CAMPAMENTO DE VERANO 2025

DOSSIER DE PROGRAMACIÓN

TROPA ADDAX

Aísa 11-27 julio

MONITORES:

María Plaza
Jorge Urgel
Eduardo Martín
Rut García
Lola Borruey
Berta De Miguel

CAMPAMENTO DE VERANO 2022 0
LISTADO DE ASISTENCIA 2
LISTADO DE ALERGIAS Y MEDICAMENTOS 4
PLANIFICACIÓN GENERAL 6
MATERIAL DE CAMPAMENTO 9
FICHA DE TRAVESÍA 10
FICHAS DE ACTIVIDAD 15
ACTIVIDADES DOMINGO 17 15
ACTIVIDADES LUNES 18 15
ACTIVIDADES MARTES 19 21
ACTIVIDADES MIÉRCOLES 20 24
ACTIVIDADES JUEVES 21 26
ACTIVIDADES VIERNES 22 28
ACTIVIDADES SÁBADO 23 33
ACTIVIDADES MARTES 26 41
ACTIVIDADES MIÉRCOLES 27 – DÍA DE COMPAS 47
ACTIVIDADES JUEVES 28 53
ACTIVIDADES VIERNES 29 57
ACTIVIDAD TRANSVERSAL - LUCHA 58
CEREMONIAL. Tropa Addax 65

LISTADO DE ASISTENCIA

Nº	SCOUTERS - Nombre y apellidos	Teléfono de padre/madre/tutor
1	María Plaza	
2	Eduardo Martín	
3	Jorge Urgel	
4	Rut García	
5	Lola Borruey	
6	Berta de Miguel	

LISTADO DE ASISTENCIA

Nº	SCOUTS - Nombre y apellidos	Teléfono madre	Teléfono padre	Etapa scout y tribu
1	César Hernández Mayordomo	658187397	699028405	
2	Helena Gasca Huerto	646883437	661947451	
3	Inés Hernández Mayordomo	658187397	699028405	
4	Isabel Hernández Asensio	609257637	627418570	
5	Lara Mateo Sánchez	652563345	655775340	
6	Vega Delso Campanales	626743795	685952100	
7	Raquel Júdez Guillén	617184778	646227033	
8	Gabriel Sierra Fuertes	629568391	696405175	
9	Andrés Gonzalo Gabás	699247734	659916391	
10	Daniel Hernández Montesa	639580561	629153943	
11	Hugo Herrero Ramo	630343014	686844840	
12	Ixeia Aventin Hernández	630263224	677439177	
13	Acher Aznar Martínez	651160168	607842088	
14	Irene Sanz Sanchez	625214466	600644861	
15	Alexander David Rosero Morante	699801548	647562903	
16	Javier Aguerri Capel	686611042	677450229	
17	Samuel Gimeno Felez	635235328	635955465	
18	Noa Calonge Espada	679202487	650318218	
19	María Sala Maraite	660888500	660888500	
20	Malena Sala Maraite	696634078	660888500	

21	Isabel Soria Jiménez	670794882	630750902	
22	Luján Lahoz López	607741821	617375688	
23	Carlota Díaz Arroyo	615188118	646934213	
24	Alba Cristina Navarro Romero	676323864	655454006	
25	Martín Lacambra Muniesa	617477300	678613346	
26	Carmen Sancho Moreno	605800080	628077975	
27	Javier Urgel Fau	678674730	667401718	
28	Pablo Delso Campanales	626743795	685952100	
29	Alba Hernández Montesa	639580561	629153943	
30	Sara Carcas Crucelaegui	646253605	657970444	
31	Elena Neha Gallego Martínez	664231177	637581132	
32	Alicia García Del Caso	636883379	677790494	
33	Paula Notivoli Sola	669757669	661111674	
34	Javier Aguerri Capel	686611042	677450229	

LLEGADAS TARDÍAS

- Elena Neha Gallego
- Isabel Hernández
- Javier Aguerri
- María Sala
- Malena Sala

SALIDAS TEMPRANAS

- Lara mateo La recogen el 26/7 en el campamento

CAIQUÉN	TIPISTASTE	SKÚA	UÁCARI	YACARÉ	ZOARCES
Helena Gasca	César Hernández	Hugo Herrero	María Sala	Isabel Hernández	Raquel Júdez
	Noa Calonge	Carlota Díaz	Vega Delso	Daniel Hernández	Andrés Gonzalo
		Alexander Rosero			Elena Neha
Paula Notivoli	Samuel Gimeno	Alba Navarro	Lara Mateo	Javier Urgel	Miguel Aznar
Sara Carcas	Javier Aguerri	Nora Núñez	Martín Lacambra		Carmen Sancho
Ixeia Aventín	Alba Hernández	Malena Sala	Acher Aznar	Inés Hernández	Alicia García
	Irene Sanz	Pablo Delso		Luján Lahoz	Gabriel Sierra

LISTADO DE ALERGIAS Y MEDICAMENTOS

Nº	Nombre y apellidos	Alergias	Medicaciones.
1	Noa Calonge	Desayuno sin lactosa	
2	Lara Mateo	Desayuno sin lactosa, Melocotón, fresa y Kiwi	
3	Alicia García del Caso	Desayuno sin lactosa, Uva negra	
4	Hugo Herrero	Desayuno sin lactosa	
5	Malena Sala	Desayuno sin lactosa	
6	María Sala	Desayuno sin lactosa	
7	César	Alergia proteína LTP (melocotón, acelga, cereza)	
8	Sara Carcas	tomate natural	
9	Alicia García	Uva negra	
10	Daniel Hernández	fructosa	
11	Miguel Aznar	Plátano?	

Y COMIDA (en su defecto)		
COGER	**COMPRAR**	**IMPRIMIR**
Banderines unidad	Rotuladores de pizarra	Reflexión Supervivencia
Botiquín	Cartulina marrón grande	Reflexiones Velada de armas
Tiempo libre	¿Churros de piscina? Igual tenemos	Tarjetas confesiones
Estuches Rotuladores	Bengalas	Tarjetas colores semáforo
Estuche bolis y tijeras		
Pizarra rotuladores		
Trozos de cartulinas		
Caja buzón		
Pinturas de dedos (cuelgaplatos y disfraces y decoración: negro,morado, rosa, amarillo, blanco)		
Cajas para germinador		
Delantales		
Pinceles		
Cola para pegar y pegamentos x2 x2		
Palillos		
Cartón (de cocina allí)		
Folios		
Tablones, lona de sombra, ojos de buey, clavos, cuerda pita… construcción		

PLANIFICACIÓN GENERAL

SÁBADO 12	DOMINGO 13
MONTAJE	MONTAJE
	TROPA ADDAX
GUITARREO post cena	

MATERIAL RESERVADO		
DÍA	**HORA**	**MATERIAL**
Lunes 14	17,3	Duchas
Lunes 14	21,3	proyector (planeta calleja)
Viernes 18	15,3	Duchas
Viernes 18	17,3	Comedor (papiroflexia)
Sabado 19	15,3	Tobogán (me resbala)
Sabado 19	21,3	Pab blanco + proyector (guerra)
Domingo 20	21,3	Comedor y altavoz (Helena)
Lunes 21	9,3	Tobogán (supervivientes)
Lunes 21	21,3	Pabellon y altavoz (gala superv)
Martes 22	11,3	Tobogan y voley COMPAS
Martes 22	15,3	Comedor COMPAS
Martes 22	21,3	Naraja COMPAS
Miércoles 23	9,3	Bancos (Arquitectos)
Miércoles 23	11,3	Comedor (Subasta superv)
Jueves 24	11,3	POZAS
JUEves 24	15,3	Comedor (Cometas berta)
JUEves 24	17,3	Duchas - Juicio Zorro
Viernes 25	21,3	Comedor - Boom emotivo

	LUNES 14	MARTES 15	MIÉRCOLES 16	JUEVES 17	VIERNES 18	SÁBADO 19	DOMINGO 20
		RAID	RAID	RAID	RAID		
Acto com 8 h						*TROPA ADDAX*	
Desayuno 8:15 h							
Mañana 1 9:30 h	CONSTRUCCIÓN ZONA - CÉSAR	-	-	-	-	DECORACIÓN ZONA - MARIA E ISA	MARIA - DECORACIÓN
Almuerzo 11 h							
Mañana 2 11:30 h	CONSTRUCCIÓN ZONA - CÉSAR	-	-	-	-	DECORACIÓN ZONA - MARIA E ISA	**MISA**
Comida 13:00 h							
Tarde 1 15:30 h	PREPARACIÓN RAID- ELENA	YOGA ELENA	YOGA ELENA	YOGA ELENA	DUCHAS YOGA ELENA	SARA - TEATRO INCLINADO	-
Merienda 17 h							
Tarde 2 17:30 h	**MONIS: MOCHILAS (Rut) y duchas**	NOA Y VEGA	HUGO - FAUNA Y FLORA	NOA Y RAQUEL	ANDRES - PAPIROFLEXIA	LARA Y LUJAN - PASAPALABRA Y TALLER DE FLORA Y ARTE	-
Acto com 19:15 h							
Cena 19:30 h							
Noche 21:30 h	**MONIS: VIDEO PLANETA CALLEJA RAID (Rut)**	**MONIS: CUARTO MILENIO (Edu y Berta)**		**MONIS: CUARTO MILENIO (Edu y Berta)**	**MONIS: SEXUALIDAD (Mer)**	**MONIS: GUERRA (Berta y María)**	HELENA - MÚSICA
Dormir 23:00 h							

	LUNES 21	MARTES 22	MIÉRCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25	SÁBADO 26	DOMINGO 27
	SUPERVIVIENTES	COMPAS: TEMATICA	SUPERVIVENCIA	IVENCIA - PROGRAM		RECOGER Y CEREMONIAS	RECOGER Y VUELTA
Acto comunitario 8 h			*TROPA ADDAX*				
Desayuno 8:15 h							
Mañana 1 9:30 h	DANI Y ALBA	-	SAMUEL Y CESAR CONSTRUCTOR	HELENA E ISA - CIFRAS Y NUMEROS GASTRONOMICOS Y ARTÍSTICOS	**ACTIVIDAD DE GRUPO**		
Almuerzo 11 h							
Mañana 2 11:30 h	DANI Y ALBA	-	**Subasta supervivencia, mochilas y aduanas**	**POZAS (Urgel)**	**MISA**		
Comida 13:00 h							
Tarde 1 15:30 h	JAVI	-	-	**Actividad cometas (Berta)**	CONSEJO		
Merienda 17 h							
Tarde 2 17:30 h	CARLOTA	-	-	**MONIS: ZORRO y duchas**	CONSEJO		
Acto comunitario 19:15 h							
Cena 19:30 h							
Noche 21:30 h	DANI Y ALBA	-	-	**VELADA DE GRUPO**	**MONIS: BOOM**	**GUITARREO**	

MENÚ TRAVESÍA

CONCEPTO	TROPA + MONIS	TOTAL	OBSERVACIONES
Desayunos (3)			
BATIDOS INDIVIDUALES SIN LACTOSA (unidades)	160	160	1 por persona por día
ZUMOS INDIVIDUALES (unidades)	160	160	1 por persona por día
GALLETAS (cilindros de 30/35 galletas)	20	20	
SOBAOS (unidades)	160	160	1 por persona por día
MAGDALENAS (unidades)	160	160	1 por persona por día
Comidas (3)			
PATÉ (latas)	76	76	1 lata por comida por persona
ATÚN (latas)	76	76	
LATA GARBANZOS	4	4	Para vegetas
LATA LENTEJAS	4	4	

SARDINAS EN OLIVA (latas)		**0**	
PAN DEL ABUELO (bolsas)	**30**	**30**	**Pan de hogaza molde de Mercadona (3 al día por persona)**
Cena 1			
PASTA FORMAGGIO (sobres)		**0**	
SOPA (paquetes)		**0**	
CREMA DE VERDURAS (Brick) L		**0**	
NOODLES (paquetes)	**60**	**60**	**Noodles soja mercadona hacendado (PARA TODOS)**
CHOPPED	**1 O 2**	**0**	**Paquetes de 4 planchas de 7 salchichas cada plancha (las típicas)**
Cena 2			
PASTA FORMAGGIO (sobres)	**57**	**57**	
SOPA (paquetes)	**3**	**3**	
NOODLES (paquetes)		**0**	**Noodles soja mercadona hacendado (VEGETARIANOS)**
SALCHICHAS (unidades)		**0**	**Paquetes de 4 planchas de 7 salchichas cada plancha (las típicas)**

Cena 3			
PASTA FORMAGGIO (sobres)		**0**	
SOPA POLLO (paquetes)		**0**	
NOODLES (paquetes)	**60**	**60**	**Noodles soja mercadona hacendado (VEGETARIANOS)**
CHOPPED	**1 O 2**	**0**	**Paquetes de 4 planchas de 7 salchichas cada plancha (las típicas)**
Almuerzo/Merienda			
CHOCOLATE con leche(tabletas)	**24**	**24**	**1 por desayuno y por patrulla, 6 por desayuno total.**
Barritas muesli (cajas de 6 barritas)	**27**	**27**	**1 por persona por día**
FUET ESPETEC	**57**	**57**	**1 fuet por persona para toda la travesía**
FRUTOS SECOS (paquetes)	**12**	**12**	**2 por patrulla**
SUGUS (bolsas) ***(no llevan gluten)***	**7**	**7**	**1 por patrulla + monis**
CHOCOLATE NEGRO	**7**	**7**	**1 por patrulla + monis**
Fruta			
NARANJAS	**80**	**80**	**2 Manzanas por persona + 2 naranjas por persona + 1 a elegir**

MANZANAS	**80**	**80**	
LIMONES		**0**	
Extras			
TANG	**14**	**14**	
BOLSAS FILM		**0**	
BOLSAS DE BASURA PEQUEÑAS	**100**	**100**	
BOLSAS BASURA GRANDES (85x105cm)	**40**	**40**	

FICHA DE TRAVESÍA

ENTIDAD: ASDE-SCOUTS DE ARAGÓN (GRUPO SCOUT OKAPI 465)

UNIDAD:

FECHAS:

CAMPAMENTO BASE:

TELÉFONO CAMPAMENTO BASE:

DIRECTOR DE CAMPAMENTO:

NUMERO DE PARTICIPANTES Y EDAD:

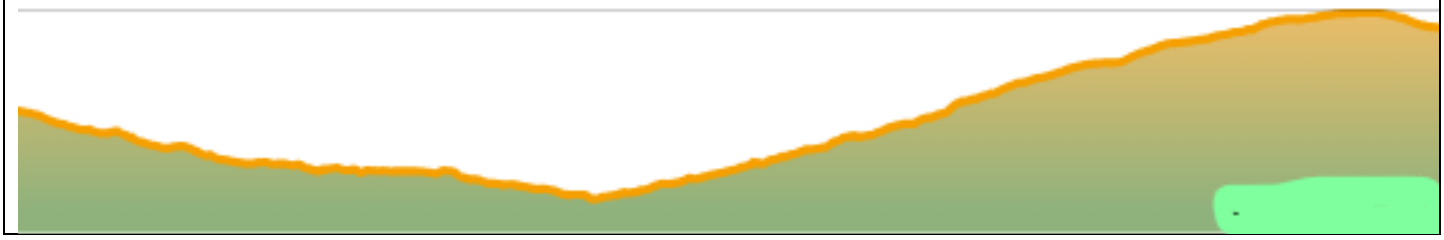
RESPONSABLES ACTIVIDAD:

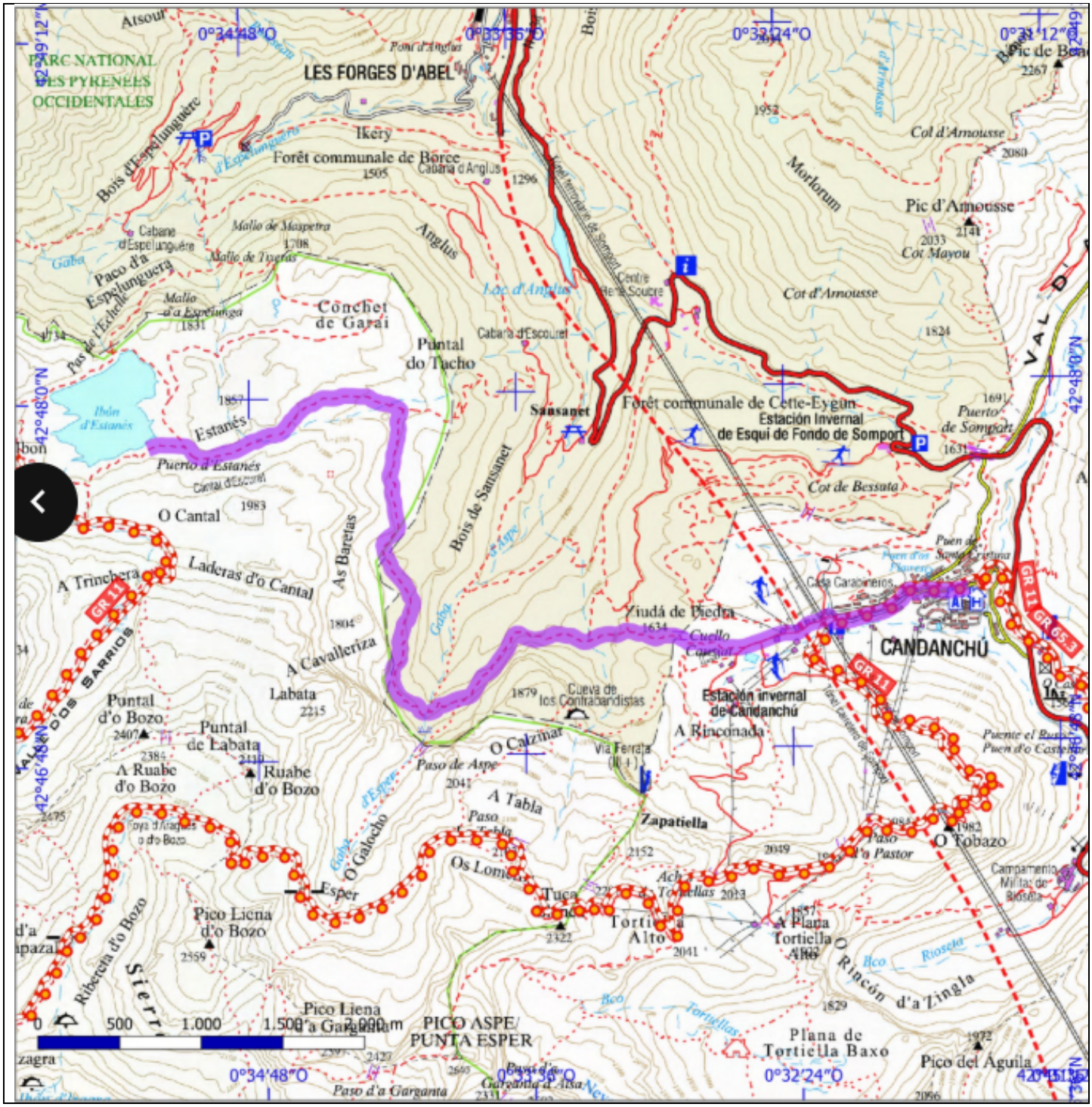
RESUMEN TRAVESIA

Día 1: Candanchú - Ibón Estanés

Hito Origen (altitud)	Hito Destino (altitud)	Tipo de sendero	Distancia (km)	Desnivel (+/- m)	Tiempo estimado (h)
Parking candanchú (1600)	Desvío sansanet (1574)	Sendero camill (amarillo y verde)	1,6 km		30’
Desvío sansanet (1574)	Desvío parking Sansanet (1340)	GR	3km	-230	1h
Desvío parking Sansanet (1340)	Ibón Estanés (1770)	GR	4km	+430	2h
TOTAL (30% en paradas)			8,6 km	+430 -230	4h
Observaciones del día (agua, refugios, lagos/ibones, casetas…)					
Nos acercan en bus hasta Candanchú (1h). Como pronto llegamos ahí a las 9:15 (saliendo ya desayunados después del acto de las 8 am). Vamos por Sansanet: El paso de la Chorrota está cortado por desprendimientos. Beber 1 litro de agua en el campamento y salir llenos. Beber en el desvío (punto de agua) y rellenar. Cenar en Estanés y estamos sin agua hasta el día siguiente (en estanés si no hervir y clorar)					
Curva de desnivel (opcional)					

Buscar rutas en https://visor.montanasegura.com/visor/
Check out this trail from @Wikiloc!
https://es.wikiloc.com/rutas-senderismo/candanchu-ibon-estanes-por-sansanet-220813134




PARC NATIONAL DES PYRENEES OCCIDENTALES
LES FORGES D'ABEL
Ikery
Forêt communale de Borce
Anglus
Conchet de Garai
Puntal do Tacho
Sansanet
Forêt communale de Cette-Eygun
Estación Invernal de Esquí de Fondo de Somport
Puerto de Somport
Cot d'Arnousse
Pic d'Arnousse
Cot Mayou
Morlorum
Col d'Arnousse
Estanés
Puerto d'Estanés
O Cantal
Laderas d'o Cantal
A Trinchera
As Baretas
Bois de Sansanet
Yiudá de Piedra
CANDANCHÚ
Estación invernal de Candanchú
A Rinconada
A Cavalleriza
Labata
Puntal d'o Bozo
Puntal de Labata
A Ruabe d'o Bozo
Ruabe d'o Bozo
O Calzinar
Paso de Aspe
A Tabla
Zapatiella
O Galocho
Esper
Os Lomeiro
Tortiella Alto
A Plana Tortiella Alto
O Tobazo
Pico Liena d'o Bozo
Ribereta d'o Bozo
Pico Liena d'a Garganta
PICO ASPE/ PUNTA ESPER
Plana de Tortiella Baxo
Pico del Águila
O Rincón d'a Zingla
Paso d'a Garganta
0 500 1.000 1.500 2.000 m
0°34'48"O
0°33'36"O
0°32'24"O
0°31'12"O
42°48'0"N
42°46'48"N

Día 2: Ibón Estanés - Refugio Fetás

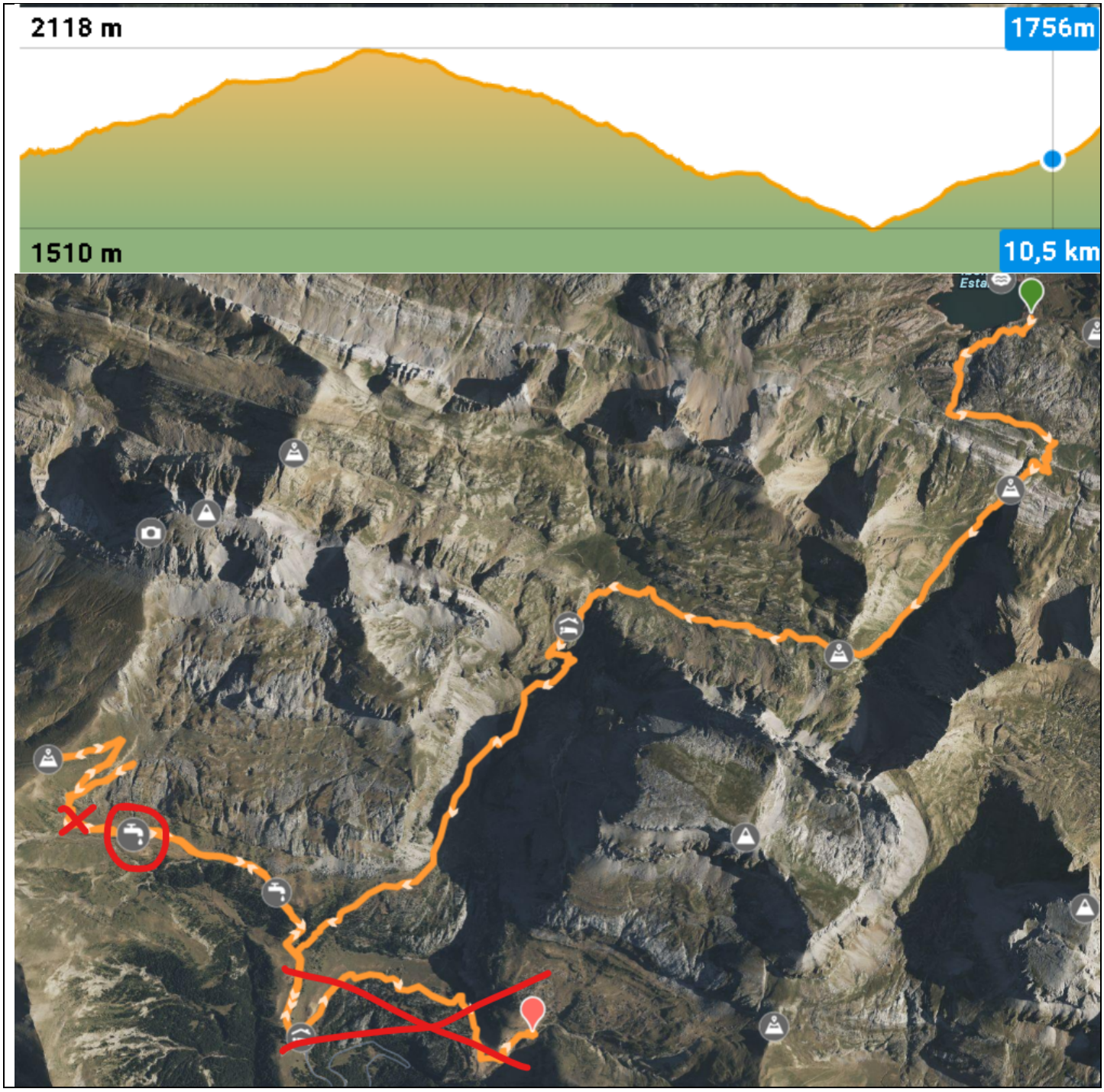
Hito Origen (altitud)	Hito Destino (altitud)	Tipo de sendero	Distancia (km)	Desnivel (+/- m)	Tiempo estimado (h)
Ibón Estanés (1770)	Collado de Bernera (2115)	GR y senda Camill	3,5 km	+350	1h 30’
Collado de Bernera (2115)	Refugio de los forestales (1969)	GR y senda Camill	1,8km	-150	30’
Refugio de los forestales (1969)	Refugio de Lizara(1520)	GR y senda Camill	3,3km	-450	1h 30’
Refugio de Lizara(1520)	Primera fuente- fuenfría (1680)	GR	1 km	+160	20’
Primera fuente- fuenfría (1680)	Segunda fuente - abrevadero (1755)	GR	1 km	+75	10’
TOTAL (30% en paradas)			10,6 km	+610 -600	5h 15’

