



Lleure/
Escola

ADAPTADES. Abans de posar-se en marxa cal planificar bé la sortida i veure que l'esforç que caldrà fer és adequat a les possibilitats de tothom.

Família, marxem d'excursió!

Motivació i planificació són la clau de l'èxit

BELÉN GINART
FOTO: CEC

V iure plegats el contacte amb la natura. Conèixer-nos indrets. Compartir el repte del camí i la satisfacció de l'arribada. I passar temps junts en un entorn saludable, diferent a l'àmbit natural de relació. Són alguns dels molts beneficis que recompensen els aficionats a les excursions en família. Però perquè tothom en gaudeixi calen uns certs requisits. Els més importants són adequar la dificultat de la sortida a les condicions físiques de tots els que en participaran, assegurar una bona motivació de tothom, i planificar amb antelació tots els detalls, des de l'equipament necessari fins a les condicions meteorològiques. En relació a aquest últim punt cal ser flexibles i s'ha de saber reaccionar i pot-

ser canviar de destí si el temps decideix revoltar-se a última hora.

Hí ha un secret que coneixen els més avesats a aquest tipus de sortides: és molt més fàcil que siguin un èxit quan la família no va sola. Als nens quan es troben amb altres amics els resulta molt més fàcil fer camí, la seva capacitat d'esforç es multiplica i pot passar fins i tot que ni s'adonin de les dificultats. Per això alguns centres excursionistes tenen seccions i comissions pensades per a les sortides en família. Com el Centre Excursionista de Catalunya (CEC), que fa mig segle va crear la Comissió d'Infants amb l'objectiu d'aconseguir que els socis amb fills d'edats entre els cinc i els 14 anys puguin fer de les sortides a la muntanya una experiència gratificant tant per a ells com per als nens.

.....
**Compartir
la sortida
amb una altra
família farà que
les criatures en
gaudeixin més**
.....

.....
**"Quan van
néixer els nens
no vam voler
renunciar a
la nostra afició",
diu el Jordi**
.....

"La nostra experiència és com la de tantes famílies del CEC: els pares, abans de tenir fills, ja érem muntanyencs entusiastes. Quan van néixer els nens no vam voler renunciar a la nostra afició i vam començar a sortir a la muntanya amb ells. Primer amb la típica motxilla per portar els nens a l'esquena. Quan ja caminaven una mica, fent petites passejades per la muntanya. Caminar mitja hora fins arribar a un llac, resseguir el curs d'un riu, travessar un bosc mirant els diferents tipus d'arbres i escoltant els sons per esbrinar l'animal que els feia... Els nostres fills fan excursions pel seu propi peu des dels tres anys, i abans, a coll dels pares. L'excursionisme per a nosaltres és gairebé una manera de viure. Ho vivim molt profundament i intensament, ens omple molt", diuen Jordi Pinto i

“Cal que els nens se sentin motivats, no pas obligats a fer-ho”, diuen la Maria i el David

Núria Varela, pares del Joan (13 anys) i la Marina (11 anys).

Els preparatius

Però abans de començar, cal saber quina és la forma física requerida perquè tothom pugui participar en l'excursió sense que l'esforç desmereixi el plaer. “Cal estar mínimament en forma, però depèn també molt de la durada, el desnivell, les dificultats i les possibles inclemències meteorològiques...”, diuen David Bueno i Maria Tricas, pares de l'Arnau, de 13 anys, i del Gerard, que en té 11. “És més important la mentalització, sobretot dels pares. Cal que les nenes i els nens se sentin motivats, no pas obligats a fer-ho (si més no, que no se sentin obligats tota l'estona) i això només s'aconsegueix tenint ben clar que els seus interessos no són els mateixos que els dels adults. Ells van d'excursió no per fer cims ni grans travesses, sinó per jugar i xerrar amb els companys i amics gaudint de la natura. I aquest és el truc de l'èxit de les excursions en família, que fills i pares trobin el seu propi interès en la sortida, per la qual cosa cal que la planificació tingui en compte l'equilibri entre els interessos de pares i fills”.

