

## EL MEDIO NATURAL Y LAS ALTERNATIVAS PARA LA ACTIVIDAD FÍSICA EN EL CANTÓN DE TURRIALBA, COSTA RICA

Edwin Coto Vega\*

Recepción: 8 de febrero de 2008 • Aprobación: 7 de noviembre de 2008

### RESUMEN

Esta investigación se enmarca en la filosofía de la actividad física desarrollada en el medio natural. El cantón de Turrialba presenta una amplia gama de alternativas para la realización de diversas actividades físicas en el medio natural, pero no existe una estructura administrativa que fortalezca las opciones, por lo que actualmente se le puede considerar como un espacio comercial y académico con poca explotación. Por ello se piensa que sería interesante analizar el potencial existente, en cuanto a opciones y formación de profesionales, en Educación Física, con conocimiento del medio natural.

**Palabras claves:** Actividad física, Medio Natural, Escenario, Pedagogía.

### ABSTRACT

This research is part of the philosophy of physical activity developed in a natural environment. The Cantón of Turrialba presents a wide range of alternatives for various physical activities in the natural environment, but there is not an administrative structure that strengthen the options, which currently can be considered as an area with little commercial and academic exploitation. We therefore thought it would be interesting to analyze the actual potential, in terms of options and training of professionals, physical education, with knowledge of the natural environment.

**Key words:** Physical Activity, Natural Environment, Scene, Pedagogics.

---

\* Profesor en la Sede del Atlántico de la Universidad de Costa Rica  
[edwin.coto@ucr.ac.cr]

## Introducción

Una sociedad en cambio continuo necesita de educadores físicos preparados para producir cambios en los currícula, para responder a los requerimientos sociales. Se hace notar la falta de recurso humano capacitado, entorno a los problemas ambientales y una educación física orientada hacia un buen uso del medio natural.

Hoy la sociedad, requiere cada vez más de actividades físicas en la naturaleza, con opciones recreativas, con aire puro, en un espacio propicio para que el individuo se reencuentre consigo mismo. Las actividades físicas en el medio natural son un instrumento valioso para promover la construcción del conocimiento, pues el ser humano requiere de educación para aprender a ser el que es, y así desenvolverse dentro de la sociedad, en armonía consigo mismo y con el medio natural.

El cantón de Turrialba cuenta con espacios significativos para la actividad física en el medio natural: la variabilidad de escenarios que ofrece, en su particularidad, y la distancia en relación con el centro de la ciudad, lo convierten en el escenario ideal.

El presente estudio ofrece una inducción histórica del Cantón de Turrialba, así como un inventario de los diversos espacios naturales, en los cuales se pueden realizar acciones físicas. De igual manera se describe el tipo de actividad

más apta en este momento para el medio natural del cantón, porque conforme se desarrolle este proceso, aparecerán otras alternativas importantes. Por último se plantean posibles estrategias pedagógicas para facilitar el proceso de ingreso al medio natural, como la labor educativa, a partir de las características del clima, y de la infraestructura vial y social existente.

## Turrialba como cantón

“El 14 de agosto de 1903, el congreso de la República, en el decreto número 84, declara la creación del cantón de Turrialba, como el quinto de la Provincia de Cartago. Posteriormente el decreto es firmado por el presidente de la República, Lic. Ascensión Esquivel el 19 de agosto del mismo año”. Castillo, (2003, p 58).

Su extensión lo ubica como el cantón más grande de la provincia de Cartago, con un total de 1.644,57 Km<sup>2</sup>; de igual manera como el más rico y variado en riqueza de especies de plantas, animales y microorganismos, con gran variedad de climas, suelos, y geomorfologías. La diversidad cultural de esta región, le ha dado renombre en el nivel nacional e internacional. Además, una extensa área de su territorio pertenece, “según declaración de la UNESCO a la Reserva de la Biosfera La Amistad, sitio declarado Patrimonio Natural Mundial de la Humanidad en 1983” Mora (2000, p 1)

El cantón de Turrialba está integrado por doce distritos a saber:

Cantón o Distrito	Población	Hombres	Mujeres
C. Turrialba	75.542	39.008	36.534
D. Turrialba	30.484	15.439	15.045
D. Santa Cruz	3.776	1.994	1.782
D. la Suiza	10.169	5.295	4.874
D. Peralta	615	337	278
D. Santa Teresita	5.529	2.937	2.592
D. Pavones	4.844	2.561	2.283
D. Tuis	2.860	1.491	1.369
D. Tayutic	9.977	5.249	4.726
D. Santa Rosa	5.106	2.570	2.536
D. Tres Equis	2.184	1.135	1.049
D. La Isabel *			
D. Chirripó *			

INEC. 2005. Censo Nacional de Población. San José. Costa Rica. \* Sin datos en el INEC, por su creación reciente.

