines activitats fas durant la setmana?
- 2) Mires la TV? Quan? Molta estona? Sol o acompanyat?
- 3) Utilitzes el mòbil o consoles? Quan? I quantes hores jugues?
- 4) Com creus que reaccionaries si no poguessis veure la TV, utilitzar el mòbil, la tauleta i la consola?
- 5) Què és el que t'agrada més fer quan no estàs a l'escola?
- 6) Quines activitats fas a l'exterior? Les fas molt sovint? On prefereixes fer activitats a dins o a fora?

5. ANÀLISI DOCUMENTAL: Un cop acabat el treball de camp, s'ha realitzat una cerca d'informació, per poder conèixer i consultar una extensa gamma de materials, treballs, web... per preparar el ventall de propostes educatives relacionades amb el tema.

3.3.- Procediment de recollida de dades:

1. OBSERVACIÓ: Cada dia s'ha portat un registre del què succeïa de 14h a 15h de la tarda a l'espai del pati assignat als alumnes de Primària, durant un període de 5 dies lectius. Cada dia s'han traspassat les dades a la graella d'observació diferenciant l'observació duta a terme als alumnes de 1r a 3r i dels alumnes de 4t a 6e de manera totalment objectiva, a pesar del contacte proper amb els infants.

S'ha dut a terme una observació *in situ* de manera no participant, sense interactuar amb els alumnes i participant, formant part d'algunes de les activitats que han dut a terme els infants. Els subjectes no sabien que els estaven observant.

2. QÜESTIONARI (entrevista): Primerament, s'ha demanat a la direcció del centre si es podia realitzar una entrevista a les docents de Primària que haguessin realitzat alguna activitat a l'exterior de les aules. Se'ls ha donat 2 opcions per realitzar-la: presencial o passant les preguntes per mail i que les tornessin contestades. Han escollit la segona opció així que no hi ha hagut un contacte directe, el qual donava peu a fer una entrevista oberta i alhora poder aprofundir més en el tema depenent de les respostes, per tant, al final s'ha realitzat un qüestionari amb resposta oberta.

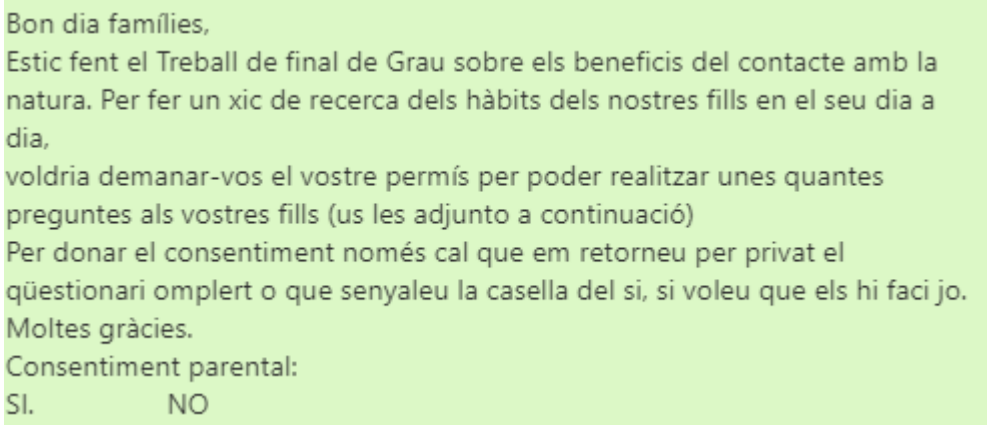
3. ENTREVISTA: En l'entrevista preparada per realitzar als adolescents amb TDAH i les seves mares, primer de tot s'ha demanat el consentiment dels pares, ja que ambdós són menors, llavors, a les dues famílies se'ls ha explicat com es tractarien les dades que es recollien.

Una de les entrevistes ha sigut tan amb el menor com amb la mare i s'ha dut a terme a un lloc i hora escollida per la família, cara a cara. S'ha realitzat una entrevista semiestructurada, on es portava, com he senyalat abans, un guió amb unes preguntes que s'ha pogut ampliar a mesura que avançava la conversa. S'ha realitzat de manera distesa, creant, així, un clima de confiança. Ha durat 15 minuts aproximadament. El recull de les respostes s'ha fet de manera escrita intentant apuntar tot el què es deia de manera literal, després s'ha depurat i endreçat la informació donada.

L'altra entrevista s'ha realitzat a la mare del menor. S'ha fet des de l'app de WhatsApp, ja que no ha estat possible trobar una hora i dia per poder fer-la cara a cara, tot i així, també s'ha pogut ampliar el guió de preguntes durant la conversa escrita. En aquest cas el/la menor no ha volgut que se li fes l'entrevista.

4. QÜESTIONARI: Primer de tot es va passar per whatsapp un text com a certificat de consentiment (fig. 5) a totes les famílies de l'escola perquè deixessin passar el qüestionari als seus fills, amb ell s'adjuntava, també, les preguntes que se'ls hi volia formular, l'havien de retornar per privat senyalant el si o el no o se'ls donava l'opció de que els hi passessin ells i l'enviessin respost, servint així com a certificat de consentiment.

Fig. 5. Certificat de consentiment parental.



Bon dia famílies,
Estic fent el Treball de final de Grau sobre els beneficis del contacte amb la natura. Per fer un xic de recerca dels hàbits dels nostres fills en el seu dia a dia, voldria demanar-vos el vostre permís per poder realitzar unes quantes preguntes als vostres fills (us les adjunto a continuació)
Per donar el consentiment només cal que em torneu per privat el qüestionari omplert o que senyaleu la casella del si, si voleu que els hi faci jo.
Moltes gràcies.
Consentiment parental:
SI. NO

Un cop s'han tingut els certificats firmats s'han realitzat els qüestionaris als alumnes durant l'espai del pati del menjador, de manera individual. La informació s'ha registrat per transcripció escrita, o amb gravació d'àudio.

5. ANÀLISI DE DOCUMENTACIÓ: S'ha utilitzat diferents recursos físics i virtuals per revisar i incorporar idees com per exemple, pal·liar la falta de contacte amb la natura dels infants, la incorporació dels espais exteriors a l'aula o com a aula, etc. Els elements consultats van des de documents, diaris, memòries, notes, articles, entrevistes...

3.4.- Procediment d'anàlisi.

L'anàlisi qualitativa exigeix a l'investigador dos tipus de competències: la d'organitzar les dades, sintetitzant-les i representant-les, i la d'interpretar-les i extreure'n conclusions.

De la graella d'observació un cop omplerta (veure els resultats a l'Annex 1) se n'ha fet una valoració global de les dades obtingudes, tenint en compte els comentaris i la informació més rellevant per l'estudi.

En quan al qüestionari que es va passar a les tutores de Primària s'ha analitzat de forma global i comparativa per tal de poder saber quina opinió tenien de la utilització de l'espai exterior com a aula d'aprenentatge i els seu beneficis. (respostes al qüestionari Annex 2) No s'ha desgranat ni classificat la informació obtinguda al només haver-hi 2 enquestades.

En les entrevistes als ex alumnes de l'escola s'ha fet un anàlisi més a nivell personal, ja que és un testimoni que pot refermar o no el què s'ha trobat en tota la documentació que s'ha pogut

analitzar sobre els beneficis del contacte amb la natura i la necessitat d'acostar-la als centres escolars. (respostes de l'entrevista Annex 3)

Referent als qüestionaris passats als alumnes de Primària, per poder organitzar millor la informació que ens han proporcionat, s'ha categoritzat o valorat de diferent manera cada pregunta segons el valor que se li ha atorgat: en la 1 s'ha fet una graella per poder enumerar les activitats que fa cadascú, s'ha analitzat de manera individual; en la 2 i la 3 s'ha fet una síntesi de les respostes globals i després una taula comparativa per veure el temps que veuen la TV i utilitzen la tauleta, mòbil o consoles, no s'han diferenciat per franges d'edat; en la 4 també s'han resumit les respostes de forma global, en la 5 s'ha fet una llista de les activitats que els agrada fer a dins d'un recinte i a fora, de manera conjunta, i en la 6 s'ha fet una graella on es pot comparar entre participants les activitats que es realitzen a l'exterior els temps que hi passen setmanalment i si prefereixen fer activitats a dins o a fora a l'aire lliure. (respostes sintetitzades i categoritzades Annex 4)

I en quan a l'anàlisi de documentació s'ha fet una tria del material que ha semblat més representatiu, tot i que no s'ha rebutjat del tot la resta de material, per possibles incorporacions futures.

