

BANY DE NATURA

Itinerari d'observació, escolta i percepció conscient.

DOSSIER PEDAGÒGIC
per a escoles de Primària



ITINERARI BANY DE NATURA

Índex del dossier

1. Capbussar-se al bosc — Presentació del Bany de natura	1
2. L'essència de l'itinerari	1
3. El valor de tornar al bosc	2
4. Junts obrim camí – A qui s'adreça l'experiència	3
5. Passes que fan créixer flors — Dinàmiques, estructura i metodologia	4
6. Qui acompanya el camí	7
7. On arrela l'experiència	8
8. Quan el bosc ens obre les portes — Temporades, horaris i sessió prèvia a l'escola	9
9. El valor de l'experiència — Modalitat, preus i condicions generals	10
10. Perquè la jornada funcioni amb naturalitat	11
11. Competències que treballa l'itinerari	12
12. Per obrir camí amb Faúna, som un amb la natura - Contacte	14



Capbussar-se al bosc és escoltar els ocells que portem al cor i fer volar el seu cant al món.

Un Bany de natura és una immersió suau i conscient al bosc que convida els infants a observar, escoltar i percebre l'entorn amb tots els sentits. És un espai de presència, de calma i de receptivitat on el ritme s'alenteix i el bosc esdevé llar per explorar i connectar amb la natura d'una manera respectuosa i autèntica.

A través de propostes d'observació, moviment, joc, expressió i apertura sensorial, els infants entren en relació amb el bosc com amb un ésser viu que els acull i els convida a desplegar la curiositat, integrar els aprenentatges de manera orgànica, aprendre a regular el sistema nerviós, desenvolupar la percepció corporal i sensorial i afavorir una relació més profunda i harmoniosa amb el medi natural i amb ells mateixos.

Un Bany de natura és, en essència, una experiència sentida que els recorda que formen part del teixit de vida que els envolta.

L'essència de l'itinerari...

És una vivència única i directa que re-vincula els infants amb el món natural i amb el record de ser-ne part essencial.

Un espai per reconèixer la saviesa que habita a la natura i que ressona en cada infant, una saviesa que parla de bellesa, de generositat, de respecte i de conviure des de l'autenticitat.

Un recorregut plàcid i íntim d'apropament al bosc i als seus habitants des d'una mirada que s'obre a la presència, a l'atenció i a la sensibilitat, facilitant una relació genuïna amb la natura, amb una mateixa i amb els altres.



El valor de tornar al bosc...

En un context de ritmes accelerats i sobre estimulació digital, generar moments de serenitat a la natura ajuda a cultivar l'estabilitat mental, emocional i corporal.

L'itinerari s'emmarca dins les Intervencions Basades en la Natura (IBN), un model que promou el benestar físic, afectiu i social a través del contacte directe amb el medi natural. Les IBN afavoreixen l'aprenentatge significatiu, la curiositat, la convivència i la capacitat d'autoregulació.

En aquest projecte es treballa a nivell de connexió directa amb la natura, on els infants experimenten el bosc de manera sensorial, interna i tangible. Aquest tipus d'aproximació afavoreix la tranquil·litat, la concentració, la cohesió social i la cura del medi ambient com a via d'autocura.

Beneficis del Bany de natura en context educatiu:

- Millora del benestar emocional: redueix estrès, ansietat i afavoreix l'equilibri intern.
- Augment de la motivació i l'atenció: els entorns naturals potencien l'aprenentatge.
- Foment de la convivència i la cohesió: la natura facilita la cooperació i el respecte.
- Desenvolupament sensorial i motor: moviment lliure, percepció, exploració.
- Connexió amb l'entorn i valors ambientals: promou la cura i el respecte pel medi.

Beneficis de les IBN per als infants:



Junts obrim cami...

Aquest itinerari està disponible per a grups d'infants de Primària a partir de Cicle Mitjà, adaptant el ritme, la profunditat i les propostes segons l'etapa, amb un enfocament curricular i competencial, detallat a l'apartat de Competències.