El Ministerio de Cultura Juventud y Deportes, mediante el “Decreto Ejecutivo N° 14557-C, publicado en la Gaceta N° 103 del 31 de mayo de 1983 ha declarado el cantón de Turrialba de Interés Arqueológico Nacional”, (MCJD. 2006,

P 2). Esta es una región en la cual se han venido realizando estudios arqueológicos, así como el estudio de algunas edificaciones antiguas, con el interés de declararlos patrimonio nacional; entre estas se pueden citar las siguientes.

Distrito	Sitios Arqueológicos
Cantón de Turrialba	Turrialba es cantón de Interés Arqueológico Nacional
Turrialba	Antigua Casona Centro Universitario del Atlántico.
Turrialba	Antigua Estación del Ferrocarril al Atlántico
Turrialba	Colorado: Caserío Histórico
Santa Rosa	Ermita de Aquiares
Turrialba	Escuela Jenaro Bonilla
Santa Cruz	Escuela de Santa Cruz
Santa Cruz	Iglesia de la Pastora
Pavones	Sitio Arqueológico Guardiría
Santa Teresita	Sitio Arqueológico Guayabo

“Desde 1903 se inicia el impulso de la educación en el cantón de Turrialba” Castillo (2003, p 62), con el respaldo de la Municipalidad para la construcción del primer galerón que se usa como escuela en la villa. A partir de esa fecha, se ubican escuelas por los diversos barrios de los distritos, “para un total de ciento sesenta y ocho, ubicados en seis circuitos, clasificados en categorías que van desde escuelas uní docentes, direcciones uno, y las escuelas técnicas, con director exclusivo, seis circuitos” Coto (2006, p 3). En el centro del cantón funcionan dos universidades públicas, una universidad privada, un centro de educación internacional, los cuales facilitan la formación de profesionales en diversas áreas académicas, que promueven el desarrollo del cantón.

Durante décadas el cantón de Turrialba se desarrolla, con base en una economía fundamentada en la producción de la caña de azúcar y café, acompañados de la ganadería y agricultura; todavía en un pasado no muy lejano, lo cual ha venido a ser el fundamento principal en la economía.

Actualmente el cantón cuenta con servicios básicos: Hospital, Oficinas del Ministerio de Salud, Guardia Rural, Educación, servicios habitacionales, Cruz Roja, Instituto Nacional de Seguros, Agencia del Instituto costarricense de Electricidad, Municipalidad, Sistema Bancario y diversos credos religiosos. Así mismo excelentes vías de comunicación, con cuatro accesos, Siquirres, Tucurrique. Juan Viñas y Pacayas.

### **El medio natural con viabilidad de acceso**

La actividad física en el medio natural se desarrolla moderadamente en el cantón de Turrialba, sin la planificación y el conocimiento requerido para que se ajuste a las particularidades del contexto sin provocar daños en el medio natural. La ausencia de profesionales preparados, limita el aprovechamiento del medio natural para las diversas alternativas de actividad física y ejercicio físico, que allí pueden desarrollarse.

La riqueza del medio natural es en sí un atractivo contextual que puede ser explorado educativamente para la actividad física.

Al respecto, una de las conceptualizaciones en relación con las actividades físicas en el medio natural, es la externada por Olivera, (1995, p 1), al manifestar “que son todas aquellas actividades de tiempo libre que buscan una aventura imaginaria sintiendo emociones y sensaciones, fundamentalmente individuales y en relación con un ambiente ecológico o natural” Estas actividades, en sitios donde los recursos se usan de manera inadecuada, son causas de desequilibrio ecológico, por lo que se requiere de una visión pedagógica, que permita brindar información conocimiento, para cada actividad física que se programe.