3.5.- Implicacions ètiques o socials

Durant la investigació s'ha tingut en compte, en tot moment, aspectes ètics i socials vinculades a les opinions i conductes dels participants.

S'ha passat un text informant a les famílies dels menors, via WhatsApp (fig. 5), per tal que donessin el seu vist i plau, acompanyat de les preguntes que se'ls hi volia fer.

Si l'entrevista ha sigut de caire més personal, a més a més del consentiment parental, s'ha volgut que la mare fos present en la conversa.

Durant tot el procés de recopilació d'informació s'han mantingut la confidencialitat de les dades dels participants (alumnes, docents, centre i famílies). Els noms que apareixen en el treball han estat modificats per preservar els seu anonimat.

4.- PROPOSTES EDUCATIVES

Després de tot el ventall d'informació que s'ha extret sobre la falta de contacte dels infants amb la naturalesa, els seus beneficis i la necessitat de canviar els espais de pati a les escoles, s'ha pensat que seria útil proposar un seguit d'activitats per poder dur a terme dins i/o fora dels recintes escolars i així donar sortida a aquest recull d'informació.

Una de les idees més sentides i portades a terme entre moltes escoles de diferents metodologies, són els horts escolars. Actualment, hi ha moltes escoles en el nostre país que estan intentant remodelar el seu espai del pati per acostar-lo més a la natura i un dels seus elements és l'espai de l'hort, ja sigui en petit format (amb jardineres, horts verticals...) o amb un espai més ampli on poder realitzar altres activitats a més a més de cultivar verdures, arbres

fruiters, plantes aromàtiques...també tenim la referència que se li dona aquest espai com element educatiu en d'altres països, com ara Noruega, Anglaterra etc.,⁶

El primer bloc de propostes estaran relacionades amb l'espai de l'hort.

4.1.- L'hort com a projecte.

L'hort esdevé un espai idoni per treballar qualsevol dels conceptes que trobem a les diferents àrees i estratègies metodològiques del centre, independentment de l'estructura del centre i els seus grups, presenta les mateixes oportunitats i estructura de treball, i ho fa amb el propòsit ben clar d'entrar dins del marc dels interessos del Pla educatiu de centre i del Projecte curricular de centre. (Escutia, M. 2009) És un projecte que ens ajudarà a desdibuixar els límits dels espais educatius entre les aules i els patis, espais exteriors dels centres, ja que les activitats es poden desenvolupar a dins, a fora o ambdós espais.

Competències bàsiques transversals i específiques de treball:

- ✓ Competències comunicatives: aprendre a pensar i a comunicar.
- ✓ Competències metodològiques: aprendre a descobrir i a tenir iniciativa.
- ✓ Competències personals: Aprendre a ser i a actuar de manera autònoma.
- ✓ Competència comunicativa lingüística i audiovisual.
- ✓ Tractament de la informació i competència digital.
- ✓ Competència artística i cultural.
- ✓ Competència matemàtica
- ✓ Competències de ciències naturals
- ✓ Competència d'aprendre a aprendre
- ✓ Competència en el coneixement i la interacció en el món físic

Referències d'interès:

- ✓ Web del Grup de Treball "L'hort escolar ecològic com a recurs educatiu". Grup de treball, format per mestres d'Educació Infantil, Primària i Secundària d'escoles i instituts de la Selva marítima interessats en treure profit de l'hort del seu centre va començar a treballar l'octubre de 2012 dins el PFZ de la Selva II. S'hi troba un projecte molt complet, amb moltes propostes per realitzar a l'espai de l'hort i adjunta les fitxes i material didàctic per dur a terme les activitats que proposen juntament amb les competències que s'hi treballen.
<https://sites.google.com/site/hortescolarecologic/home?authuser=0>
- ✓ Escutia, M. (2009) L'hort escolar ecològic. Editorial Graó, d'Iríf S.L. Barcelona. Llibre-guia per dissenyar i treballar l'espai de l'hort a l'escola. Propostes d'activitats segons la temàtica per diferents edats i el treball de competències que s'hi treballen.
- ✓ Mama terra és un projecte global de l'Associació Vida Sana. Actualment és un projecte de referència en el desenvolupament de materials educatius relacionats amb l'hort escolar, l'alimentació ecològica, la salut i el consum responsable. Hi podem trobar entre altres coses activitats de moltes escoles amb els materials didàctics i descripcions essencials. Mamaterra – Festival Ecològic de la Infància. <https://mamaterra.info>
- ✓ Central Parc del Baix Llobregat SCCL és una cooperativa de treball associat i iniciativa social, sense ànim de lucre. Compten amb una línia de formació i sensibilització al voltant de l'agricultura ecològica i la sostenibilitat. Ofereixen tallers, activitats i

⁶ Vegeu Educar en verd de Heike Freire (2011) a la pàg. 87-88 on fa referència *The Living school* experiment educatiu portat a terme a Noruega el 1996 i que més tard va ser impulsat pel govern noruec, també la Royal Horticultural Society que impulsa la creació d'hortos a tot el país anglès i ofereix informació i assessorament als professors.

assessoraments que dinamitzem tant a les aules com als camps de la mà d'un equip amb àmplia experiència. www.centralparc.cat

a) FEM CREIXER LES LLAVORS: (edat 6 a 12 anys)

Descripció: A partir de llavors de diferents verdures els alumnes es proposaran fer el procés de cultiu des de l'inici. Germinaran les llavors per després poder-les plantar a l'hort un cop tinguin la mida necessàries. Podran observar, registrar i analitzar el procés en què la llavor passa a ser una planta, com creixen les arrels, la tija, les primeres fulles... es planteja com una activitat grupal, des de les primeres decisions a l'hora d'escollir entre tots què es vol fer créixer fins a l'hora de registrar el procés de creixement de cada planta i el seu manteniment que es pot repartir per grups de 3-4 persones.

Si es fa en envasos transparents es podrà veure també com creixent les arrels i què fan si troben algun obstacle en el seu camí.

Competències bàsiques transversals i específiques de treball:

- ✓ Competència en el coneixement i la interacció amb el món físic.
- ✓ Tractament de la informació i competència digital.
- ✓ Competència comunicativa, lingüística i audiovisual.

- ✓ Competència d'autonomia i iniciativa personal.
- ✓ Competència d'aprendre a aprendre.
- ✓ Competència social i ciutadana.
- ✓ Competència matemàtica

Referències d'interès:

- ✓ Fitxa completa de l'activitat recuperada de https://docs.google.com/document/d/1jnwymuZQN-fsTGSj27HhZ4nbaMBZjnPGORaAXYW_8qY/edit?usp=sharing
Forma part del conjunt d'activitats proposades des de la pàgina web del Grup de Treball "L'hort escolar ecològic com a recurs educatiu" referenciat abans.
- ✓ Escutia, M. (2009) L'hort escolar ecològic. Editorial Graó, d'Iríf S.L. Barcelona. Pàg. 94 i 254-257.

b) EFECTES DE LA CONTAMINACIÓ SOBRE LES PLANTES: (de 8 a 12 anys)

Descripció: Es planten 3 mongeteres en un espai de l'hort que els arribi la mateixa quantitat de llum. Es marquen les 3 plantes amb una cinta de color diferent cadascuna (vermella, blava i groga). S'apunta quina mida fa en un inici (es porta un registre al llarg de tota l'activitat), també es pot anar registrant fent un dibuix o fotografia. Es frega amb vaselina a sobre de totes les fulles de la planta vermella, llavors es frega amb vaselina a sota de totes les fulles de la planta blava. Es reguen les plantes regularment i cada 2 dies es fa un registre del seu creixement. Què passa? Veuran com el creixement de les plantes no és el mateix a causa de la contaminació (vaselina).

