

UNIVERSITAT DE BARCELONA
INSTITUT NACIONAL D'EDUCACIÓ FÍSICA DE CATALUNYA

**L'ACTIVITAT ESPORTIVA EN EL MEDI NATURAL:
L'ESQUÍ NÒRDIC A CATALUNYA**

FELIU FUNOLLET

III PART DE CONCLUSIONS, LÍMITS I PROPOSTES

4. CONCLUSIONS

4.1. PART CONCEPTUAL

Des de la perspectiva que el medi natural condiciona l'activitat esportiva, es pot concloure:

- Que la preocupació pel deteriorament del medi natural s'ha d'integrar a cada àrea de coneixement i s'ha de desenvolupar la part de continguts que els hi sigui pròpia. Per això, cada professional, des del seu àmbit específic d'actuació, ha d'incorporar aquests continguts i ser conseqüent amb la seva aplicació, i cada esport i els seus professionals han de fer el mateix.
- Que els termes *aventura* i *risc* són inapropiats per a referir-se al conjunt d'activitats esportives que es fan en el medi natural, doncs, el que caracteritza al conjunt d'activitats esportives que es fan en aquest medi, és la contingència o possibilitat permanent de canvi, fonamentalment deguda als elements meteorològics.
- Que tots els factors que puguin determinar un risc, es transformen en seguretat només donant-los a conèixer, explicant perquè pot produir-se el canvi i quines alternatives s'hi poden oposar.
- Que la tecnologia emprada per fer l'activitat esportiva en el medi natural és àmplia i sofisticada i la massificació pot agreujar la problemàtica ambiental. Ara bé, aquesta activitat esportiva, convenientment dirigida, també pot contribuir a que tots els sectors implicats en la fabricació de productes esportius, apliquin criteris per a protegir el medi natural, doncs si els professionals implicats en són conscients, poden condicionar la utilització i la compra dels equips i materials de les diferents marques, en funció de si les tecnologies emprades en la producció de cada una d'elles són respectuoses amb el medi natural.

Des de la perspectiva que l'activitat deportiva ha d'integrar el medi natural, es pot dir:

- Que els tres elements constitutius de l'activitat esportiva en el medi natural (medi, practicant i tecnologia) permeten explicar de forma senzilla el més significatiu d'aquesta activitat, reflexionar sobre ella i extreure'n conseqüències.
- Que quan es fa activitat esportiva en el medi natural, es tendeix a actuar com si s'estigués a la ciutat, és a dir, en un medi artificial, i aquesta actitud s'ha de reeducar fent reflexionar al respecte.

- Que quan s'analitza l'activitat esportiva en el medi natural s'utilitza com a referent la que habitualment es fa en el medi artificial, i això dificulta la seva interpretació.
- Que la concepció antropocèntrica de l'univers ha de donar pas a una nova visió biocèntrica, que dugui a uns models socials d'explotació de recursos més sostenible. Cal accelerar el canvi i reforçar-lo amb una educació que integri el respecte a la vida i a les diferències, i es basi fonamentalment en la tolerància i l'encarrilament de l'agressivitat.
- Que l'educació ambiental per si sola no té sentit, cal integrar-la a totes les àrees de coneixement, i en el àmbit de l'educació físico-esportiva cal integrar-la als continguts de les activitats deportives que es facin en el medi natural. Els sistemes educatius actuals han de tendir a integrar l'individu en el seu entorn natural des d'una perspectiva global. S'ha d'aprofitar l'interès creixent per l'activitat deportiva en el medi natural, com a element motivador d'una educació ambiental integrada als continguts de l'ensenyament deportiu.
- Que el conjunt d'activitats deportives en el medi natural podrien denominar-se simplement, activitats deportives.
- Que l'ensenyament deportiu en el medi natural ha d'ésser un plantejament interdisciplinar, una vivència teòrico-pràctica que integri: entorn, individus, màquines, tècniques, tecnologies i coneixements teòrics.
- Que tots els ensenyaments deportius en el medi natural, haurien d'estar orientats per aconseguir l'autonomia de l'aprenent, el més aviat possible.
- Que l'ensenyament de cada deport hauria de tenir estructurat el seu propi escenari conceptual.
- Que l'ensenyant deportiu en el medi natural, ha de conèixer el context on s'han de produir els aprenentatges i tenir-lo ordenat per poder-ho utilitzar adientment, ha de saber els canvis que poden produir-se en l'aprenent per tal de poder incidir-hi idòniament, i ha de ser capaç de situar esquemàticament l'aprenent dintre del procés que seguirà per aprendre.
- Que l'ensenyant deportiu en el medi natural, ha de ser capaç d'utilitzar els conceptes com a sistema perquè l'aprenent aprengui a aprendre i perquè aconsegueixi la seva autonomia.