### **Inventario de escenarios naturales en turrialba:**

<b>Sitios</b>	<b>Distritos</b>
Reserva Biológica Espino Blanco	Santa Rosa
Parque Nacional Volcán Turrialba	Santa Cruz
Parque Nacional Volcán Irazu	Santa Cruz
Parque Nacional Chirripó	Tayutic
Parque Nacional Barbilla-Danta	Tayutic
Reserva Indígena Danta	Tayutic
Reserva Forestal Río Macho	Tayutic
Reserva La Marta	Tayutic
Los Bajos del Volcán Turrialba	Santa Cruz
Sitio Arqueológico Guayabo	Santa Teresita
Lagunas de Bonilla	Santa Teresita
Laguna de los bajos del volcán Turrialba	Santa Cruz
Cataratas de La Sinchona	Santa Cruz
Área de camping Cien Manzanas	Tuis
Cataratas de Aquiares	Santa Rosa
Cataratas de Noche Buena	Turrialba
Cataratas de Palo Grande	Turrialba
Río Pacuare	Tayutic
Río Reventazón	Tuis
Río Pejibaye	Tuis
Ríos Turrialba, Aquiares, Lajas, Atirro, Tuis, Tayutic, y otra serie de riachuelos.	Santa Cruz, Santa Rosa, Tuis, Tayutic, Santa Teresita.
Veredas	En todos los distritos
Caminos destapados o empedrados (La Fuente de Santa Teresita, hacia El Torito, Las Virtudes, Grano de Oro).	En todos los distritos
Rutas por la antigua línea del ferrocarril	Santa Teresita, Peralta
Voladeros desde el Volcán	Santa Cruz
Cataratas Piedra Redonda	Santubal Grano de Oro
Catarata los morados	Tayutic, Dulce nombre
Sendero en bosque primario	Atirro, Hacienda la experiencia

Todos estos escenarios con vías de acceso adecuadas y con sistemas de telefonía, propician las actividades físicas, según los intereses particulares, o las programaciones recreativas diseñadas para grupos estudiantiles o para la comunidad en general. Además, a todos los lugares se puede acceder en tiempos que oscilan entre los veinticinco y los noventa minutos desde el centro de Turrialba, con alturas desde los 646 mts a los 3.329 mt sobre el nivel del mar; de igual manera con una topografía muy variada: cuestras, llanos, bajadas, caminos de todo tipo.

### **Medio natural y actividad física en el cantón turrialba**

De acuerdo con las particularidades del medio natural en el cantón de Turrialba, se pueden citar diversas alternativas de actividad física posibles, si se entienden como “Aquellas actividades eminentemente motrices, llevadas a cabo en un medio natural, con una clara intención educativa”, Miguel (2001, p 47). Es lógico pensar, como se ha citado, que se requiere de un proceso de planificación administrativa, que abarca desde el municipio y las entidades educativas, hasta la preparación de profesionales, para ofrecer una estructura adecuada, justa con el medio natural y con sus usuarios, máxime que ésta es una alternativa que recién comienza a desarrollarse.

Se requiere educar a los grupos humanos en cuanto al tema del medio natural, brindando información que facilite el conocimiento de los individuos, así como lo plantea Durkheim (1976, p 45), “la socialización, mediante la cual el sujeto interioriza un sistema de ideas, de valores, de sentimientos y de hábitos, que se le imponen desde fuera para adaptarse a la vida social”. En este proceso

intencional, la acción educativa puede ser una actividad consciente y aceptada por los individuos, que da lugar al sentimiento de voluntad reflexiva y personal.

Además debe especificarse que, en el caso particular de Turrialba, estas actividades en el medio natural, se han venido desarrollando de manera empírica, con un turismo de alto riesgo, sin la existencia de una logística que las regule en aspectos tales como seguros, normas, grados de dificultad, acondicionamiento de los lugares, mapas, y los controles debidos de calidad y cumplimiento de normativas. Por ello se requiere de una política que implique la participación permanente y corresponsable de la sociedad y los esfuerzos concurrentes de las autoridades, para garantizar un desarrollo adecuado de las actividades físicas en el medio natural.

Como se citara anteriormente, corresponderá a la alcaldía Municipal impulsar un proyecto de formación de conocimiento sobre la actividad física en el medio natural, como un proceso educativo informal y formal, comprendiendo el concepto de formación como un estado permanente y potencial de desarrollo, perseverante y continuo, que acompaña a los individuos, desde lo más simple a lo más complejo, en la construcción del conocimiento.

A continuación se describen una serie de actividades físicas posibles para desarrollar en el medio natural del cantón de Turrialba.