Competències de treball:

- ✓ Competència d'aprendre a aprendre.
- ✓ Competència matemàtica
- ✓ Es treballa àrees de ciències naturals i ciències socials.
- ✓ Tractament de la informació i competència digital.

Referències d'interès :

- ✓ Escutia, M. (2009) L'hort escolar ecològic. Editorial Graó, d'Iríf S.L. Barcelona. Pàg. 95 Hi trobarem l'activitat més detallada.

c) LLUM PER A LES FULLES: (10-12 anys)

Descripció: Després de plantar unes quantes plantes d'api i havent esperat que creixin, per tal de poder aprofundir i veure de manera pràctica el procés de la fotosíntesi en elles, s'emolicaran per la base, intentant que només surti la punta de les fulles per dalt. Només ho farem amb la meitat de les plantes d'api. Al cap d'una setmana podem collir les mates d'api i observar les diferències entre les que han estat tapades i les que no, també en podem deixar alguna plantada de les que hem tapat inicialment i destapar-la i deixar que passi una altra setmana per veure que passa.

Competències de treball:

- ✓ Competència científica
- ✓ Tractament de la informació i competència digital

Referències d'interès:

- ✓ Escutia, M. (2009) L'hort escolar ecològic. Editorial Graó, d'Iríf S.L. Barcelona. Pàg. 103 Hi trobarem l'activitat més detallada.

d) ALTRES PROPOSTES:

- ✓ Elaborar un plat amb els aliments de l'hort: amanida, salsa de tomàquet, pesto,...
- ✓ Observar i classificar les males herbes i decidir què se'n pot fer: compostatge, composicions artístiques...
- ✓ Cultivar herbes aromàtiques i medicinals ja no només a l'hort sinó en qualsevol espai del pati per tal de naturalitzar-lo: després fer infusions, saquets d'olors, jocs: endevinem aquí pertany l'olor...
- ✓ Observem l'hort i els espais verds del pati i registrem i estudiem quins animals, insectes hi ha (on, què hi fan, perquè ...) qüestionant-se coses...

Referències interessants:

- ✓ Arciboldo <https://www.descubrirelarte.es/2017/11/10/arciboldo-el-pintor-de-las-cabezas-compuestas.html>
Aquest és un artista que utilitza fruites i vegetals per fer caps de persones.

4.2.- Racons de sol i ombra:

a) ESPAIS DE LECTURA, ESPAIS TRANQUILS:

Descripció: Es poden generar espais verds dins de l'espai del pati per poder sortir a fer classe a fora, per llegir, per parlar, per jugar...Es poden emplaçar taules a l'hort escolar tan per poder treballar a l'exterior amb algunes de les activitats relacionades amb l'espai o no, com per poder generar un espai tranquil i exterior per poder estudiar i llegir, per anar esmorzar, etc.

Beneficis d'aquest espai:

- ✓ Desdibuixar límits als espais educatius.
- ✓ Espais on es regula millor la temperatura, aire més net ja que l'espai verd ajuda a filtrar contaminants (especialment en zones urbanes)
- ✓ Les plantes els ofereix una relació amb el temps més tranquil·la i pausada que pot ajudar als infants més inquietos.
- ✓ Potenciar els sentits com l'olfacte i l'oïda.
- ✓ Afavoreix l'atenció i la concentració, condicions favorables per una bona lectura.

Competències de treball: Dependrà del què si faci, algunes d'elles poden ser:

- ✓ Competència lingüística: promoure l'hàbit de lectura, d'estudi, d'escriure...
- ✓ Competència artística: generar un espai tranquil per dibuixar, crear...
- ✓ Competència d'autonomia i iniciativa personal.

b) UNA CABANA DE MONGETES O ALTRES PLANTES: (de 8 a 12 anys)

Descripció: Les plantes enfiladisses ofereixen l'oportunitat de crear zones amb ombra on la temperatura és força agradable a l'estiu. Es pot fer com una tenda d'indis amb unes canyes i es planta una mongetera a la base de cada canya, esperant que vagin creixent i es van enrotllant per les canyes. Es poden utilitzar, també, d'altres plantes i flors que siguin enfiladisses com l'heura, alguns tipus de gira-sols...

Competències de treball:

- ✓ Competències amb ciències socials i tecnologia.
- ✓ Competències amb ciències naturals.
- ✓ Competències matemàtiques
- ✓ Aprendre a ser i a actuar de manera autònoma.

Beneficis d'aquest espai:

- ✓ S'enriqueix l'espai de joc amb nous materials i espais.
- ✓ Espais que potencien l'espai de reunió entre iguals.
- ✓ Millora la creativitat dels alumnes i la seva imaginació.

c) PLANTEM ARBRES. (totes les edats)

Descripció: Com ens diu en el llibre de Louv, R. (2005), abans hi havia el dia de l'arbre a les escoles i cada any es celebrava plantant un arbre a l'escola o en un entorn proper. Es podria recuperar, es pot demanar amb un professional que fes una xerrada a l'escola, i aconselles quin serien els arbres més idonis per plantar a l'escola. Al mateix temps, es pot fer una sortida d'exploració als voltants de l'escola per tal de conèixer els arbres que hi ha i si són autòctons de la zona o no i les seves característiques.

Competències de treball:

- ✓ Coneixement de l'entorn: flora i espais propers
- ✓ Competències lingüístiques: vocabulari
- ✓ Competències de ciències naturals i socials.
- ✓ Aprendre a ser i actuar de manera autònoma.

Beneficis de l'espai:

- ✓ Crear espais d'ombra que ajuden a regular la temperatura.
- ✓ Crear espais verds a l'espai pati que enriqueiran la fauna de l'espai.
- ✓ Crear nous espais de joc i de reunió.

Referències interessants:

- ✓ Pàgina molt interessant amb projectes variis de propostes per apropar la natura als patis <https://www.facebook.com/carmecols> o <https://elnousafareig.org>
- ✓ Bon article amb referències bibliografies útils per repensar els patis escolars per afavorir els aprenentatges i desenvolupament dels infants , molt encarat a les escoles urbanes. <https://educa.barcelona/2021/03/02/els-patis-espais-privilegiats-per-garantir-joc-contacte-amb-la-natura-i-aprenentatges-a-laire-lliure/?fbclid=IwAR3wc4KJKBpZNNLXguHbL4wtovnkUzCeolK2tWFHNbPSX-eDRRzPdm-Hlr0>

4.3.- Potenciem l'entorn del centre.

Cal aprofitar els espais verds als que es poden tenir accés sempre que es pugui per tal d'oferir el màxim de beneficis als alumnes.

Hi ha moltes propostes per portar a terme, per anomenar-n'hi algunes:

a) CONSTRUIR CABANES:

Descripció: els infants es delecten construint petits refugis, ja sigui a sobre els arbres o a terra. Els adults actuaran com suport, com a guia deixant que ells siguin els autèntics arquitectes. Es plantejarà a l'aula la possibilitat d'anar al bosc proper a construir cabanes o un refugi, es pot fer l'activitat per grups o entre tots. Els grups decidiran com volen que sigui la cabana i en faran un dibuix, tenint en compte que no és el producte final. Els materials per construir les cabanes es poden trobar el bosc però també se'n poden portar de l'escola que prèviament s'hagin seleccionat entre tots, a poder ser materials reciclats. No se'ls donarà presa per acabar-les sinó que es dedicarà un temps durant la setmana i si es vol i es pot durant les hores d'esbarjo.