Observaciones del día (agua, refugios, lagos/ibones, casetas…)

Entre el collado y el refugio, hay una “fuente” (donde vimos la marmota)
En Lizara bien de agua y dormimos donde hay agua

Curva de desnivel (opcional)

Buscar rutas en https://visor.montanasegura.com/visor/
Check out this trail from @Wikiloc! https://es.wikiloc.com/rutas-senderismo/ibon-de-estanes-valle-de-los-sarrios-lizara-collado-de-lo-foraton-collado-del-bozo-220813020


2118 m
1756m
1510 m
10,5 km

Día 3: Refugio Fetás -Antes Collado del Bozo (Subida Bisaurín/Gabardito)

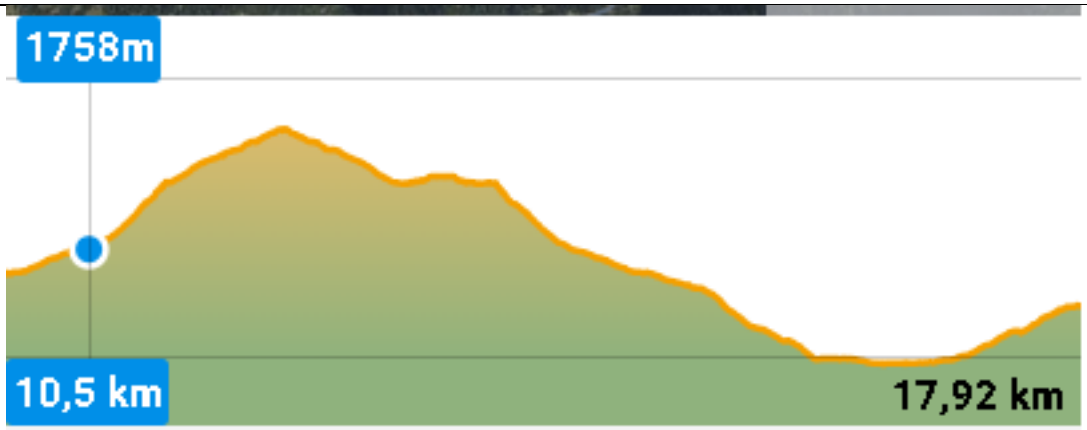
Hito Origen (altitud)	Hito Destino (altitud)	Tipo de sendero	Distancia (km)	Desnivel (+/- m)	Tiempo estimado (h)
Segunda fuente - abrevadero (1755)	Collado de lo Foratón (2016)	GR	1.5 km	+260	1h 15’
Collado de lo Foratón (2016)	Refugio de Lizara(1520)	GR	4 km	-500	1h 15’
Refugio de Lizara(1520)	Cabaña granja / donde dormimos más arriba (1650 hasta 1800)	GR	2 km hasta 3km	+130 hasta + 280m	30’ hasta 1h y cuarto
TOTAL (30% en paradas)			7.5 km	+360 -500	4h 30’

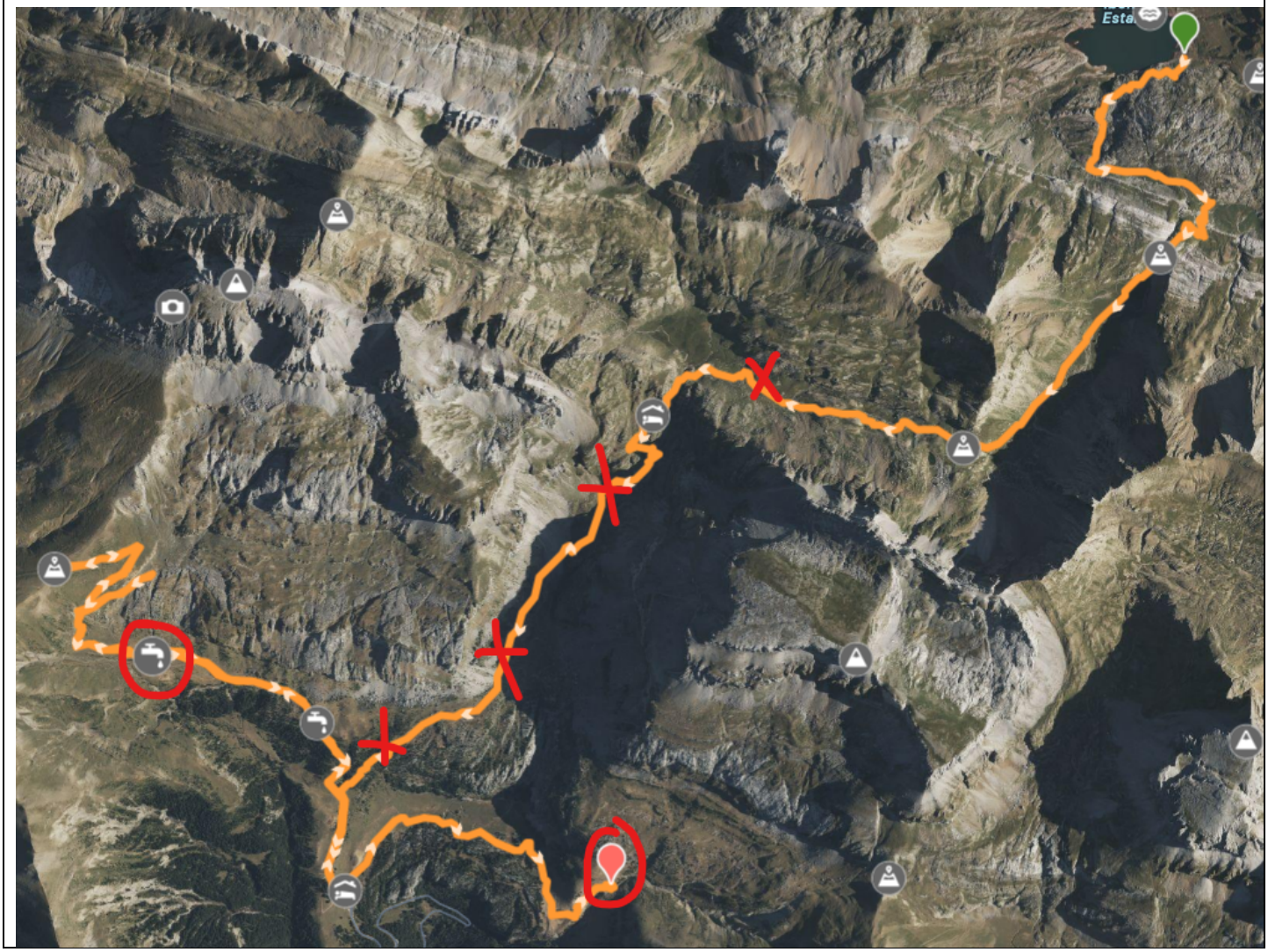
Observaciones del día (agua, refugios, lagos/ibones, casetas…)

Si no subimos Bisaurín, podemos seguir la ruta de Camill hasta Gabardito (7km - 600 m) y volver y (7km +600m)
Llenar bien de agua en Lizara para cenar y el día siguiente

Curva de desnivel (opcional)

Buscar rutas en https://visor.montanasegura.com/visor/
Check out this trail from @Wikiloc!
https://es.wikiloc.com/rutas-senderismo/ibon-de-estanes-valle-de-los-sarrios-lizara-collado-de-lo-foraton-collado-del-bozo-220813020


1758m
10,5 km
17,92 km



Día 4: Antes Collado del Bozo -Campamento

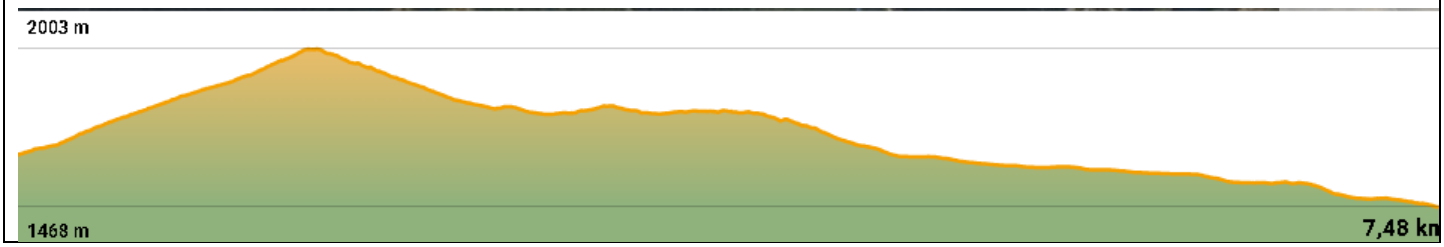
Hito Origen (altitud)	Hito Destino (altitud)	Tipo de sendero	Distancia (km)	Desnivel (+/- m)	Tiempo estimado (h)
Cabaña granja / donde dormimos más arriba (1650 hasta 1800)	Collado del bozo (2002)	GR	1,5km o 0,5 km	+350 o +200	1:30’
Collado del bozo (2000)	Parking de la Cleta (1470)	GR y sendero local	6 km	-530	2h 30’
Parking de la Cleta (1470)	Merendero (1360)	pista	1km	-100	15’
Merendero (1360)	Campamento (1400)	sendero	1km		15’
TOTAL (30% en paradas)			9.5 km	+350 - 630	5h30

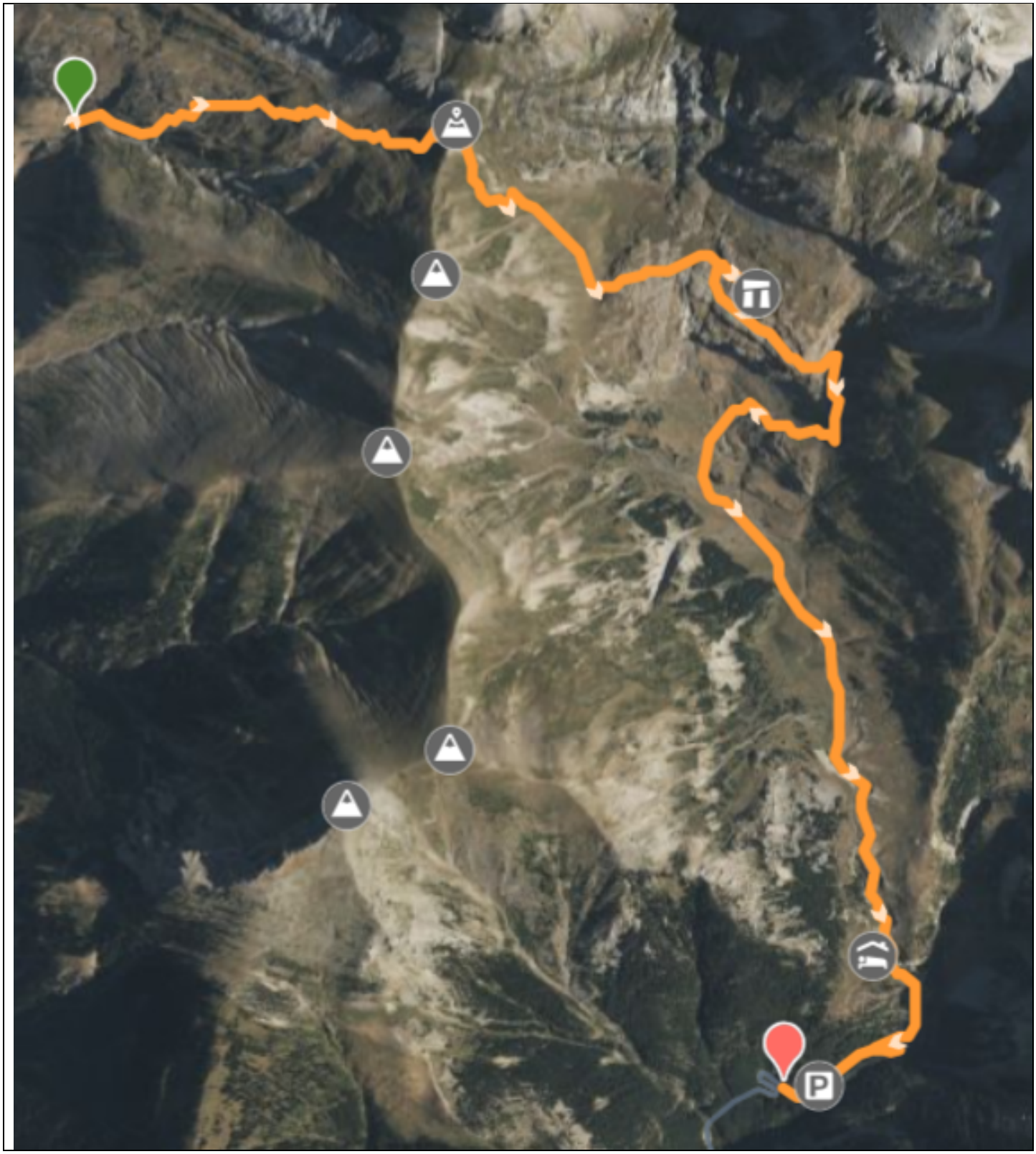
Observaciones del día (agua, refugios, lagos/ibones, casetas…)

Se puede visitar el Dolmen de Izagra, el ibón calmatado de Izagra y varios refugios o cabañas de camino

Curva de desnivel (opcional)

Buscar rutas en https://visor.montanasegura.com/visor/
Check out this trail from @Wikiloc!
https://es.wikiloc.com/rutas-senderismo/lizara-collado-del-bozo-parking-de-la-cleta-220813087

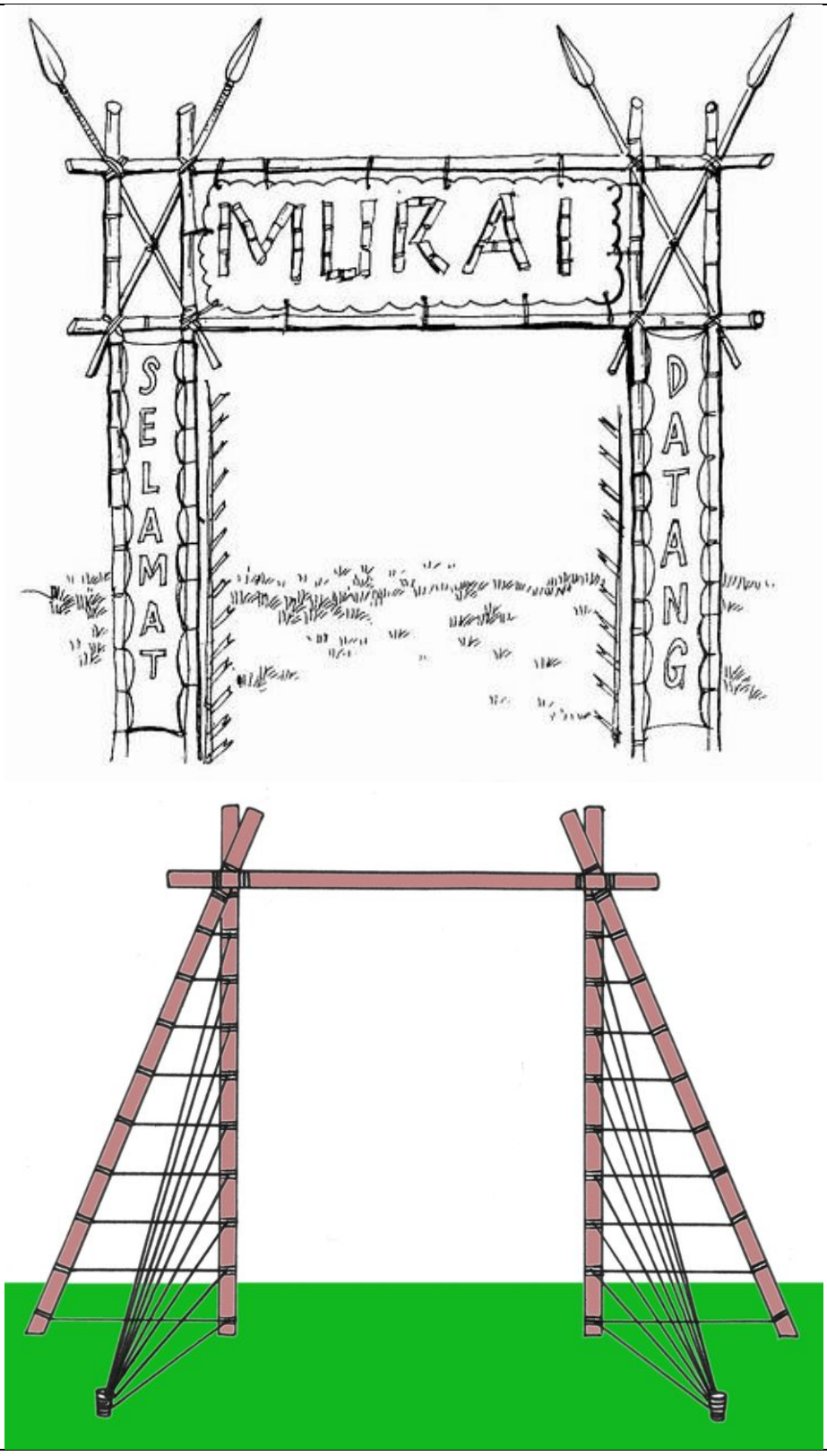




FICHAS DE ACTIVIDAD LUNES 14

PLANIFICACIÓN LUNES 14		
Hora	**Actividad**	**Obs.**
Mañana		
09.30 h	Construcción zona - César	
11.00h Almuerzo		
11.30 h	Construcción zona - César	
13.00h Comida		
15.30 h	Preparación de Raid - Elena	
17.00h Merienda		
17.30 h	Mochilas y duchas RUT	
19.15h Acto comunitario		
19.30h Cena		
21:30 h	Vídeo planeta calleja RUT	
23.00h Dormir		

FICHA DE ACTIVIDAD			
Fecha y Hora	Lunes 14 mañana	**Lugar**	campamento de verano
Compromiso		**Especialidad**	Ingeniería
Nombre de la actividad	Algo como: guerra de diseños o construcciones a medias		
Responsable(s)	César y Raquel		
Objetivos	- Aprender a diseñar una construcción correctamente - Lograr defender ideas y posturas distintas - Cooperar en grupo para lograr ideales comunes		
Explicación	(Lo primero que se hará es dividirnos en 4 equipos y después se explicarán las mecánicas del show) **Introducción** "Hoy vamos a construir algo más que madera: vamos a levantar la puerta de nuestra tropa, una entrada que será la primera impresión de todo aquel que pase cerca de nuestra zona.No solo debe ser resistente y bonita, también debe representar quiénes somos.Para ello, vamos a trabajar en equipo, diseñar, tomar decisiones y por supuesto, construir con nuestras propias manos." Para construir esto habrá 3 fases principales: La primera, en la cual diseñareis esta idea de puerta, donde os podéis fijar e inspirar en estas siguientes imágenes. Recordad, que el diseño tiene que ser realista y que se puede realizar con todo el material disponible.		


MUKAI
SELAMAT
DATANG

(También se pueden utilizar elementos de la naturaleza como parte de la puerta)

La segunda parte consistirá en argumentar por que vuestro diseño es mejor que el de los otros equipos. Y cada persona votará el que más le ha gustado, de esta forma, el ganador será el elegido para construirlo.
Y por último en la tercera parte **TODOS** ayudareis a construir el diseño ganador puesto todos habréis tenido la oportunidad de ganar y a todos nos hubiera gustado haber construido la vuestra".

"Con esto dicho os paso con (quien de los dos quiera explicar esto) para que os introduzca a la primera parte"

PARA CONSTRUIR LA PUERTA:

Primero, se repartirán las tareas para que todo sea más fluido y así se evitará que haya menos gente no haciendo nada. Así que se crearán unos grupos (no tienen por qué ser los de antes) y a cada uno se le asignará una tarea.

- **Equipo de fijación:** Se ocupará de cavar una agujero en el suelo de unos 50cm - 1m para fijar bien los palos al suelo, y cuando los palos se hayan colocado, fijarán piedras en el agujero para que el palo no se mueva.

  TAREAS: Cavar un hoyo, buscar piedras para fijar bien el palo y colocarlas cuando el palo esté en el hoyo.

- **Equipo de estructuras:** Se encargará de estructurar la puerta, primero tendrán que ayudar a los del equipo de fijación a colocar dos palos en los hoyos y luego realizarán los amarres para terminar de montar la puerta

  TAREAS: Ayudar al equipo de fijación colocando los troncos y haciendo los amarres necesarios para estructurar la puerta

- **Equipo de decoración:** Se ocupará de realizar todos los retoques estéticos de la puerta

  TAREAS: Realizar todas las decoraciones pensadas por el equipo ganador como propuesta para la puerta y si quieren pueden pensar más, y si otro equipo necesita ayuda, alguien de este equipo debe de ayudar.

PASOS

1- MONTAJE DE POSTES VERTICALES: Cavar una agujero de 50cm - 1m para colocar los postes verticales firmemente en el suelo. Los hoyos deberán de estar separados por 1.5 o 2 metros de distancia. Cuando se coloquen los troncos, mientras una persona sujeta lo más recto posible cada tronco, otras colocarán piedras (que previamente se han debido de buscar) para fijar y mantener los troncos de manera que no se muevan.

2- FIJAR TRAVESAÑO(S) SUPERIOR(ES): Unir los postes verticales con uno o dos troncos (depende de la propuesta del diseño ganador) mediante amarres cuadrados.

3- (DEPENDE DEL DISEÑO) AÑADIR TRAVESAÑOS INFERIORES O REFUERZOS:

Esto depende del diseño elegido, pero se puede añadir un tronco horizontal de más para añadir más estabilidad, o también refuerzos en las diagonales de los lados a través de amarres cuadrados.

4- DECORAR LA PUERTA: Añadir las decoraciones de la propuesta ganadora (Colgar una pancarta de la tropa, pintar los troncos, añadir cuerdas, ramas u otro elemento decorativo)

5- REVISA Y PRUEBA DE ESTABILIDAD: Sacudir suavemente la estructura para asegurar de que no se tambalee, apretar cualquier nudo flojo y asegurarse de que no represente peligro para nadie ni nada.

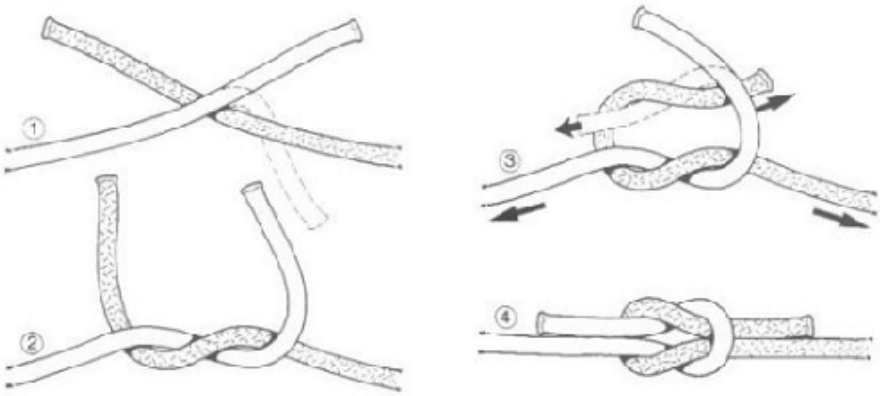
TIPOS DE NUDOS Y AMARRES ÚTILES

- **Ballestrinque:** Nudo de anclaje rápido que se hace alrededor de un palo o tronco. Muy útil para iniciar amarres.

