

**PROGRAMA DE ACTIVIDADES
CAMPAMENTO JUVENIL**



**PROGRAMA INDIVIDUALIZADO
DE LA ACTIVIDAD**

INSTALACION/ ACTIVIDAD	COMPLEJO TURISTICO LA FUENTE
ACTIVIDAD	CAMPAMENTO 3 días
FECHAS	Por determinar (Entre Mayo y Junio)

1.- OBJETOS GENERALES Y ESPECIFICOS QUE SE PRETENDEN LOGRAR:

1.1.- Objetivos Generales:

1. Fomentar el conocimiento y conservación del medio natural más próximo de la comunidad autónoma de Castilla – La Mancha, dando a conocer las posibilidades de ocio y tiempo libre que este nos ofrece.
2. Conocer a través de la práctica las actividades de multiaventura como alternativa saludable de disfrute del tiempo libre en el entorno natural.
3. Educar de forma significativa a través de los juegos y actividades de animación en el entorno natural transmitiendo actitudes y valores positivos para la formación del niño /joven.
4. Favorecer las relaciones interpersonales y el desarrollo individual del niño en un contexto no formal de la educación, valiéndonos de una convivencia participativa y saludable.

1.2.- Objetivos específicos:

- a. Conocer la fauna y flora de la zona de la comarca de la Manchuela, así como apreciar las diferencias ecológicas existentes en Castilla - La Mancha a través de experiencias positivas de contacto con el entorno natural más inmediato empleando los recursos disponibles.
- b. Desarrollar una conciencia de respeto y protección del medio a través del aprovechamiento del entorno como alternativa de ocio de nuestro tiempo libre, dando a conocer mediante actividades ecológicas y ambientales los recursos, necesidades y peligros que afectan al medio ambiente.
- c. Desarrollar en todos sus ámbitos el concepto de senderismo dando a conocer distintos tipos de marcha, así como diversas técnicas de acampada y orientación (sus variantes) y rastreo, para la posterior aplicación en el entorno natural y rural más inmediato..

- d. Ofrecer la práctica de tiro con arco como una alternativa más dentro de las actividades de multiaventura. (Iniciación al tiro con arco).
- e. Iniciar a los acampados en la disciplina de la BTT, conociendo su manejo por terrenos abruptos respetando la naturaleza
- f. Ofrecer diferentes actividades de animación, de forma lúdica y distendida, como una posibilidad más para interrelacionarse con el medio natural y social.
- g. Transmitir a lo largo de toda la actividad actitudes positivas para un buen desarrollo psicosocial del niño / joven.
- h. Inculcar hábitos, normas y valores desde el punto de vista social, higiénico y alimenticio con el fin de generar el desarrollo integral del niño.
- i. Favorecer las relaciones interpersonales a través del trabajo en equipo, sin olvidar la importancia del trabajo individual, para la consecución de un objetivo común al grupo.
- j. Iniciar a los acampados, mediante la práctica, en diferentes técnicas franqueamiento conociendo y empleando los materiales y técnicas necesarias.

1.3.- Medios para la consecución de los objetivos:

Los principales medios con los que contamos para el desarrollo de la actividad, y por consiguiente la consecución de los objetivos establecidos son:

- **Humanos:** referidos principalmente al equipo de trabajo, constituido por 4 monitores de actividades juveniles y 1 director de actividades juveniles, con el fin de desarrollar con éxito la programación establecida para la actividad así como la consecución de los objetivos planteados en el proyecto.
- **Entorno:** Casas de Ves se encuentra en un entorno privilegiado, donde se alternan bosque mediterráneo y vegetación de alta montaña. Esta zona se encuentra incluida en la Red de Áreas Protegidas de Castilla-La Mancha, ya que muy próximas a este municipio encontramos zonas declaradas LIC y ZEPAS como la hoz del Río Júcar y el río Cabriel, considerado el río más limpio de España.
- **Instalaciones:** Las instalaciones cuentan con todas las comodidades necesarias para un correcto desarrollo de las actividades. Está dotado de tres cabañas de madera con una capacidad de 8 pax, y 4 apartamentos con capacidad para otras 8 pax cada uno. En el edificio anexo se encuentran ubicados los aseos y duchas. Además cuenta con un aula de formación y pistas deportivas de fútbol, baloncesto y tenis.
La comidas y las cenas son tipo buffet, con varios primeros, segundos y postres a elegir, elaborados por cocineros experimentados y con una dieta variada y rica. Además se dispone de menús especiales para vegetarianos, celíacos e intolerantes a la lactosa.
- **Grupo:** los niños son los protagonistas en todo momento y por ello la principal atención debe recaer sobre ellos. Los participantes en sí mismo van a formar el grupo con el que se desarrollan las actividades para la consecución del proyecto. La edad de los niños estará comprendida entre los 11 y 12 años, siendo el número total de participantes de 50. Dependiendo de la actividad el grupo general se dividirá en otros grupos más pequeños para que sea más operativo así como la asignación del monitor referente también llevará una división del grupo general. Dichas divisiones no quitan que se realicen actividades conjuntas como la gymkhana por los diferentes grupos.

- **Materiales:** Los materiales utilizados por Ambientanet para el desarrollo de las actividades está perfectamente homologado y en buen estado.
- **Actividades:** las diversas actividades a desarrollar se pueden englobar en tres campos bien diferenciados y con la posibilidad de ser interrelacionados, tales como son aire libre, medio ambiente y ecología y multiaventura, junto a diversas actividades de animación, juegos y predeportes. La mayoría de actividades van a estar centradas en aspectos medio ambientales y multiaventura.

2.- METODOLOGIA EMPLEADA Y ORGANIZACION DE LA ACTIVIDAD:

La principal pauta metodológica sobre la que se va a guiar la actividad se debe centrar en la **comunicación** activa y recíproca, por un lado señalamos la comunicación del equipo de trabajo hacía el grupo de niños así como por otro lado la comunicación que debe tener el grupo hacía el equipo de trabajo para poder actuar en consecuencia. Reseñar que la comunicación no debe ser vista y analizada sólo desde una perspectiva verbal, sino que se debe tener en cuenta los diversos tipos de comunicación existentes, ya que consideramos que la comunicación está estrictamente relacionada con las pautas de actuación del equipo de trabajo.

A través de esta comunicación se intentará conseguir un **aprendizaje significativo**, empezando desde la experiencia vivencial positiva para llegar al concepto, partiendo pues de una base simple para poder llegar a lo complejo en la medida de lo posible en función de las capacidades de los participantes. Nos serviremos de la **asignación de tareas y la resolución de problemas** por parte del niño para conseguir dicho aprendizaje además de darle un protagonismo individual a su aprendizaje.

La vía principal para llegar a conseguir dicho aprendizaje será el **trabajo en grupo**, que además de favorecer la socialización e integración y otras actitudes tales como cooperación, habilidades sociales, compañerismo, solidaridad...facilita la adquisición de los contenidos establecidos para la consecución de los objetivos planteados. Reseñar también que para el buen funcionamiento de dicho trabajo se debe fomentar la idea de que el grupo es importante y que para ello se ha de tener un objetivo común a perseguir, que debe ser el disfrute máximo de la actividad, anteponiendo los intereses grupales a los individuales pero no por ello dejar de atender y satisfacer las demandas individuales de cada participante. De esta forma, con el trabajo en grupo se pretende alcanzar el ideal de unidad funcional como aspecto principal del desarrollo de la diversidad de actividades del campamento. Resaltar que la totalidad de las actividades serán enfocadas desde una perspectiva de gran grupo (diferenciando 2 grandes grupos, uno de pequeño y otro de mayores) pero no por ello descartar la creación de pequeños subgrupos para el mejor desarrollo de alguna actividad determinada, si esta lo requiere.

Esta idea será transmitida por parte del equipo de trabajo a través de la participación activa en las actividades, sirviendo de ejemplo para los participantes a lo largo del campamento y cumpliendo la función de **educadores no formales** que todo monitor debe tener presente y llevar a cabo a la hora de desempeñar su trabajo. De esta forma el monitor es el elemento de referencia para conseguir un **descubrimiento guiado**, ya que será éste el encargado iniciar, realizar un seguimiento (interviniendo cuando sea necesario) y evaluar el proceso de enseñanza aprendizaje del niño, dando libertad para su desarrollo natural pero sin faltar a la función formativa del monitor.