- Cicle Mitjà (3r-4t EP) — 8-10 anys
- Cicle Superior (5è-6è EP) — 10-12 anys

Aquestes franges d'edat permeten una vivència més profunda de l'entorn natural: una capacitat d'observació més afinada, una consciència corporal i emocional més present i una relació amb la convivència i una consideració vers els ecosistemes que es va madurant amb l'edat.

L'activitat està pensada per a grups de fins a 50 infants, que es dividiran en tres subgrups, cadascun acompanyat per una educadora especialitzada.

Això garanteix un acompanyament proper, sincer i respectuós amb el procés únic i la sensibilitat de cada infant.

Algunes parts de l'itinerari es viuran conjuntament, però la majoria es treballaran en grups reduïts que funcionaran de forma simultània per preservar la qualitat de l'experiència i l'atenció personalitzada.



Passes que fan créixer flors...

Es proposa una immersió a les profunditats del bosc, entès com un ésser viu que acull amb una abraçada amable els visitants que s'hi atansen. Aquesta aproximació convida els infants a descobrir l'entorn des d'una mirada naturalista i empàtica, observant-ne els ritmes, les formes de vida i les relacions que s'hi teixeixen. D'aquesta manera, la vivència esdevé íntima i nodridora, reforçant un vincle proper amb el bosc, la fauna i amb la manera com aquests s'expressen.

Es tracta d'una jornada de tot el dia, amb 4 hores d'activitat més pauses per esmorzar i dinar, que combina:

- Exploració del bosc — contacte directe amb l'entorn i els seus ritmes
- Educació ambiental sobre la fauna del territori — rastres, comportaments i convivència
- Activitats sensorials i d'observació — escoltar, tocar, percebre
- Dinàmiques de convivència i respecte — cooperació, cura i presència
- Tancament simbòlic i compromís amb la natura — un gest final de retorn i agraïment

La metodologia desenvolupada es fonamenta en un acompanyament guiat i flexible, que ofereix un marc segur i alhora sosté l'experiència respectant que cada infant pugui desplegar el seu procés intern al seu propi ritme.

A través d'aquesta experiència vivencial de contacte directe amb el bosc, els infants cultiven actituds d'escolta, calma i curiositat; desenvolupen aptituds d'observació, percepció sensorial, orientació i autoregulació; i integren valors de convivència, cooperació i consideració vers els ecosistemes. Tot plegat emergeix de manera natural, respectuosa i significativa a partir del reforçament de llaços amb el medi i amb el grup.

La metodologia treballada es basa en:

- Aprenentatge vivencial — aprendre fent, sentint i experimentant
- Observació directa — mirar amb atenció i curiositat
- Escolta activa del bosc — silenci, presència i percepció
- Dinàmiques de grup — cooperació, respecte i convivència
- Reflexió i expressió personal — posar paraules al que cadascú sent i experimenta



L'itinerari es desplega en tres moments complementaris que articulen la vivència del dia i donen ritme i coherència al procés d'aprenentatge:

1. LA VEU DEL BOSC — Activitat de matí

El matí s'inicia amb una presentació i apropament conscient al bosc que es visita. A través d'un breu recorregut d'exploració i reconeixement del territori, el grup arriba a un indret tranquil on es desenvolupen dues dinàmiques centrals:

- Els missatges del bosc — Registre d'impressions al quadern de camp d'observació, escolta i percepció conscient de l'entorn.
- Rotllana de savis — Pràctica sensorial conjunta amb elements del bosc i compartir les històries que suggereixen quan es perceben amb tots els sentits, moviment expressiu i posada en comú.

Aquest primer bloc afavoreix una relació íntima amb el bosc, fomentant la presència, la curiositat i l'escolta profunda.

2. EL BATEC DE L'EIXAM — Abans de dinar

Aquest segon moment del dia proposa una aproximació sensorial i de consciència ecològica al món de les abelles mel·líferes. Després d'haver treballat els conceptes principals a la sessió prèvia a l'escola, aquesta part de l'itinerari se centra en la vivència directa i en la lectura del rusc com a organisme viu.