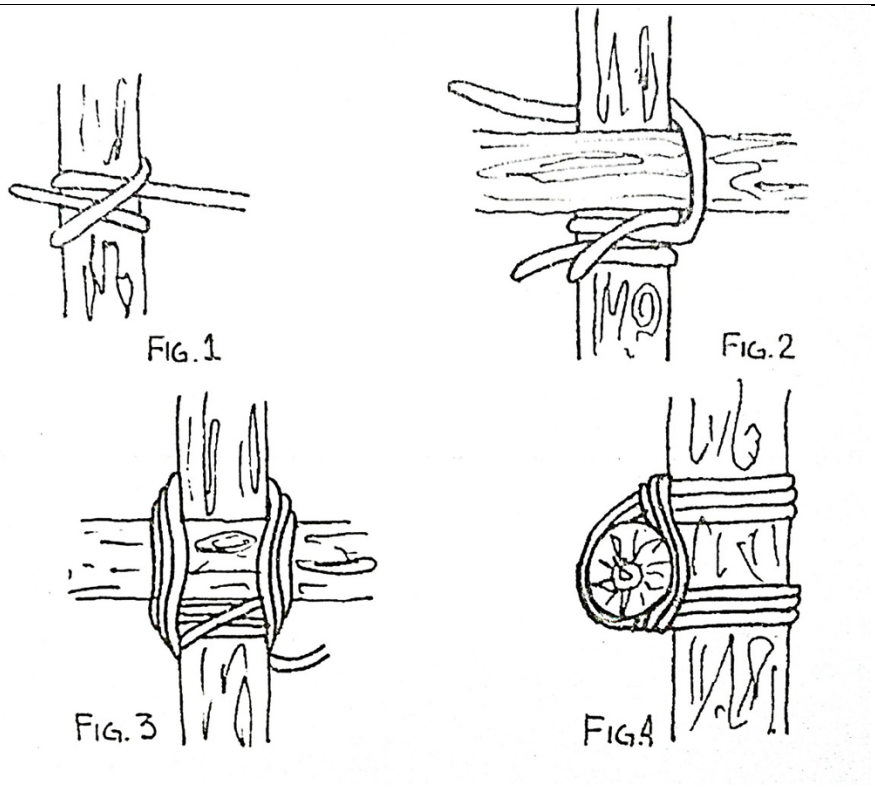
  1. Rodea el tronco con la cuerda
  2. Cruza la cuerda sobre sí misma y haz una segunda vuelta
  3. Mete el cabo por debajo de la segunda vuelta
  4. Ajusta tirando del cabo

- **As de guía:** Nudo que forma un lazo fijo que no se aprieta, muy resistente. Es seguro y fácil de deshacer aunque esté muy tenso.
  - Haz una pequeña gaza (el "agujero")
  - Pasa el cabo desde abajo hacia arriba por la gaza (el conejo sale de la madriguera).
  - Rodea el firme por detrás (el conejo da la vuelta al árbol).
  - Vuelve a meter el cabo por la gaza (el conejo vuelve a la madriguera).
  - Tira de ambos extremos para ajustar.

- **Nudo de rizo:** Nudo básico para unir dos cuerdas del mismo grosor. Es sencillo, pero se puede soltar si no está bien hecho.
    - Cruza el cabo derecho sobre el izquierdo y da una vuelta (como si empezaras a atarte los zapatos).
    - Luego, cruza el izquierdo sobre el derecho y da otra vuelta.
    - Ajusta tirando de ambos extremos.
      (Si ambos extremos salen por el mismo lado, el nudo está bien hecho.)



- **Amarre cuadrado:** Es un tipo de amarre que une dos troncos en ángulo recto (90°). Ideal para crear esquinas fuertes y estructuras firmes.



1º Hora de diseñar

"Par exhibir vuestro diseño tendréis que hacer un dibujo de cómo se vería la puerta, todos los arquitectos pasan por este proceso antes de empezar a construir, vosotros tenéis unas ideas de puerta, las cuales podréis utilizar para inspiraros y crear vuestra propuesta de puerta, tendréis 10 min para hacer el diseño"

"Tenéis que tener en cuenta de que tendréis que construirlo después, así que sea una idea realista."

2º Fase de toma de decisiones

"Con vuestros diseños ya hechos este es el momento que todos estabais esperando el momento de las decisiones".

(caso 1 los monitores son jueces)
"Ahora tenéis unos instantes para decidir y hacer destacar a vuestros diseños sobre los otros, puesto que una argumentación blanda y repetitiva no hará que seas elegidos por los monitores".

<table>
<tr><td></td><td colspan="2">(Caso 2 la democracia es utilizada pero los monis cuentan más o algo que cambie un poco las tornas)
“En estos instantes cualquiera os puede prometer y traicionar, no podéis confiar en nadie menos en vuestros compañeros ya que a la hora de votar se hará de una manera especial, un ostracismo esto, significa que iréis cayendo de unos en uno. Todos votareis para eliminar un diseño y lo escribireis en un papel que meteremos en el tarro se leen los votos y la más votada será descartada y olvidada para SIEMPRE. Después se repite, pero los equipos eliminados seguirán votando”.

“A la hora de presentar cada uno de vosotros tendrá que aparecer, presentar, defender o argumentar. Si no vuestro diseño será directamente descalificado, lo haréis por turnos y cualquier interrupción será sancionada”.</td></tr>
<tr><td rowspan="2">Material necesario</td><td>No hace falta comprar</td><td>Hace falta comprar</td></tr>
<tr><td>Tablones y clavos para decorar
Aproximadamente 9 troncos para hacer la estructura
Herramientas como hazadas o picoletas</td><td>Unos 30 m de cuerda pita</td></tr>
<tr><td>Evaluación
(preparación, desarrollo, asistencia, participación, monitores…)</td><td colspan="2"></td></tr>
</table>

FICHA DE ACTIVIDAD			
Fecha y hora	Lunes 14 – 15:30	**Lugar**	Aísa
		Especialidad	Deporte
Nombre de la activid	RESPIRACIONES		
Responsable(s)	Jorge Urgel, Elena Neha		
Objetivos	Aprender nuevos deportes. Trabajar en equipo. Saber despejar nuestra mente.		
Explicación	La respiración es muy importante en actividades de montaña. Una buena técnica respiratoria facilita la oxigenación en la sangre, lo cual contribuye al rendimiento de tu cardio, consiguiendo que la actividad de montaña sea mas satisfactoria, evitando así, el cansancio. TERRENO PLANO O SUAVE: **Técnica:** Respiración diaframática. Inhalar profundamente por la nariz, expandiendo el abdomen, y exhalar de manera controlad POR LA BOCA. **Ritmo recomendado**: Un ciclo de respiración (inhalación y exhalación) cada 4 o 6 pasos. **Beneficio:** Favorece una oxigenación eficiente sin generar fatiga, permitiendo mantener un ritmo constante con el menor esfuerzo. SUBIDAS O PENDIENTES PRONUNCIADAS: **Técnica:** Respiración rítmica. Inhalar en 2 pasos y exhalar en dos pasos. **Uso combinado:** Respirar tanto por la nariz como por la boca para maximizar la captación de oxígeno. **Beneficio:** Suministra oxígeno de manera óptima en momentos de mayor demanda energética, evitando la sensación de ahogo y mejorando la resistencia. TERRENO IRREGULAR O CON OBSTÁCULOS: **Técnica:** Respiración ajustada. Inhalaciones exhalaciones cortas y rápidas según la dificultad del terreno, adaptando el ritmo cada 1 o 2 pasos. **Enfoque:** Mantener la concentración en el terreno sin perder el control de la respiración. **Beneficio:** Minimiza el agotamiento repentino y permite reaccionar con rapidez ante cambios inesperados en el camino. DESCENSOS O BAJADAS: **Técnica**: Respiración lenta y profunda. Inhalar en 4 pasos y exhalar 4 en 4 pasos para promover la relajación. **Efecto en el cuerpo:** Reduce la tensión acumulada en la subida y favorece el control de la estabilidad. **Beneficio:** Disminuye la sensación de fatiga y ayuda a mantener el equilibrio, reduciendo el riesgo de tropiezos o caídas. ESTO LO PONDREMOS EN PRÁCTICA EN LA TRAVESÍA. **RESPIRACIÓN DIAFRAGMÁTICA O ABDOMINAL:** Este tipo de respiración se basa en el movimiento del diafragma, el músculo de forma cóncava que separa la cavidad torácica de la cavidad abdominal y que es responsable de la actividad de respirar.		

Al inspirar, los pulmones se llenan poco a poco de aire, empujando al diafragma, que a su vez empuja los órganos de la cavidad abdominal, dando la sensación que se está hinchando el vientre. Por este motivo también se conoce como respiración abdominal.
¿CÓMO SE HACE?
-Para empezar es necesario expulsar a fondo el aire de los pulmones, para así provocar una inspiración profunda por falta de aire.
-Inspira profundamente y lentamente, hinchando el abdomen relajado.
-Retén el aire por un instante.
-Cuando sientas la necesidad de exhalar, hazlo de forma larga, lenta y profunda.
-Quédate sin aire en los pulmones por un instante, y cuando tenga la necesidad de inspirar, repite los pasos.
¿PARA QUÉ SIRVE?:
Sirve para reducir el estrés y la ansiedad, mejorar la oxigenación del cuerpo y promover la relajación.
ACTIVIDAD:
Se va a pedir a los participantes que hagan un dibujo concreto mientras respiran, en un folio. Puede ser una cadena de montañas, el símbolo del infinito, la forma de sus manos, etcétera. Lo importante es que el trazo tenga subidas y bajadas que simbolicen el ritmo de la respiración.

TÉCNICA 4-7-8:
Esta técnica de respiración para muchos es una de las mejores técnicas de respiración, con la que se puede conciliar el sueño y aliviar el estrés o la ansiedad.
¿CÓMO SE HACE?
-Se inhala durante 4 segundos.
-Se retiene el aire durante 7 segundos.
-Se exhala durante 8 segundos.
ACTIVIDAD:
Esta actividad se llama hinchar un globo:
-La persona deberá sentarse con la espalda muy recta.
-El juego consiste en hinchar un globo.
-Para ello, deben coger aire por la nariz y después exhalarlo.
En este ejercicio las personas tienden a coger aire con la boca, así que eso es lo que practicaremos. Tendremos que inhalar con la nariz y exhalar por la boca sin despegarnos del globo con la técnica 4-7-8.
La persona que tenga el globo más grande en 1 minuto gana.

TIPO DE RESPIRACIÓN PARA EL YOGA:

ANULOMA VILOMA:
Este tipo de respiración se utiliza en el yoga y para realizarlo hay que seguir estos pasos:
-Apoyar el dedo índice entre las cejas, cerrando un orificio nasal con el dedo pulgar.
-Inspirar por la otra fosa nasal y retener el aire durante cinco segundos.
-Tapar con el dedo anular el orificio nasal por el que se ha inhalado y exhalar el aire por la otra.
-Aguantar cinco segundos después de la exhalación y volver a inhalar con la fosa nasal contraria.
-Repetir varias veces aumentando el tiempo de retención.
ACTIVIDAD:
-Nos sentaremos en una esterilla con los isquiones bien apoyados (huesos de la cadera).
-Estira la espalda inhalando e intentando juntar las escápulas, de forma que los hombros no estén hacia delante.
-Flexiona la pierna ayudándote con las manos y colócala por encima de la otra, justo a la altura del muslo.
-A continuación, haremos lo mismo con la otra pierna.
-En vez de poner la muñecas en las rodillas haremos el Anuloma Viloma.

	No hace falta comprar	**Hace falta comprar**
Material necesario	Esterillas Papel Boli, lápiz, Rotulador	Globos (no estoy segura)
Evaluación *(preparación, desarrollo, asistencia, participación, monitores…)*		

FICHAS DE ACTIVIDAD MARTES 15

PLANIFICACIÓN MARTES 15		
Hora	**Actividad**	**Obs.**
Mañana		
09.30 h	RAID	
11.00h Almuerzo		
11.30 h	RAID	
13.00h Comida		
15.30 h	YOGA - ELENA	
17.00h Merienda		
17.30 h	LO SABE O SE PIERDE – NOA Y VEGA	
19.15h Acto comunitario		
19.30h Cena		
21:30 h	CUENTOS Y LEYENDAS DEL PIRINEO – EDU	
23.00h Dormir		

FICHA DE ACTIVIDAD			
Fecha y Hora	TRAVESÍA	**Lugar**	Aísa
		Especialidad	Deporte
Nombre de la actividad	YOGA		
Responsable(s)	Jorge Urgel, ELENA		
Objetivos	Aprender nuevos deportes. Trabajar en equipo. Saber despejar nuestra mente.		
Explicación	Para explicar cada postura se van a hacer distintos minijuegos. **1-POSTURA DE LA MONTAÑA** BENEFICIOS: -Favorece a la alineación de la columna vertebral. -Favorece a prevenir la ciática. -Tonifica y mejora la musculatura de todo el cuerpo. -También es beneficiosa para los deportistas, porque corrige y alinea nuestra postura. ¿CÓMO SE HACE?: Cuerpo estirado, recto y mirad hacia el frente. Cuello alargado pero sin tensionar. Repartir el peso del cuerpo entre ambos pies y, mantener los brazos firmes y extendidos a lo largo del cuerpo. Finalmente las palmas de las manos deben de estar estiradas sin pegarlas al cuerpo. MINIJUEGO: Mientras se va haciendo la postura , con los ojos cerrados, una persona va contando la historia del yoga. <u>HISTORIA:</u> La palabra “yoga” proviene de la palabra “jug”, la cual significa “unir, relacionar, conectar” en sánscrito de la India. El objetivo del yoga es generar y fortalecer una conexión entre el ser humano y el universo.		

Respecto a su nacimiento es muy difícil de concretar. Tanto los historiadores como los especialistas en la cultura India encuentran dificultades para situar el nacimiento del yoga debido a que es muy difícil descifrar los inscritos ancestrales de la cultura védica.
Según los investigadores, las primeras formas de yoga habrían tenido lugar entre el año 10.000 y 5000 antes de Cristo. Este planteamiento está basado en la posición de las estatuas halladas en antiguos emplazamientos, que recuerda a la de los yoguis, o practicantes de yoga, mientras realizaban la meditación.
Algunos datos llevan a pensar que la civilización en la que se originó el yoga era pacífica, solidaria y comunitaria. El objetivo del yoga que se practicaba en esa época, conocido como brahmanismo, era apropiarse del poder de los Dioses mediante la práctica de ejercicios bastante duros para el cuerpo y los sentidos, de forma regular.
No se sabe con certeza cómo surgió el yoga, lo que proporciona cierto encanto. Sin embargo, las distintas formas del yoga: Yoga Vinyasa, Yoga Ashtanga y Yoga Dinámico.
Yoga Iyengar, Yoga Hatha, Yoga Nidra, Yoga Kundalini, etc; proviene de un texto único llamado Yoga Sutra.
Dicho texto fue escrito y recopilado entre los siglos II y V antes de Cristo. Está compuesto por cuatro capítulos (concentración, práctica, poderes y liberación). Y reúne 195 sutras, es decir, frases cortas que se deben memorizar. Cada parte del texto tiene como objetivo definir qué es el yoga y cómo se debe practicar para llegar a la liberación.
Regula todas las vías contemporáneas del yoga, es decir, las 4 vías tradicionales (el Karma Yoga, el Bhakti Yoga, el Jnana Yoga y el Raja Yoga) y las vías del Kriya Yoga (el Tantra Yoga, el Mantra Yoga y el Hatha Yoga). Cada una de estas vías dispone de sus propias prácticas y ejercicios.

2-POSTURA DE LA PINZA
BENEFICIOS:
-Estira la parte posterior del cuerpo, como isquios y espalda.
-Mejora la flexibilidad.
-Mantiene la columna fuerte y flexible.
-Alivia dolores de la ciática.
-Previene la escoliosis y dolores de espalda.
-Relaja y alivia el estrés y la ansiedad.
-Favorece a la digestión.
-Alivia dolores derivados de la menstruación y la menopausia.
¿CÓMO SE HACE?:
Colocarse igual que la postura de la montaña, con los pies juntos. Inclinar el tronco hacia delante desde la cadera hacia el suelo, y poner las manos a los lados de los pies. Hay que relajar la cabeza, el cuello y los hombros. Para finalizar, hay que subir poco a poco, vértebra por vértebra y, por último, la cabeza.
MINIJUEGO:
Para esta postura el juego será: mientras hacemos la postura tenemos que decir cuál es el lugar que te relaja, que haces para olvidarte de todo y a que persona o personas acudes para ayudarte.

3-POSTURA DEL GUERRERO
BENEFICIOS:

-Fortalece hombros, espalda, brazos y glúteos.
-Ayuda a estirar los músculos.
-Expande el pecho.
-Mejora la concentración.
-Ayuda a mejorar la postura de la espalda, ya que durante la realización de la misma tienes que mantener la espalda estirada.
¿CÓMO SE HACE?:
Colócate en la esterilla con una pierna un poco atrás y la otra un poco más adelante. El pie de delante se coloca recto pero el de atrás se coloca en perpendicular. Dobla la pierna de delante, alineando el tobillo con la rodilla. Mantén estirada la pierna de atrás, fijándote bien al suelo con los pies. Una vez colocadas las piernas, estiramos los brazos por encima de la cabeza, con las palmas de las manos juntas. Estira la espalda y lleva los brazos hacia el cielo mirando la punta de tus dedos. Dobla mas la rodilla para hacer un estiramiento más intenso.
Quedarse así durante un minuto. Y después cambia de lado. Para finalizar hay que ir juntando los pies poco a poco hasta quedarse de pie.
MINIJUEGO:
Mientras hacemos la postura, cerramos los ojos y vamos a ir diciendo cada uno elementos de la naturaleza, hasta llegar a formar un paisaje en nuestra mente.

4-POSTURA DEL ÁRBOL
BENEFICIOS:
-Ayuda al equilibrio y a la concentración al tener que mantener la postura por varios segundos y respiraciones.
-es beneficiosa para aquellas personas que tienen la patología de los pies planos.
-Tonifica y fortalece los gemelos, los tobillos, las pantorrillas y los muslos.
-Estira la ingle y la columna vertebral al alargar la postura de manera correcta.
-Calma y ordena la mente a la vez que mejora el enfoque.
¿CÓMO SE HACE?:
Nos colocamos con los dos pies juntos y los brazos extendidos a lo largo del cuerpo.
Después centraremos nuestra mirada en un punto fijo para mantener mejor el equilibrio y, con control, subiremos la pierna derecha hasta colocarla en la cara interna del muslo izquierdo, de manera que la planta del pie derecho se quede completamente apoyada en el muslo izquierdo, nunca en la articulación de la rodilla. Podemos quedarnos con las manos juntas a la altura del corazón o subir los brazos por encima de la cabeza hasta extenderlos completamente y juntar las palmas arriba.
MINIJUEGO:
Reto: el que más aguante con esta postura sin caerse, gana. Antes de hacer el reto lo practicaremos un poco.

5-POSTURA DEL BAILARÍN
BENEFICIOS:
-Mejora el equilibrio, la concentración y la flexibilidad, además de la postura.
-Fortalece el core y los abdominales.
-Fortalece la espalda y los brazos.

<table>
<tr><td></td><td colspan="2">-Tonifica y fortalece las piernas, los pies y los tobillos.
-Agranda la parte delantera, pecho, omóplatos, cadera y da movilidad a los hombros.
-Relaja la mente.
¿CÓMO SE HACE?:
Colocarse de pie con los dod pies juntos. Levanta una pierna por detrás, acercando el talón al glúteo, aguantando todo el peso con la pierna que está apoyada. Eleva los brazos por encima de la cabeza para llegar hasta la parte interna del pie con tus dos manos. Una vez tengamos cogido el pie, nos alargamos hacia arriba, no hacia atrás, tirando del pie o del tobillo hacia el cielo.
MINIJUEGO:
Vamos a hacer como el juego de las sillas, pero en vez de que cuando se para la canción tenemos que estar en la postura, y cuando siga la canción nos podemos relajar.(Antes practicaremos la figura)

<u>JUEGO FINAL:</u>
Para acabar la actividad haremos un SIMÓN pero con los nombres de las posturas y así recordar todos los nombres.
Ejemplo: 1º árbol, 2º árbol pinza, 3º árbol pinza bailarín, 4º árbol pinza ….</td></tr>
<tr><td rowspan="2">Material necesario</td><td>No hace falta comprar</td><td>Hace falta comprar</td></tr>
<tr><td>Esterillas
Altavoz</td><td></td></tr>
<tr><td>Evaluación
(preparación, desarrollo, asistencia, participación, monitores…)</td><td colspan="2"></td></tr>
</table>

FICHA DE ACTIVIDAD			
Fecha y Hora	Campamento de verano	**Lugar**	Aisa, Campamento de verano, en la travesía.
Compromiso	Ambiental, Salud y Social	**Especialidad**	Noa→ Montaña Vega→ Salud
Nombre de la actividad	¿Lo sabe o se pierde?		
Responsable(s)	Noa, Vega, Eduardo y Rut		
Objetivos	- Aprender conceptos básicos sobre la salud en la montaña mediante preguntas y pruebas. - Enseñar a saber tomar decisiones sobre situaciones relacionadas con la montaña usando la lógica y el conocimiento. - Desarrollar habilidades para actuar ante emergencias en montaña. - Concienciar sobre la importancia de la alimentación e hidratación y de los diferentes problemas que nos pueden suceder en una travesía.		
Explicación	En el día de hoy nos enfrentamos a una versión especial del famoso programa ¿Lo sabe no lo sabe? En este juego no basta con saber la respuesta, ¡También hay que acertar quien lo sabe y quien no! Cada ronda será una prueba que los grupos deberán de ganar para poder tener la oportunidad de preguntar a una persona de otro grupo (a no ser que el pueblo este alojado y por tanto es preferible que consulten a uno de sus habitantes) una de las cuestiones que les planteamos en las que tienen que escoger a una persona que conozca la respuestas o que en su defecto no lo sepa (estas preguntas serán más sencillas) Las personas a las que irán a consultar no sabrán si esa cuestión la tienen que acertar o no, por lo tanto no podrán fallar intencionadamente. Cada pregunta que se haya respondido correctamente según si había que acertarla o no, será un punto, el equipo ganador se llevará un premio. Haremos grupos de 5 personas aleatoriamente, a cada uno se les dará una hoja con diferentes preguntas, las cuales deberán de responder o fallar a lo largo de la actividad (al final se les dará la respuesta correcta de todas estas). 		

Las preguntas las entregaremos en un archivo Canva para tener la posibilidad de imprimirlo (solo les daremos las preguntas a pesar de que también estén las soluciones en el mismo archivo.)

Las pruebas que deberán ganar son las siguientes, (cada prueba durará unos 10 minutos aproximadamente):

1. **Búsqueda de señales naturales**

   Las huellas en la montaña no son solo señales que dejan los animales, también son imprescindibles para orientarse y moverse con seguridad en la naturaleza. En esta actividad, los participantes reciben una leyenda visual, una imagen donde aparecen diferentes huellas acompañadas por el nombre del animal al que pertenecen. Cada una de esas huellas está asociada a un problema grave que puede ocurrir durante una excursión, como una hipotermia, un golpe de calor, una herida profunda o una reacción alérgica.

A partir de esa leyenda, los participantes deben explorar una zona concreta en busca de huellas escondidas. Cuando encuentran una, identifican el animal y, con ayuda de la leyenda, descubren a qué problema está asociada. En grupo, reflexionan sobre tres aspectos: primero, en qué consiste ese problema y cómo creen que afecta a la persona; segundo, qué harían ellos para ayudar en esa situación; y tercero, cuál sería la forma correcta de actuar según los primeros auxilios básicos. Tras dar su opinión, comparan su respuesta con la actuación adecuada, que puede estar explicada por el monitor o escrita en una tarjeta junto a la huella. El grupo con más aciertos en el menor tiempo, gana.

Soluciones:

Tejón – Hipotermia severa

La persona ha estado expuesta mucho tiempo al frío, tiembla y tiene confusión. Debe ser llevada a un lugar protegido del frío, quitarle la ropa mojada si la tiene y cubrirla con ropa seca o mantas. No hay que aplicarle calor directo (como bolsas de agua caliente) ni frotarle el cuerpo. Si está consciente, se le puede dar bebida caliente (no alcohol). Se debe buscar ayuda médica urgente.

Oso – Traumatismo por caída o golpe fuerte

Si alguien ha sufrido un golpe fuerte y muestra mucho dolor, posible fractura o está inconsciente, no se debe mover. Hay que comprobar si respira y mantenerlo abrigado sin mover la zona afectada. No se le deben dar bebidas ni comida. Llamar a emergencias de inmediato y no dejarlo solo

Castor – Deshidratación intensa

Si la persona está mareada, con piel seca y visión borrosa, debe descansar en un lugar fresco. Se le debe dar agua poco a poco. No debe seguir caminando.

Gato – Fractura tras caída o tropiezo

Ante una posible fractura, no hay que mover la zona afectada. Hay que inmovilizarla con un palo, venda o lo que se tenga a mano, evitando moverla lo más posible. La persona no debe caminar. Buscar ayuda médica cuanto antes.

Vaca – Golpe de calor

Si tiene piel roja, mareo o está a punto de desmayarse, hay que llevarla a un lugar con sombra, quitarle algo de ropa para enfriar el cuerpo y aplicarle paños

	húmedos. Se le debe dar agua poco a poco. No debe continuar la actividad. Si no mejora, hay que buscar ayuda. **Cuervo – Pérdida de orientación grave** Cuando alguien se desorienta, hay que tranquilizarlo y reunir al grupo. No debe quedarse solo. Se puede buscar un punto conocido o usar mapas/brújula. Si no logra orientarse, hay que pedir ayuda cuanto antes. **Perro – Mordedura seria de animal** La herida debe lavarse con agua y jabón cuanto antes. Luego se cubre con una gasa limpia. No aplicar alcohol ni cremas sin indicación médica. Es importante acudir a un centro médico por el riesgo de infección o necesidad de vacuna. **Pato – Infección por agua contaminada** La persona ha bebido agua de un río o charco y después tiene diarrea, fiebre o malestar. En este caso, es importante que descanse y se mantenga hidratada con agua limpia o sales de rehidratación si se tienen. No debe tomar medicamentos sin indicación. Si los síntomas empeoran o hay fiebre alta, hay que buscar ayuda médica. **Águila – Insolación grave** La persona ha estado bajo el sol fuerte mucho rato y empieza a sentirse débil, tiene fiebre alta, náuseas o incluso mareo. Es fundamental llevarla a la sombra, quitarle algo de ropa para que se enfríe, ponerle paños húmedos en el cuello y frente y darle agua en pequeños sorbos si puede beber. No debe seguir caminando y hay que buscar ayuda rápidamente. **Hurón – Reacción alérgica grave (anafilaxia)** Si presenta hinchazón, dificultad para respirar o sarpullido, hay que tumbarla con las piernas elevadas. No darle comida ni bebida. Usar adrenalina si se tiene. Llamar a emergencias de inmediato **Zorro – Picadura que ha provocado alergia** Aplicar frío local (como un hielo envuelto) en la zona. Observar si hay dificultad para respirar. Si la persona tiene historial de alergias graves, usar el tratamiento indicado. Buscar ayuda médica si hay reacción general. **Rana – Caída en zona embarrada** Si ha caído y no puede levantarse bien, no forzarla a caminar. Evaluar si hay dolor fuerte. Inmovilizar si hay sospecha de esguince o fractura. Ayudarla a salir del barro y buscar ayuda si es necesario. **Gerbil – Calambres severos** Se debe parar la actividad. Estirar con cuidado el músculo afectado. Darle agua o bebida con sales. Aplicar calor si es posible. Esperar a que el calambre pase antes de continuar. **Cabra – Corte profundo o herida abierta** Alguien se ha hecho un corte serio en una zona con piedras o arbustos. Lo primero es parar el sangrado presionando con una gasa o tela limpia. Luego, limpiar la herida si es posible con agua limpia y cubrirla con un vendaje. Si la herida es muy profunda o no para de sangrar, se debe inmovilizar la zona y buscar asistencia médica urgente. **Erizo – Espina o astilla**

Hay que lavar la zona afectada con agua y jabón. Extraer la espina con unas pinzas limpias si es visible. Luego desinfectar y cubrir con una tirita o gasa. Si se enrojece o duele mucho, consultar al médico.