**Senderismo (caminata):** Esta excursión de caminata es definida por, Miguel (2001, p 72) como “senderismo que son las marchas y paseos en plena naturaleza, caminar en el bosque, junto a un río, ascender una cima y otras alternativas de desplazamiento en la naturaleza”.

Actualmente se realizan caminatas con el objetivo de la actividad física propiamente, y que las personas recorran diversos lugares poco frecuentados; llegan a diversos sitios naturales, pero no les recorren, porque no hay senderos definidos y tampoco están acondicionados. Esta es una actividad posible de desarrollar prácticamente en todos los escenarios citados.

**Campamento:** Pernoctar una o más noches en campo abierto. Para Miguel (2001, p 87) es “permanecer en el medio natural una o más noches, alojándose o no en tiendas o barracas.” Además con el complemento de actividades artísticas, culturales, juegos de salón y físicas. Esta es una alternativa que actualmente no se desarrolla en el cantón, aunque cuenta con un gran potencial para la implementación.

**Ciclismo todo terreno:** Abarca recorridos en bicicleta por rutas diversas como caminos destapados, con destinos tales como Las Virtudes, Las Faldas del Volcán, La Fuente, Grano de Oro, o por senderos de montaña. Los escenarios son las rutas que conducen a todos los pueblos y hasta ahora se manifiesta de manera informal en grupos de amigos.

**Desplazamientos o descensos en ríos:** Se realiza en los ríos, con caminata entre las piedras, la arena y el agua. Las giras pueden incluir campamentos en el verano, de dos a cuatro días. No hay organización que las ofrezca, pero sí existen grupos de amigos que se organizan y montan campamentos para ir de pesca, en el verano, principalmente al río Pacuare.

**Trotes aeróbicos:** Un importante porcentaje de la ciudadanía realiza esta

actividad, por las mañanas o tardes, espontáneamente, sin orientación profesional. Sería ideal este ejercicio en los escenarios naturales para aprovechar la calidad del oxígeno y las bellezas escénicas.

**Recorridos de Orientación:** Conceptualizados por Miguel (2001, p 91) “como, todos aquellos que están basados en la capacidad de situarse en el espacio gracias a unas referencias dadas”. Es importante aclarar que en este caso particular se requiere de la preparación del medio para desarrollar la actividad adecuadamente, y alcanzar los objetivos propuestos. Para el desarrollo de esta actividad, los escenarios como tal existen, pero como bien cita Miguel, se requieren de referencias, las cuales no están presentes; no hay mapas, ni guías, o sea, debe elaborarse la logística para ingresar a este tipo de actividad, valiosa desde cualquier lado que se mire: recreativa, familiar, social, competitiva, entre otros.

**Cabalgatas:** Son recorridos por distintos parajes de los diversos sitios mencionados; entre los volcanes, en Grano de Oro, por las faldas del volcán Turrialba y otros. Los hoteles rurales, programan giras, por ejemplo del hotel al volcán Turrialba, del hotel al bosque en Grano de Oro. Son giras de grupos específicos, amantes de montar a caballo, mirar el sitio, merendar y regresar, con tiempos de una a tres o cinco horas. Esta actividad requiere de una estructura y logística significativa para su desarrollo.

**Aventurar en los Ríos:** Abarca desde las caminatas por sus riberas o por sus causes, desplazamientos en tablas, o en mecates, y nadar en embalses, hasta aventuras extremas como: rafting, canyoning



y kayaking., canotaje en balsas. Esta actividad tiene mucho realce en el cantón, al punto que se han desarrollado eventos internacionales en sus ríos. Turrialba es uno de los cantones mas visitados por este deporte de aventura. Existe una logística turística montada alrededor de esta actividad, la cual es bastante sólida.

**Voladeros sin motor (Parapente):** Vuelos desde el volcán Turrialba a 3.329 mts sobre el nivel del mar, en las sombrillas grandes estilo paracaídas, para lo cual debe recibirse instrucción; esta es una experiencia de aventura extrema, que actualmente se desarrolla con potencial turístico.

Es importante comprender que muchas de estas actividades son desarrolladas por los ciudadanos del cantón de Turrialba, como parte de su vida diaria, sin tener claridad de que se integran como una corriente educación en el medio natural. Desde una perspectiva antropológica, se identifica el papel que le corresponde al sistema educativo, para conseguir una exitosa inserción en el medio natural, para lo cual es necesario conocer y respetar la cultura de las distintas regiones, ya que son múltiples y variadas las interrelaciones del ambiente con el ser humano.