4.2. PART EMPÍRICA

4.2.1. SOBRE L'USUARI, L'APRENT, L'ENSENYANT I L'ENSENYAMENT

L'usuari

- **El 20% d'usuaris té més de 40 anys.** Quasi el 20% d'usuaris amb més de 40 anys contrasta amb l'absència d'aquest estrat de població entre els aprenents. Possiblement es tracti d'acompanyants que esquien ocasionalment o d'esquiadors veterans.
- **El seu nivell cultural és alt.** Es continua confirmant que el nivell cultural dels practicants de l'esquí nòrdic és alt.
- **Prefereix la pràctica recreativa/familiar sobre la competitiva.** Des d'aquesta perspectiva els equipaments haurien d'adaptar-se a aquest tipus de demanda.
- **Considera que l'entorn natural és fonamental per poder practicar i gaudir.** Es confirma la importància de l'entorn natural per a practicar l'esquí nòrdic, i es constata la necessitat de promocionar una política de conservació que atregui i motivi a l'usuari.
- **Valora molt positivament la conservació del conjunt arquitectònic de les poblacions de muntanya.** Aquest fet podria contribuir a augmentar una població practicant culta i respectuosa amb l'entorn natural i social.
- **Prefereix que els serveis siguin funcionals i dona molt poc valor a les discoteques.** Però mostra una tendència a considerar insuficients els espais de l'edifici de serveis i detecta mancances de wc, neteja, guarda-roba, sales, vestidors.
- **Valora molt positivament el tracte que rep del llogater del material i la seva rapidesa en servir.** Per aquest motiu caldria conservar aquest servei i mirar d'optimitzar els diferents recursos humans de l'estació.
- **Valora molt positivament l'escola d'esquí.** L'usuari sobrevalora l'escola d'esquí. Aquest fet pot ser positiu per a ell ja que estarà molt motivat, però per a l'escola, a la llarga se li pot girar en contra, ja que els professors poden deixar d'esforçar-se per a millorar com a ensenyants.
- **La majoria d'usuaris s'han iniciat a Tuixent i ho han fet mitjançant els amics.** Tuixent, tot i essent una estació amb unes condicions no massa favorables, és l'estació més reconeguda i que té més afluència d'usuaris. El "boca a boca" ha estat en aquest cas un dels grans responsables que l'estació sigui coneguda i ben valorada.

L'aprenent

- **No hi ha aprenents de més de 40 anys.** Sembla com si a partir dels 40 anys es consideri que ja no es pot aprendre l'esquí nòrdic, i en canvi, no té límits d'edat, ni per la seva pràctica, ni pel seu aprenentatge. De totes maneres, si es mira l'enquesta als usuaris generals de l'estació (E1), s'observarà que hi ha un 19.8% de població per sobre dels 40 anys. Pot ser que es tracti d'acompanyants que esquien ocasionalment o esquiadors veterans.
- **Els aprenents adults tenen un nivell cultural alt.** El nivell cultural alt dels practicants podria ajudar a marcar el desenvolupament sostenible de l'activitat.
- **Sobrevaloren la labor de l'ensenyant.** Deixar que l'aprenent continuï sobrevalorant l'ensenyant és afavorir ensenyants incapaços per aprendre i millorar. Les escoles d'esquí haurien de fomentar polítiques que incitin els aprenents a ésser més crítics.
- **Detecten la dispersió de criteris entre els ensenyants.** La unificació de criteris entre totes les escoles és fonamental per facilitar els processos d'aprenentatge dels aprenents, i també per a ordenar i contrastar els ensenyaments dels propis ensenyants.
- **L'aprenent se sent globalment satisfet.** En les preguntes obertes responen que han millorat els seus coneixements, que es consideren molt satisfets, que s'ho han passat bé i que han après.