Competències de treball:

- ✓ Competències lingüístiques.
- ✓ Competències de ciències naturals i socials
- ✓ Competències artístiques
- ✓ Competències aprendre per aprendre

b) ART A LA NATURA.

Descripció: Es poden realitzar dibuixos del paisatge, dels elements que es veuen fulles, troncs, branques...també es pot realitzar els dibuixos de les ombres projectades ja sigui de les fulles, troncs, companys...

Competències de treball:

- ✓ Competència artística
- ✓ Competències matemàtiques
- ✓ Coneixement de l'entorn .
- ✓ Competències en ciències naturals.

c) EXPLORACIÓ DE L'ENTORN

Descripció: es pot sortir a conèixer l'entorn del centre i que els alumnes aportin idees, propostes de quines activitats que actualment es realitzen a l'aula es podrien portar a terme en aquests espais oberts. Entre tots se'n seleccionaran algunes i es miraran de portar a terme. Entre tots es prepararan i s'organitzaran, mestres i alumnes. Dissenyant entre tots el projecte que s'hagi escollit.

Competències de treball:

- ✓ Competències aprendre per aprendre
- ✓ Aprendre a ser i actuar de manera autònoma
- ✓ Competència en el coneixement i la interacció amb el món físic.
- ✓ Competència comunicativa, lingüística i audiovisual.
- ✓ Competència d'autonomia i iniciativa personal.
- ✓ Competència social i ciutadana.

Referències interessants:

- ✓ Llibre interessant per veure la importància de traslladar moltes activitats a fora. Freire, H. (2011) Educar en verde. Editorial Graó d'Iríf S.L. Barcelona.
- ✓ Quan el bosc el tenim massa lluny. Propostes i idees quan el centre és a una zona urbana. <https://elnousafareig.org/2020/08/31/com-gaudir-de-la-natura-quant-no-hi-ha-espai-exterior/>
Exemple d'escola que treballa molt a l'exterior del centre. Actualment fa el 90% de les classes a l'exterior <http://www.elsxiprers.cat/projecte-educatiu/>

5.- RESULTATS.

L'objectiu principal d'aquest treball era el de posar en valor tota la informació obtinguda sobre les carències dels infants davant el dèficit de contacte amb el seu entorn natural i com poder revertir-les apropant la natura dins els recintes escolars. S'ha realitzat un gran treball de documentació que ha dut a reforçar aquesta necessitat i per tal de poder tenir informació més propera i directa s'ha realitzat el treball de camp a una escola del municipi.

Els resultats que s'han pogut obtenir amb el treball de camp realitzat, ha servit per:

- ✓ Poder refermar la necessitat d'esborrar els límits entre les aules i els espais exteriors dels centres. Es pot veure com la majoria dels alumnes prefereixen els espais oberts alhora de realitzar qualsevol activitat,
- ✓ Poder comprovar la motivació i les ganes d'aprendre dels alumnes en els projectes que s'han realitzat a l'entorn de l'escola (bosc proper). Les dos tutores apunten l'emoció i esverament que portaven els alumnes en un inici, i com a mesura que han assumit l'hàbit, s'han anat relaxant i potenciant la seva atenció i ganes d'aprendre.
- ✓ Al mateix temps, s'ha pogut corroborar (tot i ser una petita mostra) que les activitats a l'aire lliure pels alumnes amb TDAH els proporciona benestar tan anímicament com a nivell motor i els ajuda en els seus aprenentatges i desenvolupament.

S'ha pogut analitzar i comparar els resultats obtinguts amb el treball de camp i tota la recerca d'informació que s'ha dut a terme i així poder crear un vincle entre les conseqüències del dèficit de naturalesa i la necessitat de transformar els espais del pati amb espais més naturals i educatius i poder oferir un ventall d'activitats i propostes per millorar i potenciar el contacte dels infants amb la naturalesa i els seus beneficis. Tot i no

tenir una avaluació directa del funcionament de les activitats proposades, estan refermades per activitats similars portades a terme en diferents centres i estudis que es troben referenciats al llarg de tot el treball.

Els resultats principals que es poden destacar com a aportacions d'aquest treball, serien, doncs, els següents:

- a. Un marc general més consistent sobre les propostes per poder dur a terme dins i/o fora dels recintes escolars en una perspectiva inclusiva i d'equitat.
- b. Recursos de l'hort com a projecte o exploració de l'entorn com a propostes educatives.
- c. Incidència i relació de l'alumnat amb necessitats del TDAH amb l'hort i espais exteriors.

6.- CONCLUSIONS

Després de tot el treball realitzat per poder tenir clar, des de molts àmbits, la importància de que els infants han de procurar tenir molts més vincles amb l'espai natural que els envolta i la necessitat que es repensin els espais de pati dels centres escolars, crec haver fet un bon treball de recerca teòrica per tal de justificar la demanda d'aquest canvi en els centres escolars, així com proposar un seguit d'activitats que hi poden ajudar.

S'ha complert amb els objectius marcats inicialment, ja que després de valorar i analitzar la informació obtinguda tan de manera teòrica com de manera més propera i tangible, s'ha aconseguit plantejar un seguit de propostes útils tan pels equips docents com per les Associacions de pares i demés, per tal de proporcionar-los diferents recursos per elaborar un gran ventall de propostes que repercuteixen tan en la comunitat educativa, com veïnal i familiar ja que algunes de les propostes esmentades o en les referències, hi ha activitats per tothom.

Tot i així, en aquest treball hi falta un estudi més exhaustiu alhora de poder valorar escoles de diferents formats per tal de poder fer una millor valoració i comparació dels pros i contres, així com la proposta de projectes més adients per la seva naturalesa. La mostra d'infants, docents i experiències personals ha sigut massa curta, m'hauria agradat poder aprofundir més per poder teixir millors propostes i més específiques depenent de les dificultats d'aprenentatges i desenvolupament dels nens i nenes d'Educació Infantil i Primària. També, ha faltat poder ampliar l'estudi a nois i noies de secundària i les mancances dels patis dels seus centres.

7.- PROSPECTIVA.

Des d'un inici tenia clar que volia aprofundir i conèixer més sobre el Trastorn per dèficit de naturalesa i sobre què, qui i com repercutia, al mateix temps, però, volia treballar en com potenciar més l'espai del pati com espai d'aprenentatge i més en la situació actual on el més important és poder oferir als alumnes espais oberts on poder créixer i desenvolupar-se de manera saludable. Així que la opció va ser intentar fusionar els dos temes. Durant el transcurs del recull d'informació sobre els dos temes principals vaig veure que el tema dona per molt i que hi ha molts fils per estirar, així que he intentat centrar-me en alguns i deixar la resta en *stand by* i desenvolupar-los i/o ampliar-los més endavant si en tinc l'ocasió.

També, m'hagués agradat poder ampliar el nombre de participants a l'estudi tan a nivell d'alumnat, de docents com d'alumnes amb NEE, així com a nivell familiar i la seva relació amb els espais exteriors, però no hi ha hagut prou temps per aprofundir-hi.

Crec que he establert una bona sistematització i un munt de propostes per poder dur a terme dins i fora dels recintes escolars per poder potenciar, com ja he dit moltes vegades, el contacte dels alumnes amb la natura, afavorint, també l'educació inclusiva i d'equitat en tots els nivells de Primària, tot i així, crec que el treball es podria millorar seguint fent una bona sistematització

teòrica més consistent, tenint en compte que encara queda camí per implementar propostes com les proposades de manera més àmplia, podent-les contrastar amb altres professionals, afavorint l'intercanvi.

Seria un bona continuació del treball, també, poder ampliar l'espai d'intervenció, concretament a nivell d'Educació de Secundària, ja que seria interessant poder realitzar un treball similar amb alumnes més grans i veure les diferències o semblances, fent una comparació per exemple segons l'edat, aprenentatges, rutines o fins hi tot entre les naturaleses dels diferents centres escolars.