### **Estrategias pedagógicas en el medio natural**

El ser humano puede ser considerado, según los diversos relatos de la historia, un exiliado de la naturaleza, que se alejó de ella, pero que está retornando como un moderno hijo pródigo. Cada sociedad es la resultante de las acciones ejecutadas por el ser humano, y cada una tiene su particularidad. Así por ejemplo

con la búsqueda de las fronteras comunes hacia un multiculturalismo, el ser humano aprende a convivir y a respetar la diversidad cultural, desde el diálogo, la discusión o simplemente el intercambio.

El proceso de la educación física en el medio natural requiere del sujeto, del conocimiento de los procesos de socialización que se generan en los grupos humanos, es decir, del conocimiento de las diversas formas de interiorizar y de construir la realidad individual y social, y su influencia en la manera personal de pensar y de apreciar el mundo, de relacionarse con la naturaleza, de verse a sí mismo y a los demás.

Queda claro que la educación en el medio natural se fundamenta en un mayor conocimiento de uno mismo, de la sociedad y la naturaleza, al asumir una relación de equidad y respeto con los otros y el ambiente; al valorar por igual las diferencias culturales de los pueblos y propiciar la igualdad de oportunidades de desarrollo entre estos. Las sociedades tienen como recurso educativo la escuela, como lo dice Meirieu (2003, p 100) en la cual “las alumnas y los alumnos construirán y estabilizarán, nuevos saberes y saber-hacer, para crecer”; es en ella donde se debe de iniciar la construcción del conocimiento sobre la actividad física en el medio natural.

Cada ser humano se forma en sociedad y será por ende el resultado del momento histórico que vive la sociedad. Kemmis, citado por Sarramona (1997, p 176), afirma “que las estructuras sociales no son tan racionales y justas como generalmente se piensa”. Esta formación debe de mostrar una atención especial del avance que logran las personas en cuanto a la sensibilidad, la inteligencia, la autonomía, la solidaridad y en especial



las actitudes hacia el cambio. Se requiere de la formación de ciudadanos ambientalmente conscientes: este conocimiento se construye a través del transitar de los individuos, en las diferentes facetas que la sociedad misma les ofrece, porque el aprendizaje es, sobre todo, una actividad social, pues la participación de todos y cada uno de sus miembros, marca los cambios que se producen en la construcción de nuevos aprendizajes.

La pedagogía, según Flores (2001, p 19) “tiene como objetivo el estudio y diseño las experiencias culturales que conduzcan al progreso individual en la formación humana. La pedagogía es una disciplina humanista, optimista, que cree en las posibilidades de progreso de las personas”. Este nuevo modelo de educación de la actividad física en el medio natural, es un paradigma que sirve para organizar la búsqueda de nuevos conocimientos en el campo de la pedagogía.

Actualmente, en diversos espacios en el nivel mundial, se abre campo un pensamiento social de protección al medio natural, y la implementación de actividades físicas en la naturaleza, por lo que la estructura administrativa del aparato estatal municipal del cantón de Turrialba, debe de formar parte de estas inclinaciones y preocupaciones socio-ecologistas. Por otro lado, el desarrollo individual se caracteriza por la apropiación del ser humano de la experiencia de la sociedad, a través de la cultura y la ciencia, que le conducen a comprender las particularidades contextuales de los pueblos. Para Ordóñez (2002, p 212) lo esencial en la formación humana es “convertir el ser humano en un ser capaz de asumir sus propios deseos, necesidades e intereses privados, a través del trabajo o la reflexión hasta reconciliarse consigo

mismo”, manteniendo eso sí una apertura hacia los otros, con sentido general y comunitario.

La actividad física se convierte en uno de los recursos válidos para el desarrollo social, económico y cultural, que pedagógicamente facilita la reinserción del ser humano en el medio natural. Por lo tanto, los educadores físicos están llamados a ser uno de los grupos de profesionales responsables de desarrollar las estrategias que conduzcan, pedagógicamente, este nuevo proceso de formación educativa en el medio natural.

Toda actividad física que se programe en la naturaleza no solo debe de contemplar la actividad física en sí, sino, aunar las sensaciones vivenciales producidas por el medio natural y por las acciones físicas ejecutadas, en un ambiente educativo.