Garza – Caída al agua fría

Sacar a la persona del agua y quitarle la ropa mojada. Secarla y cubrirla con ropa seca o mantas. Si tiene temblores o piel fría, hay que mantenerla abrigada y darle bebida caliente si está consciente. No dejarla sola.

Caballo – Lesión de rodilla o tobillo

Detener la actividad. Aplicar frío en la zona lesionada. Elevar la pierna si es posible. Inmovilizar con una venda. No debe caminar. Buscar asistencia médica.

Lince – Fiebre alta o infección por herida mal curada

Descansar en un lugar fresco y tranquilo. Mantener la herida limpia. No tomar medicamentos sin indicación médica. Vigilar los síntomas. Buscar atención médica si la fiebre no baja o la herida empeora.

2. **Carrera de Rutas Saludables**

Los equipos escuchan diferentes situaciones reales y complicadas relacionadas con la salud y la seguridad en la montaña. Deben decidir rápido cuál de las señales (Gran Ruta, Pequeña Ruta o Sendero Local) es la mejor opción y explicar por qué. Un miembro del equipo corre a buscar la señal elegida y luego justifica su respuesta. El juego premia la rapidez, la correcta elección y la explicación clara, fomentando el trabajo en equipo y el pensamiento crítico.
Senderos, Pequeñas Rutas y Grandes Rutas

Las Grandes Rutas son caminos largos que pueden durar muchas horas o incluso días. Pasan por diferentes terrenos y suelen ser exigentes, por lo que es necesario estar en buena forma y preparar bien la salida para evitar problemas de salud. Las Pequeñas Rutas son de duración media, ideales para personas con experiencia moderada, y combinan distancia y dificultad para que la caminata sea más segura y controlada. Los Senderos Locales son rutas cortas, fáciles y bien señalizadas, pensadas para todo tipo de personas, perfectas para paseos tranquilos y para reducir riesgos por esfuerzo o condiciones difíciles

1. Una persona del grupo tiene problemas para respirar bien cuando hace esfuerzo y otra se siente débil si no come a tiempo. La ruta no tiene sombra ni sitios para descansar o beber agua durante mucho tiempo.
Respuesta: Elegir un Sendero Local o Pequeña Ruta que tenga sombra, lugares para descansar y agua, evitando la ruta larga y dura.

2. Van a salir cuando anuncian tormentas y relámpagos en la montaña. La ruta tiene zonas expuestas sin refugios cercanos y deben llegar a un lugar seguro rápido.
Respuesta: Elegir una Pequeña Ruta que sea más corta y permita llegar rápido a un refugio o lugar seguro, evitando caminos largos y peligrosos.

3. Un integrante se deshidrata fácilmente y otro se tropieza con facilidad. La Gran Ruta es larga, sin sombra y con partes difíciles de caminar.
Respuesta: No hacer la Gran Ruta, mejor una Pequeña Ruta o Sendero Local con sombra, descanso y buen camino para evitar caídas y problemas por falta de agua.

4. Alguien empieza a tener frío intenso, está temblando y se siente cansado, y están lejos de refugios o la salida.
Respuesta: Dejar la Gran Ruta y volver rápido por la ruta más corta para proteger a la persona del frío y evitar que empeore.

5. La ruta más corta pasa por un lugar donde hay animales peligrosos, pero la ruta más larga es muy larga y cansada. El grupo no tiene mucha experiencia.
Respuesta: Evitar la ruta corta peligrosa y tomar la ruta más larga pero segura, cuidándose bien y haciendo ruido para no sorprender a los animales.

6. Un miembro del grupo puede tener ataques si hace mucho esfuerzo. Quieren hacer una ruta larga con subidas difíciles y terreno irregular.
Respuesta: Elegir un Sendero Local o Pequeña Ruta fácil y sin mucho esfuerzo, evitando la Gran Ruta exigente.

7. Se está haciendo de noche, hay niebla y el grupo está cansado. Algunos quieren seguir, otros prefieren acortar.
Respuesta: Dividir el grupo. Los que están cansados y menos preparados toman el Sendero Local o Pequeña Ruta para regresar rápido, los demás continúan solo si están listos y tienen luz y equipo

3. Ruta de comunicación

Las huellas y las señales son imprescindibles para guiarse en la montaña, pero igual de imprescindible es saber comunicarse bien, sobre todo cuando la situación se complica y la salud está en juego. Por eso, en esta actividad los equipos tendrán que resolver situaciones reales y difíciles que pueden pasar en la montaña, pero con la dificultad añadida de que no podrán comunicarse de forma normal.

Cada situación tendrá una regla especial sobre cómo deben hablar o comunicarse (usando solo gestos, sonidos, palabras limitadas, señales, etc.), lo que les obligará a ser creativos, atentos y rápidos. El objetivo es que aprendan a mantener la calma y trabajar en equipo para transmitir mensajes vitales y encontrar soluciones, mientras se divierten. Sus soluciones tendrán que explicárselas a los monitores y a las responsables de la actividad, tendrán 7 min para pensar como hacerlo y 3 para explicárnoslo, para que esta prueba cumpla con el tiempo establecido solo se nos presentara a nosotros.

	1. Un compañero se ha torcido el tobillo y además tiene dolor fuerte y no puede moverse. Inmovilizar el tobillo con un vendaje firme, evitar que intente caminar, improvisar una camilla para trasladarlo con ayuda y pedir ayuda externa urgente. 2. **Alguien está muy agitado, confundido y comienza a desorientarse por el calor intenso.** Llevarlo a un lugar fresco, darle agua lentamente, aplicar paños húmedos en cuello y cabeza, controlar su estado y estar preparado para llamar a emergencias si empeora. 3**. No encuentran la mochila con el botiquín y uno de los miembros tiene una herida que necesita atención inmediata.** Organizar rápidamente una búsqueda mientras otro cuida la herida con primeros auxilios improvisados usando ropa limpia, y mantener la calma para no perder tiempo. **4. Se pierde la señal de teléfono y el guía está lejos, además empieza a oscurecer.** Enviar un equipo para buscar al guía usando linternas o señales luminosas, mientras el resto del grupo se resguarda en un lugar seguro y preparado para pasar la noche si es necesario. 5. **Un compañero tiene un corte profundo en la mano que sangra mucho y además parece que puede estar infectado.** Presionar la herida para controlar la hemorragia, limpiar con agua limpia si se puede, vendar firmemente, vigilar signos de infección y evitar usar la mano; buscar ayuda médica urgente. 6. **Empieza a llover fuerte, hay riesgo de hipotermia y el grupo está lejos del refugio.** Buscar inmediatamente un lugar natural que sirva de refugio (cueva, árboles tupidos), cubrirse con ropa o mantas, compartir calor corporal y mantener a todos secos. 7. **Un participante se ha caído al río, está mojado, temblando y muestra signos de hipotermia leve.** Secarlo con ropa seca, llevarlo a un lugar cálido, ofrecer bebida caliente si está consciente, controlar su estado y preparar un plan de evacuación si no mejora. 8. **El sendero está confuso, el grupo está dividido y algunos miembros quieren seguir un camino peligroso.** Parar y reunir a todos, explicar claramente los riesgos, decidir en grupo la ruta más segura, y si es necesario, hacer que los menos experimentados sigan a los más expertos. 9. **Un miembro tiene dolor fuerte de cabeza, mareo, y empieza a vomitar.** Ofrecer sombra y descanso, hidratar lentamente, estar atentos a signos de deshidratación grave o golpe de calor, y prepararse para buscar ayuda médica urgente. 10. **Hay un enjambre de abejas cerca, alguien ha sido picado y muestra hinchazón en la cara y dificultad para respirar.** Alejarse despacio y con calma, administrar primeros auxilios para la reacción alérgica (si se tiene medicamento, usarlo), y llamar a emergencias urgentemente.

	4. Lucha por capas En la montaña, el clima puede cambiar en cuestión de minutos. Por eso es fundamental vestirse por capas: una interior que absorba el sudor, una media que abrigue y una externa que proteja del viento o la lluvia. Así puedes ir quitando o añadiendo según el esfuerzo y el clima, y evitar tanto el frío como el calor excesivo. Esta actividad sirve para aprenderlo de forma divertida. Cada grupo elige a un representante, los demás del equipo tiene 3 minutos para ponerle encima toda la ropa posible (abrigos, bufandas, pantalones, gorros, guantes... lo que haya disponible). Una vez están todos vestidos, empieza la fase de lucha de capas. Todos los aventureros se colocan en una zona central delimitada. Durante 5 minutos, deben luchar entre sí de forma divertida y sin hacerse daño, con el objetivo de quitarle la ropa a los demás sin perder la suya. Al acabar el tiempo, la persona que tenga más ropa gana.
Materiales	**No hace falta comprar** / **Hace falta comprar** Los documentos
Evaluación *(preparación, desarrollo, asistencia, participación, monitores…)*	

FICHA DE ACTIVIDAD			
Fecha y Hora	Jueves 17, tarde	**Lugar**	RAID
Nombre de la actividad	Cuentos y leyendas del Pirineo aragonés		
Responsable(s)	Eduardo Martín, Berta de Miguel		
Objetivos	▪ Dar a conocer historias tradicionales del valle y de nuestra tierra. ▪ Crear un ambiente		
Explicación	**Antes de comenzar la tarvesía:** “La Pulsera de los Invencibles – Travesía Pirenaica” Atención, valientes. Estáis a punto de comenzar una aventura que os llevará por sendas antiguas, rodeadas de montañas que han visto pasar generaciones de viajeros, pastores y soñadores. Pero que no os engañen las mochilas ni las botas: esto no es solo una excursión. Esto es una historia. Una leyenda. Y vosotros sois los protagonistas. Pronto llegaréis a uno de los lugares más mágicos del Pirineo: el Ibón de Estanés. Un lago de aguas profundas y misteriosas, donde, según cuentan los viejos relatos, habita una Lamia.		

La Lamia de Estanés no es una criatura malvada, pero tampoco es una amiga fácil. Mitad mujer, mitad espíritu del agua, aparece algunas noches sentada junto al lago, peinando su larga cabellera dorada con un peine de oro.
Dicen que si alguien le roba el peine, queda atrapado en el ibón para siempre.
Pero también cuentan que, si un viajero respeta el silencio del lago y deja una piedra en la orilla como ofrenda, la Lamia le protege del mal tiempo, le guía entre la niebla… y le ayuda a llegar más lejos de lo que imaginaba.
Así que, cuando estéis allí… mirad con respeto. Quizás ella os esté observando.

Más adelante pasaréis junto al refugio de Lizara, donde los vientos traen historias de antiguos montañeros, y luego, cerca del refugio de Fetás, podríais sentir la presencia de Cleta, la criatura que cambia de forma con las nubes y a veces aparece como cabra, a veces como sombra, a veces como risa lejana entre los árboles.

Y un momento llegará en que levantaréis la vista… y allí estará:
El Bisaurín.
Majestuoso, imponente, como un gigante dormido que custodia los valles. No lo subiréis, pero lo veréis de cerca, y sentiréis su fuerza. Dicen que quien camina bajo su mirada, recibe parte de su poder: firmeza, silencio… y valor.

Y para eso mismo, porque esta aventura lo merece, voy a daros algo muy especial:

Una pulsera.
Pero no es cualquier pulsera.
Es la Pulsera de los Invencibles.
Mientras la llevéis puesta, podréis con el frío, con las cuestas, con los pies mojados y hasta con las historias de miedo en la tienda de campaña. Pero atención: su poder solo funciona si camináis juntos, si reís cuando todo cuesta, si os animáis unos a otros y si compartís lo que tengáis… incluso las últimas galletas.

Así que, preparaos.
Porque lo que empieza ahora no es solo una travesía por el Pirineo.
Es vuestra historia.
Una que contaréis algún día, tal vez junto al fuego, tal vez al borde de otro ibón…

Y quien sabe, quizás la Lamia de Estanés también hable de vosotros alguna noche, mientras se peina con su peine de oro.

Leyenda de la Lamia de Estanés:

Cuentan que Juan, desde pequeño, siempre había dicho que él sería pastor. Y es que se acordaba perfectamente del día en que su abuela le contó por primera vez que en el ibón de Estanés vivía una lamia.

Dicen que son las mujeres más guapas del mundo. Dicen también que viven en las aguas, por un conjuro. Dicen que tienen los pies de pato, pero que si consigues deshacer el conjuro que las tiene allí encerradas, serás rico rico; rico en dinero y rico en amores.

Así que, él bien desde pequeño miraba para arriba siempre hacia donde estaba el ibón de Estanés, y en cuanto le dejaron, subió aquel primer verano a Estanés. Estuvo todo el verano mirando las aguas. Pasó el verano, pero… no encontró la lamia. Bajó a la ribera, e incluso desde la Ribera seguía mirando para arriba a ver dónde estaría su lamia y así un año y otro año y otro año y otro año…

Hasta que un año mientras estaba allí sentado con sus ovejas mirando las cristalinas aguas, vio que en el centro de ibón aparecían unas ondas, y poco a poco cada vez se hacían más grandes, y de repente, cómo una cabeza de pelo lacio, rubio y brillante sobresalía de las aguas. Estaba viendo a su lamia. Y efectivamente, la lamia fue andando sobre las aguas y llegó hasta la orilla. Le dijo:

—Juan, llevo muchos años viéndote y creo que tú me puedes ayudar, pero ya sabes que para salir de aquí tienes que deshacer mi conjuro. El acertijo es este, tienes 3 noches hasta que salga el sol para poder deshacerlo, atento.

Y entonces le dijo:

—Para salir de aquí tienes que venir ni vestido ni desnudo, ni a pie ni a caballo ni comido ni sin comer. Escúchame bien ¿eh?, que te lo vuelvo a decir. Ni vestido ni desnudo, ni a pie ni a caballo, ni comido ni sin comer.

Juan estaba absorto, no entendía lo que le estaba diciendo, así que ella se lo volvió a repetir:

—Juan escucha bien, ni vestido ni desnudo, ni a pie ni a caballo, ni comido ni sin comer.

En ese mismo instante, regresó hacia el centro del ibón y desapareció. Juan se levantó, empezó a tirarse de los pelos, mesarse las barbas y dijo:

—¡Pero ahora qué hago, pero ahora qué hago! ¡Pero si solo tengo 3 días cómo voy a pensar en esto! Ni vestido ni desnudo, ni a pie ni a caballo, ni comido ni sin comer, ¡pero si esto es imposible!

Así que se quedó allí pegado a la orilla, se sentó apoyó los codos sobre sus piernas y las manos sobre su frente y empezó a pensar, y a pensar, y a pensar. Se hizo la noche, llegaron los pastores y empezaron a cenar, pero Juan ni se acercaba, así que el mayoral dijo:

—Anda, bajar a buscar a ese que no sé qué le ha pasado, se habrá quedado dormido o atontado.

Y bajó uno a buscarlo, pero Juan no le hacía ni caso. Le decía:

—Ni vestido ni desnudo, ni a pie ni a caballo ni comido ni sin comer; ni vestido ni desnudo, ni a pie ni a caballo, ni comido ni sin comer…

El pastor subió para arriba y le dijo al mayoral:

—Qué te digo, no sé qué le pasa, está ahí medio atontado no más hace que repetir: ni vestido ni desnudo, ni a pie…

El mayoral enseguida lo entendió y dijo:

—No, no le digáis, ni os acerquéis. Lo que le ha pasado es que ha visto a la lamia, está medio fato ¿es que no lo veis?

Bueno, los pastores con el mayoral le miraron como si fuera alguien tocado por la magia, pero claro había que deshacer el conjuro. Le acercaron un plato de migas y llegó la noche más oscura, pero él seguía allí sin dormir. Ni miraba la comida, ni tenía sed, ni se movía absolutamente nada. Simplemente repetía:

—Ni vestido ni desnudo, ni a pie ni a caballo, ni comido ni sin comer; ni vestido ni desnudo, ni a pie ni a caballo, ni comido ni sin comer…

Cuando amaneció, los pastores se levantaron y ahí seguía Juan, repitiendo y repitiendo todo el tiempo: ni vestido ni desnudo, ni vestido ni desnudo… Pero ¿qué le pasará? Pasó el día entero, le volvieron a llevar unas sopas, un poco de pan, un poco de queso… Los pastores lo miraban ya no sabían si con admiración o casi con pena, el reto realmente era difícil.

Al anochecer, volvieron a hacer las migas, le volvieron a bajar un plato pero todavía tenía allí al lado el del día anterior. Y así pasó el segundo día y llegó también la última noche, y cuando ya casi clareaba el día, el pobre Juan estaba ya que no sabía qué hacer cuando de repente tuvo una idea: ni vestido ni desnudo ni a pie ni a caballo ni comido ni sin comer… ¡Ahora lo veréis!

Cuando ya empezaban a asomar los primeros rayos del sol, volvieron a salir esas ondas del centro de ibón, y poco a poco sobresalió la cabeza y después el cuerpo de la hermosa mujer, que se acercó hasta la orilla, y allí se encontró a Juan. Le dijo:

—Juan, ¿has podido deshacerme el conjuro?

Y dijo:

—¿Es que no me ves? Mira, vengo vestido con mi tresmayo, con en el que utilizo para pescar truchas aquí en el ibón, así que no voy ni vestido ni desnudo. Voy montado en mi mejor choto, por lo tanto no voy ni a pie ni a caballo. Y dentro de la boca, si te miras bien, llevo un grano de ordio así que ni comido ni sin comer.

Dicen que en ese mismo momento la lamia pudo poner un pie fuera del agua, y cuentan que todavía en el valle recuerdan cómo vieron a la mujer más hermosa del mundo y como nunca jamás ha habido otro pastor tan enamorado. Y cuento contado la chaminera al tejado y del tejado al coso para que no lo escuche ningún mocoso.

Leyenda de la Diabla de Esposa

Introducción:

La **Iglesia de San Bartolomé** de Esposa es un templo románico del **siglo XIV.** En su interior llama la atención el retablo dedicado al santo (san Bartolomé), que según la tradición consiguió derrotar al diablo pese a todo lo que este le ofrecía. La escena lo muestra triunfante con la diabla tirada en el suelo.

Se trata de una **representación única en Aragón**, donde solo otra localidad cuenta con un diablo representado en su altar mayor, Villanúa. La diabla de Esposa es una figura conocida en la zona. Una antigua leyenda popular cuenta que en los días de tormenta la diabla de Esposa y el diablo de Villanúa se encuentran en el **barranco de La Fuente.**

Diversos documentos atestiguan la **presencia de brujas** en el valle de Aísa en la Edad Media. En Esposa hay constancia de varios juicios a mujeres acusadas de brujería que terminaron quemadas en la hoguera. La toponimia de la zona también lo refleja. Cerca de Esposa, precisamente en Villanúa, se puede visitar la **Cueva de las Güixas.**

Historia:

Cuentan los más viejos del valle de Aísa que hay cosas que es mejor no nombrar, especialmente al caer la noche. Y una de ellas es la Diabla de Esposa.

Esposa es un pueblo pequeño, encajado entre las montañas. Tiene un puñado de casas, una iglesia con su campana rota y un camino de piedra que lleva al monte. En verano, todo parece tranquilo: los cencerros suenan a lo lejos, los campos huelen a heno, y las estrellas se ven como cuchillitos de plata en el cielo. Pero cuando llega el otoño y los días se acortan, el viento empieza a correr entre los tejados, y los vecinos bajan las persianas antes de que oscurezca.

Por miedo.

Miedo a ella.

La historia comienza hace muchos años, cuando vivía en Esposa una mujer solitaria, de nombre desconocido. Algunos la llamaban la Moza del Pinar, otros simplemente la bruja. Tenía el pelo negro y largo, vestía siempre con un chal raído que arrastraba por el suelo, y nunca miraba a nadie a los ojos. Se decía que sabía leer las estrellas, curar con raíces y que las alimañas no se le acercaban.

Una noche de tormenta —de esas que hacen temblar las piedras del monte—, desapareció un niño. Se llamaba Mateo y tenía solo 7 años. Había salido a buscar a su perro y nunca volvió.

Su madre lo buscó gritando por las calles:

—¡Mateo! ¡Mateíco, vuelve a casa!

El padre subió hasta la ladera con una linterna. Y al llegar al pinar, vio algo que lo heló: unas huellas pequeñas en el barro que llevaban hasta el claro... y desaparecían. A su lado, había marcas de pies descalzos. Grandes. Más grandes que los de cualquier persona.

Nadie se atrevió a seguirlas.

Al día siguiente, fueron a preguntar a la mujer. Golpearon su puerta, pero no respondió. Entraron. En el centro de la estancia había un cuenco con agua turbia y una rama de boj flotando. En la chimenea, una olla humeaba con un olor extraño. Y en una repisa… un zapato de niño.

—¡Ha sido ella! —gritó alguien—. ¡Ella lo ha cogido!

La ataron y la llevaron a la plaza.

—¿Dónde está el niño? —le preguntó el cura.

Ella sonrió, pero no con los labios… sino con los ojos, fríos y profundos.

—El niño no es mío ni vuestro. Es del monte. Como yo.

—¿Qué has hecho? —gritó la madre.

La mujer no respondió.

—¡Es bruja! ¡Es del demonio! ¡Que pague! —vociferaron otros.

La sentencia fue rápida. Al anochecer, la ataron a un poste y encendieron la leña. Dicen que no gritó. Que se quedó quieta. Y justo cuando las llamas le alcanzaban los pies, escupió al suelo y dijo:

—Esposa no tendrá paz. Cada hijo perdido será devuelto. Pero no como lo esperáis.

La campana de la iglesia repicó sola esa noche.

Desde entonces, en Esposa no se vive igual.

Cada cierto tiempo —una vez cada muchos inviernos— desaparece alguien. A veces una cabra, otras una oveja. Una vez fue un mozo que volvía borracho de Aísa. Nunca se le volvió a ver. Solo encontraron su bastón, apoyado en la puerta del pinar, y un rastro de ceniza.

Pero lo más raro pasó hace solo unos años. Unos niños del pueblo, como vosotros, decidieron jugar una noche al escondite. Uno de ellos, Jorge, se escondió detrás del pilón. Lo buscaron y buscaron, pero no lo encontraban. Cuando estaban a punto de rendirse, apareció solo, caminando desde el pinar, descalzo, con los pies mojados y el pelo lleno de hojas.

Le preguntaron:

—¿Dónde estabas? ¡Nos tenías asustados!

Y él dijo:

—Estaba jugando con la señora del bosque. Me ha enseñado una canción.

—¿Qué señora?

—La que no tiene sombra.

Desde entonces, los del pueblo lo miran raro. Él no recuerda bien lo que pasó. Pero a veces se queda mirando al monte… y sonríe.

Por eso, si alguna vez pasas por Esposa al anochecer, y ves una figura entre los árboles, no la sigas. Si oyes una risa suave detrás de ti, no te gires. Y si un niño desaparece, no lo busques en los caminos. Búscalo en las sombras del bosque.

Allí vive la Diabla de Esposa.