Àgata Pedrerol, mare del Miquel (9 anys) i actual responsable de la comissió d'infants, destaca: “Cal tenir presents les característiques del grup a l'hora d'escollir l'excursió. Per molt que ens agradi fer cims coneguts, com l'Aneto, el Canigó, el Pedraforca, la Pica d'Estats o el Puigmal, si ens ofeguem pujant les escales potsser val més buscar una sortida més senzilla a Montserrat, al Montseny... Cal pensar que un desnivell de 100 metres és equivalent a pujar un edifici de gairebé 300 pisos, i que després cal baixar”.

Un dels predecessors de Pedrerol al capdavant de la comissió, Ricard Ribas, pare de cinc fills (l'Elia, la petita, que ara té

El Ricard Ribas recomana triar una ruta “engrescadora per als nens i que motivi els pares”

13 anys, és qui l'acompanya en les excursions en família) aconsella escollir una ruta “engrescadora per als nens, i que també motivi els pares. Buscar nous indrets, recorreguts inèdits, mirant quines són les sortides adients segons l'època de l'any”.

Material adequat

La satisfacció que proporciona una sortida en família també té una relació directa amb l'equipament que es porta. Per assegurar-se que no hi haurà ensurts ni queixes, cal anar ben preparat. El calçat és possiblement l'element més important: caminar amb el peu ple de butllofes o ferides pot ser una veritable tortura i desmotivar a qualsevol. Si es va a la muntanya, calen unes botes adequades, que, a més, són el calçat més segur. S'ha de vigilar especialment la sola, que ha de ser semirígida i no lliscant. A la muntanya el temps és imprevisible, així que no s'ha d'oblidar la roba d'abric i de pluja. Encara que la intenció sigui fer només una sortida matinal, per fer front a possibles imprevistos la família Bueno recomana “no deixar-se mai un llum frontal, gorra, guants, menjar i ganyips i cantimplora plena”. El mapa, la brúixola (i els coneixements per emprar-la) i la farmaciola són altres coses imprescindibles que han de tenir un lloc assegurat a la motxilla.

Però la clau de l'èxit són, definitivament, les ganes que tinguin els participants de fer la sortida. Jordi Sancho i Claudia Vallvé, pares de la Candela (13 anys) i el Nico (10) resumeixen de manera admirable les dues cares de l'excursionisme: “Caminar durant hores és dur, fer 1.000 metres de desnivell per un pedregar pot ser esgotador, caminar sota la pluja o amb un fred que et glaça les mans o suant la cansalada sota el sol de juliol... tot té la seva dificultat. S'han de tenir ganes i esperit per saber gaudir també del que ens costa i és difícil”.

La motxilla

Què cal portar

— Els excursionistes experimentats recomanen que tots els nens que facin l'excursió caminant s'acostumin a dur la seva pròpia motxilla des del primer dia. Al principi no cal que sigui gaire gran ni que vagi gaire carregada: l'important és l'hàbit, perquè el contingut ja s'anirà ampliant a mesura que també ho facin les seves capacitats per portar-la.

Una bona motxilla ha de ser còmoda, ben adaptable a l'esquena i ha d'anar a la mida de cadascú, amb unes corretges amples i encoixinades que es puguin subjectar bé a la cintura i al pit. A més, Àgata Pedrerol recorda que “tot el que portem de superflu és pes que pugem i baixem, i si l'excursió és llarga és una pèrdua considerable d'energia”. I tanmateix cal ser previsor i prudent, i incloure l'equipament bàsic que ens permeti aguantar un temporal o una baixada sobtada de temperatures.

Proposta de ruta

Per a tots els nivells

— No cal fer una excursió de moltes hores ni plantejar-se reptes d'elevada exigència per gaudir de la natura. Hi ha recomanacions per a tots els nivells. “El Montseny està ple d'excursions fantàstiques, a tocar de Barcelona, fàcils i boniques en totes les estacions de l'any. Pujar al Matagalls des de coll Formic o arribar-se fins a Sant Segimon passant per l'Erola són excursions precioses, que es poden fer en un dia i que tenim a una hora de Barcelona”, proposen Jordi Sancho i Claudia Vallvé. Àgata Pedrerol, per la seva banda, recorda que “en l'últim any, a la comissió hem fet excursions senzilles com el pantà de Foix o els Empedrats de Morou. Però també de més exigents, com els Empedrats a Bagà o els Bastiments”. I Jordi Pintó i Núria Varela comparteixen una de les primeres sortides que van fer amb els fills: “Pujar al Montcau des del coll d'Estenalles: bonica i sensació de cim”.