Para quienes han vivido aislados del medio natural, no les será fácil comportarse en la naturaleza. Por ello deben propiciar condiciones adecuadas para que el contexto cumpla con las particularidades educativas.

Consideraciones importantes para el proceso pedagógico de la actividad física en el medio natural:

1. Ante el desafío debe plantearse, el qué, el cómo, el cuándo y el dónde se ha de realizar la actividad física en la naturaleza.
2. Qué actitud debe de tomarse para iniciar la relación. El entorno de la ciudad, de donde se proviene, siempre es abrumador, agresivo, impulsivo, estresante, por citar algunos criterios; y se ingresa en un contexto totalmente inverso: pasivo, relajante, inmenso, majestuoso, según como se le observe. Es decir, el ser humano inicia en el medio natural el

- descubrimiento de su personalidad; al mirarse en ella, indefenso ante lo que se le ofrece, su actitud tiene que cambiar radicalmente.
3. El ciudadano, al ingresar en el medio natural supone enfrentar un medio desconocido, ante el cual, no tiene claridad sobre las consecuencias de sus actos; por ello debe de aprender a comportarse y mostrar una nueva actitud que le permita alcanzar un equilibrio.
  4. Es necesario definir con antelación el tipo de vestimenta, la alimentación, los utensilios que ocupara, en correlato por supuesto con el espacio y con las condiciones en que se visitará: será el río, la pradera, el volcán, el bosque; cuál es el clima y cuál la topografía; que actividades se pretenden desarrollar; se estará solo, con su pequeño grupo; siguiendo un grupo grande, o con un guía.
  5. Acciones pedagógicas inmediatas, relevantes para el proceso en el medio natural:
    - Definir los objetivos de la actividad física y las complementarias
    - Definir el medio natural de visita
    - Definir el tipo de actividad por realizar. individual, familiar, de subgrupos o grupos organizados.
    - Preparar los requerimientos básicos para la actividad: vestimenta- alimentación- mapas-guías.
    - Preparación mental: desprendimiento de las comodidades de la ciudad y contextualizarse en un medio natural.
    - Establecer contactos posibles con el fin de garantizar el éxito

- Poseer conocimiento previo sobre normas dentro del destino definido.
- Iniciar el proceso de aprender a estar y actuar en el medio natural.

### Planteamiento pedagógico

En el actual contexto, la información debe referirse a procesos generales de concientización, orientados a transformar valores, actitudes y prácticas. El desarrollo de actividades físicas en el medio natural presupone la relevancia que la naturaleza tiene como objeto y herramienta del conocimiento, lo cual presupone un replanteamiento de las relaciones socio-educativas para instrumentar las acciones socio-naturalistas, las cuales implican:

1. El planteamiento de un proceso desde el sistema educativo, a partir del nuevo paradigma de la educación física en el medio natural, para el logro de una sociedad con nuevo pensamiento filosófico sobre el medio natural y sus actividades físicas, el cual debe de abarcar desde la educación preescolar, hasta la universitaria.
2. Plantear la necesidad de interiorizar un conocimiento del medio natural en el currículo de las ciencias naturales y sociales.
3. Organizar actividades físicas en el medio natural desde edades tempranas (2 años), a partir de un enfoque integral multidisciplinario.
4. Articular el pensamiento científico con el conjunto de los valores, principios éticos, normas y conocimientos prácticos que se plasmarían en el discurso y en la praxis de la actividad física en el medio natural.