L'ensenyant

- **La majoria d'ensenyants no tenen títol.** S'ha comprovat que s'imparteixen classes sense titulació. D'un total de 22 professors de les escoles catalanes, 16 no tenen cap titulació. Aquests ensenyants provenen bàsicament del món de la competició o de la pràctica recreativa.
- **Els que tenen títol no han rebut una formació normalitzada.** Els 6 professors restants, tot i que disposen d'una titulació que els diferencia dels altres ensenyants, continuen presentant deficiències didàctiques.
- **No fan cap selecció per entrar a formar part de l'escola d'esquí.** Els criteris per entrar a formar part de l'escola són: ésser de la comarca o zona propera a l'estació, amestat amb algú de l'estació, o simplement tenir disponibilitat.
- **Els ensenyants no segueixen cap programa d'ensenyament, i les escoles, o no tenen programa, o no controlen la seva aplicació.** Aquest és un conflicte complex, com a conseqüència lògica de les conclusions anteriors i de la problemàtica implicada.

- **Alguns tenen molta experiència, però en general la seva formació pedagògica és baixa.** El context facilita aquesta situació i evita l'evolució professional dels ensenyants.
- **No tenen una opinió formada sobre com han d'ésser els serveis.** Això pot fer que qualsevol canvi, adaptació o creació d'un nou servei, es faci en funció d'un criteri passatger o oportunista, o que simplement no es faci.
- **No tenen una opinió formada sobre els espais de pràctica.** La manca de formació d'opinió, en aquest aspecte, afavoreix interferències i insatisfaccions que poden perjudicar l'evolució positiva de l'estació.

L'ensenyament

- **Les classes s'improvisen i es fan sense preparar.** Aquest fet facilita la pèrdua de temps de pràctica, transmissió d'errors i avorriments a les classes.
- **Es produeixen interferències entre els aprenents i els usuaris.** El fet de coincidir a les mateixes pistes aprenents, que estan assistint a una classe, i usuaris, que entrenen pel seu compte, produeix interferències importants entre uns i altres, dels quals els més perjudicats són els aprenents.
- **No s'aprofita prou el temps de pràctica.** Durant un 40% del total de la sessió l'aprenent està pràcticament inactiu.
- **S'utilitzen poc les tasques d'adaptació al medi i al material.** La fase de familiarització amb el medi i el material és molt pobre i es passa a ensenyar directament el pas alternatiu.
- **No existeixen criteris unificats alhora d'explicar les tècniques bàsiques.** Hi ha sessions en les que no s'explica el més bàsic i quan es fa, hi ha diferències molt significatives entre els diferents professors.

4.2.2. VISIÓ DE CONJUNT I EXTRACCIÓ DE CONSEQÜÈNCIES

Fins ara s'han exposat per separat les conclusions en els àmbits pertinents a l'aprenent, l'usuari, l'ensenyant i l'ensenyament. Hi mancava per tant una visió global del conjunt dels àmbits implicats. Aquesta és la finalitat del present apartat.

En la figura 4/1, i en sentit vertical, s'exposa un recull de les conclusions més significatives que s'han exposat en els quatre àmbits tractats, i en sentit horitzontal s'agrupen les diferents relacions que s'estableixen per tal de situar el lector alhora d'extreure'n les conseqüències.