La cua de Quiró

Gregorio Luri

La reforma Wert (II)

Dues coses hauríem d'exigir a una nova llei educativa: un estudi seriós dels successius fracassos de les reformes precedents i una concreció de les característiques comunes dels centres educatius mediocres.

Al meu parer les reformes han fracassat per tres raons principals: no han sabut situar els docents com els actors centrals dels debats educatius; han generat falses expectatives que han fet a mitjà termini més mal que bé, i, per acabar, els ha mancat una visió clara de com les seves propostes milloren realment la instrucció a l'aula.

Pel que fa als trets característics dels centres mediocres (els que obtenen uns resultats per sota del que seria legítim demanar-los tenint present el seu marc sociocultural), es poden indicar els següents: 1) han acceptat el seu fracàs com una fatalitat; 2) tenen programacions anàrquiques, poc seqüencialitzades i no gaire coherents; 3) mostren dificultats de comunicació interna; 4) els manca una idea clara del que estan fent; 5) tenen dificultats per aprendre de la seva pròpia experiència; 6) els costa molt sumar consensos interns operatius; 7) els seus equips són inestables.

No és rellevant que el ministre estigui d'acord amb mi, sinó que ens doni resposta a les dues qüestions que encapçalen aquesta columna. Fa l'efecte que l'equip ministerial es mou sense un diagnòstic acurat de la nostra situació, és a dir, sense una reflexió profunda sobre els nostres problemes específics. No podem desapropiar una altra oportunitat d'aprendre més dels nostres errors que de les experiències alienes, és a dir, de construir-nos un relat educatiu propi.

Gregorio Luri és doctor en filosofia i educador



La setena hora

Jaume Cela & Juli Palou

Amb el beneplàcit de Plató!

Una lleugera amonestació, això és tot. Nosaltres seriem partidaris d'una altra resolució: que la portin a escola. A aquest exemplar d'excel·lència de la incultura política l'han de portar a escola. Perquè segur que a la diputada popular que va deixar anar el “*¡Que se jodan!*”, tristament famós, el seu pare no la va deixar anar a escola el dia que tocava explicar com va això de la democràcia. Bé que ho fan amb els conductors quan demostren desconeixement o menyspreu per les normes bàsiques de circulació. Doncs que apliquin el mateix criteri amb els polítics. Proposem que el mestre que l'atengui li faci llegir l'obra de Plató, per exemple. Aquest nom, a ella, no li deu sonar de res, però amb paciència se li hauria d'explicar que quan aquest filòsof es planteja on s'ha de viure, respon de la manera següent: s'ha de viure amb els altres, intentant que cada individualitat trobi la seva harmonia en la polis.

Això sí, proposem fer un canvi. Com recordem els que vam anar a escola, Plató afirmava que calia deixar fora dels afers del govern de l'estat els artistes, perquè representaven un pensament eixelebrat, poc adient amb les reflexions sobre els afers de tots. Doncs bé, mantindríem la idea, però sense referir-nos als artistes. La cosa quedaria així: Plató defensava que per mantenir l'àgora de debat sobre el bé comú fora de perill, cal prohibir-hi l'accés als caps verds, amb tanta capacitat d'insultar com incapacitat per estructurar un discurs que sedueixi el poble. Esperem que la proposta vagi endavant. Esperem també que el ministre d'Educació tingui la bondat d'acceptar per uns dies aquesta alumna a escola. L'hi agrairem tots, d'una manera especial els *jodidos*. A més, si Plató aixequés el cap segur que ens permetria la llicència, perquè ell també creia que són els més valuosos i més ben preparats els únics que són dignes de conduir la cosa pública.

Jaume Cela és mestre i escriptor i Juli Palou és doctor en filosofia i educador