Per tant en un futur estudi, es podria:

- Ampliar el marc teòric donant encara més suport en els diferents usos dels recintes escolars.
- Donar continuïtat a les propostes exposades en el treball, fent-ne un major seguiment i poder comparar els resultats amb intervencions similars o iguals.
- Introduir com fer una avaluació formadora i formativa de les propostes i dels alumnes.
- Incidir més en l'ajuda a les famílies i el seu paper en la participació d'aquestes.

Reconec que he gaudit sabent i aprenent cada vegada més sobre les diverses maneres d'ensenyar, guiar, motivar i aprendre que les més tradicionals i que tinc més a l'abast, cal fer una reflexió en com volem que aprenguin els infants d'avui en dia i si no és possible poder fusionar diferents idees, pensaments, pedagogies per tal d'adaptar l'educació actual a la societat actual.

8.- AUTOAVALUACIÓ

Cal reconèixer que no ha sigut un camí fàcil a l'hora de realitzar el treball, sóc una persona molt caòtica i des d'un inici m'ha costat visualitzar com havia d'organitzar el TFG. Finalment vaig aconseguir presentar una proposta esquemàtica dels punts que volia tocar al llarg del treball, aquesta pauta inicial m'ha anat bé, juntament, amb les indicacions de la tutora.

M'ha agradat aprofundir amb el tema que vaig escollir ja que per coses de la vida ja havia treballat alguns dels aspectes que volia incloure en el treball com era el replantejament de l'espai del pati a les escoles i ha acabat motivant-me moltíssim.

Durant el transcurs de l'elaboració del treball he anat aprenent a relacionar la quantitat de documentació que anava trobant, tot i així, reconec que em perd el saber més i més i llavors tinc tendència a no centrar-me amb els punts essencials triats i vaig ampliant temes. Finalment, però, he sabut acotar els temes que volia desenvolupar i relacionar per poder tirar la segona part del treball endavant.

En el tram final del desenvolupament del treball m'he bloquejat i ha calgut fer un replantejament de l'estratègia inicial i he decidit canviar el rumb de l'estudi a mig fer. No m'espanten els reptes i si la proposta de canvi em motiva, doncs, endavant tan si tinc més feina o menys.

Finalment, crec que he pres la decisió correcta, m'ha agradat poder descobrir nou material i recursos que d'una altra manera no hagués trobat. El resultat final del TFG, evidentment, que podia ser millor, però crec que el resultat és força satisfactori.

BIBLIOGRAFIA

- Asociación Española De Pediatría (2017). La salud medioambiental pediátrica, objetivo prioritario del siglo XXI [Comunicado de Prensa]. Recuperat de https://www.aeped.es/sites/default/files/np_salud_medioambiental_aep_30112017.pdf
- Basnou, C. (2021). Les escoles necessiten una "nova normalitat" més verda. *Sostenible*. Retrieved from <https://www.sostenible.cat/reportatge/les-escoles-necessiten-una-nova-normalitat-mes-verda>
- Corraliza, J.A. y Collado, S. (2019). Conciencia ecológica y experiencia ambiental en la infancia. *Papeles del Psicólogo / Psychologist Papers*, 2019 Vol. 40(3), pp. 190-196. Recuperat de: <https://doi.org/10.23923/pap.psicol2019.2896>
- Cortès, E., i Curcoll, L., (2021) Els patis, espais privilegiats per garantir el joc, contacte amb la natura i aprenentatges a l'aire lliure. Educa .Barcelona. Un projecte del Diari de l'Educació i l'IMEB. Recuperat de <https://educa.barcelona/2021/03/02/els-patis-espais-privilegiats-per-garantir-joc-contacte-amb-la-natura-i-aprenentatges-a-laire-lliure/?fbclid=IwAR3wc4KJKBpZNNLXguHbL4wtovnkUzCeolK2tWFHNbPSX-eDRRzPdm-Hlr0>
- Escutia M. (2009). *L'hort escolar ecològic*. Ed. Graó. Barcelona.
- Freire, H. (2011) *Educar en verd. Idees per apropar els nens i les nenes a la natura*. Ed. Graó d' Irif S.L. Barcelona.
- Freire, H. (2016). Patios vivos para crecer y aprender. *Cuadernos de Pedagogía*, (465), 16–22.
- García, A. (2018). Heike Freire: "Nuestras primeras escuelas bosque son incluso más antiguas que las alemanas". Extret de <https://ludus.org.es>
- Generalitat de Catalunya. Departament d'Ensenyament (2017) *Currículum educació primària*. Recuperat de <http://educacio.gencat.cat/ca/departament/publicacions/colleccions/curriculum/curriculum-ed-primaria/>
- Kuo, M., Barnes, M. y Jordan, C. (2019). Do Experiences With Nature Promote Learning? Converging Evidence of a Cause-and-Effect Relationship. *Frontiers in Psychology* (10) (pp. 305). Recuperat de <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2019.00305/full>
- Louv, R. (2005) Los últimos niños del Bosque. Salvemos a nuestros hijos del trastorno por déficit de naturaleza. Ed. Capitán Swing Libros, S.L. Madrid.
- Marín, I., Molins, C., Martínez, M., Hierro, E., & Aragay, X. (2010). Els patis de les escoles: espais d'oportunitats educatives. In *Publicació Informes Breus de la Fundació Jaume Bofill*.
- Marín, I. (2014) El pati: 525 hores d'oportunitats educatives perdudes? - Blog de la Fundació Jaume Bofill. (n.d.). Retrieved from <http://diarieducacio.cat/blogs/bofill/2014/02/17/el-pati-525-hores-doportunitats-educatives-perdudes/>
- Morales, M. (2016) Repensar el pati escolar - *Practica Reflexiva*. (n.d.). Retrieved from <https://www.practicareflexiva.pro/ca/repensar-el-pati-escolar/#>
- URRÁ, J. (2020). La huella del Universo. Estrategias de prevención y afrontamiento del déficit de naturaleza. Madrid: Ed. Morata.

Webgrafia:

- <https://elnousafareig.org/2020/08/31/com-gaudir-de-la-natura-quan-no-hi-ha-espai-exterior/>
- <https://elnousafareig.org>
- <http://www.elsxiprers.cat/projecte-educatiu/>
- <https://www.descubrirelarte.es/2017/11/10/arciboldo-el-pintor-de-las-cabezas-compuestas.html>
- <https://sites.google.com/site/hortescolarecologic/home?authuser=0>
- [Mamaterra – Festival Ecològic de la Infància](#)
- <https://centralparc.cat>
- <https://www.pgpedia.com/m/robin-c-moore>

ANNEX 1:

GRAELLA D'OBSERVACIÓ:

Setmana del 10 al 14 de maig

COMUNITAT DE GRANS: 4t, 5e i 6e	A QUIN ESPAI JUGUEN?	A QUÈ JUGUEN?	COM JUGUEN? (Relació amb els altres)	COMENTARIS
DILLUNS	Pista Zona herba i sorral. Racó amb palets.	Xerrar estirats a la pista i a futbol (xuts) Dibuixen i parlen	A futbol amb un to de veu alt. La resta ambient distès i respectuós	solen jugar barrejats tan edats com sexe.
DIMARTS	Pista Zona herba i sorral. Racó amb palets.	Futbol. Xerrar i jugar al sorral. llegir i deures.	De manera respectuosa, amb algun petit incident.	
DIMECRES	Pista Zona herba i sorral. Racó amb palets.	Xuts Xerrar al racó dels palets, als bancs i mirar-se els llibres que han agafat del bibliobús. Juguen a atrapar.	Una mica més moguts que a inici de setmana. Petita picabaralla entre noi i noia però es resol deixant espai.	
DIJOUS	Pista Zona herba i sorral. Racó amb palets.	Xuts amb els de la C. de mitjans. Xerrar entre ells, equilibris al sorral i al la cinta (slackline)	Grups més petits, 2-3 persones. Tranquils.	