	Y no le gusta estar sola.	
Material necesario	**No hace falta comprar**	**Hace falta comprar**
	▪ Textos para leer	▪
Evaluación *(preparación, desarrollo, asistencia, participación, monitores…)*		

FICHAS DE ACTIVIDAD MIÉRCOLES 16

PLANIFICACIÓN MIÉRCOLES 16		
Hora	**Actividad**	**Obs.**
Mañana		
09.30 h	RAID	
11.00h Almuerzo		
11.30 h	RAID	
13.00h Comida		
15.30 h	YOGA - ELENA	
17.00h Merienda		
17.30 h	HUGO – FAUNA Y FLORA	
19.15h Acto comunitario		
19.30h Cena		
21:30 h	CUENTOS Y LEYENDAS DEL PIRINEO – EDU Y BERTA	
23.00h Dormir		

FICHA DE ACTIVIDAD			
Fecha y Hora		**Lugar**	Valle de Aísa
Compromiso	Ambiental	**Especialidad**	
Nombre de la actividad	Exploradores del valle de Aisa		
Responsable(s)	Hugo Herrero		
Objetivos	Crear un cuadernillo de campo de el valle de aisa Instruir a la tropa sobre fauna y flora y conocimiento de especies Concienciar a la tropa acerca de el peligro que corren las especies salvajes amenazadas.		
Explicación	Ambientación tipo programa de televisión: “¡Bienvenidos a ‘Exploradores Salvajes del Valle de Aísa’! Hoy, seis equipos competirán por demostrar quiénes son los mejores protectores del valle.” FASE 1 – “SABIDURÍA SALVAJE” Se agrupan de dos en dos patrullas y cada grupo recibe 4 animales y 2 plantas con su imagen descripción y nombre que tendrán que agrupar, cada vez que un grupo agrupe un animal o planta		

	se expondrá a toda la tropa y se pegará la información en cuaderno que yo proporcionaré para crear un cuadernillo de campo que acompañará a la tropa durante el resto del raid Ejemplo: Imagen: Quebrantahuesos → Pista: "Este ave rompe huesos desde el aire para alimentarse." FASE 2 – "GUARDABOSQUES EN ACCIÓN" Cada grupo recibe una situación realista de amenaza ambiental, enfocada en especies en peligro: 1. Basura en río donde vive el desmán ibérico. 2. Excursionistas molestan nido de quebrantahuesos. 3. Pisar plantas protegidas en zona de alta montaña. 4. Uso de drones cerca de una zona de cría. 5. Nieve artificial afecta al hábitat de la rana pirenaica. 6. Sendero abierto sin control en zona de sarrio. Objetivo: imaginar una solución como si fueran guardabosques. Lo presentan como si fuera un reportaje de TV (se puede actuar o improvisar una mini noticia). Se aportarán imágenes o noticias de periódico relacionadas. Se valoran creatividad, conocimiento y compromiso. The Floor En un 3x3 de casillas se coloca un representante de cada patrulla quedando así tres casillas libres el objetivo es conquistar el mayor numero de casillas posibles , los jugadores solo pueden moverse

	hacia adelante o hacia atrás y nunca en diagonal, para conquistar una casilla libre hay que responder correctamente a una pregunta tipo test, la patrulla tendrá que levantar su cartulina correspondiente con letra de la respuesta. Cuando un concursante quiera retar a otro y quitarle la casilla tendrá que jugar al juego de The Floor en el que cada concursante dispondrá de 1 minuto a tiempo parado para poner nombre a las imágenes que yo les enseñaré, irá por turnos y el tiempo se irá agotando durante el turno de cada uno, se cambiará de turno cuando el concursante acierte la imagen que será o bien un animal o una planta, si el concursante no sabe la respuesta podrá decir paso y pasaré a la siguiente imagen las imágenes se pueden repetir a lo largo de las rondas, por eso todos los troperos deberán estar muy atentos, el concursante que pierda el reto será el primero que agote su tiempo y además de no ganar otra casilla perderá en la que se encuentra, si un concursante pierde todas sus casillas queda eliminado del juego. Los concursantes pueden elegir si aceptar el reto o no. PREGUNTAS 1. ¿Qué come el quebrantahuesos principalmente? A) Frutas del bosque B) Huesos C) Insectos 👉 Respuesta correcta: B 2. ¿Qué animal vive solo en los Pirineos? A) Zorro rojo B) Rana pirenaica C) Corzo 👉 Respuesta correcta: B 3. ¿Qué árbol forma grandes bosques en el Valle de Aísa? A) Haya B) Olivo C) Pino piñonero 👉 Respuesta correcta: A

4. ¿Qué animal tiene el hocico alargado y vive cerca de ríos y arroyos?

A) Desmán ibérico

B) Ardilla común

C) Tejón

👉 Respuesta correcta: A

5. ¿Qué mariposa vive en las zonas altas y está en peligro?

A) Mariposa monarca

B) Apolo pirenaico

C) Vanesa de los cardos

👉 Respuesta correcta: B

6. ¿Qué debemos hacer si encontramos basura en un sendero?

A) Ignorarla

B) Recogerla si podemos o avisar

C) Tirarla al río para que no se vea

👉 Respuesta correcta: B

7. ¿Por qué está en peligro el desmán ibérico?

A) Porque hay demasiados zorros

B) Por la contaminación de los ríos

C) Porque vive en árboles muy altos

👉 Respuesta correcta: B

8. ¿Qué animal es un gran trepador de montañas y tiene cuernos curvados?

A) Ciervo

B) Cabra doméstica

C) Sarrio

👉 Respuesta correcta: C

9. ¿Cuál de estos animales es un gran polinizador?

A) Águila real

B) Abeja

C) Lobo ibérico

👉 Respuesta correcta: B

10. ¿Qué debemos hacer si vemos a un animal salvaje?

A) Acercarnos mucho para hacerle una foto

B) Gritarle para que se mueva

C) Observar en silencio y no molestar

👉 Respuesta correcta: C

11. ¿Qué ave pirenaica rompe los huesos desde el aire?

A) Milano negro

B) Quebrantahuesos

C) Cernícalo

👉 Respuesta correcta: B

12. ¿Cuál de estas especies no está en peligro?

A) Rana pirenaica

B) Desmán ibérico

C) Gato doméstico

	👉 Respuesta correcta: C 13. ¿Qué flor es típica de zonas alpinas y está protegida? A) Rosa B) Edelweiss C) Margarita 👉 Respuesta correcta: B 14. ¿Cuál es una buena forma de cuidar la flora del valle? A) Cortar flores para llevarlas a casa B) No salirse de los senderos C) Plantar lo que queramos sin preguntar 👉 Respuesta correcta: B 15. ¿Qué animal pirenaico es muy difícil de ver y está casi desaparecido? A) Oso pardo B) Zorro C) Buitre leonado 👉 Respuesta correcta: A COMPROMISO FINAL El presentador felicita a todos y entrega un Certificado de Explorador del Valle de Aísa a cada grupo, se da un diploma a cada tropero para que ponga su nombre y su compromiso ecológico. Se colocan todos en un “mural de los exploradores” o se guardan como recuerdo.

	No hace falta comprar	**Hace falta comprar**

Material necesario	Imágenes y diplomas impresos	Cartulinas, mini cuadernos de campo
Evaluación *(preparación, desarrollo, asistencia, participación, monitores…)*		

FICHAS DE ACTIVIDAD JUEVES 17

PLANIFICACIÓN JUEVES 17		
Hora	**Actividad**	**Obs.**
Mañana		
09.30 h	RAID	
11.00h Almuerzo		
11.30 h	RAID	
13.00h Comida		
15.30 h	YOGA - ELENA	
17.00h Merienda		
17.30 h	NOA Y RAQUEL -	
19.15h Acto comunitario		
19.30h Cena		
21:30 h		
23.00h Dormir		

FICHA DE ACTIVIDAD			
Fecha y Hora	Jueves 17 – 17:30	**Lugar**	Campamento de verano, Aísa
Compromiso	Ambiental y espiritual	**Especialidad**	Montaña e introspección
Nombre de la actividad			
Responsable(s)	Noa, Raquel y Rut		
Objetivos	• Observar y conocer mejor el entorno natural de la montaña • Descubrir nuestro límites y capacidades personales • Apreciar la importancia de cuidar y respetar el entorno de la montaña • Fortalecer la conexión de uno mismo con la montaña o un entorno natural • Entender la relación entre lo que pasa fuera (en la montaña, en nuestro alrededor) y lo que pasa dentro (en nosotros)		
Explicación			

Esta actividad, va a estar ambientada en supervivientes, y al finalizar el programa, cada uno habrá adquirido nuevos conocimientos de supervivencia en la montaña, y habrá aprendido sobre sí mismo, haciendo de este programa una experiencia inolvidable para cada uno de los participantes.

Al ser un reality show, algunos momentos como las presentaciones de los grupos o el cierre final serán grabados y todo esto se montará, como si realmente este programa hubiera existido en la vida real.

Cada persona pertenecerá a una tribu con la cual, pasará la mayor parte del tiempo durante el programa, así entre todos se podrán conocer mucho más. Durante el programa se realizarán una serie de pruebas donde los grupos podrán ganar puntos y así poder ganar el programa

Dia 2: CASTING Y LLEGADA A LA ISLA

“El grupo ha sido dividido en pequeñas tribus. Cada tribu convivirá y se enfrentará a desafíos de supervivencia. Pero para sobrevivir, primero hay que conocerse…”

Primero, presentaremos a los grupos que van a participar, que estarán formados por gente que no tenga mucha relación entre sí, para que se puedan conocer mejor entre ellos.

Ya formados los grupos, cada uno deberá elegir su nombre, símbolo, lema, etc., para que así luego puedan ser presentados al resto de los concursantes. Y dirán rápidamente qué esperan del resto de grupos.

Para finalizar el día, harán el test de las 16 personalidades MBTI

Este test, también conocido como el Indicador de Tipo Myers-Briggs (MBTI), clasifica la personalidad en 16 tipos distintos basados en cuatro dimensiones principales. Estas dimensiones son: extroversión o introversión, sensación o intuición, pensamiento o sentimiento, y juicio o percepción. El test evalúa las preferencias individuales en cada una de estas dimensiones para determinar el tipo de personalidad único de cada persona.

1. Extrovertido (E) / Introvertido (I)

1. Cuando llegas a un lugar nuevo...

- **E**: Te emocionas por conocer a todos y empezar.
- **I**: Prefieres observar primero y conocer poco a poco.

2. En actividades de grupo...

- **E**: Hablas mucho, propones ideas y participas sin miedo.
- **I**: Escuchas, piensas bien antes de hablar y participas si lo ves claro.

3. En tu tiempo libre…

- **E**: Prefieres estar con gente o hacer algo activo.
- **I**: Te gusta tener momentos tranquilos a solas o con poca gente.

2. Sensorial (S) / Intuitivo (N)

4. Cuando estás en una excursión…

- **S**: Te fijas en lo que ves, oyes o tocas.
- **N**: Te imaginas historias o significados detrás del lugar.

5. Al aprender algo nuevo…

- **S**: Necesitas ejemplos claros y pasos concretos.
- **N**: Prefieres ideas generales y ver cómo se conectan.

6. Al resolver un problema…

- **S**: Usas lo que ya sabes o has hecho antes.
- **N**: Pruebas ideas nuevas y distintas, aunque sean raras.

3. Pensador (T) / Emocional (F)

7. Si alguien del grupo comete un error…
   T: Piensas en lo que es justo o correcto.

- **F**: Piensas primero en cómo se siente esa persona.

8. Cuando hay un conflicto en tu grupo…

- **T**: Intentas resolverlo con lógica.
- **F**: Intentas que todos se sientan bien.

9. Al tomar decisiones…

- **T**: Te guías por lo que tiene más sentido.
- **F**: Te guías por lo que es mejor para todos.

4. Calificador (J) / Perceptivo (P)

10. Cuando preparas una mochila para acampar…

- **J**: La haces con antelación y revisas todo.
- **P**: La haces al momento y confías en que saldrá bien.

11. Si algo no sale como esperabas…

- **J**: Te frustra y prefieres seguir el plan.
- **P**: Te adaptas rápido y lo ves como una aventura.

12. Cuando tienes tiempo libre en campamento…

- **J**: Te gusta saber qué viene después.
- **P**: Te gusta decidir sobre la marcha.

CÓMO SACAR TU TIPO DE PERSONALIDAD

1. En cada grupo de 3 preguntas, apunta la letra que elegiste más veces.
2. Forma tu tipo con las 4 letras:
   Ejemplo: **E + N + F + P = ENFP**

Analistas (Intuitivos y Pensadores)

- **INTJ (Arquitecto):** Son estrategas visionarios que planifican con precisión el futuro, enfocándose en la lógica y la eficiencia para alcanzar sus metas. Buscan el conocimiento y la maestría, a menudo desmantelando y reconstruyendo sistemas complejos en su mente.
- **INTP (Lógico):** Siempre curiosos, estos pensadores analíticos adoran explorar ideas abstractas y resolver problemas complejos de forma original. Suelen ser independientes y disfrutan de la libertad de seguir sus propios intereses intelectuales.
- **ENTJ (comandante):** Nacidos para liderar, los ENTJ son decididos y organizados, capaces de movilizar a otros para lograr grandes objetivos. Se centran en la eficiencia y no temen tomar las riendas para implementar sus visiones audaces.
- **ENTP (Debatiente):** Ingeniosos y desafiantes, disfrutan del debate intelectual y exploran nuevas ideas con entusiasmo. Son versátiles y a menudo encuentran soluciones creativas a problemas que otros ni siquiera han considerado.

Diplomáticos (Intuitivos y Sentimentales)

- **INFJ (Abogado):** Con una profunda empatía y un fuerte sentido de propósito, los INFJ buscan ayudar a los demás a alcanzar su potencial. Son idealistas que persiguen causas significativas, actuando con convicción y compasión.
- **INFP (Mediador):** Creativos y auténticos, los INFP se guían por sus valores internos y buscan la armonía en todo lo que hacen. Son imaginativos y a menudo expresan su profunda sensibilidad a través de la expresión artística.
- **ENFJ (Protagonista):** Inspiradores y carismáticos, los ENFJ son líderes naturales que motivan a otros con su entusiasmo y visión. Se preocupan profundamente por el crecimiento y el bienestar de las personas a su alrededor.
- **ENFP (Activista):** Entusiastas y sociables, los ENFP contagian su energía positiva y su mente abierta a quienes los rodean. Disfrutan explorando nuevas posibilidades y conexiones, siempre listos para una aventura.

Centinelas (Sensoriales y Juiciosos)

- **ISTJ (Logista):** Son individuos responsables y organizados que valoran la tradición y la fiabilidad. Los ISTJ son prácticos y se aseguran de que las cosas se hagan correctamente, prestando atención a los detalles.
- **ISFJ (Defensor):** Los ISFJ son dedicados y protectores, siempre dispuestos a cuidar de sus seres queridos y cumplir con sus deberes. Son confiables y a menudo ponen las necesidades de los demás antes que las suyas.
- **ESTJ (Ejecutivo):** Eficientes y directos, los ESTJ son líderes que organizan y ejecutan planes de manera efectiva. Son prácticos y se aseguran de que las normas se sigan y los objetivos se cumplan.
- **ESFJ (Cónsul):** Sociables y amigables, los ESFJ son el alma de la fiesta y disfrutan de la interacción social. Son serviciales y se esfuerzan por mantener la armonía y el bienestar de su comunidad.

Exploradores (Sensoriales y Perceptivos)

- **ISTP (Virtuoso):** Son lógicos y prácticos, disfrutan de la resolución de problemas y de trabajar con sus manos. Los ISTP son adaptables y observadores, capaces de reaccionar rápidamente a nuevas situaciones.
- **ISFP (Aventurero):** Artísticos y sensibles, los ISFP viven el momento y disfrutan de la belleza que les rodea. Son espontáneos y buscan experiencias que resuenen con sus emociones y valores personales.
- **ESTP (Emprendedor):** Enérgicos y audaces, los ESTP son amantes de la acción que disfrutan de la emoción de nuevas experiencias. Son pragmáticos y buenos para improvisar, lidiando con los desafíos a medida que surgen.
- **ESFP (Animador):** Espontáneos y alegres, los ESFP son el centro de atención y disfrutan entreteniendo a los demás. Son sociables y buscan el disfrute en cada momento, contagiando su entusiasmo a quienes los rodean.

DÍA 1 (se explicará por la noche): SUPERVIVENCIA EN LA TRIBU (aunque esta actividad se realizará al día siguiente)

"Ahora que ya conocéis a vuestra tribu, os enfrentaréis a situaciones de supervivencia real. ¿Seréis capaces de coordinaros sin perder vuestra esencia?"

En este día se realizarán dos actividades

ACTIVIDAD 1: LA BRÚJULA MALDITA

Esta prueba se llevará a cabo mientras andamos, en la que el objeto más temido será una brújula, la cual ira pasando obligatoriamente por las personas cuando alguien se queje, tenga pensamientos negativos de "no puedo más" "quiero parar" "cuando bebemos agua" etc., sin embargo, también puedes dar la brújula a otra persona si esta no está atenta a que se la colocas, si por otro lado esta se percata la sigues teniendo tú.

Al finalizar el día, todas las personas que hayan poseído la brújula durante la travesía tendrán que realizar una prueba aleatoria como penalización.

Las pruebas/penalizaciones son las siguientes, las personas que tenían algo teórico, en alguna parada lo deberán de compartir con el resto de la unidad:

1. **¿Dónde está el norte? Debe señalar rápidamente donde cree que se sitúa el norte sin utilizar ningún tipo de herramienta, después justificar en que se ha fijado.**

Si el sol está a tu derecha, estás mirando hacia el este, y el norte estaría a tu izquierda. Al mediodía, el sol está en su punto más alto y se encuentra en dirección sur. Por la tarde, el sol se mueve hacia el oeste, y si está a tu izquierda, estás mirando hacia el oeste, y el norte estaría a tu derecha.

En los árboles el musgo tiende a crecer en mayor cantidad en la cara norte de árboles y rocas en el hemisferio norte, debido a que esta zona suele ser más húmeda y sombreada.

2. **Llevar una de las basuras (al día siguiente)**

3. **Situación: Vas caminando por la montaña, pero se te presenta una dificultad en la cual pierdes todos tus objetos di los 3 que no te desprenderías en ninguna ocasión y por qué.**

4. **¿Qué usarías para construir un refugio? Nombra ubicación y que materiales utilizarías y sus pasos.**

Si el tiempo cambia en la montaña, puedes montar un refugio rápido con una lona, cuerda y dos piquetas. Busca un lugar seco, elevado y protegido del viento, como junto a una roca o árbol. Ata la cuerda entre dos árboles y extiende la lona encima. Si llueve, forma una tienda triangular para que el agua escurra; si hace viento, baja un lateral al suelo como un toldo inclinado. Coloca hojas, ramas o la mochila debajo para aislarte del suelo, y usa piedras si no tienes suficientes piquetas. Se monta en pocos minutos y ofrece protección básica ante el mal tiempo.

5. **Nombra los peligros que puede ver en una travesía y como poder reaccionar ante ellos brevemente.**

Caídas o golpes: Quedarse quieto y llamar a un monitor. Si pueden, ayudan a levantarse con cuidado.

Perderse o desorientarse: No seguir caminando solos. Parar y hacer señales para que los monitores los encuentren.

Cambios de tiempo: Usar ropa extra de la mochila y buscar juntos un lugar seguro.

Frío o hipotermia: Ponerse ropa extra y mantenerse activos. Avisar siempre al monitor.

Encuentro con animales: Quedarse juntos, no gritar ni correr, y llamar a los monitores.

6.**Habla con tu compañero sobre una situación: te pierdes por la montaña y no hay nadie por tu alrededor, no tienes móvil ¿Qué harías para encontrarlos?** Después consúltalo con un monitor para ver si habéis acertado.

Las tribus irán consiguiendo puntos según cómo hayan realizado estas pruebas, según si han atendido o no durante las explicaciones o según como se tomen las actividades, y al final del día grabaremos a cada equipo, para que nos digan a que equipo elijen para quitarle puntos. Al primero que elijan les quitará 3 puntos, al segundo 2 y al tercero 1.

Además, según la cantidad de personas de la tribu que hallan poseído la brújula durante el día supondrá una penalización para el equipo. Es decir, si una persona del equipo ha mantenido la brújula durante un periodo de tiempo, se le restará un punto, y si a lo largo del día la vuelve a tener, entonces se le restará otra vez otro punto al equipo.

Entonces, si tres personas han tenido la brújula durante la travesía una vez, y otra persona la ha tenido dos veces, entonces al equipo se le restará 5 puntos a la tribu.

DÍA 2: VELADA FINAL

<table>
<tr><td></td><td colspan="2">“Solo los verdaderos supervivientes no vencen a la naturaleza... sino que aprenden a convivir con ella y consigo mismos.”

CIERRE FINAL:

PARTE 1: Reflexión

“Durante estos tres días hemos caminado, cocinado, discutido, cooperado, reído y, sobre todo, sobrevivido.
Pero... ¿qué es lo que realmente hemos aprendido?”

Para que sea más dinámico y más gente pueda participar, las reflexiones se realizarán junto a la tribu. Así se compartirán mejor las ideas y cada persona se sentirá más cómoda.

• ¿Qué parte del camino me enseñó algo sobre mí mismo?
• ¿Qué momento me hizo sentir parte del grupo?
• ¿Con quién me sorprendí conectando?
• ¿Qué he descubierto sobre cómo soy cuando me sacan de mi zona de confort?

PARTE 2: Hoguera de confrontación

Y ahora… ha llegado el momento más esperado. El juego de Supervivientes no ha sido solo una travesía… ha sido una historia de alianzas, retos, decisiones y emociones fuertes. Es momento de descubrir la verdad...”

Lectura de frases anónimas (que hayan dicho durante las entrevistas del segundo día): “Durante el juego nos sentimos traicionado cuando…”, “Yo creo que el más estratega ha sido…”, “La persona que más ha crecido es…”, etc.

Por último, anunciaremos los puestos según hayan quedado las tribus (es decir, primero anunciaremos el último puesto, luego el penúltimo, etc. Y por último el primero)</td></tr>
<tr><td rowspan="2">Material necesario</td><td>No hace falta comprar</td><td>Hace falta comprar</td></tr>
<tr><td>Papel y boli
Brújula
Cámara</td><td></td></tr>
<tr><td>Evaluación (preparación, desarrollo, asistencia, participación, monitores…)</td><td colspan="2"></td></tr>
</table>

<table>
<tr><th colspan="3">FICHA DE ACTIVIDAD</th></tr>
<tr><td>Nombre de la actividad</td><td colspan="2">Marcador puntos Addax TV transversal a todo el campamento</td></tr>
<tr><td>Responsable</td><td colspan="2">María</td></tr>
<tr><td>Objetivos</td><td colspan="2">● Dotar de hilo conductor al campamento, ambientado en la aventura
● Contabilizar los puntos de todas las actividades para la supervivencia
● Generar una competitividad sana</td></tr>
<tr><td>Explicación</td><td colspan="2">En un momento que haya de los primeros días, se les enseñará el pedazo de marcador de Addax TV en el que se irán apuntado todos los puntos que consiga cada patrulla en las actividades durante el campamento.

El objetivo final de esta actividad transversal debe ser secreto: De esta manera el día de supervivencia contaremos directamente los puntos del marcador sin tener que hacer un juego extra de puntos. Hemos notado los monitores que generalmente ya se huelen qué día va a ser la supervivencia y durante el juego de ese día dan mucho más de sí que en el resto de días, para conseguir más puntos/comida para la supervivencia. Con esto pretendemos intentar asegurarnos que disfrutan y dan el máximo de sí en todos los juegos. Logísticamente u organizativamente también nos va mejor este año, ya que no sobran huecos para hacer actividades (este año muchos niños han querido hacer actividades de especialistas y los hemos priorizado).

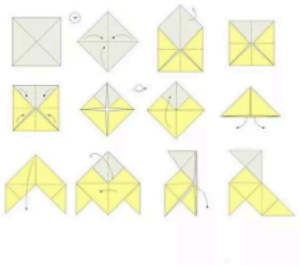
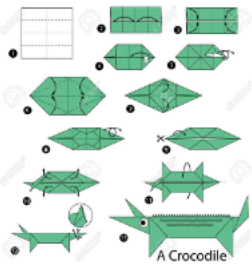
</td></tr>
<tr><td rowspan="2">Material necesario</td><td>No hace falta comprar</td><td>Hace falta comprar</td></tr>
<tr><td>Pizarra
Trozos cartulina + Rotuladores</td><td>Rotuladores de pizarra
Cartulina marrón grande</td></tr>
<tr><td>Evaluación (preparación, desarrollo, asistencia, participación, monitores…)</td><td colspan="2"></td></tr>
</table>

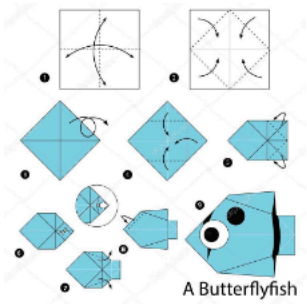
FICHAS DE ACTIVIDAD VIERNES 18

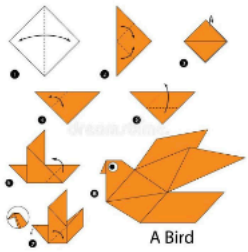
PLANIFICACIÓN		
Hora	**Actividad**	**Obs.**
Mañana		
09.30 h	RAID	
11.00h Almuerzo		
11.30 h	RAID	
13.00h Comida		
15.30 h	DUCHAS Y YOGA ELENA	
17.00h Merienda		
17.30 h	PAPIROFLEXIA ANDRÉS	
19.15h Acto comunitario		
19.30h Cena		
21:30 h	SEXUALIDAD MONITORA MARÍA	
23.00h Dormir		

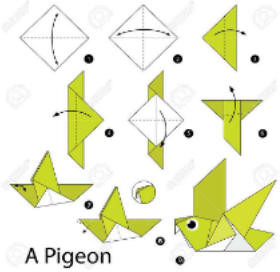
FICHA DE ACTIVIDAD			
Fecha y Hora	12/07/25 16:00	**Lugar**	Aísa
Nombre de la actividad	¿Un simple papel?		
Responsable(s)	Andrés Gonzalo		
Objetivos	▪ Conocer que es la papiroflexia ▪ Aprender a crear a los animales de tu patrulla		
Explicación	En esta actividad estamos en un programa televisivo, art attack y da la casualidad de que justo en el programa de hoy es la final, leeré un texto sobre la papiroflexia y empezaremos. TEXTO: "Un simple papel" ¿Alguna vez te has parado a pensar en lo que puede hacer un simple trozo de papel? A primera vista, parece algo sin importancia: una hoja blanca, fina, que se arruga fácilmente. Pero en realidad, el papel es mucho más que eso. En él se pueden escribir historias, dibujar mundos, tomar apuntes que te ayudan a aprender… pero también puedes transformarlo. Con tus manos, con paciencia y creatividad, ese papel se puede convertir en algo totalmente distinto: un pájaro, una flor, un dragón, un avión que vuela de verdad. Sin tijeras, sin pegamento. Solo papel, solo tus dedos. Eso es la papiroflexia, también conocida como origami. Una forma de arte que nació hace cientos de años y que sigue viva porque conecta con algo que todos tenemos: la capacidad de imaginar y de crear.		

