



Tenir definit el projecte de l'excursionisme és el primer pas per a què aquesta activitat adquireixi significació a l'esplai i l'equip pugui disposar d'una eina pedagògica per treballar de forma consensuada i coherent amb els infants i les famílies.

Aquesta activitat serveix tant per revisar el vostre projecte actual com per dissenyar-lo de nou si encara no el teniu elaborat. Aproveiteu les tancades d'inici de curs per posar fil a l'agulla.



## OBJECTIUS

- Reflexionar sobre els valors que cada membre de l'equip associa a l'excursionisme i encetar un debat entorn d'aquests.
- Revisar els elements i les pràctiques que caracteritzen el projecte d'excursionisme de l'esplai a fi de reformular-lo.



## ACTIVITATS

### El termòmetre Camins!

Comencem de forma lúdica i distesa per trencar el gel i entrar en matèria. Fem un petit joc per posar a prova els nostres coneixements sobre excursionisme. Per fer-ho més estimulants organitzeu els monitors/es en equips i que competeixin entre ells.

Exemple de proves que podeu preparar:

- Identificar cims emblemàtics a partir de diverses fotografies.
- Identificar algunes plantes i arbres a partir d'imatges.
- Preparar una bateria de preguntes multiresposta.
- Muntar una tenda en un temps limitat.
- Posar nom a diversos materials tècnics de muntanya: un mosquetó, un arnès, un piolet, polaines, frontal....
- Etc.



## ACTIVITATS

### Dinàmica Estic d'acord/ Estic en desacord

Una línia imaginària divideix l'espai en "estic d'acord" o "estic en desacord". Es llegeix en veu alta la frase i tothom tria on col·locar-s'hi. Després, es fa un petit debat i tothom opina amb aportacions argumentades. Aquest debat ens ajudarà a confrontar opinions i també a fer un petit diagnòstic sobre l'estat de la qüestió.

Exemple de frases:

1. L'excursionisme és una de les activitats bàsiques de l'esplai.
2. L'esplai, externament, s'identifica poc amb l'excursionisme.
3. L'excursionisme és sobretot un esport serè, relaxant i restaurador.
4. L'excursionisme esdevé una ètica i un estil de vida.
5. Fer més o menys excursions és sobretot una qüestió econòmica.
6. Als infants els agrada poc fer excursions.
7. Fer més o menys excursions acostuma a estar en funció de tenir monitors/es més o menys motivats pel tema.
8. Sovint simplifiquem l'excursió al fet d'anar a un lloc o conquerir un cim i perdem de vista els aprenentatges relacionats amb l'entorn cultural, natural, social, etc.
9. Les famílies s'oposen força a fer excursions que requereixin esforç, pes, llargues distàncies....
10. Durant l'època d'estiu, a les colònies i els casals, aprofitem per fer excursions de més nivell.
11. Els nostres grups de joves al llarg del seu pas per l'esplai, hauran fet com a mínim més de 5 cims, alguna travessa.
12. Tots els infants haurien d'experimentar la vivència de passar una nit al ras, en una tenda, a la muntanya, en contacte amb la natura.

### Els valors de l'excursionisme

Amb aquesta dinàmica aprofundirem sobre els valors que associem a l'excursionisme i determinarem col·lectivament els que són més rellevants. Les conclusions a les quals arribem serviran d'argumentari per defensar la importància de fer excursions.

Escrivim en diferents cartolines (mida A3) els valors que ens aporta l'excursionisme. Un valor per a cada cartolina. Les col·loquem al terra sense cap ordre concret.

Demaneu a l'equip que passegi per la sala llegint el contingut de les cartolines. A continuació els demanem que es col·loquin davant del valor que consideren més important. Destinem un temps a intercanviar opinions, a recordar vivències... i anotem quantes persones han triat un determinat valor. Repetim l'acció tres cops més.

Repassem quins han estat els valors més escollits i consensuem l'argumentari.



## ACTIVITATS

**Aquí teniu un exemple de valors:** enfortir els vincles, superar reptes, estimar la natura, guanyar autonomia, solidaritat, conèixer el país, retrobar-se amb un mateix, etc.

**Una variant d'aquesta dinàmica.** Substituiu les cartolines per objectes reals relacionats amb l'excursionisme: una xiruca, una motxilla, una cantimplora, etc. Que cada monitor/a en triï un i expliqui, en sentit figuratiu, que li representa, que li recorda, per què el troba important....

### Re - Definint el projecte

A partir del document "Projecte Excursionisme + Esplai", reflexionem plegats sobre les 8 qüestions bàsiques que es proposem per a desenvolupar el projecte d'excursionisme a l'esplai. Pateu atenció a les preguntes que hem plantejat per a cada qüestió.

Us proposem la següent dinàmica grupal per facilitar el debat:

- Repartiu una còpia del document a tots els monitors.
- Necessitem 4 taules. A cada taula col·loquem un paper gran on escriurem el títol de dues qüestions. Assignem un monitor referent a cada taula.
- La resta de l'equip es distribueix en grups per totes les taules.
- El referent de la taula dinamitza el debat i recull en el paper les aportacions dels monitors. Deixem un temps per fer-ho.
- Els grups van passant per totes les taules menys el monitor referent que romandrà sempre a la mateixa taula per situar el tema i explicar les aportacions dels altres grups.
- Finalment es fa una posada en comú recollint les conclusions i definint o redefinint les línies d'actuació.

## ANNEX Projecte Excursionisme + Esplai

8 qüestions bàsiques per treballar a l'esplai el desenvolupament del projecte d'excursionisme.