DIVENDRES	Pista	Jocs de pilota	Són pocs, nens i nenes.	
-----------	-------	----------------	-------------------------	--

C. DE MITJANS: 3r, 2n i 1r	A QUIN ESPAI JUGUEN?	A QUÈ JUGUEN?	COM JUGUEN?	COMENTARIS
DILLUNS	Pista Zona herba/gronxa dors Racó bales de palla i palets	A fer xuts. gronxar-se fent tornos. Reposen a la zona de les bales. Fan forats amb una rasa.	Nens a fer xuts. La resta de jocs unisex, de tant en tant hi han conflictes perquè tothom vol ser líder.	Grup més nombrós amb caràcters forts.
DIMARTS	Pista Zona herba/gronxa dors racó bales de palla i palets	Futbol. Joc de punteria entre nens i nenes. Fan pastetes amb els bassals, es munten històries a la zona de les bales.	Surten alguns conflictes quan algun nen fa broma amb l'aigua i en mulla algun. Els falta ser més empàtics i considerats amb els companys.	
DIMECRES	Pista Zona herba/gronxa dors Taula 3 en ratlla	Xuts i bàsquet. Es gronxen i juguen al penjat amb la pissarra que hi ha a la paret de davant. Es miren els llibres que han agafat al bibliobús	Juguen entre tots, llavors es van fent grupets. 3 munten el circuit i si van afegint més companys, llavors van creixent els conflictes.	El circuit té èxit i pràcticament juguen tota la classe.

		<p>i alguns llegeixen un xic.</p> <p>Munten un circuit amb les bales i bobines.</p>		
DIJOUS	<p>Pista</p> <p>Zona herba/ gronxadors</p> <p>Racó bales de palla i palets</p>	<p>Xuts amb els de C. Grans.</p> <p>Senten uns ocells en un forat de la paret, els observen i escolten.</p> <p>Gronxar-se i fer forats a la rasa.</p> <p>Ballen a sobre les bales</p>	<p>Força respectuosos entre ells, poc conflictes.</p>	<p>Tots han mostrat interès pels sons dels ocells.</p>
DIVENDRES	<p>Es divideix el pati d'Ed. Infantil, ja que es queden pocs nens a dinar.</p> <p>Hi ha: cuineta, sorral, paret musical, caseta de fusta i tenda de campanya, trenet i petita esplanada.</p>			<p>Si són poquets anem a donar una volta pel bosc del costat de l'escola. Els agrada canviar d'aires i fer quelcom diferent, observem els arbres i recollim joguines que han llençat els petits des del pati. Fem feines de manteniment de l'espai del pati: neteja, regar les plantes...</p>

ANNEX 2

Entrevista tutora de la Comunitat dels Mitjans (1r, 2n, 3r Primària)

1. Aquest curs heu realitzat alguns dels projectes amb major presència a l'espai exterior?

El projecte dels ocells i el projecte del m2.

2. L'assignatura o projecte que més utilitza l'espai exterior com a recurs didàctic és:

L'àmbit de coneixement del medi, l'àrea de visual i plàstica i l'àmbit lingüístic.

3. Creus que l'espai exterior pot contribuir a la reducció dels comportaments agressius i dels conflictes a l'escola?

Sí, disposar d'entorns interessants i atractius per jugar pot contribuir també a la reducció dels comportaments agressius i dels conflictes a les escoles.

4. Heu notat algun canvi en els nens a l'hora d'afrontar-los? Més esverats, motivats, interessats, més tranquils...?

A vegades realitzar una activitat d'aprenentatge a l'exterior comportava estar una mica més esverats en l'inici de la tasca. Però normalment una proposta a l'exterior resulta motivant, interessant, significant, propera....

5. Que creieu que els aporta aquest major contacte amb l'espai exterior (bosc, hort...)?

Els aporta un aprenentatge més proper, real, significatiu, motivant,

6. Es podria aprofitar més el pati més que per jugar i ed. Física? Com creieu que es podria potenciar més aquest espai? Què hi troben a faltar?

El pati es pot aprofitar també per portar a terme alguna activitat d'aprenentatge que es realitza a dins, com per exemple podria ser una tasca de l'àrea de matemàtiques.

És un espai majoritàriament cimentat i amb poc espai natural.

A l'hora de pati també es podria proposar la zona de l'hort.

7. Quines són les principals dificultats amb què us trobeu al centre per dur endavant l'espai exterior?

Crec que com a mestres hem d'adquirir més l'hàbit d'aprofitar l'espai exterior per realitzar activitats d'aprenentatge.

8. Si s'elabora una proposta per ajudar i assessorar l'escola i/o els centres educatius en la gestió, manteniment i propostes pedagògiques i lúdiques pel seu funcionament, hi estaria interessats/des?

Sí.

9. Quins elements naturals i manipulables creus que hi hauria d'haver?

Els elements naturals i manipulables que hi podria haver-hi són l'herba, la vegetació que atreguin els insectes i permeti l'observació de la natura, troncs, caixes,

10. Quin o quins sectors de la comunitat educativa podrien responsabilitzar-se de dinamitzar l'espai exterior?

Es podrien responsabilitzar de dinamitzar l'espai exterior la comissió de dinamització de patis, tot tenint en consideració les propostes per part dels mestres, alumnat, famílies, ...

Entrevista tutora de Comunitat dels Grans (4t, 5e i 6e Primària)

1. Aquest curs heu realitzat alguns dels projectes amb major presència a l'espai exterior?

Aquest curs hem fet més activitats a fora que no els altres cursos, tot i que considero que han estat poques. Hem sortit alguns dies a llegir al bosquet, ara estem fent un treball a partir de l'observació i enregistrament en vídeo del paisatge que es veu a través d'un marc de la mida d'un metre quadrat que tenim a la vora d'un camp, hem gravat a l'exterior uns petits curtmétratges relacionats amb el projecte del cinema, la construcció d'un hotel d'insectes a l'hort,...

2. L'assignatura o projecte que més utilitza l'espai exterior com a recurs didàctic és:

Sens dubte, l'educació física és l'assignatura que s'imparteix exclusivament al pati.

3. Creus que l'espai exterior pot contribuir a la reducció dels comportaments agressius i dels conflictes a l'escola?

Penso que l'espai exterior, oi més si està envoltat de natura, contribueix al benestar físic i emocional de les persones. Ara bé, no crec que contribueixi excessivament a reduir els conflictes a l'escola o el comportament agressiu.

4. Heu notat algun canvi en els nens a l'hora d'afrontar-los? Més esverats, motivats, interessats, més tranquils...?

Jo, personalment, he notat que als alumnes els agrada sortir a l'exterior. Al principi els esvera una mica però després, en general, els relaxa i noto que se senten bé.

5. Que creieu que els aporta aquest major contacte amb l'espai exterior (bosc, hort...)?

Els aporta poder moure's en un espai més gran, tenir una sensació de més llibertat, sortir de la formalitat de les classes a l'aula, una major camaraderia entre els i les companys/es,... Crec que proporciona un estat d'ànim positiu .

6. Es podria aprofitar més el pati més que per jugar i ed. Física? Com creieu que es podria potenciar més aquest espai? Què hi troben a faltar?

Crec que sí que es podria aprofitar més però no hi estem habituats. Per potenciar-lo potser caldria diversificar l'espai en zones utilitzant diferents materials, per exemple, una zona amb gespa, una a cobert amb taules i bancs, una amb sofàs i butaques per llegir i conversar, un jardinet amb flors, una pista per fer jocs esportius,... Penso que seria bo que el pati tingués diversitat d'ambients.

7. Quines són les principals dificultats amb què us trobeu al centre per dur endavant l'espai exterior?

Les dificultats més importants són econòmiques.