Dicho equipo de trabajo debe utilizar una **comunicación total** entre todos los miembros, monitores y director, para el buen funcionamiento de la actividad; sin ella no se podría llevar a cabo ninguno de las diferentes e importantes funciones de los miembros del equipo. Con todo la comunicación debe ser constante y fluida utilizando esta como medio básico en el trabajo del día a día, resolviendo conflictos, aclarando ideas, aportando experiencias, estableciendo nuevas aportaciones, informando de todo a todos utilizando para ello las **reuniones evaluativas** de final de día.

Por otro lado la **motivación** del equipo de trabajo debe ser constante y máxima, siendo responsabilidad principal del director el mantener en alza dicha motivación de cada uno de los monitores que componen su equipo de trabajo. De esta forma el director podrá utilizar diferentes técnicas para que dicha motivación sea la máxima posible en todas las fases del campamento.

El **objetivo** principal de la actividad que debe conseguir el equipo de trabajo, el disfrute de todos y cada uno de los miembros participantes en la actividad, debe ser perseguido a corto, medio y largo plazo sin anteponer objetivos individuales a la consecución de una meta global. No por ello se debe desatender las necesidades individuales de cada miembro de dicho equipo de trabajo, ofreciendo y recibiendo apoyo profesional y personal entre los mismos.

Tener en cuenta que para un desarrollo eficaz del trabajo en grupo por parte del equipo de monitores y director el reparto de tareas y responsabilidades es una técnica muy útil, debiendo ser dicho reparto realizado de la forma más objetiva e igualitaria o equitativa posible, estableciendo **sistemas de rotación** para evitar la sobrecarga de los monitores, para

que todos sean capaces de desarrollar una tarea necesaria para el buen desarrollo del campamento y que no por esto deban encasillarse en un rol concreto.

Decir también que aunque las **tareas y responsabilidades** van a estar diferenciadas, y que la forma individual de trabajar de cada monitor sea diferente, deben existir unas **pautas de actuación comunes** a todos los miembros del equipo de trabajo, las cuales deben ser conocidas, aceptadas y llevadas a la práctica por todos. La referencia principal de estas pautas de actuación se puede englobar en la organización y estructuración fija del grupo a lo largo del campamento, asignando a cada monitor un mismo número de participantes (10 acampados por monitor). De esta forma el monitor debe ser el responsable a lo largo de toda la actividad de cuestiones tales como la alimentación, la higiene personal, la salud, el estado anímico y el proceso de socialización del niño

4.- MODELO DE HORARIO TIPO:

HORA	ACTIVIDAD
8:00	Arriba esos monitores, y 20 flexiones!!!
8:30	Niños arriba, y no, no podéis estar 5 minutos más
9:00	Bieeeeeen, cola-caó!!!
9:30 / 9:45	A ver como tenéis las habitaciones de limpias...
10:00	...y empezamos...a la de una...
11:45	Descanso, palmada y cambio de actividad
13:45	Ale, a lavarse las manos que mira como las llevais!!!
14:00	A comeeeeeeeer....
15:00	Tiempo libre dirigido con el monitor
16:00	Seguimos pasándolo bien...preparados...listos...Ya!
18:00	Merienda y descanso.
18:30	Continuamos con la actividad
20:00	Ale, a ducharnos y a echarnos colonia
21:00	Cena.
21:30	Buzón de campamento y explicación de actividad nocturna.
22:30	Velada
23:30	Buenas noches, y a descansar...
00:00	Silencio.

HORARIOS DE COMIDAS:

9'00 h.= Desayuno 14,00 h.= Comida 18,00 h. =Merienda 21,00 h. =Cena

5.- TEMPORALIZACION DE LAS ACTIVIDADES*:

PROGRAMA DE ACTIVIDADES CAMPAMENTO 3 DÍAS - 2 NOCHES

Programa de actividades para grupo de 50 pax.