- Observació del rusc — mirada atenta a la dinàmica externa del rusc, als moviments de les abelles i lectura de les senyals que indiquen l'activitat de la colònia.
- Escolta del brunzit de l'eixam — percepció del ritme intern de l'eixam com a expressió de cohesió i comunicació col·lectiva.
- Reflexió: el poder individual dins del col·lectiu — comprensió del funcionament del rusc com a superorganisme i paral·lelisme amb els grups humans: cada acció individual té impacte en el conjunt, i el conjunt sosté cada individu.
- Pràctica sensorial guiada — exercici meditatiu breu, inspirat en la metàfora del nèctar i la mel, per explorar la pròpia aportació al grup i la interconnexió amb els altres.
- Joc de rol i debat — dinàmica participativa per reflexionar sobre la convivència entre abelles, bosc i humans, i sobre com les accions individuals influeixen en el benestar col·lectiu.

Una experiència per apropar-se a la vida del rusc des de la calma, la delicadesa i la cura, reforçant la consciència ecològica, la interdependència amb el medi i el sentit de comunitat.

3. FAUNA SALVATGE I COEXISTÈNCIA — Activitat de tarda

Després d'haver treballat a l'escola els conceptes principals sobre la vida salvatge i les característiques d'algunes espècies en concret, la tarda es dedica a la vivència directa, la mirada ètica i la convivència respectuosa amb la fauna del Montnegre. A través d'històries, impressions sobre la fauna i accions simbòliques, l'alumnat descobreix com relacionar-se amb els animals del bosc amb consideració i responsabilitat.

- Convivència i mirada ètica — reflexió sobre la interacció responsable amb la fauna i sobre com les decisions humanes afecten el territori compartit.
- Històries de vida — coneixement de les històries de tres animals: el Willow, l'Elora i la Sacha Ruru com a pont emocional per comprendre la vulnerabilitat, la força i la singularitat de cada animal.
- El poder de la paraula i la bellesa — activitat creativa amb paraules, rodolins o poemes.
- Percepció i consciència — pràctica breu d'escolta i atenció sensorial per integrar el que s'ha viscut durant el matí i obrir la porta a una relació més sensible amb la natura.
- Compromís i acció — reflexió final sobre la protecció dels animals salvatges i del territori i compromís personal amb la natura.

Una experiència que combina ciència, sensibilitat, creativitat i acció, i que convida a comprendre la vida silvestre des del respecte, la responsabilitat i el sentit de coexistència harmoniosa amb els ecosistemes que compartim.



On arrela l'experiència...

L'itinerari es desenvolupa entre corriols, clarianes i zones de bosc madur i tranquil, en una finca agrícola i forestal privada de 25 hectàrees al terme municipal de Vallgorguina, al Vallès Oriental. Situada a les portes del Parc Natural del Montnegre i el Corredor, aquest entorn mediterrani ple de vida és un indret privilegiat i part essencial del camí, l'escenari on la fauna i el territori esdevenen mestres.

L'espai està preparat perquè les escoles hi puguin accedir i viure l'experiència amb comoditat:

- Accés amb autocar — l'autocar pot entrar fins al terreny, fer la volta i maniobrar amb facilitat.
- Zona d'acollida amb ombra — un espai amb arbres, bancs i lloc per deixar motxilles, esmorzar o dinar.
- Lavabos — disposició de lavabos, inicialment WC secs, integrats i respectuosos amb l'entorn.
- Espai segur i delimitat — zones tranquil·les per a l'espera, el descans i la convivència del grup.

Aquestes condicions permeten que l'activitat es desenvolupi amb calma, seguretat i fluïdesa, i que els infants puguin viure el bosc amb presència i benestar.

A més, l'itinerari inclou una sessió prèvia a l'aula per establir el vincle, preparar la mirada i obrir la porta a l'experiència que viuran al bosc.



Quan el bosc ens obre les portes...

L'itinerari es realitza a la primavera i a la tardor, els moments de l'any en què el bosc ofereix un clima més suau i agradable:

- De mitjans de Març a Juny
- Setembre i Octubre

Aquestes franges de primavera i tardor garanteixen un entorn òptim per a una experiència confortable, segura i coherent amb el ritme natural del bosc.

Abans de venir al bosc: la sessió prèvia a l'escola

Uns dies abans de la sortida, es realitza una sessió de preparació a l'escola (1h30), imprescindible per establir el vincle, activar els sentits i donar narrativa i context a l'experiència que viuran al bosc.