8. Si s'elabora una proposta per ajudar i assessorar l'escola i/o els centres educatius en la gestió, manteniment i propostes pedagògiques i lúdiques pel seu funcionament, hi estaríeu interessats/des?

I tant, seria molt interessant comptar amb l'assessorament d'experts per conèixer i potenciar les possibilitats de l'espai exterior.

9. Quins elements naturals i manipulables creus que hi hauria d'haver?

Podria haver-hi troncs, pinyes, blocs lògics grans de fusta, una font, un estany, ...

10. Quin o quins sectors de la comunitat educativa podrien responsabilitzar-se de dinamitzar l'espai exterior?

Ho haurien de fer el grup de mestres juntament amb l'Ampa.

ANNEX 3

A) Fem l'entrevista al Jordi i a la seva mare. Té 17 anys i li van diagnosticar un trastorn per dèficit d'atenció i hiperactivitat quan tenia 9 anys. Viuen en un entorn rural, regenten una casa d'allotjament rural, són agricultors i ramaders. Actualment, treballa a casa i no estudia.

1) A quina edat es va començar a fer un seguiment del X per possible TDAH? Perquè?

Mare: *De ben petit ja notava que el Jordi podia tenir TDAH. Era un nen que no podia estar més de 10 minuts fent el mateix, era un nen que no podia estar mirant la TV. Vaig comentar-ho a l'escola però sempre hem deien que no li veien res. Fins que per la nostra banda vam decidir portar-lo a un centre del municipi on li van estar ensenyant diferents estratègies per quan estigués nerviós dins de l'aula. Crec que vam començar anar a aquest centre quan feia 3r de Primària.*

Jordi: *no m'agradava anar a l'escola, li feia mandra escoltar i fer les feines, desconnectava, no mostrava gaire interès.*

2) Aquest comportament només el tenia a l'escola o era generalitzat?

Mare: *Aquest comportament el tenia tan a l'escola com a casa.*

3) Quines estratègies es seguien des de l'escola per tal d'ajudar en els seus aprenentatges i desenvolupament?

Mare: *Ell sempre ha seguit fent el mateix que tothom, a les assignatures no se li va fer res especial. El què si que van fer és que quan el veien neguitós el feien anar a fer algun encàrrec (fer fotocòpies, a demanar alguna cosa a un altre mestre i fins i tot el deixaven anar a regar a l'hort de l'escola.*

Jordi: *em feien fer encàrrecs i jo podia sortir a l'hort sempre que ho necessités. Però hi va haver una mestra que va aconseguir que mostrés més interès amb els estudis, no sé si va ser la manera com m'ho explicava o si era més pràctica però aquell curs no vaig necessitar sortir tantes vegades. Crec que era a 5e o 6e de Primària.*

- 4) Què li aportava les estones que anava a l'hort?

Jordi: *A vegades ho feia per perdre classe, preferia fer coses a l'hort com regar i treure males herbes que estar a classe. Si estava molt neguitós, sortia una estona per tranquil·litzar-me.*

- 5) Consideres que l'hort t'ajudava a reduir la inquietud motora?

Jordi: *Crec que sí. Molt millor si podia fer coses a fora que a dins de classe.*

- 6) Creus que els espais exteriors et van ajudar a obtenir un menor dèficit d'atenció degut a una reducció de l'estrès?

Jordi: *Suposo que sí, el temps se'm feia més curt.*

- 7) Actualment, com se sent respecte els trets de TDAH?

Mare: *Com que va decidir quedar-se a casa a treballar no té problemes per anar d'un lloc a l'altre. Si que de vegades, en estones mortes es posa nerviós perquè necessita fer alguna cosa i no sap el què. És un nen que mai li ha agradat anar a l'escola (ni a l'escola bressol, ni a Primària ni a l'Institut. Quan va acabar 4t d'ESO va ser el nen més feliç del món.*

- 8) Passa més hores a l'exterior, en contacte amb la natura, creu que li és beneficiós? Perquè?

Jordi: *Si perquè sempre tinc alguna cosa per fer, com diu la meva mare siestic a casa sense saber que fer em poso nerviós, prefereixo estar amb el tractor o a les granges perquè sempre trobo alguna cosa a fer.*

B) entrevista a la mare d'una noia de 15 anys diagnosticada de TDAH. Viuen en un entorn rural, la seva família tenen una explotació ramadera. Li agrada anar amb moto i vol estudiar algun mòdul d'agrària.

- 1) A quina edat es va començar a fer un seguiment del X per possible TDAH? Perquè?

Als 7 anys, perquè mostrava un comportament estrany, per cridar l'atenció, amenaçava les altres companyes, no es podia estar quieta i els estudis anaven força malament.

- 2) Aquest comportament només el tenia a l'escola o era generalitzat?

Era generalitzat, a casa també ho feia.

- 3) Quines estratègies es seguien des de l'escola per tal d'ajudar en els seus aprenentatges i desenvolupament?

A l'escola no hi van fer massa res, ni tan sols van parlar amb el psicopedagog...Nosaltres vam decidir medicar i la cosa va fer un canvi pel què fa als estudis, va millorar en l'aprenentatge però no gaire amb el comportament.

- 4) Actualment, com se sent respecte els trets de TDAH?

Ara, ella té 15 anys, ja fa 1 any i mig que hem deixat la medicació, ja que es controla molt més, tot i que la impulsivitat no l'ha perdut. Dels tres trets bàsics del TDAH només té hiperactivitat i impulsivitat, falta d'atenció no, té un coeficient bastant alt.

- 5) Creus que els espais exteriors, activitats a l'aire lliure l'ajuden a reduir el seu estrès i millorar la seva conducta?

Si, sortir sempre l'ha ajudat molt, sobretot al ser tan inquieta necessita canvis constants. Si està molta estona fent una mateixa activitat, es posa nerviosa, contràriament es pot passar hores amb el mòbil...

ANNEX 4

PREGUNTES ALUMNES DE PRIMARIA:

1) Quines activitats fas durant la setmana?

C.GRANS	RESPOSTES
GUIM	(després d'escola)3 dies futbol, 1 hockey, dimarts quedar amics i anar a caminar o corre en bici o remenar l'hort
NICKI	després d'escola cap a casa, cada dia anem a caminar uns 30-45 min. acostumo a dibuixar. fer deures
FRANK	Futbol, quedar amb els companys per córrer pel poble, anar a caminar o jugar a pin-pon, veure TV, fer deures, mirar coses al mòbil. Al cap de setmana jugar a la consola, parits de futbol. Ajudar a casa.
EULÀLIA	Ballet, Hockey, anglès, runner, anar amb bici, llegir abans d'anar a dormir.
BLAI	Després de l'escola vaig a casa a fer deures si en tinc, faig extraescolars dos dies: repàs i futbol. Jugar a la consola, jugar alguna estona al jardí amb la meva germana i mirar una mica la TV.
CARLOTA	anar a l'escola, a la casa de pagès i les granges de casa i a catequesis.
JANA	Anar amb bicicleta, dibuixar, mirar i jugar amb la Tablet de manera esporàdica, classes de piano, vaig a runners i zumba, miro un xic la TV, jugar a fora amb el meu gos.