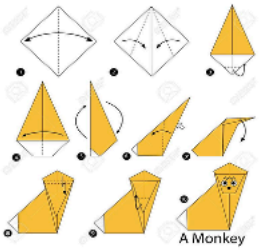
	Doblar papel no es solo una forma de entretenerse. También te ayuda a concentrarte, a ser más preciso, a relajarte cuando tienes la cabeza llena de cosas. Y lo mejor es que no necesitas nada caro ni complicado. Solo una hoja. Y tú. Hoy vas a aprender que incluso lo más sencillo puede tener valor. Que con algo tan básico como el papel, puedes crear figuras increíbles y, de paso, descubrir todo lo que puedes hacer cuando te atreves a intentarlo. ¿Listo para transformar lo simple en algo especial? Vicente Van Coco acaba de perder sus cartulinas sagradas de cada animal de la tropa, entonces cada patrulla está a punto de descubrir donde han escondido sus cartulinas ayudando así a conseguir las cartulinas desaparecidas. Voy a pensar en lugares específicos del campamento poniendo alguna pista o acertijo que los lleve a ellos, en cada sitio estará dicho sobre con 6 papeles distintos por patrullas que contienen un acertijo que los lleva a el siguiente acertijo y para que ningún grupo se salte el lugar a donde hay que llegar debe tener en mano los 6 papeles de los sobres y además para no decirse donde están las bases cada grupo empezara de un lugar distintos. Cuando todos los grupos encuentren sus cartulinas y cojan las instrucciones crearan sus animales de patrulla, y al terminarlo las decoraran con pinturas. Al final haremos un concurso para votar los mejores animales de papiroflexia de cada patrulla y acabaremos con una reflexión de mejoría.

<table>
<tr><td></td><td colspan="2"> 









</td></tr>
<tr><td rowspan="2">Material necesario</td><td>No hace falta comprar</td><td>Hace falta comprar</td></tr>
<tr><td>Papel de instrucciones para dicho animal</td><td>Folios de colores 6 tipos de colores
Pinturas</td></tr>
<tr><td>Evaluación
(preparación, desarrollo, asistencia, participación, monitores…)</td><td colspan="2"></td></tr>
</table>

FICHA DE ACTIVIDAD			
Fecha y Hora	18/17/2025 21.30h	**Lugar**	zona de unidad
Nombre de la actividad	¡sexualidad sin verguenza!		
Responsable(s)	Monitores - Mer		
Objetivos	● Normalizar la conversación sobre sexualidad, cuerpo y placer en un entorno seguro. ● Reforzar la comprensión de los cambios físicos y emocionales propios de la pubertad. ● Comprender los conceptos de consentimiento y límites. ● Fomentar un espacio anónimo y respetuoso para resolver dudas reales.		
Explicación	<u>Parte 1: *Rompehielos: "¿Verdadero o Falso?"* (15 min)</u> **Objetivo**: romper el hielo y desmontar mitos **Dinámica**: Los monitores leen las siguientes frases para romper el hielo. Los chicos levantan una mano si creen que es verdadero, las dos si creen que es falso. Luego se explica la realidad con un poco de humor. 1. **"Si te levantas mojado es que te has hecho pis."** Falso. Es normal que los chicos eyaculen por la noche sin haberlo controlado, se llama "polución nocturna". Es una forma natural del cuerpo de liberar tensión acumulada o limpiar esperma antiguo. Lo mismo pasa con las chicas: nuestro cerebro mientras dormimos verifica que todo funciona correctamente y que podemos lubricar. 2. **"La regla huele mal, como a pescado"** Falso. La regla no huele mal de por sí, lo que puede oler es la sangre en contacto con el aire y los productos de higiene si no se cambian con frecuencia. Es importante cambiarse con regularidad y usar lo que a cada persona le vaya mejor. Si huele mucho aun así , puede deberse a alguna enfermedad, así que lo mejor es consultar con un médico. 3. **"La gente que se masturba mucho le salen granos"** Falso. El acné es producto de los cambios hormonales, no de tocarse. Masturbarse es normal y no causa daños físicos como los granos, ni te deja ciego, ni te hace menos sano (siempre y cuando no se convierta en una obsesión, o en una forma de evadirte) 4. **"Si te gusta alguien, tienes que dejarle tocarte."** Falso. Que alguien te guste no significa que tengas que permitir cosas que no quieres. El respeto y el consentimiento son siempre lo más importante. Si de verdad te gusta alguien, quieres ir al ritmo que se sienta cómodo y viceversa. 5. **"El porno muestra lo que pasa en la vida real."** Falso. Quizás alguna vez has entrado en una página subida de tono o te han enviado un meme con contenido sexual y has visto diferentes tipos de genitales. Sentimos decirte que, a veces, lo que vemos en internet no se corresponde a lo que hay en la vida real. Igual que existen narices, ojos y manos de distintos		

tamaños, formas y colores, ¡con los genitales ocurre exactamente lo mismo! A esto se le llama diversidad genital. Y es que cada persona es única, tal y como es. Los tamaños y formas perfectas no existen, cada uno es perfecto como es. Y no siempre va uno perfectamente depilado ni nada depilado. Además, el porno es como una peli de acción: lo que ves no es real. No muestra afecto, comunicación ni consentimiento. Las personas que salen ahí están actuando.

6. **"La regla siempre es de color sangre"**
   Falso. Puede ser más marrón, más clara o más oscura. Al principio y al final del ciclo el color cambia porque la sangre está más oxidada. Todo eso es normal.
7. **"Los hombres tienen pene y las mujeres vagina"**
   Falso. Hay personas que no se identifican con su cuerpo o que nacen con características sexuales diferentes. Lo importante no es solo lo que tienes entre las piernas (tu sexo), sino cómo te sientes tú (tu género).
8. **"No pasa nada por tener relaciones sexuales sin condón durante el primer minuto si luego te lo pones"**
   Falso. El líquido preseminal puede contener esperma y también puede transmitir infecciones. El condón debe ponerse antes de cualquier contacto.
9. **"El sexo duele"**
   Falso. El sexo no debería doler nunca. Si duele, algo no está yendo bien: puede ser que no haya suficiente confianza, comunicación, lubricación o que alguien no quiera. El sexo sirve para disfrutar, reproducirnos, comunicarnos y divertirnos. Pero eso no lo conseguimos solo con los genitales. De hecho, ¡el órgano sexual más importante es el cerebro! Los genitales son solo una de las muchas zonas erógenas, es decir, esas partes del cuerpo que al estimularlas dan gustirrinín.

PARTE 2: *Ronda de Cambios y confesiones: "Lo que nadie me contó y qué le diría"* (20 min)

Objetivo: Hablar de forma natural sobre los genitales y los cambios hormonales, físicos y emocionales en un entorno seguro.
Dinámica: Voluntariamente, los niños ahora van a coger una tarjeta con afirmaciones reales, la leerán en voz alta imaginándose que un amigo o amiga suyo les está haciendo esta confesión muy avergonzado y deben darle una respuesta. Los monitores pueden intervenir explicando de forma clara y respetuosa sin dar "charlas". Debajo de algunas frases, se exponen algunas ideas que puede ser interesantes mencionar.

- **"Tengo granos en la cara y me da vergüenza"**
- **"No me ha dado tiempo a depilarme, ¿me puedes dejar un pantalón o camiseta de manga larga? No quiero que me vean"**
- **"Todas mis amigas tienen tetas menos yo"**
  Cuando llegas a la adolescencia tu cuerpo empieza a cambiar. Crecen los pechos y los testículos, empieza a aparecer pelo, te viene la menstruación, eyaculas, te sale acné... Todos estos cambios son fruto de las hormonas y te preparan poco a poco para la edad adulta. Estos varían en función de la persona, hay quien empieza a cambiar a los 9 años y quien lo hace a los 15. Es totalmente normal y no hay de

qué preocuparse si tus compis de clase van más rápido: ¡cada persona lleva un ritmo! ¿Verdad que no todo el mundo come, lee y corre a la misma velocidad?

- **"A veces me levanto con el pene duro y me da vergüenza que me vean en la tienda de campaña"**
- **"A veces encuentro un líquido viscoso en las bragas y algunas braguitas se me están destiñendo por esa zona "**
- **"Mis amigos no paran de hablar de chicos y chicas que les atraen y a mí no me gusta nadie"**
- **"No me siento yo, estoy de repente enfadado, de repente triste, no aguanto a mis padres. ¿Qué me pasa?"**
  En esta etapa es posible que notes que no solo cambia tu cuerpo, sino también tu manera de ser, de pensar, de relacionarte con tus amistades... Todo esto también tiene que ver con tus hormonas. La testosterona (en las personas con pene) y los estrógenos (en las personas con vulva) son las hormonas responsables del crecimiento y desarrollo sexual. Durante este proceso es normal tener mil dudas
- **"He visto a mis compañeros desnudos y tengo el pene más pequeño que todos ellos, ¿eso me hace menos hombre o voy a gustar menos a mis futuras parejas?"**
  Lo que tengas entre las piernas no tiene nada que ver con el valor personal que tu tienes o el placer que puedas proporcionar. El cuerpo está en constante cambio, si nuestro valor dependiera de aspectos físicos, entonces cuando seamos viejos ¿no valdremos nada?
- **"Mi pareja dice que lo normal es que las parejas se envíen fotos enseñando su cuerpo, pero me incomoda mucho eso. Se ha enfadado conmigo y me ha dicho que si no lo hago es que no le quiero. Yo no quiero que me deje, ¿tu crees que debo enviarle fotos?"**
- **"Me da muchísima vergüenza que vean que voy al baño en clase con un tampón o una compresa en la mano"**

PARTE 3: El semáforo y la asertividad (25 mins)

Objetivo: Reforzar qué situaciones son aceptables, cuáles necesitan permiso y cuáles son inadecuadas.

Dinámica rápida (15 mins): Se leen frases breves. Cada uno levanta una tarjeta de color:

- 🟢 Verde → OK sin problema, cualquier persona puede hacerlo
- 🟡 Amarillo →Solo con gente cercana o con consentimiento
- 🔴 Rojo → Nunca está bien

Ejemplos:

- "Que me den un beso en la mejilla"
- "Que me den un beso en la frente"
- "Que me den la mano"
- "Que me toquen el culo"
- "Que me toquen el brazo o la pierna"
- "Que alguien de mi edad me de un masaje sin venir a cuento"
- "Que me agarren de la cintura para hacernos una foto"
- "Que un monitor o entrenador me pregunte muchas cosas de mi vida privada y me reaccione a fotos de mis redes sociales con fueguitos"
- "Que un desconocido me grite un piropo"

<table>
<tr><td></td><td colspan="2">

“Gritar un piropo por la calle a un desconocido”
“Que un amigo bailando se pegue mucho a mi”
“Que me muerdan un moflete”
“Sentarme encima de alguien sin preguntarle”
“Leerle el móvil a alguien sin permiso”
“Abrazar a alguien aunque me haya dicho que no le gusta”
“Que alguien me abrace muy fuerte después de haber llorado”
“Hablar sobre el cuerpo de un amigo en voz alta para hacerla de menos o de más”
“Llamar a alguien exagerado porque se niegue a que le dé un abrazo o un beso o le toque por estar cerca”

<u>Conclusión final:</u> Cada uno debe encontrar sus propios límites y hacerlos respetar de forma asertiva sin miedo a decir oye esto no me gusta. Conocer tus límites y saber comunicarlos es clave para relacionarte bien con los demás. No necesitas justificar lo que te incomoda y si te hacen de menos por no ceder ante presiones, ahí no es.

<u>PARTE 4: Dinámica buzón (15 mins):</u>

Se explica que pueden escribir cualquier duda, miedo o curiosidad.
Se dan 5 min para escribir (puede haber música suave o fondo relajado).
Se extraen preguntas, se leen de forma anónima y se responde con claridad.
Si no hay suficientes preguntas, los monitores leen algunas preparadas por ellos (basadas en lo vivido en otras actividades o típicas de esta edad).

</td></tr>
<tr><td rowspan="2">Material necesario</td><td>No hace falta comprar</td><td>Hace falta comprar</td></tr>
<tr><td></td><td>

Imprimir tarjetas de confesiones Parte2
Tarjeta colores semaforo
Buzón

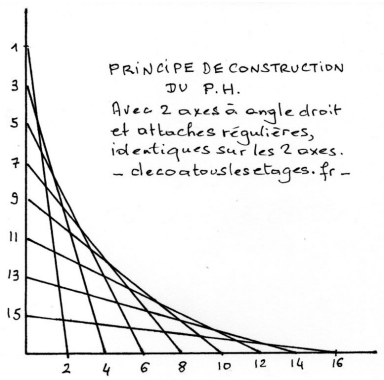
</td></tr>
<tr><td>Evaluación (preparación, desarrollo, asistencia, participación, monitores…)</td><td colspan="2"></td></tr>
</table>

FICHAS DE ACTIVIDAD SÁBADO 19

PLANIFICACIÓN DOMINGO 14		
Hora	**Actividad**	**Obs.**
Mañana		
09.30 h	Decoracíon María e Isa	
11.00h Almuerzo		
11.30 h	Decoracíon María e Isa	
13.00h Comida		
15.30 h	Sara teatro inclinado	
17.00h Merienda		
17.30 h	Lara y luján- pasapalabra + taller de fauna y flora	
19.15h Acto comunitario		
19.30h Cena		
21:30 h	Guerra Monitores Berta y María	
23.00h Dormir		

FICHA DE ACTIVIDAD			
Fecha y Hora	sábado 19 - 9.30h	**Lugar**	Campamento de verano
Compromiso	ambiental	**Especialidad**	decoración y actitud de decoradora
Nombre de la actividad	Decoración base		
Responsable(s)	Isabe Hernandez, Maria Sala y Maria Plaza		
Objetivos	Desarrollar tú creatividad Saber construir un PH		
Explicación	Lo primero de todo dividiremos a la tropa en los siguientes grupos: …… Con los grupos ya hechos haremos las siguientes bases donde cada grupo comenzará una actividad y pasará a otra y así sucesivamente hasta pasar por todas. en cada base se hará lo siguiente y habrá una tiempo de 45 minutos : **Base 1** Esta base consiste en decorar el cuelgaplatos, de cada patrulla se le asignará un programa de televisión ya que está relacionado con la aventura, que serán los siguientes: **Boom** - Skua **Pasapalabra** - Uacary **La ruleta de la suerte** - Zoarces **Master Chaf** - Caiquén **El hormiguero** - Yacaré **Operación triunfo** - Tipitaste Cada miembro de la base deberá decorar su parte asignada en el cuelgaplatos relacionado con su respectivo programa de televisión. Tendrán que usar su creatividad y dejar volar la imaginación con los elementos y pinturas que tengan presentes para decorarlo **Base 2** Esta base consiste en construir un PH como símbolo de una antena ya que nuestra aventura consiste en programas de televisión. Lo colocaremos en medio del medio círculo de las tiendas		

<table>
<tr><td></td><td colspan="2">Vamos a hacer este PH pero 4 veces. clava 1 palo vertical mente y pon en el suelo 4 palos formando

un “+”
Clava ojos de buey por los laterales de los troncos (en el palo del medio pon 4 columnas de buey para unir los 4 palos) y empieza a unir, con cuerda pita,
el primer ojo de buey del palo vertical, con el último de uno de los palos colocados horizontalmente y sigues uniendo, con otro trozo de cuerda pita, el 2do con el penúltimo, el 3ro con el antepenúltimo… (Tal y como pone en la imagen)y sigue así asta que termines. Luego sigue uniendo los otros palos.

Base 3
Esta base consiste en hacer una sombra para poder descansar, hacer actividades…
Necesitaremos una lona para cubrir la sombra que amarramos para que no se caiga y también colocar troncos alrededor formando un círculo donde podremos sentarnos.

Base 4
Esta base consiste en hacer un tendedero con cuerda pita en un lugar donde de bastante el sol, una especie de hoguera para colocarla en medio del círculo de la sombra para que sea más acogedor y una basura con tres bolsas que serán cartón plástico y orgánico</td></tr>
<tr><td rowspan="2">Material necesario</td><td></td><td></td></tr>
<tr><td>5 troncos pequeños
Cuerda pita
Ojos de buey
Tres bolsas de basura
Lona para la sombra
Clavos para el cuelga platos
Pinturas para el cuelga platos</td><td></td></tr>
</table>

FICHA DE ACTIVIDAD			
Fecha y Hora	Sábado 19 – 15:30	**Lugar**	Aísa
Compromiso	social	**Especialidad**	Artes escénicas
Nombre de la actividad	Me resbala		
Responsable(s)	Sara		
Objetivos	-trabajar en equipo -aprender a hacer una improvisación -practicar un poco más el teatro -seguir adelante aunque tengamos obstáculos		
Explicación	Se empezará leyendo este texto: Bienvenidos a todos al programa de me resbala¡¡¡ Os soy la enhorabuena porque habéis sido cada uno de vosotros seleccionados individualmente para venir y poder competir en este concurso. Aún nos queda un rato para tener que salir en directo a hacer vuestras obras de teatro, así que tenemos tiempo para explicároslo todo y además para prepararos. Primero se harán 5 grupos y se jugarán a 5 juegos para practicar y perder la vergüenza. Los equipos serán: Equipo 1: Vega, Daniel, Pablo, Paula, Javier. A, Carmen, Cesar. Equipo 2: Acher, Javier. U, Malena, Nora, Helena, Raquel. Equipo 3: María. S, Inés, Alex, Ixeia, Samuel, Alicia, Alba. N. Equipo 4: Martin, Isabel, Hugo, Alba. H, Gabriel, Miguel. Equipo 5: Lara, Lujan, Carlota, Noa, Andrés, Elena. Se jugará a un juego de bases, con un monitor en cada base y yo en otra. En los juegos se hace lo que de tiempo y si sobra nos inventamos más palabras, sentimientos… Se rotara cada 7 minutos. Los juegos de cada base serán: **Escribir con el culo**, las palabras: teatro Resbala Pelota Actor Escena video **HO-SA-KO:** Debemos ponernos todos en circulo. Nos pasaremos una bola de energía. Para ello un compañero nos tiene que pasar la bola a través de un grito y a su vez pasarla nosotros a otra persona acompañando el movimiento con un grito lo más feroz e intimidante posible. Existen 3 tipos de gritos, que se utilizan para 3 movimientos diferentes: HO: la bola la pasaremos hacia la derecha SA: la bola la pasaremos hacia la izquierda		

KO: la bola de energía pasa a la persona que nosotros indiquemos con una palmada.

Emociones en un teléfono roto consiste en hacer una fila he ir poniendo caras uno a uno (esas caras representan una emoción) y el ultimo tiene que adivinar la emoción. Las emociones serán: enamorado
Sorprendido
Enfadado
triste

Mímica, sobre: la obra teatral, Romeo y Julieta (este lo hacen 2 personas)
El deporte de golf
Una ardilla
La película de high school musical
La canción Nuestro aullar

Improvisación con palabras, consistirá en hacer una mini obra improvisada con las palabras: bañera, Entrecot, señal y pie

Cuando ya estemos preparados para comenzar el directo, yo voy a dar los papeles que tendrán en la obra de cada grupo, todos tendrán:
Un director: yo hablare con él y le contare quienes son los personajes y la obra, y el tendrá que decírselo a los actores.
Maquillista: Preparara a los actores para que se parezcan físicamente a sus personajes.
Atrecista: va a ser la persona encargada de el attrezzo de la obra, así que buscara algo parecido a lo que yo le diga que necesitan en su obra.
Y los **actores**: serán los que salgan a escena y harán la improvisación.
Les daré 15 minutos para que hagan todo lo que les he mandado.
Las obras son:
LADRONES
CLASE KARATE
SURF
DISCOTECA
GIMNASIO
Los papeles de los grupos para las obras son:
Grupo 1: Discoteca
Director: Cesar
Maquillista: Carmen (de fiesta)
Atrecista: Vega (bola de discoteca, algo para una discoteca)
Actores: Paula(chica ligona, caprichosa y repelente) Javier. A(Chico guapo que gusta mucho), Daniel(Chico feo pero modesto) y pablo(el portero)
NARRACION
Sale Paula bailando y comenta que le gusta mucho la fiesta.
Luego entra Daniel e intenta ligar con ella pero a paula no le gusta Daniel.
Entra Javier y paula liga con el. Pero en realidad a Javier le gusta Daniel.

	Entonces todos intentan conquistar a quienes les gustan a cada uno pero como no lo consiguen se enfadan y el portero les separa y se van. **Grupo 2**: Ladrones Director: Malena Maquillista: Nora(ladrones) Atrecista: Javier. U (cosas de una casa para robar y una mochila) Actores: Acher(ladrón muy torpe) Helena(ladrona muy cascarrabias) y Raquel(se cree graciosa). **NARRACION:** entran uno a uno de puntillas en la casa. Acher es tan torpe que se cae. Están empezando a robar cosas pero escuchan un ruido. Se van a esconder y se abrazan d miedo. Helena con valentía sale a ver si hay alguien. Raquel le cuenta un chiste a Acher y el se ríe muy fuerte y les pillan, se van corriendo. **Grupo 3:** Gimnasio Director: María Maquillista: Inés (de deporte) Atrecista: Samuel (alguna cinta o material de un gimnasio) Actores: Alba(atlética) Alex (vago, se cae…) ixeia(profesora) Alicia(la de limpieza) **NARRACION:** Alba y Alex llegan a su clase con ixeia. Empiezan hacer sentadillas, tijeras … Entra la de limpieza y dice que lo puede hacer mejor. Lo intenta y lo hace la mejor de todos. Todos se enfadan con ella y se van. **Grupo 4:** surf Director: Isabel Maquillista: Alba. H (de playa) Atrecista: Martin (3 tablas de surf) Actores: Hugo, Gabriel y Miguel(son surferos iniciantes) **NARRACION:** Primero los 3 se menten al agua. Intentan surfear. Gabriel se cae y tira a los 2. Lo vuelven a intentar y viene una ola y otra… Miguel se distrae y se cae. Se ahoga y Hugo le salva. **Grupo 5:** clase de karate. Director: Lara Maquillista: Carlota (con un kimono) Atrecista: Andrés (materiales para hacer karate) Actores: Noa(profesora), Elena y Lujan(alumnas) **NARRACION:** Entran a la clase las alumnas.

	A Noa le gusta mucho el mundo japonés y obliga a sus alumnas a saludar como tal. Les hace hacer algunos ejercicios de calentamiento y los hace con ellas. Les hace hacer una patada la representa y luego la copian. Pero en realidad a Noa no le gusta el karate le gusta bailar con música japonesa. Y nos hace una representación. Cuando empecemos las obras ira saliendo de grupo en grupo, en el escenario habrá una lona con agua y jabón (tendrán que salir descalzos) y les lanzaremos yo y los monitores pelotas y agua para que se caigan, como en el programa. Yo tendré que ir narrando la obra de teatro correspondiente (contando una historia y ellos la interpretan) y tienen que intentar hacerlo lo mejor posible. Mientras hacen la obra un monitor las grabara con su móvil y luego las podremos ver todos juntos (será para reírnos) Los monitores elegirán a un ganador y un perdedor, el perdedor tendrá que en la siguiente comida bendecir rapeando y el ganador tendrá un premio (Un trozo de chocolate).	
Material necesario	**No hace falta comprar**	**Hace falta comprar**
	Papel y boli Churros agua Pelotas La ropa u objetos que tengan a mano para el attrezzo o sus disfraces	
Evaluación *(preparación, desarrollo, asistencia, participación, monitores…)*		

FICHA DE ACTIVIDAD			
Fecha y Hora	Sábado 19 - 17.30h	**Lugar**	
Compromiso	Ambiental	**Especialidad**	Lara: Flora Luján: Arte
Nombre de la actividad	Florarte.		
Responsable(s)	Luján y Lara. Monitor: María.		
Objetivos	● Aprender a hacer un germinador. ● Aprender nuevas cosas o que ya sabemos sobre el arte y la flora. ● Que nos relacionemos más con otras personas. ● Saber cuando es mejor utilizar una forma de arte y saber para que sirve.		
Explicación	Nuestras especialidades son arte y flora, y en esta actividad vamos a realizar un pasapalabra sobre estas, y unos talleres muy divertidos, y entretenidos. Para el pasapalabra, dividiremos a la tropa en dos, y también a cada en grupo en dos para formar los dos equipos del juego, el naranja y el azul.		

	En el pasapalabra una de nosotras se irá con un grupo para preguntar las preguntas en él, y la otra hará lo mismo con el otro grupo. La mitad de los monitores se irá con un grupo y la otra mitad con el otro, para apuntar los puntos correctos e incorrectos. **El pasapalabra es el siguiente:** -A:(acuarela): Técnica de pintura que utiliza pigmentos disueltos en agua. -B: (el Bosco): qué pintor realizó la obra del jardín de las delicias. -C: (caléndula): planta herbácea, de color anaranjado con esencias curativas. -D: (dibujo): Arte de dibujar. -E: (escultura): Arte de modelar o tallar materiales para crear formas tridimensionales. -F: (fotosíntesis): proceso químico que se produce en las plantas cuando se exponen a la luz del Sol. -G: (germinación): Proceso mediante el cual una semilla se desarrolla hasta convertirse en una planta. -H: (hoja): Órgano que brota del tallo o ramas. -I: (indeleble): un rotulador que no se puede borrar. -J .(jazmín): Como se llama la flor blanca que huele mucho. -L: (lienzo):Tela utilizada como soporte para pintar. -M: (morfología):Estudio de la forma y estructura de las plantas y sus partes. -N: (néctar): Jugo azucarado que segregan algunas plantas en puntos determinados de su organismo. -O: (óleo) Pintura que utiliza aceites como medio para mezclar pigmentos. -P: (pistilo): Está situado en el centro de la flor y está formado por tres partes. -Q :(queso): que comida podría haber en un bodegón. -R: (ramo): Cuando se casa la novia lleva un... de flores. -S:(salmón): Soy un animal, soy un color. -V:(vaina): Como se llama la funda que protege a los guisantes. -X:(xilografía): Técnica de grabado en madera de origen chino. -Y:(yema): Brotan flores y hojas, y puede estar en el huevo. -Z(:zurdo): El pintor Vincent van Gogh no usaba la derecha, era…

—----------

Terminado el pasapalabra, primero haremos el taller de arte, y después el de flora.