	USUARIS (E1)	APRENENTS (E2)	ENSENYANTS (E3)	ENSENYAMENT (V)
A	<ul style="list-style-type: none"> El 20% tenen més de 40 anys. 	<ul style="list-style-type: none"> De més de 40 anys no n'hi ha. 		
B	<ul style="list-style-type: none"> Els seu nivell cultural és alt. Prefereixen la pràctica recreativa/familiar sobre la competitiva. 	<ul style="list-style-type: none"> Els adults tenen un nivell cultural alt. 		
C	<ul style="list-style-type: none"> Consideren que l'entorn natural és fonamental per poder practicar i gaudir. Valoren molt positivament la conservació del conjunt arquitectònic de les poblacions de muntanya. Prefereixen que els serveis siguin funcionals i donen molt poc valor a les discoteques. Valoren molt positivament el tracte que reben del llogater del material i la seva rapidesa en servir. 		<ul style="list-style-type: none"> No tenen una opinió formada sobre com han d'ésser els serveis. No tenen una opinió formada sobre els espais de pràctica. 	<ul style="list-style-type: none"> Es produeixen interferències entre els aprenents i els usuaris.
D	<ul style="list-style-type: none"> Valoren molt positivament l'escola d'esquí. 	<ul style="list-style-type: none"> Sobrevaloren la labor de l'ensenyant. Existeix una gran dispersió de criteris entre els ensenyants. Se senten globalment satisfets. 	<ul style="list-style-type: none"> La majoria no tenen títol. Els que tenen títol no han rebut una formació normalitzada. No fan cap tipus de selecció per entrar a formar part de l'escola. No segueixen cap mena de programa d'ensenyament, i les escoles o no tenen programa o no controlen la seva aplicació. Alguns tenen molta experiència, però en general la seva formació pedagògica és baixa. 	<ul style="list-style-type: none"> Les classes s'improvisen i es fan sense preparar. No s'aprofita prou el temps de pràctica. S'utilitzen poc les tasques d'adaptació al medi i al material. No existeixen uns criteris unificats en el moment d'explicar les tècniques bàsiques.
E	<ul style="list-style-type: none"> Se senten globalment satisfets. 	<ul style="list-style-type: none"> Se senten globalment satisfets. 	<ul style="list-style-type: none"> No tenen una opinió formada sobre els espais de pràctica. 	<ul style="list-style-type: none"> Es produeixen interferències entre els aprenents i els usuaris.
F	<ul style="list-style-type: none"> La majoria d'usuaris s'han iniciat a Tuixent i ho han fet mitjançant els amics. 			

Figura 4/1

Recull i interrelacions de conclusions més significatives

A. SOBRE L'EDAT DELS PRACTICANTS

- El 20% d'usuaris amb més de 40 anys contrasta amb l'absència d'aquest sector de població entre els aprenents. Possiblement es tracti d'acompanyants que esquien ocasionalment i/o d'esquiadors veterans.
- Sembla com si a partir dels 40 anys es considerés que ja no es pot aprendre l'esquí nòrdic, i en canvi no és així, doncs no hi ha límits d'edat per la seva pràctica ni pel seu aprenentatge. Quan s'han fet classes per a la tercera edat, els participants han après i s'ho han passat d'allò més bé.
- S'hauria d'esbrinar perquè els majors de 40 anys no utilitzen els serveis de l'escola d'esquí, ja que aquesta població representa el potencial amb més poder adquisitiu, i, a més a més, s'ha de tenir present, que la gent que ara té més de 40 anys és la que no va poder gaudir a la seva joventut de les possibilitats de fer esquí nòrdic, tant per la manca de recursos econòmics com perquè no existien les facilitats amb que pot fer-se ara.