ACTIVIDADES:

1ER DIA:

- **MAÑANA:** Llegada a las instalaciones, acomodamiento y reconocimiento de las instalaciones. Juegos.
- **COMIDA:** Tipo buffet, con varios primeros, segundos y postres a elegir
- **TARDE:** Actividades por grupos, 3 grupos
 - GRUPO 1: Iniciación al rapel + Tiro con arco
 - GRUPO 2: Ruta en BTT + Avistaje de aves (Birdwatching) +
 - GRUPO 3: Ruta senderismo +Taller jabones naturales y destilación de esencias
- **CENA**
- **VELADA:** Noche de risoterapia, juegos nocturnos y dinámicas grupales

2º DIA:

- **MAÑANA:** Actividades por grupos, 3 grupos
 - GRUPO 1: Ruta en BTT + Avistaje de aves (Birdwatching)
 - GRUPO 2: Ruta senderismo Interpretativo + Taller jabones naturales y destilación de esencias
 - GRUPO 3: Iniciación al rapel + Tiro con arco
- **COMIDA:** Tipo buffet, con varios primeros, segundos y postres a elegir
- **TARDE:** Actividades por grupos, 3 grupos
 - GRUPO 1: Ruta senderismo Interpretativo + Taller jabones naturales y destilación de esencias
 - GRUPO 2: Iniciación al rapel + Tiro con arco
 - GRUPO 3: Ruta en BTT + Avistaje de aves (Birdwatching)
- **CENA:**
- **VELADA:** Noche del terror .

3er DIA:

- **MAÑANA:** Gran Gymkhana Ambiental por equipos, que incluye:
 - Pruebas de habilidad
 - Pruebas deportivas
 - Pruebas de identificación de huellas y rastros
 - Pruebas de identificación botánica
- **COMIDA:** Tipo buffet, con varios primeros, segundos y postres a elegir
- **TARDE:** Regreso

6.- TIPO DE ACTIVIDAD:

Indicar en un principio que en este apartado dividiremos el tipo de actividad en tres grandes grupos, así los cuatro grandes grupos de actividades los podemos englobar en:

- Actividades de Multiaventura
- Actividades de conocimiento de medio y aire libre.
- Actividades de animación, juegos y predeportes

ACTIVIDADES DE MULTIASENTURA.

*Taller de Senderismo.

- **Objetivo:** Conocer y poner en práctica conceptos como marcha, tipos de marcha, aspectos a tener en cuenta a la hora de realizar una marcha, búsqueda e interpretación de especies.

Dándole carácter de concurso con presentación de conceptos, preguntas, pruebas y juegos los niños adquirirán conocimientos que pondrán en práctica en diferentes actividades del campamento.

*Ruta en BTT con Birdwatching

-**Objetivo:** Utilizando la bicicleta como medio de desplazamiento, y a través de distintos parajes, llegaremos a unas lagunas en las que podremos observar distintos tipos de avifauna y aprenderemos a identificarlos.

*Rapel en pared natural.

-**Objetivo:** Aprender a descender por medio de una cuerda por una pared vertical utilizando los medios homologados para ello, consiguiendo un buen desarrollo de las habilidades motrices y de coordinación.

*Tiro con arco.

- **Objetivo:** Ofrecer el tiro con arco como modalidad deportiva de aventura, bajo unos parámetros de seguridad y disfrute.

Se realizará una explicación inicial para los que sean principiantes en la práctica de este deporte y no conozcan el manejo de un arco. Para ello se les explica como coger

correctamente el arco, como colocar las flechas, los protectores de brazo y la técnica de tiro.

ACTIVIDADES DE CONOCIMIENTO DEL MEDIO y AIRE LIBRE

*Flora y fauna del lugar.

-Objetivo: Conocer y tomar contacto las distintas especies vegetales y animales del entorno más inmediato del campamento.

A través de una observación del entorno los niños podrán comprobar que el medio natural presenta multitud de especies las cuales interactúan y cumplen funciones esenciales en dicho medio, se transmitirán conceptos tales como: red trófica, familias de animales atendiendo a su tipo de alimentación, contaminación ambiental, tipos y necesidades de las plantas; todos estos conceptos serán transmitidos de forma lúdica.