Durante el taller de arte, los monitores tendrán que cortar en las cajas los agujeros para después poner los germinadores.

En el lateral de la caja se pondrá el nombre de la patrulla a la que corresponden, y al lado de cada germinador el nombre de la persona al que pertenece.

-Taller de pintar flores:

El taller trata de que por parejas aleatorias tendrán que pintar una flor por tiempos, pero con alguna dificultad, que se elegirá a través de un juego que será plato cuchara.

Preguntas plato cuchara:

1) Los colores de las rosas suelen ser

a) apagados.

b) fuertes y llamativos

c) la a y la b son correctas

d) ninguna de las anteriores.

2) Para representar flores, y cuadros, de que manera es mejor representarlas

a) teatro

b)pintura

c) museos

3)Nombra cuatro formas de arte

Por ejemplo: escultura, cerámica, pintura, teatro.

4) Para que se utiliza el arte

a)Para expresar y manifestar emociones y creatividad.

b) para aprender a dibujar.

c) la a y la b

d)Ninguna de las anteriores.

5) Quién pintó la famosa obra Guernica:

a) Leonardo da Vinci

b) Garcilaso de la Vega

c)Picasso

d) ninguna de las anteriores.

6) De qué siglo fue el artista Diego Velázquez:

a) siglo 16

b) siglo 19

c) siglo 20

d)siglo 17

7) Errores comunes al pintar

a) No preparar adecuadamente las superficies y no corregir imperfecciones.

b) No dejar secar entre capa y capa y no tener suficiente pintura.

c)las anteriores son correctas.

d) cuando hay una humedad baja.

8) Que estimula el arte:

a) la empatía

b) la evolución de la técnica

c) la inteligencia

d)la imaginación.

9) Qué es el arte

a)El arte es uno de los elementos más importantes de la cultura.

b) Cuadros

c)Es la capacidad de concebir y materializar ideas originales

10) Prueba final

Cogiendo cosas de la naturaleza hay que formar una flor mediante formas de arte.

Depende de los puntos que consigan podrán elegir dificultad.

-No poder ver(5)

-No usar manos(5)

-Usar la mano no dominante(7)

Después elegirán las dificultades, y pintarán en 5 minutos, 2,30 cada uno con la dificultad elegida.

-Taller de germinación:

Antes de empezar tenéis que ir cada uno a por vuestra botella.

Los monitores también pueden hacer le taller.

En este taller vamos a aprender a realizar un germinador casero, y con materiales reciclables.

Materiales necesarios:

-Algodón.

-Los envases de los yogures.

-Agua de las botellas.

-Semillas de calabaza...

Para empezar voy a hacer una explicación sobre el funcionamiento, los procesos y el cuidado.

	Para que una semilla germine debe ocurrir un proceso de absorción que es conocido como imbibición. La germinación es el proceso mediante el cual una semilla se desarrolla en una planta completa. Este proceso se divide en cuatro etapas que componen el ciclo de germinación. Estas etapas son: soaking, emergencia, crecimiento de la radícula y desarrollo de la plántula. -SOAKING: inicio del proceso de germinación. -EMERGENCIA: la aparición de la planta. -CRECIMIENTO DE LA RADÍCULA: la radícula es la primera parte de una plántula que emerge de la semilla durante el proceso de germinación, es por tanto, la raíz embrionaria de la planta y crece hacia abajo en el suelo -DESARROLLO DE LA PLÁNTULA: las plántulas son pequeñas plantas que se desarrollan a partir de las semillas germinadas.Son la primera etapa del crecimiento de las plantas antes de convertirse en plantas adultas y maduras. Las plántulas tienen hojas, tallos y raíces, y están en crecimiento activo para convertirse en plantas más grandes y fuertes. En este caso, el algodón tiene que estar siempre húmedo, pero no demasiado. Hay que comprobarlo cada día la humedad del algodón. Ahora pasamos al taller: Primero humedecemos un trozo de algodón y lo metemos al fondo del envase, cubriendo toda la superficie. Después echamos varias semillas sobre el algodón, y volvemos a humedecer otro trozo, poniéndolo encima, de las semillas, si queremos poner más podemos poner un piso más de semilla y algodón, siempre que quede altura entre el final del envase y el algodón. Dentro de unos tres días debería empezar a crecer, y cuando crezca fijaros en su olor ya que es fuerte, pero agradable.

<table>
<tr><td></td><td colspan="2">

-EVALUACIÓN:

-Creéis que se han cumplido los objetivos, porque.

-Os ha gustado la actividad, porque.

-Quémejoraríaisdelaactividadporque</td></tr>
<tr><td rowspan="2">Material necesario</td><td>No hace falta comprar</td><td>Hace falta comprar</td></tr>
<tr><td>-Envases de yogures.
-7 cajas, del tamaño parecido al de la foto.
-Rotuladores.
Fotocopias de flores.</td><td>■ Algodón.
■ -Semillas de calabaza, lentejas o garbanzos.</td></tr>
<tr><td>Evaluación (preparación, desarrollo, asistencia, participación, monitores…)</td><td colspan="2"></td></tr>
</table>

FICHA DE ACTIVIDAD			
Fecha y Hora		**Lugar**	Pabellón blanco
Compromiso	Social	**Especialidad**	
Nombre de la actividad	Guerra de Ucrania y Rusia		
Responsable(s) y rol monitor	Berta De Miguel		
Objetivos	- Conocer el contexto geopolítico del estallido de los conflictos entre ucrania y rusia - conocer los acontecimientos después del estallido de la guerra		
Explicación	Esta actividad tiene 3 partes, la primera donde se introduce el tema con un juego de comandos. La segunda parte donde se ven dos videos sobre las causas de la guerra entre ucrania y otro video con lo que ha pasado los últimos 3 años de conflictos. La actividad terminará con una reflexión. **PARTE 1:** (30 mins) Mientras tanto se monta en el pabellón blanco el proyector la tropa se divide en 2 grupos. Para dividirlos se enumeran hasta 3 y los 1 y 2 van juntos contra los 3. En la zona de juego se marcan 7 zonas. De esas 7 zonas 2 pertenecen al equipo más grande. El juego consiste en conquistar zonas. Cada tropero puede estar o dentro de una base o fuera.Fuera de las bases se puede matar al alguien del otro equipo con reto de pañoleta. Si 4 de un equipo llegan a una base del otro equipo y ganan a piedra, papel y tijera esa base se conquista. si falla alguno se van al brujo. Deben ganar las 5 seguidas. Si pierdes a reto de pañoleta tb vas al brujo. En el brujo deberán responder preguntar de geopolítica. También pueden ganar cartas especiales para el juego. Preguntas para el brujo: 🧠 Preguntas con opciones (una correcta) □ 1. ¿Qué es una frontera entre países? A) Una tienda de otro país B) Una línea que separa dos países C) Un tipo de comida típica D) Un río muy grande ✅ Respuesta correcta: B □		

2. ¿Qué puede causar tensiones entre dos países?
A) Que compartan el mismo idioma
B) Que uno quiera más territorio o poder
C) Que los niños no hagan los deberes
D) Que ambos tengan muchas montañas
✅ Respuesta correcta: B

3. ¿Qué significa ser aliado de otro país?
A) Estar enfadado con él
B) Ser su competidor en deportes
C) Tener acuerdos para ayudarse mutuamente
D) Compartir el mismo clima
✅ Respuesta correcta: C

4. ¿Qué es la Unión Europea (UE)?
A) Un equipo de fútbol europeo
B) Una unión de ciudades
C) Un grupo de países que colaboran entre sí
D) Una cadena de supermercados
✅ Respuesta correcta: C

5. ¿Qué puede pasar si hay una guerra en un país?
A) La gente viaja para hacer turismo
B) La gente puede tener que huir y dejar su casa
C) El país recibe más dinero
D) Se organizan muchos conciertos
✅ Respuesta correcta: B

6. ¿Qué es un refugiado?
A) Una persona que trabaja en un museo
B) Alguien que viaja por placer
C) Una persona que huye de su país por seguridad
D) Un explorador
✅ Respuesta correcta: C

7. ¿Qué hace la ONU (Organización de las Naciones Unidas)?

A) Organiza eventos deportivos
B) Ayuda a mantener la paz y resolver conflictos
C) Reparte dulces a los países
D) Construye parques
✅ Respuesta correcta: B

8. ¿Por qué algunos países quieren unirse a la OTAN?
A) Para aprender nuevos idiomas
B) Para intercambiar recetas
C) Para tener protección y apoyo militar
D) Para competir en juegos olímpicos
✅ Respuesta correcta: C

9. ¿Cuál de estas es una forma pacífica de resolver un conflicto entre países?
A) La guerra
B) El silencio
C) La negociación y el diálogo
D) La carrera de tanques
✅ Respuesta correcta: C

10. ¿Qué podemos hacer nosotros para ayudar a que haya paz en el mundo?
A) Ignorar las noticias
B) Promover el respeto y la convivencia
C) Jugar solos
D) Apagar la televisión
✅ Respuesta correcta: B

Más difíciles

🧠 Preguntas con opciones (nivel más difícil)

1. ¿Por qué Rusia se enfadó cuando Ucrania quiso acercarse a la Unión Europea y la OTAN?
A) Porque Ucrania no les avisó
B) Porque Rusia quería entrar también
C) Porque Rusia no quiere que Ucrania se aleje de su influencia
D) Porque Ucrania dejó de hablar ruso
✅ Respuesta correcta: C

2. ¿Qué ocurrió en Crimea en 2014?
A) Un país construyó un parque de atracciones
B) Rusia la ocupó y se la quedó, aunque era parte de Ucrania
C) Ucrania la vendió a otro país
D) Se independizó de Europa
✅ Respuesta correcta: B

3. ¿Qué es la OTAN?
A) Un equipo de fútbol europeo
B) Un grupo de países que se ayudan militarmente
C) Una asociación de científicos
D) Un banco de Europa
✅ Respuesta correcta: B

4. ¿Qué tipo de consecuencias tiene una guerra para un país?
A) Mejora su economía
B) Hay menos deberes escolares
C) Hay destrucción, miedo y personas que tienen que huir
D) Se celebran más fiestas
✅ Respuesta correcta: C

5. ¿Por qué algunos países europeos ayudan a Ucrania con dinero y armas?
A) Porque quieren más territorios
B) Porque están aliados y apoyan su derecho a defenderse
C) Porque Ucrania los invitó a una fiesta
D) Porque Rusia se lo pidió
✅ Respuesta correcta: B

6. ¿Qué quiere decir que Europa tiene “tensiones geopolíticas”?
A) Que hay terremotos en los mapas
B) Que hay problemas entre países por política, poder o territorio
C) Que se acaban los mapas en clase
D) Que se construyen más colegios
✅ Respuesta correcta: B

7. ¿Qué es el Donbás y por qué es importante en el conflicto entre Rusia y Ucrania?
A) Una playa turística
B) Una región de Ucrania con muchas personas prorrusas
C) Un lago muy famoso
D) La capital de Ucrania
✅ Respuesta correcta: B

	8. ¿Qué puede hacer un país para intentar resolver un conflicto sin violencia? A) Esconderse B) Luchar más fuerte C) Negociar y buscar acuerdos con diálogo D) Ignorar al otro país ✅ Respuesta correcta: C **PARTE 2: Los vídeos.** VIDEO 1: ✅ RESUMEN de los 3 AÑOS de guerra entre RUSIA y UCRANIA VIDEO 2: ✅ ¿Qué está pasando en UCRANIA? | El conflicto entre RUSIA y UCRANIA en 10 minutos **PARTE 3: Preguntas sobre los videos.** Primero se levantan y se tienen que colocar entre los dos lados siendo un lado 0% y el otro lado 100%. 1. del 0 al 10 cuánto sabías de la existencia del conflicto. 2. del 0 al 10 cuánto os interesa este tema en las noticias 3. Del 0 al 10, cuánto crees que ha cambiado la vida de las personas que viven en Ucrania desde que empezó la guerra? 4. Del 0 al 10, cuánto has aprendido sobre cómo actúan otros países cuando hay un conflicto como este? 5. Del 0 al 10, cuánto te ha ayudado el vídeo a diferenciar qué es información verdadera y qué puede ser propaganda o mentira en una guerra? 6. Del 0 al 10, cuánto te interesa ahora seguir aprendiendo sobre la guerra en Ucrania u otros conflictos del mundo? A continuación se sientan y se responden las siguientes preguntas entre todos 1. ¿Os interesan los conflictos y noticias de la actualidad sobre guerras? 2. ¿Qué es lo más fuerte que habéis aprendido? Para terminar, hablar de las ventajas durante el juego y las desigualdades comparándolas con el video y la situación actual
Material necesario	**No hace falta comprar** | **Hace falta comprar**
Evaluación *(preparación, desarrollo, asistencia, participación, monitores…)*	

FICHAS DE ACTIVIDAD DOMINGO 20

PLANIFICACIÓN		
Hora	**Actividad**	**Obs.**
Mañana		
09.30 h	María Sala Decoración	
11.00h Almuerzo		
11.30 h	MISA	
13.00h Comida		
15.30 h	Día padres	
17.00h Merienda		
17.30 h	Día Padres	
19.15h Acto comunitario		
19.30h Cena		
21:30 h	Helena - Música	
23.00h Dormir		

FICHA DE ACTIVIDAD			
Fecha y Hora	????	**Lugar**	Campamento de verano
Compromiso	salud	**Especialidad**	Decoración
Nombre de la actividad	Centros de mesa		
Responsable(s)	Maria Plaza y Maria Sala		
Objetivos	- Desarrollo de la creatividad al hacer uso de los recursos y estrategias a su disposición durante el taller - Desarrollo de habilidades al aprender a utilizar las herramientas del taller (tijeras, pegamentos, decoraciones...) - Fomentar el trabajo en equipo y por patrullas - Motivar la aventura del trimestre a través de la ambientación		
Explicación	Lo primero de todo con los programas de televisión de cada patrulla ya atribuida en la actividad de decoración de bases que es la siguiente: **Boom** - Skua **Pasapalabra** - Uacary **La ruleta de la suerte** - Zoarces **Master chef** - Caiquén **El hormiguero** - Yacaré **Operación triunfo** - Tipitaste Haremos los siguientes centros de mesa: **BOOM- skua** **Materiales:** ● Bola de poliestireno (para simular la bomba) ● Pintura negra o gris oscuro ● Pinceles ● Cartulina o papel blanco para escribir “BOOM” ● Cola para pegar ● Plantas silvestres (recogidas del entorno del campamento) ● Base (cartón o madera opcional) **Procedimiento:**		

1. **Crear la "bomba":**
   Pintar completamente de color negro o gris oscuro. Dejar secar.

2. **Agregar el cartel "BOOM":**
   Recortar de una cartulina blanca o de color un cartel tipo cómic con la palabra "BOOM" escrita con colores vivos. Pegar en el centro de la bola.

3. **Montar la base (opcional):**
   Pegar la bola en una base de cartón o madera para más estabilidad.

4. **Simular la explosión:**
   Con las plantas silvestres recogidas (ramas, hierbas, flores), decoran alrededor de la bola como si hubiesen salido volando tras una explosión. Pueden pegarlas, clavarlas en el poliestireno o colocar alrededor desordenadamente para simular el estallido.

5. **Toques finales:**
   Se puede añadir purpurina, papeles de colores arrugados u otros elementos que parezcan que explota

PASAPALABRA- uacary

Materiales:

- Base de cartón o madera
- Cartulina para letras del abecedario
- Tijeras
- Pegamento
- Aro de cartón (puede ser un plato cortando en el centro)
- Plantas silvestres (recogidas del entorno del campamento)

Procedimiento:

1. **Preparar el aro:**
   Cortar un aro grande de cartón o utilizar un plato de cartón recortando el centro para formar un anillo. Este será el contorno donde se colocarán las letras.

2. **Recortar las letras:**
   Dibujar el abecedario. Recortarlas y pegarlas alrededor del aro, simulando el estilo del juego pasapalabra.

3. **Montar el aro en la base:**
   Pegar el aro de letras en la base de cartón o madera, bien centrado.

4. **Decorar con plantas silvestres:**
   Utilizando las plantas recogidas, decoran la base como quieran: pueden pegarlas, hacer pequeños ramilletes o enredarlas por el aro.

5. **Creatividad libre:**
   Se pueden añadir detalles como símbolos de interrogación, relojes de arena dibujados…

HORMIGUERO- yacaré

Materiales:

- 2 piedras medianas(una para cabeza, una para cuerpo)
- Pintura morada y rosa
- Pinceles
- Tapas de botellas (2 para los ojos)
- Pintura blanca y negra para los ojos
- Pintura amarilla para el diente
- Plantas silvestres (recogidas del entorno del campamento)
- Alambres de manualidad negros (o ramitas flexibles)
- Pegamento fuerte o silicona fría

Procedimiento:

1. **Buscar las piedras:**
   Elegir 2 piedras por hormiga: una más pequeña para la cabeza y una más grande para el cuerpo.

2. **Pintarlas:**
   Pintar ambas piedras de color morado. Dejar secar.

3. **Unir las piedras:**
   Pegar la piedra más pequeña sobre la más grande, simulando la cabeza sobre el cuerpo.

4. **Ojos:**
   Pintar las tapas de botella de blanco con un punto negro al centro para hacer ojos saltones. Pegarlas en la cabeza.

5. **Boca:**
   Pintar una boca en forma de sonrisa en color rosa, y en el centro un diente amarillo.

6. **Antenas:**
   Usar plantas finas y alargadas, enrollarlas para que tomen forma de antenas, y pegarlas arriba de la cabeza.

7. **Brazos y piernas:**
   Con los alambres o ramitas flexibles, formar brazos y piernas. Pegar a los lados de las piedras.

Master chef - caiquen

Materiales

- Cartón grueso (para la base)
- Cartulina blanca y negra
- Palo de brocheta o palillo grueso
- Tijeras
- Pegamento o silicona líquida
- Lápiz

Procedimiento

1. Hacer la base de cartón

- Recorta varios círculos de cartón del mismo tamaño.
- Pégalos uno encima del otro para crear una base con volumen, como una pequeña plataforma.

2. Crear el logo de MasterChef

- En papel blanco, dibuja una espiral de dos vueltas que termina formando una letra “M” estilizada (similar a una arroba).
- Recorta el diseño con cuidado.
- Pégalo sobre una cartulina negra para darle fondo y contraste.
- Recorta el contorno negro para que quede en forma de circulo.

3. Montar el logo sobre un palo

- Pega el logo a un palo de brocheta
- Asegúrate de que quede firme y vertical.

4. Fijarlo a la base

- Inserta o pega el palo con el logo en el centro de la base de cartón.

- Añade detalles decorativos si deseas: etiquetas con nombres, mini utensilios de cocina hechos con papel, flores silvestres, etc.

OPERACIÓN TRIUNFO- tipitaste

Materiales:

- Cartón grueso
- Tijeras
- Pegamento o silicona fría
- Plantas silvestres: hojas, flores pequeñas, ramitas, hierbas (recolectadas por los niños)

Procedimiento paso a paso:

1. **Hacer las letras:**
    - Traza en el cartón las letras grandes **"O"** y **"T"**
    - Recórtalas con cuidado. Si se quiere más firmeza, se pueden hacer dobles y pegarlas juntas.
2. **Recolectar las plantas:**
    - Recoger flores silvestres, hojas, ramas flexibles y hierbas.Cuánto más variedad mejor.
3. **Decorar las letras:**
    - Empezar a pegar o enroscar las plantas silvestres alrededor de las letras.
    - Pueden girarlas rodeando la letra como una enredadera o pegarlas en pequeños grupos cubriendo toda la superficie.
    - Asegurarse de cubrir bien toda la letra, por delante y los bordes visibles.
4. **Montar el centro de mesa**
    - Colocar las letras ya decoradas sobre una base para que queden de pie o acostadas.
5. **Toques finales:**
    - Se puede añadir un cartelito que diga "Operación Triunfo" o "Gala 2025".
    - Si sobran flores o plantas, pueden usarse para decorar alrededor de las letras en la base.

LA RULETA DE LA SUERTE- zoaeces

Materiales

- cartón
- pinturas
- Regla y lápiz
- Cartulina o papel blanco
- Pegamento o cinta adhesiva
- Tijeras
- Palillo o pajita (para flecha decorativa)
- Flores silvestres, hojas o ramitas (para decorar)
- Base de cartón o una tapa de caja (para apoyar el plato)

Procedimiento paso a paso:

1. **Dibujar la ruleta:**

   Usa un plato de cartón o cartón circular.

   Divide el círculo en 8, 10 o 12 partes iguales con la regla.

   Pinta cada sección de un color distinto.

2. **Escribir las letras:**

   En cada sección escribe una letra del abecedario (A, B, C...) o palabras divertidas (premio, pasa, pierde, comodín). Lo que quieras

3. **Flecha decorativa:**

   Corta una flechita de cartulina y pégala encima de una pajita o palillo.

   Pega la pajita al borde de la ruleta, como si señalará una de las secciones (no es necesario que gire).

4. **Montaje en base:**

   Pega la ruleta sobre una base cuadrada de cartón o una tapa de caja para que se mantenga firme.

5. **Decoración natural:**

   Rodea la base o el borde del plato con flores silvestres, hierbas o ramitas.

	Pégalos formando un marco natural, como si la ruleta estuviera en un jardín. 6. **Cartel opcional:** En un trocito de cartulina escribe “La Ruleta de la Suerte”. Pega el cartelito sobre la base o como bandera decorativa.
Material necesario	

FICHA DE ACTIVIDAD			
Fecha y Hora	Campamento de verano	**Lugar**	Campamento de Verano
Compromiso	Social	**Especialidad**	Helena: Música
Nombre de la actividad	Salvando El Hormiguero		
Responsable(s)	Helena		
Objetivos	- Que la gente vergonzosa pierda la timidez. - Desarrollar la creatividad musical. - Fomentar el trabajo en equipo. - Dar a conocer a la tropa la composición de coreografías y canciones		
Explicación	(5m) INTRODUCCIÓN: ¿Todos sabéis lo que es el hormiguero? Es un programa de entrevistas de televisión español para el canal Antena 3. Cuenta con entrevistas a celebridades, contenidos de tertulia política, humor, magia y divulgación científica. En el programa ha habido un gran problema, han perdido mucha audiencia y lo único que pueden hacer es cerrarlo, pero … ¡vosotros podéis ayudarles! Si, entre todos creamos un programa divertido y lleno de música, ¡captaremos la atención de mucha gente y el programa podrá volver a funcionar! Para esto, os voy a dividir en 5 grupos, y cada uno se ocupará de una parte del programa, las diferentes partes son: - Entrevista a cantantes famosos - Coreografía - Presentadores - Parodia - Retos musicales (20m) CREACIÓN DE GRUPOS Y REPARTO DE TARÉAS: Ahora vamos a hacer los grupos y repartir las tareas.		

	(LOS GRUPOS LOS HARE EN FUNCIÓN DE QUIENES ESTÉN, PERO SERÁ MEDIA PATRULLA CON OTRA MEDIA DE UNA PATRULLA DISTINTA) ½ Caiquén – ½ Skua ½ Skua – ½ Tipitaste ½ tipitaste – ½ Yacaré ½ yacaré – ½ Uacari ½ uacari – ½ Caiquén Poneros por los grupos. Ahora, para el reparto de tareas, haremos una pequeña dinámica en la que nos tendremos que poner en un círculo mezclados, y, alguien comienza haciendo un ritmo, por ejemplo, una palmada, y, el siguiente tiene que repetir su ritmo y hacer uno nuevo, como un chasquido, el siguiente repite esos dos ritmos en orden y hace, a continuación, otro, así sucesivamente. Quien se olvide quedará eliminado, y el equipo en el que todos los participantes estén eliminados antes, quedará ultimo en elegir lo que harán en el show, y así con todos los grupos (se puede hacer cualquier ritmo, hasta dar un salto o tocar el hombro de tu compañero). Una vez está esto decidido, voy a dar algunos consejos para las actuaciones: - Para los que hacen la entrevista, tenéis que elegir un cantante, que alguien se vista de él y hacerle preguntas interesantes, también podéis hacerle pruebas. - Para los que hacen la coreografía, cuando tengáis una canción decidida, decídmela y os la podré poner unas cuantas veces. Algunos consejos para crear vuestra propia coreografía son 1. Vais a expresar una canción en pasos de baile, por ello, es importante que todos los integrantes del grupo, o, casi todos, la conozcáis. Luego, profundizad en la canción y en lo que dice, también en los ritmos, y, cread un baile que creáis que represente la canción. - Para los presentadores, podéis presentar de una manera entretenida y contando cosas interesantes o graciosas por medio, tendréis que presentar a cada grupo. - Para los que hacen la parodia, es muy importante que seleccionéis una canción de la que os sepáis bien el ritmo, y, luego, poned palabras que rimen y que encajen con el ritmo, pero, antes de componerla, elegid un tema contreto del que hablar en la canción para que os resulte más fácil escribirla - Para los del reto musical, sois los que más humor tienen que poner al show, y, vuestro principal objetivo es conseguir hacer distintos retos y sacar a gente del público para hacerlos, un ejemplo es intentar cantar una canción con la boca llena de agua, y, el público la tiene que adivinar, todos los retos tienen que ir sobre algún aspecto de la música. Otro ejemplo podría ser hacer una mini coreografía con agua en la boca, como en la imagen que os voy a enseñar ahora (45m) TIEMPO PARA MONTAR EL ESPECTÁCULO: Ahora os voy a dejar tiempo para hacer vuestras actuaciones y, si lo necesitáis, hacer atrezo para que sea más animada y divertida, tenéis cartulinas, rotuladores, gorros, pelucas y cartón. A los que tienen que hacer una coreografía, que, puede durar solo un trozo de la canción, y a los que tienen que hacer una parodia, os voy a dar una hoja que luego tendréis que explicar al resto de la tropa que contiene trucos para que se os haga más fácil y os salga chulo. Tenéis 45 minutos.