B. SOBRE EL NIVELL CULTURAL DELS PRACTICANTS

- Es confirma el factor diferencial del nivell cultural alt entre els practicants de l'esquí nòrdic, tant a l'àmbit de l'usuari com de l'aprenent. Convenientment utilitzat, aquest factor diferencial podria ajudar a marcar el desenvolupament sostenible de l'activitat. Per una banda, al nostre país els espais per aquesta pràctica són limitats i, per l'altra, comença a haver-hi saturació en algunes estacions. Molts enquestats han manifestat el seu enuig per les deixalles observades a les pistes. Algunes poden ser restes degudes a alguns incivilitzats de l'estiu, però evidentment altres pertanyen a practicants inconscients del problema. Anunciar que els practicants d'esquí nòrdic tenen un bon nivell cultural i de civisme, junt a espots publicitaris demanant canvis de conducta concrets, podria incitar a comportaments exemplars per mantenir l'estatus.
- Considerant la preferència per la pràctica recreativa/familiar, la preferència per la funcionalitat dels serveis, la tendència a considerar insuficients els espais de l'edifici de serveis, i que s'hi detecten mancances, tenint en compte el nivell cultural alt dels practicants i preveient, per tant, les seves possibles reivindicacions qualitatives, caldria que les estacions fessin estudis de remodelació per adaptar millor els serveis, els espais de pràctica i les competicions populars, a les preferències de la població que els ha d'utilitzar, i, a més, fer un control periòdic del seu grau de satisfacció.

C. SOBRE L'ENTORN NATURAL I ELS SERVEIS EN GENERAL

- Considerant la importància que es dóna a l'entorn natural per poder practicar i gaudir, caldria endegar una política de conservació que, a més a més, atragui i motivi els usuaris. Aquesta política podria interrelacionar accions de conservació de l'entorn amb les de formació de l'usuari, tendents a fer canviar les conductes i actituds dels mateixos en contra del medi. S'ha detectat que l'usuari comença a percebre l'entorn brut i la massificació, i que bastants demanen papereres, i això indica que no són conscients que s'han d'emportar les deixalles a casa.
- Considerant la importància que es dóna a la conservació del conjunt arquitectònic de pobles de muntanya: conservar, ressaltar i exaltar el patrimoni cultural, artístic i natural, podria contribuir a augmentar una població practicant culta i respectuosa amb l'entorn natural i social.
- Considerant la valoració molt positiva que es fa del tracte del llogater i del personal dels serveis: caldria conservar, i si es pot millorar, els recursos humans de tots els implicats a l'estació.
- Els ensenyants, en no tenir una opinió formada de com han d'ésser els serveis, fa que qualsevol canvi, adaptació o creació d'un nou servei, o simplement no fer-lo, es faci més en funció d'un criteri passatger, oportunista o per deixadesa. Per exemple, es mostra una tendència a considerar insuficients els espais de l'edifici de serveis i es detecten mancances de wc, neteja, guarda-roba, sales i vestidors, i si això no es soluciona adientment afectarà negativament al conjunt de l'estació.
- Tanmateix, diferenciar els espais dels aprenents per tal de facilitar els processos d'aprenentatge, dels espais dels usuaris per facilitar la pràctica de les tècniques apreses i la satisfacció de les diferents motivacions, és fonamental per atreure els usuaris i evitar interferències entre ells. La manca de formació d'opinió dels ensenyants, en aquest aspecte, afavoreix interferències i insatisfaccions que poden perjudicar l'evolució positiva de l'estació. S'ha pogut observar en una ocasió com un grup d'usuaris passa pel mig d'una classe i la transformen en un joc de bitlles, i en altres com els ensenyants conversaven amb algun amic mentre deixaven abandonats els seus aprenents.