*Sendero de los sentidos.

- Objetivo: Descubrir la riqueza y variedad de elementos naturales utilizando para ello los sentidos en un recorrido concreto.

A través de la ruta de senderismo por los alrededores del campamento, se irá observando y disfrutando del entorno y se recogerán elementos naturales sin alterar ni perjudicar el medio natural, para posteriormente, estudiarlos en el campamento. El sendero de los sentidos es una actividad en la que se pretende que el niño descubra la riqueza y variedad de elementos naturales utilizando para ello el olfato, el oído, la vista, el gusto y el tacto, analizando las diferentes plantas, árboles y elementos naturales que nos encontramos durante la ruta de senderismo.

*Talleres elaboración de jabones naturales y destilación de esencias:

- Objetivo: Descubrir los usos tradicionales y beneficios naturales de las plantas de la comarca de La Manchuela.

Elaboraremos unos protectores labiales totalmente naturales a base de cera de abejas y aceite de almendras con esencias naturales que destilaremos con un alambique y que nos permitirá llevarnos nuestro propio protector labial elaborado a base de productos naturales y en un envoltorio muy peculiar

ACITIVIDADES DE ANIMACIÓN, JUEGOS Y DEPORTIVAS, VELADAS.

*Noche de terror

-Objetivo: desarrollar en los niños la capacidad de interrelacionar hechos para la resolución de un misterio a través de un juego de investigación ambientado de forma misteriosa.

Poniendo la situación de una desaparición en extrañas circunstancias, los niños se meterán en el papel de detectives y a través de distintos datos que les darán los personajes participantes en el misterio (monitores caracterizados) tendrán que encontrar la respuesta al porqué de la situación y si es posible, encontrar al personaje desaparecido.

*Gymkhana final medioambiental .

- Objetivo: Repasar y fijar todos los contenidos teórico-prácticos trabajados a lo largo de la estancia en el campamento.

Con esta gran gymkhana final pretendemos dar un repaso general a todos los aspectos trabajados en el campamento, desde la cabuyería hasta los contenidos más importantes y esenciales de la flora y la fauna del lugar, así como aspectos relacionados con buenas prácticas en materia medioambiental.

*Noche de risoterapia.

-Objetivo: Participar de una forma activa, distendida y lúdica en diferentes dinámicas y juegos en lo que el objetivo principal es reírse.

Para la noche de risoterapia se propondrán una serie de juegos de broma y dinámicas en las cuales los alumnos participarán de una forma activa, buscando conseguir el disfrute, distensión y la risa de los componentes del grupo. Estas dinámicas y juegos deben estar adaptadas a las edades de los participantes, procurando que todas ellas sigan una misma línea, pudiendo utilizar diferentes materiales, música, maquillaje, disfraces...

*Juegos nocturnos.

-Objetivo: Disfrutar mediante una actividad lúdica o gran juego en la naturaleza.

Con los juegos nocturnos se pretende que los acampados disfruten mediante el juego y la relación con el medio ambiente de una actividad donde lo único que importa es pasarlo bien. Estos juegos se desarrollarán en el entorno natural más próximo al campamento. Se

realizarán juegos tales como el ciervo, el diplodocus, las linternas, etc

***Dinámicas grupales.**

-Objetivo: Favorecer la socialización e interrelación de los acampados mediante sencillas dinámicas grupales. Fomentar la autoestima de los participantes.

Estas dinámicas se centran en el desarrollo de una actividad grupal en la que todos los miembros participan de una forma activa en su ejecución. Dichas dinámicas grupales se caracterizan por ser muy positivas en cuanto a los objetivos que se persiguen siempre y cuando la metodología de trabajo sea la correcta. Un ejemplo de estas dinámicas grupales puede ser la denominada como “las manos”, donde en un papel continuo cada acampado dibuja el contorno de su mano, para que así el resto de compañeros puedan escribirle dentro de su mano aspectos positivos hacia su persona.