



Cofinanciado por el programa Erasmus+ de la Unión Europea

# In-Cult



**Métodos educativos**

**PASEO PERIPATÉTICO:**

**REFLEXIONAR, CAMINAR, DEBATIR**

**Universidad Permanente**

**Universidad de Alicante, España**

El apoyo de la Comisión Europea para la producción de esta publicación no constituye una aprobación del contenido, el cual refleja únicamente las opiniones de los autores, y la Comisión no se hace responsable del uso que pueda hacerse de la información contenida en la misma.



## Descripción de la metodología:

**Nombre del método:** Paseo peripatético: reflexionar, caminar y debatir

**Nombre/Institución del colaborador:** Universidad Permanente, España

**Persona de contacto / detalles de contacto:** Jose Luis Casal Devesa y Marian Alesón Carbonell <https://web.ua.es/en/upua/initiatives/peripateticos/peripatetics-walking-and-reflecting.html>

## Fotos:



**Autor:** Marian Alesón, aleson@ua.es

## Información general:

**Organiza:** Colectivo de mayores, sociedad civil, programas de formación de mayores, centros de mayores, clubes de mayores.

**Público objetivo:** mayores de 50 años

**Tiempo de preparación:** 1 hora

[Escriba aquí]

**Tiempo requerido de implementación:** 2-4 horas dependiendo de la longitud de cada ruta.

**Recinto /lugar (dentro, fuera):** al aire libre, siguiendo una ruta predefinida.

**Fecha adecuada:** cualquiera

**Posibilidad de implementación online:** La utilización del correo electrónico, la mensajería instantánea o las redes sociales son fundamentales para aplicar una metodología de aprendizaje semipresencial en esta actividad; de ahí su importancia a lo largo de las acciones de preparación y seguimiento. En caso de que alguna circunstancia impidiera la realización de la ruta, el programa se podrá realizar a través de una reunión informal de debate online, aunque no se cumpliría uno de los principales objetivos que se persiguen con esta actividad, que es el ejercicio físico. Otra opción consiste en utilizar Facebook, o cualquier otra red social, donde se pueden iniciar o continuar discusiones.

**Breve descripción del método (máx. 100 palabras):**

Este método está inspirado en la escuela filosófica aristotélica, cuyos miembros participaban en debates filosóficos y científicos informales mientras paseaban por los peripatos del Liceo Ateneo. La actividad de los Peripatéticos propone un método de aprendizaje que, además de fomentar la salud de las personas mayores, potencia el desarrollo cognitivo y mental al sugerir temas de debate. Desde esta inspiración filosófica, los paseos de los Peripatéticos promueven:

- actividades físicamente cardiosaludables;
- entornos de aprendizaje mentalmente estimulantes;
- encuentros social y culturalmente enriquecedores;
- participación multimodal, flexible y adaptable (como caminante, tertuliano en línea, oyente o comentarista activo); y
- plataformas interactivas y participativas de empoderamiento.

**Implementación del método en el proyecto (máx. 100 palabras):**

Los Peripatéticos sugieren un tema de debate distinto cada semana. En este caso particular, se les animó a reflexionar sobre el valor del patrimonio cultural inmaterial en Europa. A los miembros del grupo se les envió el enlace a la web de In-Cult Project y el folleto, para que pudieran consultar la sección de conocimiento y debatir sobre los tesoros y su valor durante la ruta propuesta.

**Descripción del método paso a paso (máx. 200 palabras):**

① Preparar material para la discusión, especialmente temas filosóficos o científicos controvertidos actuales. Es recomendable proporcionar algún material de lectura y enlaces complementarios para los participantes interesados en profundizar en los temas

[Escriba aquí]

propuestos. El coordinador también podrá preparar algunas preguntas o ideas para iniciar el debate durante el recorrido.

② Preparar una ruta para la actividad. Esta ruta debe cumplir con las siguientes condiciones:

- Duración entre 2 y 4 horas (una mañana de 10 a 14 horas, máximo).
- Pasar por lugares tranquilos, con poco tráfico rodado para facilitar la comunicación.
- Acceso al punto de partida en transporte público.
- Habilitación de lugares de descanso, así como la posibilidad de regresar a casa desde puntos intermedios a lo largo del recorrido.

③ Envíe el material de lectura a los participantes 4-5 días antes de la actividad, dándoles así suficiente tiempo para revisar los documentos. Es recomendable el uso del correo electrónico, la mensajería instantánea o las redes sociales, ya que favorece también la familiarización con la tecnología.

④ El mensaje anterior tiene que incluir todos los detalles sobre la ruta (un mapa con los puntos de interés), el punto de encuentro y la hora exacta de salida.

⑤ Los coordinadores deben recordar que esta actividad debe ser flexible, por lo que nadie está obligado a participar en el debate. Sin embargo, también deben tener en cuenta que es importante proponer preguntas o ideas como medio para fomentar el intercambio de ideas.

⑥ Después de la actividad, se deben subir algunas fotos e imágenes a las redes sociales con el fin de favorecer una mayor interacción en línea.

#### **Enseñanza y aprendizaje (máx. 100 palabras):**

Este método anima a las personas mayores a llevar una vida física, mental y socialmente activa. El éxito de las caminatas de los Peripatéticos depende de que se sientan libres de unirse al grupo, aunque no participen activamente en los debates (los participantes pasivos pueden al menos beneficiarse del conocimiento compartido). Por tanto, esta apertura favorece la socialización, la transmisión de conocimientos y un estilo de vida saludable. En general, unirse a un grupo de caminantes puede mejorar en gran medida el bienestar de una comunidad al mejorar la condición física de los participantes y ayudarlos a estar al tanto de los problemas actuales que definen la sociedad en la que viven.

#### **5 palabras clave:**

Actividad física, Actividad cognitiva, Debate, aprendizaje semipresencial, envejecimiento activo.

#### **Posibles herramientas de formación, material, recursos a utilizar (folleto, roll-up, etc.):**

Redes sociales, páginas web, videos, folletos.

[Escriba aquí]

**Posibilidades de difusión del método:**

Comunidad de Facebook, redes sociales, correo electrónico, Internet.