### 1. Crear el programa d'excursions en el marc del projecte educatiu de centre

Les excursions no es poden improvisar. Hem d'encetar un debat intern, reflexionar sobre el valor de l'excursionisme com a eina pedagògica i crear un programa d'excursions per a cada grup, que sigui divers, equilibrat, ajustat als interessos del grup i graduat quant a les dificultats. Un programa permanent que revisarem cada any per a millorar-lo. Un programa que donarem a conèixer als monitors/es nous perquè el treballin i l'integrin en la planificació anual del centre. Disposar d'aquest document també serà molt útil per identificar mancances formatives en els equips.

#### Preguntes pel debat

- Disposem d'un programa d'excursions per edats?
- Tenim en compte aspectes com interessos, esforç graduat... o bé els monitors/es trien les excursions en funció dels seus propis interessos?



## ACTIVITATS

### 2. Diversitat d'excursions

L'esplai ha de proporcionar als infants i joves, al llarg del seu procés educatiu, un ventall d'excursions al màxim d'ampli possible, que permeti assegurar que, en sortir de l'entitat, l'infant i el jove hagi viscut una aproximació progressiva i intensa a la diversitat paisatgística, cultural i social de Catalunya. Aquesta diversitat també es refereix a la tipologia de l'activitat: ascensió a cims, travesses de diferents durades, esports de muntanya...

#### Preguntes pel debat

- Quines excursions acostumem a fer? Quins criteris tenim en compte?
- Identifiquem excursions "estrella" que a més a més poden suposar el "pas iniciàtic" d'un grup a un altre...

### 3. Una excursió al mes

Si mantinguéssim aquesta proporció, un infant que entra a l'esplai als 3 o 4 anys hauria fet 126 excursions quan arribés als 16 anys.

#### Preguntes pel debat

- Quantes excursions podem fer al llarg de l'any? Unifiquem un criteri.
- En quins moments de l'any? No només dissabte sinó també en època de vacances escolars...

### 4. Buscar sempre un al·licient

Cada excursió ha de tenir una finalitat. Això la farà més identificable i interessant. Pot ser descobrir un paisatge, anar a buscar bolets, explorar una cova, fer un cim, fer una ruta en bicicleta, recollir fruits del bosc...

#### Preguntes pel debat

- Les nostres excursions tenen alguna finalitat associada?
- Imaginem com graduar aquestes "finalitats"?
- Descriviu les activitats que acostumeu a fer durant l'excursió.

### 5. Fomentar el valor del servei

Aprofitem cada excursió per sensibilitzar els infants sobre la necessitat de conservar i protegir la natura. Reforcem els vincles amb la terra i ajudem-los a sentir-se part de l'equilibri ambiental amb el que tots i totes hem de contribuir-hi. Proposem als infants accions de reflexió i acció.

#### Preguntes pel debat

- Teniu en compte aquest aspecte? Quina valoració en feu?



## ACTIVITATS

### 6. Participació dels nois i les noies

Totes les excursions s'han de motivar i preparar amb els infants i joves, segons les possibilitats de cada etapa evolutiva. Una excursió mai ha de ser un producte de consum que els infants digereixen passivament. A més, hem d'evitar anul·lar excursions perquè el nombre d'infants o joves inscrit és baix. Si ho fem, desanitem justament els que estaven animats i ofeguem l'efecte multiplicador de transmetre l'entusiasme post excursió. No cal fer totes les excursions en gran grup. Els grups reduïts aporten a les excursions, una dimensió particular que hem de saber aprofitar. Pensem creativament i proposem excursions conjuntes amb altres esplais perquè el baix nombre de participants no sigui una raó per anul·lar-la.

#### Preguntes pel debat

- Els infants participen de la preparació de les excursions? Com?
- Descriviu les estratègies que teniu per incentivar la seva participació abans, durant i després.
- Acostumem a reservar espais de valoració després de les excursions per incorporar les vivències, per reflexionar sobre el que s'ha après? Descriviu les estratègies.

### 7. Buscar la complicitat familiar

D'una banda, les famílies han d'estar informades, engrescades i compromeses respecte de la participació dels seus fills i filles en les excursions. Han de conèixer el projecte global i el "perquè" donem importància a aquestes activitats: aprenentatges i competències. D'altra banda, podem plantejar-nos fer "excursions familiars". Un nou format que pot ser molt atractiu per aquells pares i mares que els agrada la muntanya alhora que un projecte innovador pel centre.

#### Preguntes pel debat

- Les famílies són coneixedores del programa d'excursionisme de l'esplai?
- Amb quina antelació els envieu la informació?
- Descriviu estratègies perquè el tema econòmic no sigui un entrebanc per a la participació.
- Feu o faríeu excursions amb famílies? Per què?
- Sabeu si teniu pares i mares excursionistes?

### 8. Monitors i monitores motivats i formats

Els monitors i monitores necessitem una formació permanent en diverses àrees: educació ambiental, tècniques de muntanya, jocs, etc. per poder explotar al màxim els recursos de cada excursió.

#### Preguntes pel debat

- Als monitors/es els motiva marxar d'excursió?
- Quants monitors/es de l'equip practiquen l'excursionisme en el seu temps lliure?
- Els monitors/es coneixen les associacions d'excursionisme del seu poble o ciutat? Hi heu contactat alguna vegada?
- Quines qualitats penseu que ha de tenir un monitor/a per acompanyar un grup d'excursió.
- Identifiqueu mancances formatives.