D. SOBRE EL SERVEI DE L'ESCOLA D'ESQUÍ

- Deixar que l'aprenent continuï sobrevalorant l'ensenyant és afavorir ensenyants incapaços per aprendre i millorar. Les escoles d'esquí haurien de fomentar polítiques que incitin els aprenents a ésser més crítics. A les preguntes obertes, els aprenents responen que han millorat els seus coneixements, que es consideren molt satisfets i que s'ho han passat bé i han après.
- Considerant la valoració alta que es fa de l'escola d'esquí, lligada a la sobrevaloració excessiva que es fa dels seus professors i, tenint en compte que el sistema afavoreix actituds i accions errònies dels ensenyants i dificulta el seu millorament, caldria conscienciar a tots els ensenyants sobre aquesta problemàtica i sobre el parany que pot suposar no solucionar-la.
- La unificació de criteris entre totes les escoles és fonamental per facilitar els processos d'aprenentatge dels aprenents, i també per a ordenar i contrastar els ensenyaments dels propis ensenyants.
- Les estacions d'esquí nòrdic s'han potenciat per revitalitzar algunes zones deprimides del món rural. Existeix la intencionalitat que els joves d'aquestes poblacions s'impliquin en el món de l'esquí i s'ha potenciat que aquests mateixos constitueixin les escoles d'esquí. A conseqüència, la majoria d'ensenyants no tenen un títol. Això no tindria més importància si existís una estructura organitzativa de l'estació, amb una programació dels ensenyaments i activitats, que permetessin evolucionar el sistema eficientment. Si els pocs que tenen títol han rebut una formació diferent, vol dir que el sistema formatiu no ha tingut en compte el que s'ha dit abans, i no els ha dotat de recursos per poder fer la tasca de dinamitzar l'ensenyament a cada centre i unificar els seus criteris.
- Encara que es pugui estar d'acord amb la conveniència que els joves de les poblacions properes a cada estació s'impliquin a l'escola d'esquí, no fer cap tipus de selecció, o exigència prèvia a l'exercici professional, és perdre l'oportunitat de seleccionar els que mostrin aptituds i actituds més apropiades per assegurar un sistema capaç d'evolucionar per si sol, i desaprofitar el moment idoni per a forçar canvis en el futur ensenyant.
- El context facilita aquesta situació i evita l'evolució professional dels ensenyants. És una conseqüència lògica de les conclusions anteriors i de les seves problemàtiques implicades, que planteja un conflicte complex. Aquest fet facilita la pèrdua de temps de pràctica i de feed-back, la pobre variació en la presentació de les tasques, les demostracions incompletes o errònies, les explicacions excessives i diferents entre un professor i un altre, fan que l'aprenent rebi i assimili amb dificultat el més bàsic i elemental.
- El temps de pràctica només representa el 60% del temps de la sessió i les tasques fonamentalment són individuals. L'estil d'ensenyament quasi sempre és el comandament directe. Tot plegat afavoreix que hi hagi masses moments de

pausa, en els que l'aprenent o només observa o està per altres coses que li distorsionen l'aprenentatge

- Fonamentalment es passa a ensenyar directament el pas alternatiu com una tècnica a aprendre. No s'utilitzen els conceptes que permeten fer l'aprenent autònom. Es fan servir poc els recursos de lliscar només amb un esquí i de moure's sense bastons. Hi ha sessions en les que no s'explica la posició fonamental. A més a més, la pròpia posició fonamental, el pas alternatiu i la cunya, cada professor l'explica a la seva manera.

E. SOBRE LA DIFERENCIACIÓ DELS ESPAIS DE PRÀCTICA

- A les preguntes obertes, els aprenents manifesten que han millorat els seus coneixements, que es consideren molt satisfets i que s'ho han passat bé i han après. En la mateixa línia també es manifesten igualment satisfets els usuaris. Com ja s'ha dit, s'ha observat com un grup d'usuaris passava pel mig d'una classe i com els ensenyants conversaven amb algun amic i perdien de vista els seus aprenents.
- Ja s'ha exposat, que és fonamental per atreure els usuaris i evitar interferències entre ells, diferenciar els espais dels aprenents i dels usuaris. Això permet, a més de facilitar els processos d'aprenentatge i la pràctica lliure de les tècniques apreses a classe, que cada tipus d'usuari pugui satisfer les diferents motivacions que l'han portat a les pistes.
- També s'ha dit que els ensenyants, al no tenir una opinió formada sobre la importància de diferenciar els espais d'aprenentatge, afavoreixen interferències i insatisfaccions que poden perjudicar l'evolució positiva de l'estació.

F. SOBRE COM S'INICIEN ELS USUARIS

- La majoria ha conegut l'esquí nòrdic mitjançant els amics, d'aquí que caldria ressaltar la importància del "boca a boca" de cara a la promoció. Si es considera que la majoria d'usuaris s'han iniciat a Tuixent; que aquesta és l'última estació que es va incorporar per a oferir l'esquí nòrdic, que és l'estació menys dotada d'espai natural, tant quantitativament com qualitativa, i que a Tuixent s'estan detectant deficiències i es comença a parlar de massificació, s'hauria de pensar com pot afectar tot això en el futur desenvolupament de l'estació, si es té en compte la importància del "boca a boca".