El dia de la sortida: Itinerari Bany de natura

L'activitat es duu a terme en horari escolar de dia:

- 10.00 — Arribada
- 10.00 - 10.30 — Esmorzar, acollida, funcionament i organització de grups
- 10:30 - 13:30 — Activitat de matí: LA VEU DEL BOSC + EL BATEC DE L'EIXAM
- 13:30 - 14:30 — Dinar de carmanyola (1 h)
- 14:30 - 15:30 — Activitat de tarda: FAUNA SALVATGE I COEXISTÈNCIA
- 15:30 — Tancament i tornada

4 hores d'activitat real (3 h matí + 1 h tarda), amb pauses breus de 15 minuts per anar al lavabo i facilitar les transicions entre espais i propostes, més 1h per dinar de carmanyola.

En cas de pluja intensa o condicions meteorològiques adverses, l'itinerari es posposa per garantir la seguretat i la qualitat de l'experiència.



El valor de l'experiència...

Modalitat única: Sessió prèvia a l'escola + Sortida Itinerari Bany de natura

Sessió prèvia a l'escola

Aquesta sessió és obligatòria i necessària per garantir el vincle, la preparació i la coherència pedagògica.

Preu sessió a l'escola: 150 €

Durada: 1h 30min

Inclou:

- Presentació del relat i del fil conductor
- Dinàmiques per generar complicitat
- Activació sensorial
- Preparació per a l'experiència al bosc
- Materials específics
- Desplaçament dins la comarca del Vallès Oriental (suplement de 30€ si l'escola es troba fora de la comarca)

Itinerari Bany de natura

Preu: 15 € per alumne/a

Durada: activitat de dia complet en horari escolar (10h - 15.30h)

Màxim 50 alumnes per dia

Inclou:

- 2 o 3 educadores especialitzades segons nombre d'infants
- Grups reduïts (12-17 infants per educadora)
- 4h d'activitat al bosc
- Materials pedagògics i naturals
- Preparació i coordinació
- Espai natural propi i preparat
- Armilla reflectant durant l'activitat
- Assegurança de responsabilitat civil
- Accés segur per a autocar

Condicions generals

- Una o dues classes (fins a 50 alumnes)
- Transport a càrrec de l'escola
- Accés segur per a autocar
- Materials inclosos
- Assegurança inclosa
- Necessària circular signada sobre al·lèrgies a abelles i vespes
- Reprogramació en cas de pluja intensa o condicions meteorològiques adverses

Perquè la jornada funcioni amb naturalitat...

Per gaudir d'una experiència segura, harmònica i agradable per a tothom, l'escola ha de tenir en compte els següents aspectes abans de la sortida:

- Roba còmoda i adequada al temps

Calçat tancat i apte per caminar pel bosc, gorra, roba que es pugui embrutar i capes segons la meteorologia.

- Esmorzar i dinar de carmanyola

L'alumnat ha de portar esmorzar i dinar, preferiblement envasos reutilitzables.

- Aigua per tot el dia

Cantimplora plena i fàcil de portar (que es pugui portar penjada). Hi haurà aigua disponible per reomplir les cantimplores.

- Motxilla petita i lleugera

Només amb el necessari. Les motxilles es quedaran en un punt concret durant l'activitat.

- Menjar i llaminadures

No es pot portar menjar, caramels ni llaminadures a sobre durant l'activitat; tot ha de quedar-se a la zona de motxilles.

- Circular signada sobre al·lèrgies a abelles i vespes.

Imprescindible per participar en l'activitat.

- Medicació i protocols específics

Si algun infant necessita medicació o té un protocol, cal informar-ho prèviament.

- Organització prèvia dels grups

L'escola ha de comunicar si hi ha infants amb necessitats específiques d'atenció.

- Punt de trobada i horaris

L'autocar arribarà a les 10h a l'espai i serà rebut per les educadores. Tornada a l'escola a les 15.30h.

- Ús de telèfons i fotografies

No està permès utilitzar telèfons ni fer fotografies sense el consentiment del personal.



Competències que treballa l'itinerari...