5. La construcción racional de las actividades físicas en el medio natural, se manifestará como un proceso de producción teórico-práctico que implicaría una implementación técnica, cambios institucionales y, por último una transformación social.
6. Promover acciones comunitarias que faciliten el planteamiento de actividades en el medio natural y contribuir con ello a mejorar la calidad de vida de las comunidades, al utilizar la metodología de proyectos y prácticas participativas como el servicio social (trabajo comunal) de las universidades públicas.
7. Promover una nueva visión de vida, más amable, saludable, más democrática y armónica, en la cual privan relaciones y valores de tolerancia, de respeto a la naturaleza y a la diversidad cultural.
8. Mediante las actividades en el medio natural, facilitar la construcción del conocimiento, frente a la naturaleza.
9. Formulación de textos a partir de las experiencias docentes significativas.
10. Promover en las Universidades la investigación-acción, y una actitud reflexiva en relación con las acciones que se desarrollan en el medio natural.
2. Crear un aparato administrativo institucional que se responsabilice de las acciones.
3. Inventariar las diversas áreas naturales y sus condiciones.
4. Codificar las áreas naturales. Considerando parámetros tales como: grados de naturaleza (virgen o secundaria), riesgos, acceso, distancia, servicios, tipos de actividad física posible, entre otros.
5. Definir la actividad física por realizar en cada sitio.
6. Determinar las estrategias metodológicas para cada sitio.
7. Diseñar material didáctico que favorezca la promoción y divulgación de las diversas formas de actividad física en el medio natural.
8. Capacitar personal para el desarrollo de las actividades.
9. Establecer normas y reglas que protejan el medio natural y a los individuos.
10. Organizar actividades locales y regionales, de intercambio de información y experiencias.
11. Establecer los controles que permitan evaluar los diversas acciones para tener la certeza de que se cumplen las normas establecidas.

### **El ritual del clima y la previsión**

El sector del cantón de Turrialba ubicado dentro del parque “La Amistad”, forma parte del “Corredor Biológico Mesoamericano”, el cual protege grandes áreas que se conectan entre sí por medio de zonas angostas, con hábitat relativamente bien conservados.

En general todo el territorio constituye una zona sumamente lluviosa, con una precipitación en los últimos años de

Una vez diseñados los planteamientos desde una perspectiva filosófica y global, es importante establecer una estrategia metodológica, lo más cercana a la realidad, que comprenda:

1. Elaborar un programa global del desarrollo de las actividades físicas en el medio natural, en coordinación con las universidades públicas.

2635 mm, para una temperatura de 21, 5°C, ubicado sobre el paralelo 9<sup>a</sup> 53' de latitud norte, perteneciente a la zona de vida bosque húmedo, sin periodo seco definido, aunque de febrero a abril hay una disminución fuerte de lluvias.

En este cantón llueve en cualquier época del año, así como el verano se puede acentuar igual, por lo que el comportamiento cultural de la comunidad es muy flexible respecto de la situación ambiental; es normal andar con un protector de lluvia en cualquier época del año.

Estas condiciones favorecen un desarrollo forestal, agrícola sui generis de la zona, que enriquece las zonas boscosas, las praderas y los ríos. Ante este panorama, la época adecuada para realizar abarca todo el año.

### **Reflexionando sobre las opciones**

El individuo actualmente busca un equilibrio personal en todas sus facetas de vida, desde su rutina laboral, cargada de estrés y tensiones, necesita actividades que le ofrezcan sensaciones diferentes, recreativas, de ocio de esparcimiento libre u organizado, entre otras.

Estas opciones comienzan a ser una realidad propicia en el Cantón de Turrialba, pues cada vez más la población desea disfrutar de su tiempo libre con actividades en el medio natural, libertad y aire puro, en busca del reencuentro del individuo consigo mismo, en una introspección que le hará tener paz, satisfacción y el placer de encontrarse con la naturaleza; creando sensaciones al contacto con la tierra, escuchando al aguilucho, los pájaros y vivir en alegría, pues es una forma de estar vivo.

Son muchas las alternativas que ofrece el medio natural del cantón de Turrialba: agua de ríos y lagos, montañas vírgenes,

bosque secundario, praderas, senderos, alturas; o sea, se encuentran las sensaciones y los placeres de la naturaleza posibles en un medio tropical.

Esta nueva perspectiva resulta bastante completa y aceptable, pues reúne los dos ámbitos en los que el ser humano se mueve: “el medio natural y el creado por el mismo”: esta es una perspectiva de concepción global, que debe de estar incluida en todos los procesos de conocimiento formal e informal, propiciando la consonancia de los individuos con su entorno cultural y natural.

### **El cantón y las actividades físicas en el medio natural**

Tierra, citado por Arribas (2003, p 56) conceptualiza las actividades en la naturaleza, como el “conjunto de actividades de carácter interdisciplinario que se desarrollan en contacto con la naturaleza, con finalidad educativa, recreativa y deportiva, y con cierto grado de incertidumbre en el medio”. De acuerdo con esta definición no se logra ubicar en el cantón un desarrollo administrativo de las actividades en el medio natural, que muestre un conocimiento claro y pertinente de ellas.