4.3. LÍMITS I PROPOSTES DE FUTUR

Límits

Tal com ja s'apuntava a l'inici de la part empírica, la limitació més gran amb que s'ha topat la tesi ha estat la reorientació dels seus orígens. Això ha estat una rèmora que s'ha arrossegat fins el final, que ha fet invertir-hi temps amb excés i de vegades ha fet pensar en el seu abandonament. Però, també és cert que tot aquest excés de temps hi és, i s'ha invertit en fer reflexions i propostes que d'altra forma no hi serien, doncs ha permès recollir aspectes que formen part de la mateixa evolució del doctorant, sobre l'activitat deportiva en el medi natural durant aquest dilatat període.

Un altra limitació són els anys que han transcorregut des que va fer-se el treball de camp. Deu anys són molts, per això es va plantejar de tornar a passar les enquestes, filmar les classes i veure l'evolució, però l'esforç econòmic és del tot impossible.

Propostes de futur

1. Preparar un programa d'ensenyament. Si es vol que tots els ensenyants d'esquí nòrdic segueixin una mateixa línia d'ensenyament, cal que entre les escoles d'esquí preparin un programa amb: els conceptes, les explicacions tècniques i les progressions d'exercicis, unificat amb els criteris de tots els professors. Es proposa l'estructura de *l'escenari conceptual* presentat a l'apartat "2.4.2.2" i que recull la figura 2/11.
2. Limitar els objectius i cercar-ne només un o dos en cada sessió. S'hauria de disposar de sessions preparades en funció del tipus d'aprenent (edat, nivell, condició física, etc) i dels objectius que es volguessin assolir. També s'haurien d'introduir els estils d'ensenyament que potenciïn la pràctica simultània de tots els aprenents del mateix grup-classe.

3. Augmentar el temps de pràctica. Si els ensenyants centren la seva labor en espais didàctics específics adaptats a aquest fi, s'augmentarà el temps de pràctica i es millorarà l'atenció dels aprenents, i s'eliminarà el temps perdut i les interferències produïdes pels usuaris.
4. Millorar la qualitat de la informació que es dóna a l'aprenent. Fer explicacions breus, parlant i fent les demostracions a prop i des de diferents angles. Corregir tant individualment com grupalment, informant al final de la classe de com ha anat la sessió i del nivell assolit.
5. Introduir continguts d'educació ambiental. Tant els ensenyants en les seves sessions, com el conjunt de l'estació en la seva gestió, han d'introduir continguts d'educació ambiental (cartells, actuació, neteja, recollida selectiva, reforestació de talussos, etc.). Cal aprofitar el nivell cultural alt dels usuaris per a millorar la imatge de l'estació i d'aquest esport.
6. Atendre preferentment la demanda recreativa i familiar, que és la predominant de les estacions, amb curses i activitats ingenioses, creatives i divertides.
7. Diferenciar espais de pràctica i adequar-los. D'aquesta manera s'evitaran interferències entre els diferents usuaris, es facilitarà l'autonomia de l'aprenent i les escoles podran oferir un servei més enllà de les classes presencials. Resta pendent per a desenvolupar i presentar a les escoles d'esquí nòrdic, un avantprojecte que va fer-se quan es volia analitzar la *qualitat d'ensenyament de l'esquí nòrdic a Tuixent*.
8. Utilitzar els conceptes per ensenyar les habilitats i les tècniques de l'esquí nòrdic. Això ajudarà a ordenar la labor de l'ensenyant i facilitarà l'autonomia de l'aprenent per a aprendre a aprendre.
9. Contrastar amb l'actualitat el que es va detectar fa 10 anys. Ja s'ha esmentat, en comentar els límits de la tesi, que intentar contrastar-ho en conjunt actualment és econòmicament inviable, però continua essent un repte fer-ho per parts.