COMUNITATS MITJANS	RESPOSTES
ÀFRICA	extraescolars: escalada runners i zumba. Vaig a la plaça del poble a jugar amb els amics els altres dies. Mirar la TV, jugar amb la Tablet, jocs de taula, faig deures de Matific.
JAN	runners, a casa de l'avi i l'ajudo a l'hort i jugo al domino o l'oca, vaig a la plaça a jugar amb els amics, jugar amb els tractors, vaig a la granja amb el meu pare, faig futbol, a vegades miro la tele, saltar al boti boti.
CLARA	Escalada, running, gimnàstica, piscina, anglès.
GERARD	Running, bàsquet, córrer amb patinet, piscina i anglès.
CÈLIA	Mirar coses a la tablet, zumba, algunes vegades jugo a la consola, llegir, jugar a fora al jardí amb el meu germà, acompanyo a la mama a comprar, a veure les nostres vaques al camp.
ROSER	berenar, jugo una estona mentre espera el seu germà per poder mirar la TV, runners, zumba, a vegades surt a fora al jardí a jugar, i ara quan fa bo ajuda els pares a l'hort.
JAUME	Jugar amb el camió amb el meu germà, running, zumba, jugar a l'ordinador, mirar la TV quan fan alguns dibuixos que m'agraden, sinó jugo per fora de casa.
ANDREU	Jugar amb els meus amics, una estoneta a la tablet, cada dia vaig a caminar una estona amb els meus pares i germanes, i un dia vaig a fer l'extraescolar de futbol.
ANNA	Treballar a la granja quan m'avorreixo a casa, runners, zumba, llegeixo una mica a la nit amb la mama, mirar la TV i vídeos al mòbil de la mama, i també vaig a caminar i córrer amb patinet amb els avis.

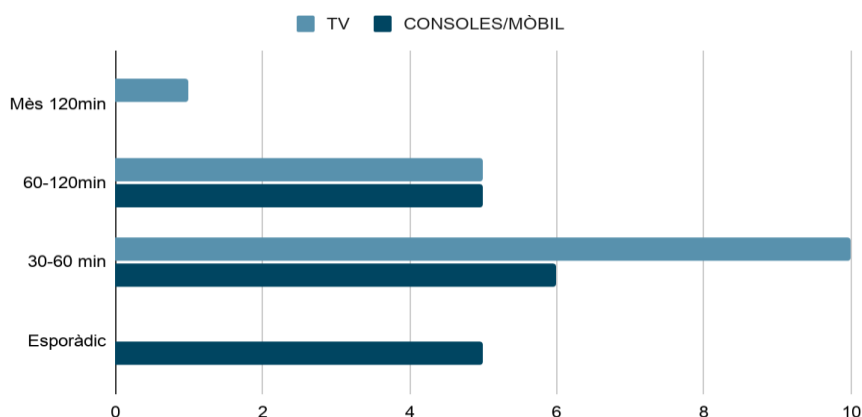
2) Mires la TV? Quan? Molta estona? sol o acompanyat?

Quasi tots han respost que la miren abans, durant o després de sopar, i alguns d'ells també al matí mentre esmorzen. Cal assenyalar, també que la majoria diu que pot augmentar el temps que veuen la TV durant el cap de setmana ja que fan sessió de cinema amb la família i tenen també més temps.

3) Utilitzes el mòbil o consoles? Quan? I quantes hores jugues

La majoria dels enquestats solen utilitzar les consoles el cap de setmana i els que usen els mòbils o tauletes cada dia una estona.

TEMPS DIARI D'ÚS DELS PARTICIPANTS



4) Com creus que reaccionaries si no poguessis veure la tele, o utilitzar el mòbil o tablet?

La majoria dels participants exceptuant 2 dels infants, diuen que primer s'enfadarien però que s'adaptarien de seguida i buscarien altres coses per fer.

5) Què és el que t'agrada més fer quan no estàs a l'escola?

	ACTIVITATS A FORA	ACTIVITATS A DINS
EL QUÈ MÉS ELS AGRADA FER (alumnes 7 a 11 anys)	*JUGAR AMB ELS MEUS GOSSOS (2) *FER CABANES (PERÒ SÓC MANDRÓS) *QUEDAR PER JUGAR AMB ELS AMICS PEL POBLE(6) *FER ESPORTS (FUTBOL, BÀSQUET...) * CÓRRER AMB BICICLETA	*LLEGIR *MIRAR SÈRIES DE NATURALESA PER NETFLIX *MIRAR LA TABLET *DIBUIXAR (2) *ANAR A COMPRAR AMB LA MAMA *JUGAR A NINES

	*FER EXTRAESCOLARS	*ANAR AL RESTAURANT *JOCS DE TAULA *FER MANUALITATS *MIRAR LA TV *JUGAR AMB ELS TRACTORS
--	--------------------	--

6) Quines activitats fas a l'exterior? Les fas molt sovint? passes més hores en llocs tancats o oberts?

C. DELS GRANS	ACTIVITATS EXTERIORS	TEMPS APROX. ACT. EXTERIORS	A DINS O FORA DE CASA
GUIM	FUTBOL HOCKEY TARDES AMICS PISTA/PLAÇA BICI, CAMINAR, HORT.	7 hores setm 2 h setm 2h setm 3h setmana	A FORA
NICKI	ANAR A CAMINAR	30-60 min dia	A DINS
FRANK	FUTBOL TARDES AMICS PISTA/PLAÇA ANAR A CAMINAR TENNIS TAULA	7 h setm 2h setm 1 h setm 1h setm	50-50%
EULÀLIA	BICI	2h setm	50% - 50%

	EXCURSIONS AMB LA GOSSA AL RIU	2h setm	
	BÀSQUET A LA CISTELLA DEL JARDÍ	2h setm	
	CAMINAR AMB LA MAMA	Depèn de la mama	
	RUNNING	2h setm	
BLAI	JUGAR AMB LA SEVA GERMANA AL JARDÍ	4h setm	A CASA
	FUTBOL	2h setm	
CARLOTA	PASSEJAR AMB ELS GOSSOS	7 h setm	50-50
	ANAR A DONAR MENJAR A LES VAQUES AMB EL PARE	7 h setm	
JANA	CÓRRER AMB BICI	3 h setm	A FORA
	RUNNERS	2h setm	
	JUGAR AMB LA GOSSA	4 h setm	

C. DELS MITJANS	ACTIVITATS EXTERIORS	TEMPS APROX. ACT. EXTERIORS	A DINS O A FORA DE CASA
ÀFRICA	JUGAR AMB EL AMICS A LA PLAÇA I AL PARC	4h setm	A FORA
	ANAR A CAMINAR		
	ESCALAR		

	RUNNERS AJUDAR A L'HORT DELS MEUS AVIS ANAR A EXPLORAR PEL BOSC I A BERENAR	3h setm 2h setm 2h setm 2h setm	
JAN	RUNNERS FUTBOL JUGAR AMB EL AMICS A LA PLAÇA I AL PARC AJUDAR A L'AVI A L'HORT CÓRRER AMB BICI I QUAD	2h setm 3h setm 2h setm 3h setm 3h setm	50-50%
CLARA	CÓRRER AMB PATINET BICICLETA ESCALAR ANAR AL BOSC RUNNER	2h setm 2h setm 3h setm 3h setm 2h setm	50-50%
GERARD	CÓRRER AMB PATINET BICICLETA ANAR AL BOSC RUNNER	2h setm 2h setm 3h setm 2h setm	50-50%
CÈLIA	JUGAR AL JARDÍ (GRONXADORS, CORDA	3h setm	A DINS A CASA

	D'ESCALAR, SORRAL...) ANAR A VEURE LES VAQUES	2h setm	
ROSER	RUNNERS JUGAR A FORA EL JARDÍ EXCURSIONS AMB ELS AVIS FER CABANES AL BOSC CUIDAR L'HORT DE CASA	2h setm 2h setm 2 dies al mes aprox 1h setm 2h setm	A DINS A CASA
JAUME	RUNNERS JUGAR PEL JARDÍ FER CABANES JUGAR AMB ELS AMICS DESPRÉS DE CLASSE EXCURSIONS AL CAP DE SETMANA	2h setm 5h setm 1h setm 2h setm 4h setm	A FORA
ANDREU	JUGAR A CUCA AMAGAR AMB ELS AMICS AL CARRER ANAR A CAMINAR I CORRE EN BICI	2h setm 30-60 min cada dia	A FORA
ANNA	ANAR A LA GRANJA RUNNERS ANAR A CAMINAR I PATINAR	3h setm 2h setm 5h setm	A DINS