Aparte de dos compañías turísticas y cinco hoteles con cierta orientación hacia las actividades de aventura en el medio natural, Turrialba no cuenta con la infraestructura y logística adecuada para el desarrollo planificado y justo de las actividades en el medio natural.

Se requiere delimitar y establecer la protección básica de los espacios naturales y su conservación, con base en valores científicos, ecológicos, paisajísticos, culturales, sociales, didácticos, y recreativos.

Actualmente los recursos naturales del cantón de Turrialba, ofrecen grandes

posibilidades para la realización de actividades físicas en el medio natural, pero se necesita toda una estructura administrativa que favorezca el desarrollo y uso del medio natural.

Existe un gran vacío de profesionales con conocimiento de las actividades en la naturaleza y sus diferentes escenarios, por lo cual es necesario dar inicio al proceso de capacitación y formación, a partir de las conceptualizaciones filosóficas y pedagógicas por seguir.

La subutilización del medio natural se observa en el comportamiento socioeconómico de la población del cantón de Turrialba, pues no existe un comercio abierto hacia estas posibilidades de turismo y educación en el medio natural. Se debe iniciar entonces un proceso planificado y controlado de actividades físicas en la naturaleza.

## Conclusiones

Es claro que la educación física tiene particularidades que favorecen la inducción y la formación de valores en el medio natural. Es necesario que los docentes reflexionen y replanteen actitudes y valores, par lograr un cambio hacia esta filosofía. Se ha comprobado la variabilidad de escenarios, y las posibilidades de acceso, lo que facilita el desarrollo de esta alternativa en el cantón de Turrialba.

Deberán de asumirse responsabilidades por parte de la administración de las instituciones de educación superior, para la inclusión del medio natural en los currícula de la formación de los educadores físicos; de igual manera, la alcaldía municipal, debe asumir la responsabilidad que le atañe en lo relativo al acceso de la población a los escenarios de actividad física en el medio natural.

Porque la humanidad, en un futuro no lejano, deberá establecer patrones muy severos, para construir un desarrollo y progreso en armonía con la naturaleza. El planteamiento de actividades físicas en el medio natural, con una estrategia pedagógica como la citada, permitirá que los ciudadanos reciban información y formación que les permita conocer como actuar en la naturaleza, respetándola, cuidándola y aprendiendo a disfrutar de ella de manera armónica y equilibrada.

## Bibliografía

- Arribas, H. (2003). *Formación inicial y permanente en torno a la actividad física en el medio natural. Una propuesta para diferentes ámbitos educativos*. Palencia: Edita Patronato Municipal de Deportes.
- Castillo, E. (2003) El cantón de Turrialba en los primeros cincuenta años del siglo XX. *InterSedes*. Volumen IV. Numero 7. ISSN 1409-4746. San José: Editorial de la Universidad de Costa Rica.
- Coto, E. (2006). La naturaleza y la educación física en la zona rural: caso de la Dirección Regional de Enseñanza de Turrialba, Ministerio de Educación Pública, Costa Rica. *IV Congreso El aula naturaleza en la educación física escolar*. Palencia: Edita Patronato Municipal de Deportes.
- Durkheim, E. (1976). *Educación y sociedad*. Barcelona: Edita Ceac, S. A.
- Flores, R. (2001) *Evaluación pedagogía y cognición*. Colombia: Editorial Emma.
- INEC. (2000). *Censo Nacional de Población y Vivienda*. San José.
- Meirieu, P. (2003) *Frankenstein Educador*. Barcelona: Editorial Romanyà/Valls, Verdaguer.
- Miguel, A. (2003) *Actividades físicas en el medio natural en la educación física escolar. II Congreso El aula naturaleza en la educación física escolar*. Palencia: Patronato Municipal de Deportes.

- Mora, C. (2000) *Ecosistemas del área de conservación la amistad Pacífico*. San José: EUNED.
- MCJD. Costa Rica. minad@costarricense.cr , 2006
- Ordóñez, J. (2002). *Introducción a la pedagogía*. San José: Editorial EUNED.
- Oliveira, B. (1995) Propuesta de una versión taxonómica de las actividades en la naturaleza. Marco conceptual y análisis de los criterios elegidos. Barcelona: *Revista Apuntes* N° 41.
- Sarramona, J. (1997) *Fundamentos de educación*. Barcelona: Ceac, S. A.