L'itinerari Bany de Natura treballa competències específiques de Medi Natural, Educació en Valors, Educació Física i Educació Artística, així com les competències transversals del Nou Currículum de l'Educació Bàsica de Catalunya (Decret 175/2022).

Els infants desenvolupen habilitats d'observació, percepció sensorial, orientació, cooperació, autoregulació emocional i consciència ecològica, tot vivint una experiència directa i significativa al bosc i amb la fauna del territori.

Les propostes i dinàmiques de la jornada permeten treballar, de manera integrada, els processos d'exploració, comprensió del medi, expressió, convivència i vinculació amb la natura.

1. Medi Natural

Competències específiques treballades – CMN:

- CMN1 – Explorar i interpretar l'entorn natural
Observar rastres, comportaments de la fauna, dinàmiques del bosc i relacions ecològiques.
- CMN2 – Comprendre els éssers vius i els ecosistemes
Relacionar fauna, flora, hàbitats i funcions ecològiques (pollinització, cicles naturals...).
- CMN3 – Actuar de manera responsable envers el medi
Desenvolupar actituds de cura, respecte i convivència amb la natura.
- CMN4 – Aplicar el pensament científic
Formular preguntes, fer hipòtesis, observar, comparar i treure conclusions.

2. Educació en Valors i Convivència

Competències específiques treballades – CEV:

- CEV1 – Convivència respectuosa amb l'entorn i amb els altres
Cooperació en grups reduïts, escolta, respecte pels ritmes del bosc i dels companys.
- CEV2 – Autoregulació emocional i gestió del benestar
Calma, presència, silenci, percepció corporal i gestió de l'atenció.
- CEV3 – Responsabilitat i consciència ecològica
Entendre el paper humà en la cura del territori i la convivència amb la fauna.



3. Educació Física – Àmbit corporal i sensorial

Competències específiques treballades – CEF:

- CEF1 – Percepció i consciència corporal
Moviment conscient, caminar en terreny natural, escoltar el cos.
- CEF2 – Orientació i desplaçament en l'entorn natural
Caminar per corriols, reconèixer punts de referència, adaptar-se al terreny.
- CEF3 – Benestar físic i emocional
Activitat moderada en un entorn regulador del sistema nerviós.

4. Educació Física – Dansa expressiva i moviment creatiu

Competències específiques treballades – CEF:

- CEF4 – Explorar i expressar-se a través del moviment
Moviments lliures, caminar conscient, gestos simbòlics, expressió corporal en el bosc.
- CEF5 – Crear seqüències de moviment amb sentit
Ritmes naturals, moviments inspirats en la fauna, respiració i fluïdesa corporal.
- CEF6 – Percebre i adaptar-se al ritme de l'entorn
Escoltar el bosc, ajustar el moviment al terreny, al silenci i als sons naturals.
- CEF7 – Desenvolupar la consciència corporal i emocional
Moviment com a eina d'autoregulació, presència i expressió interna.
- CEF8 – Participar en dinàmiques col·lectives de moviment
Rodes, jocs de ritme, moviments coordinats, rituals de tancament.

5. Educació Artística – Mirada, percepció i expressió

Competències específiques treballades – CEA:

- CEA1 – Observació sensible de l'entorn
Mirada atenta, percepció de formes, textures, sons i ritmes del bosc.
- CEA2 – Expressió personal
Posar paraules, gestos o dibuix al que s'ha viscut.

6. Competències Transversals

Competències generals treballades – CT:

- CT1 – Aprendre a aprendre
Autonomia, curiositat, preguntes, reflexió sobre l'experiència.
- CT2 – Competència personal, social i ciutadana
Convivència, cooperació, empatia, respecte per la diversitat natural i humana.
- CT3 – Competència digital (ús crític i responsable)
Ús crític i responsable: deixar el mòbil, viure l'experiència sense pantalles.
- CT4 – Competència comunicativa
Explicar vivències, escoltar, compartir observacions i emocions.

Per obrir camí amb Faúna, som un amb la natura...

Si voleu fer reserves o necessiteu més informació, ens trobareu a:

educacio@fauna.cat

Telèfon: 645737379

Gràcies per la vostra confiança i per sembrar, amb nosaltres, llavors de natura,
consciència i sensibilitat en el cor dels infants.