(15m) PRESENTACIÓN:
Ahora vais a presentar lo que habéis ensayado.

(10 m) REFLEXIÓN:
Se ponen todos en círculo, y, los que tenían las hojas con consejos para poder hacer la letra de una canción y hacer una coreografía.

CONSEJOS PARA HACER UNA BUENA COREOGRAFÍA

Busca movimientos básicos para empezar
Si quieres comenzar con cosas complicadas, es posible que te quedes bloqueado y que no te fluyan las ideas. Por eso, comienza con algo básico que puedas hacer fácilmente y que te inspire a comenzar a moverte. Una vez que te sumerjas en la música y el movimiento, el resto saldrá solo.

Analiza la música
No se trata de agregar pasos sin más, ya que el baile es un modo de expresión, por lo que estos deberían contar la misma historia que la canción o el ritmo que suena. Por ello, estudia al compositor, al cantante y lo que quiere transmitir, y seguro que pronto se te viene una historia a la mente que puedas contar con pasos de baile.

COMO ESCRIBIR UNA PARODIA

1
Elige una buena canción para parodiar. Tiene que ser una canción que la gente reconozca al instante, así que un éxito pop vigente o un tema clásico serán buenas elecciones

2
Decide qué tipo de parodia quieres hacer. Algunas parodias son divertidas, otras son educativas y otras parodian géneros completos en vez de canciones específicas.

3
Deja algunas frases. En algunas canciones, quizá no tengas que cambiar las letras. Si algunas líneas tienen doble sentido, déjalas para crear un efecto cómico adicional.

<table>
<tr><td></td><td colspan="2">4
Para empezar, crea el tema para la parodia. Querrás que la parodia tenga cohesión de principio a fin. Algunas parodias cuentan historias, mientras que otras describen situaciones o clases de personas.

5
Si escribes la parodia de una canción, haz que las rimas y los ritmos coincidan. Cuanto más se parezca la parodia a la canción original, será mejor y más divertida. El oyente reconocerá de inmediato una melodía famosa, pero si la letra y el ritmo no coinciden con los originales, solo se confundirá.

Después de explicarlo, les haré las siguientes preguntas:
- ¿Os a gustado la actividad?
- ¿Qué mejoraríais?
- ¿Cuál ha sido vuestra parte favorita y por qué?
- ¿Os ha resultado fácil inventaros vuestra propia actuación o se os ocurrían cosas rápido?
- ¿Repetiríais este tipo de actividades?</td></tr>
<tr><td></td><td>No hace falta comprar</td><td>Hace falta comprar</td></tr>
<tr><td></td><td>Altavoz.
Rotuladores y tijeras.
Móviles, a ser posible 2.
Cartón
Folios blancos</td><td>Imprimir:

https://cromareda-my.sharepoint.com/:w:/g/personal/helenagasca11_alumno_colegioromareda_com/EU1KF-4oAKpLu6_Cme7A36QBMDEBkRJ4OrkTh1yUhpmIDQ?e=ApweyU

https://cromareda-my.sharepoint.com/:w:/g/personal/helenagasca11_alumno_colegioromareda_com/ERx1kFgRdFdDkz3QrVFIrYMBF61Rgz4jlqA2EsSCELA4OA?e=5fRZKK

https://cromareda-my.sharepoint.com/:w:/g/personal/helenagasca11_alumno_colegioromareda_com/EUR9s93bDT1FvnU0Zfa5dE0Bb0l3RYrSkkaRySgrWK1OfQ?e=Rspe3t

https://cromareda-my.sharepoint.com/:w:/g/personal/helenagasca11_alumno_colegioromareda_com/EdoOBP_tJm1BmMdT4gvvOu4BvE9jCzuC98Edoz-NZBTjkg?e=N2VXgQ

Cartulinas grandes (8, cada una de un color distinto)</td></tr>
<tr><td>Evaluación
(preparación, desarrollo,</td><td colspan="2"></td></tr>
</table>

asistencia, participación, monitores…)	

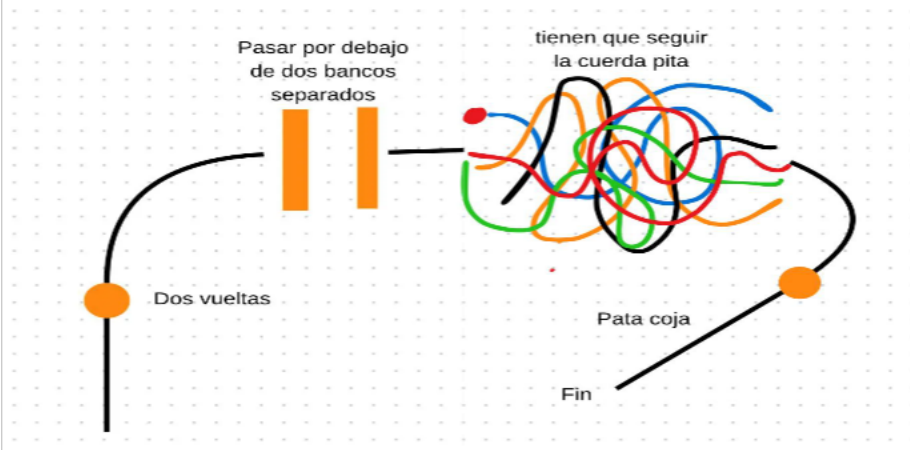
FICHAS DE ACTIVIDAD LUNES 21

PLANIFICACIÓN DOMINGO 14		
Hora	**Actividad**	**Obs.**
Mañana		
09.30 h	DANI Y ALBA - SUPERVIVIENTES	
11.00h Almuerzo		
11.30 h	DANI Y ALBA - SUPERVIVIENTES	
13.00h Comida		
15.30 h	JAVI – CULTURA GENERAL	
17.00h Merienda		
17.30 h	CARLOTA	
19.15h Acto comunitario		
19.30h Cena		
21:30 h	DANI Y ALBA - SUPERVIVIENTES	
23.00h Dormir		

FICHA DE ACTIVIDAD			
Fecha y hora	Lunes 21 - 9:30	**Lugar**	Aísa
		Especialidad	Alba: supervivencia Dani: Entrenador fisico
Nombre de la activid	SUPERVIVIENTES SCOUTS		
Responsable(s)	Daniel Hernández y Alba Hernández		
Objetivos	- Que la tropa tenga más conocimientos sobre la supervivencia. - Que haya mejor relación en la tropa. - Que sepan perder y ganar.		
Explicación	Por la mañana: Empezaremos diciendo cuales son nuestras especialidades, diremos que será una actividad que se hará durante todo el dia y haremos el programa supervivientes, les leeremos un pequeño texto para que sepan un poco se que va a ir pero antes explicaremos de qué trata el programa en la vida real. ¿Qué es supervivientes? Supervivientes es un un reality show de televisión en el que un grupo de personas (famosos o comunes) son llevados a una isla o a un lugar remoto,normalmente sin comodidades, para ver quién logra sobrevivir durante mástiempo ¿Cómo funciona? 1. Viven en condiciones duras no tienen cama, ni comida fácil, ni bañoscómodos. Tienen que pescar, buscar leña y construir refugios.2. Cada semana hacen juegos/pruebas físicas o mentales para ganarrecompensas(comida o inmunidad para no ser eliminados) y a veces por lanoche hay gala. 3. Hay nominaciones y expulsiones esto se hace por votación del público oporque se nominan entre ellos. 4. El que llega hasta el final sin ser eliminado gana una recompensanormalmente es dinero. ¿Por qué es popular? Muestra cómo reaccionan las personas en situaciones extremas. Tienedrama, alianza, momentos emocionantes y traiciones. La gente dice que esentretenido ver como se superan a sí mismos. Bienvenidos supervivientes!! Hoy arranca una experiencia distinta acualquier otra: durante un día entero tendréis que sobrevivir con muy pocosrecursos. No vais a contar con vuestras cosas de		

siempre, así que tododependerá de cómo os adapteis, cómo penseis y cómo trabajeis en equipo.Tendreis que construir refugios, moveros con estrategia y mantener lamente clara.

No va a ser fácil, pero ahí está el reto. Esta es una oportunidad para salir dela rutina, poner a prueba lo que sabeis y descubrir hasta dónde podeis llegarcuando os lo proponeis. Cada decisión que tomeis contará, y cada uno seráclave para que todo salga bien.
Confíar en vosotros y en el grupo. Lo importante no es hacerlo perfecto,sino dar lo mejor de vosotros.Esta es una aventura que vais a recordarsiempre. ¡A por todas!
Después empezamos la primera actividad:
Antes de empezar el día os vamos a quitar algunos privilegios:
-Os vamos a confiscar las linternas y los relojes.
- No os vais a poder sentar en ninguna silla ni banco en todo el día, sialguien os ve seres gravemente penalizados.
- 10 personas de la tropa aleatoria mente llevara todo el día un brazovendado o no lo podrá utilizar
- Y dependiendo de los puntos comereis de una forma o otra
Primera actividad:
El primer reto que siempre se hace para saber cómo van a ser los equiposen supervivientes es un circuito, así que eso el lo que vamos a hacer. Elcircuito consta de 4 bases. 1. Ir corriendo y dar dos vueltas al puntomarcado 2. Pasar por debajo de dos bancos 3. Habra cuerda pita tirada porel suelo y la tenéis que seguir. 4. Ir en pata coja hasta el sitios marcado.5.Deslizarse por la lona. Al final habrá una bolsa con papeles, cada papel tendrá unnombre de un playa o lugar de supervivientes y se dividirán por equipos. Ensupervivientes tienen que tener muy buena convivencia así que vosotros también.
Los nombres de los equipos van a ser
-playa furia -playa calma -playa misterio - palapa - cayos cochinos(nombre de la isla)



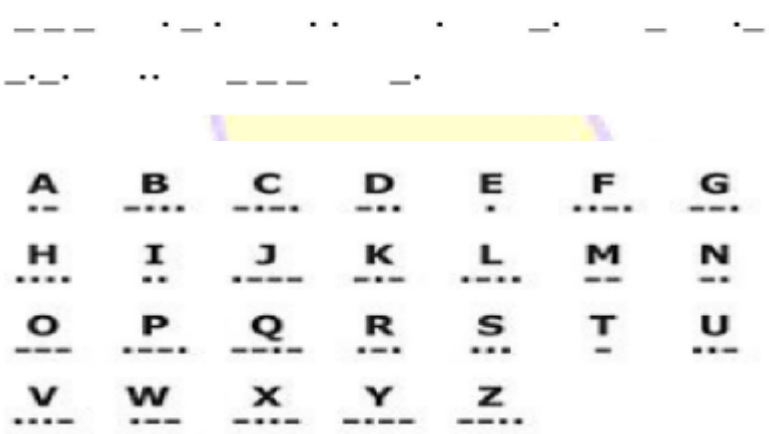
Los puntos que consigáis por actividades se van a llamar puntos de luz(seapuntarán en una libreta) entonces vuestro objetivo es iluminar lo máximoeste campamento, el que consiga iluminar durante más minutos/puntos elcampamento obtendrá una recompensa que ya se dirá en la gala. Se separan por equipos y vamos a hacer 3 mini juegos para ganar puntos.
1 base: Habrá una zona delimitada y el objetivo es sacar de la zona a losdemás sin golpes directos(solo empujones, sin manos ni piernas).Iremosdiciendo formas para andar(a la pata coja...) Los últimos 5 en pie ganan unpunto cada uno.
2 base: Habrá dos bancos y saldrán dos de equipos diferentes. Tienen queempujarse con una mano intentando tirar al contrincante. Máximo 40segundos. El que gane se llevara 1 punto.

Segunda actividad :

Esta actividad os vamos a dar trucos para la supevivencia y os vamos aexplicar distintos factores de la supervivencia que algunos los pondreís aprueba. Cada base durará 15 minutos y cuando termine pintaremos paraque roteis. LLevareís un papel y un boli por grupo donde los monitores ynosotros os daremos 1, 2 o 3 puntos dependiendo de como lo hagaís.

1 base: ORIENTACIÓN RÁPIDA: objetivo: Usar una brújula para encontrartres puntos marcados. Se da el primer papel par que lleguen a la primerapista en el papel pondrá: La dirección (Norte, sur,etc..) los pasos que tienenque dar y como tienen que andar ya que a veces la condicionesmeteorológicas o el lugar no nos permite andar cómodamente. Cuandolleguen al último papel tendrán que descifrar una frase con código morse(Preprrmslospapelesahí)

1 palabra



.

2 base:¿Quien paso por aquí?

Abra 4 huellas distintas. Después las colocaremos por el alrededor y tendránque intentar adivinar que animal ha pasado cerca suyo viendo lascaracterísticas de la huellas, después diciendo alguna pista o sin pistacuando adivinen todas, les hablaremos un poco sobre ellos.

Los ciervos .son mamíferos rumiantes de tamaño variable, con cuerpoesbelto y patas largas. Los machos tienen astas que se renuevananualmente, y su pelaje cambia de color con las estaciones. Son animalesgregarios que viven en manadas, especialmente las hembras con sus crías,aunque los machos pueden ser más solitarios.

Ardilla:Las ardillas son pequeños mamíferos roedores, conocidos por su agilidad y habilidades para trepar y saltar entre los árboles. Son reconocidaspor su pelaje, generalmente de tonos rojizos o marrones, y su característicacola larga y esponjosa.

Los rinocerontes: son grandes mamíferos herbívoros conocidos por suscuernos prominentes en el hocico. Su piel es gruesa y resistente, y puedenvariar en tamaño y apariencia según la especie. Son animales solitarios, conbuen olfato y oído, pero con visión limitada.

Los osos son mamíferos grandes y robustos, conocidos por su cabezagrande, orejas pequeñas y redondeadas, cuerpo pesado y cola corta. Sonomnívoros, con una dieta que incluye plantas, insectos, miel yocasionalmente animales más grandes. Tienen patas cortas y poderosas concinco dedos y uñas fuertes y garras. Su pelaje es denso y varía en coloración,desde el marrón hasta el negro, y les proporciona aislamiento térmico.

3 base:Comida o Veneno
Aremos 10 tarjetas con comidas que nos podemos encontrar en el bosque,después tendrán que elegir 5 tarjetas, tendrán que elegir las 5 que soncomestibles, por cada una que fallen, tendrán que hacer un carrera de unlado a otro.
Después diremos las razones por las que son comestibles o no soncomestibles.

4 base: Señales de Auxilio
En esta base os vamos a enseñar señales básicas sin ninguna herramientaOs enseñaremos un total de unas 6, diremos como son y en quecircunstancias se utilizan, y después aremos una especie de simón dice,diremos la circunstancias en la que se tenga que utilizar una señal, tendránque hacer la figura, y cada vez que uno falle se elimina hasta que quede solo
uno.
Señales de auxilio: 1) Brazos en forma de "Y" (Yes): Indica necesidad de
ayuda; 2) Brazos en forma de "N" (No): Indica no necesitar ayuda; 3) Brazosen forma de "X": Indica peligro, necesidad de rescate; 4) Levantar un brazo yotro apuntando hacia abajo: Señal de "No", necesidad de no ser asistido; 5)Abrir y cerrar la mano, con el pulgar escondido: Señal de "ayuda" que puedeser útil en casos de violencia doméstica, pero también puede ser usada encontextos de montaña; 6) Un brazo levantado y otro extendido hacia ellado: Señal de peligro, similar a la "X".

5 base:Clima extremo
Este es un juego mas divertido, diremos una situación, por ejemplo.Estamos en una desierto con 45 grados o por ejemplo estamos en medio deuna tormenta perdidos en el monte.
Cada persona tendrá que escribir una cosa que haría en ese momento, y sirepiten tendrán que hacer 5 flexiones la personas que hayan repetido.
Acabadas las bases:
Se hace recuento de puntos de todo el día: Todos comeréis en el suelo y nopodéis llevar navaja.
-Los dos con más puntos tendrán: Poto, 1 Plato y cuchara
-Los 3 y 4 con más puntos tendrán: 1 Plato y cuchara
-El último grupo: 1 plato

La gala de la noche:
Buenas noches supervivientes. Hoy es la gran noche, la noche de la galafinal. En el día de hoy habeis superado muchas metas, habeis convivido engrupo, os habeis apoyado en todo momento y habeis descubierto laimportancia del apoyo. Seguramente no os habrá gustado no tener todoslos privilegios que de normal tenéis, pero con esto queremos quereflexiones ya que hay muchas personas en el mundo que viven estesituación o peor. Hoy ha sido una experiencia que esperemos que recordéisy que hayáis disfrutado mucho.
Luego os vamos a dar diplomas.
Como os hemos dicho esta mañana en este programa hay que tener unabuena convivencia y hay que llevarse bien entre todos, así que vamos hahacer unos jugos por parejas:

Inés y Gabriel
Luján y acher
María y Martín
Isabel.H y Javier.A
Malena y Pablo
Paula y Javier.U
Hugo y Helena
Alex y carlota
Samuel y lara
Sara y Miguel
Raquel y elena
Andrés y noa
Alicia y vega
Grabiela y Ixeia
Alba, Carmen y Isabel.S
Después de dar todos los premios con los diplomas pondremos mas música y podrán bailar conla persona que quieran para finalizar el supervivientes.
Acabaremos diciendo una pequeña reflexión de todo lo que hemos aprendido durante todo eldía, y al final les haremos una preguntas de que les a parecido la actividad y así acabaría.
Reflexión:
Os a gustado la actividad, que mejorariais?

	Creeis que hemos cumplido todos los compromisos? Cual es la parte que mas os a gustado?	
Material necesario	**No hace falta comprar**	
	Material de grupo: Altavoz Lona	
Evaluación *(preparación, desarrollo, asistencia, participación, monitores…)*		

FICHA DE ACTIVIDAD			
Fecha y Hora		**Lugar**	
Compromiso	Compromiso social	**Especialidad**	Cultura general
Nombre de la actividad	THE FLOOR		
Responsable(s)	Javier Urgel, Jorge Urgel		
Objetivos	- Que mejoren la Comunicación de grupo - Que aprendan + sobre los temas que vamos a tratar -		
Explicación	Hola Soy Javier Urgel y mi especialidad es cultura general. En esta actividad vamos a jugar a un juego de cultura general llamado " the trivial floor ".son 2 programas de televisión (nuestra aventura)juntos (trivial)(the floor) en el que se tratan varios temas de cultura general y mediante preguntas se ve el nivel del participante en ese tema. Ahora os voy a explicar como se juega, cual es el objetivo para ganar y como vamos a jugar: Cada patrulla va a situarse en un cuadrado marcado con cuerda pita, y cada patrulla va a tener un tema inicial, que pueden ser: geografía, historia, arte y literatura, entretenimiento, ciencias y naturaleza, o deportes y pasatiempos. Los temas se elegirán a suertes, y tienen que ser secretos. Yo tendré 6 quesitos de cada tema. Cuando todas las patrullas se sitúen en sus cuadrados, a suertes se elegirá a una patrulla, y la patrulla elegida elegirá contra que patrulla se enfrentara, si yacaré que tiene el tema geografía, elige jugar contra tipiaste que tiene deportes, a los temas que jugaran será deportes y geografia es decir, se juega a los temas de las 2 patrullas que vallan a participar, intercambiando preguntas. PARA JUGAR: Cada ronda tendrá tantas preguntas como personas halla en la patrulla mas numerosa, Para responder a las preguntas las 2 patrullas os pondréis en fila india separadas, y después de que yo haga la pregunta los 2 primeros de la fila correrán hasta llegar a un plato con una cuchara encima, el primero que golpee el plato con la cuchara responde. antes de salir se puede hablar con la patrulla, si el que responde falla, el punto será para la otra patrulla, si no os la sabéis, cambio de pregunta Al que gane le daré el quesito del tema de la otra patrulla. Y aparte el que gane elige si se queda con su tema o lo cambia con el de la patrulla perdedora. Es decir si gana yacaré, ganará el quesito de deporte, y podrá elegir si su tema seguirá siendo geografía o se lo intercambia a tipiaste El que pierde se queda igual pero con el tema que no haya elegido la patrulla ganadora. Después de jugar la primera ronda el que pierde seguirá jugando contra el que elija, es decir si tipiaste pierde, la siguiente ronda la jugara tipiaste contra la patrulla que haya elegido. Y asi sucesivamente El objetivo de todas las patrullas es rellenar el quesito con los seis quesitos, si ninguno completa el quesito ganara el que más quesitos tenga. DUDAS O PREGUNTAS?? (las respondo)		
	No hace falta comprar	**Hace falta comprar**	

Material necesario		
Evaluación *(preparación, desarrollo, asistencia, participación, monitores…)*	¿Se os ha hecho larga la actividad? ¿ que cambiaríais de la actividad?	

FICHAS DE ACTIVIDAD MIÉRCOLES 25

PLANIFICACIÓN MIÉRCOLES 25		
Hora	**Actividad**	**Obs.**
Mañana		
09.30 h	SAMUEL Y CÉSAR - CONSTRUCCIÓN	
11.00h Almuerzo		
11.30 h	SUBASTA SUPERVIVENCIA, MOCHILAS Y ADUANAS	
13.00h Comida		
15.30 h		
17.00h Merienda		
17.30 h		
19.15h Acto comunitario		
19.30h Cena		
21:30 h		
23.00h Dormir		

FICHA DE ACTIVIDAD			
Fecha y Hora		**Lugar**	Campamento de verano
Compromiso		**Especialidad**	Arquitectura e Ingeniería
Nombre de la actividad	Taller de puentes altos y resistentes		
Responsable(s)	César, Samuel y Eduardo		
Objetivos	• Intentar aprender a repartir peso • Distribuir roles según lo que mejor se le dé a cada uno, y respetarlos • Poner a prueba la paciencia de cada uno		
Explicación	La idea de esta actividad es que haya unos diferentes roles dentro de un equipo, para construir un puente de 50 cm de largo entre dos bancos del comedor que aguante peso encima suyo y de gran altura. Para conseguir los materiales se jugará a unos juegos de qui que unas determinadas personas según sus roles podrán practicar para que otro elija el material (solo uno por grupo). “Bienvenidos concursantes al nuevo show (necesitamos nombre del show) En este innovador show os tendréis que organizar en equipo para construir un puente que supere a todos con creces.” “Para ello tendréis que dividiros para cumplir vuestra parte y compenetraros para ser los mejores constructores de puentes y, para decidir el castigo de los perdedores”.		

	"el mayor criterio será el peso que estos puentes pueden aguantar, pero también se evaluarán factores como la altura o los puntos obtenidos sin haberse gastado, solo en caso de empate". "Con esto dicho tenéis 5 minutos para decidir vuestro nombre de grupo y la distribución de roles, que son los siguientes: (roles). Con esto dicho, ¡que el tiempo comience ya!" Después de esta introducción necesitaremos poner música alegre para animar el ambiente. Al principio diremos los grupos y dejaré unos minutos para que decidan qué persona va a ejercer cada uno de los roles. Luego como hay un rol para conseguir los materiales, vamos ha hacer un mercadillo con distintos puestos para ganar puntos y conseguir los materiales. **Roles de los integrantes del equipo (2 o 3 personas por equipo con el mismo rol) (4 equipos):** ● Arquitectos: Decidirán como se va a hacer la construcción, dibujando en el papel como tendrá que ser la construcción para que el constructor pueda hacer la construcción. También indicarán un poco a los constructores si no lo tienen claro. ● Constructores: Realizaran las construcciones que los arquitectos hayan dibujado y podrán tener ayuda de los arquitectos. Además estos dos primeros, como al principio no podrán hacer nada debido a que el material no está en su poder ni saben cuál van a utilizar, tendrán una masterclass de cómo construir puentes. ● Trabajadores: Estos se dedicaran a recolectar dinero para la construcción de su puente, a través de este dinero podrán comprar los materiales que serán utilizados por los constructores. Además todos los trabajadores de un mismo grupo irán juntos a realizar la misma prueba. **Actividades para conseguir fondos:** ● Especias:

Comprar unos cuantos botes de especias, vendarles los ojos, no decirles cuales hay y que con el olfato intenten adivinar que especia están oliendo.

- Caja:
  En la caja de zapatos meter unos cuantos objetos aleatorios, un poco de comida (que nadie sea alérgico a lo que hay dentro) macarrones, noodles de travesía, una naranja abierta… ,un cepillo de dientes, un boli, una pelota de ping-pong. Todo esto de la caja, para que no vean lo que hay dentro, poner una camiseta encima. El objetivo de este minijuego es adivinar mediante el tacto lo que estás tocando.

- Preguntas:
  Consistirá en que la persona que este en este puesto dirá una pregunta y su respectiva pista, sin decir la respuesta. Después cuando este pensando el concursante pondrá música de suspense.

  1 ¿Qué es el estrés mecánico?

  Pista: es un límite de fuerza

  2 ¿Nombra tres tipos de estrés mecánico?

  Pista: uno de ellos es la compresión

  3 ¿Qué elemento de seguridad es el más importante?

  Pista: pensad en el estereotipo de un constructor

  4 ¿Cuál figura geométrica es más utilizada en construcciones?

  Pista: que figura tienes todos los puentes

  5 ¿Que utilizan las grúas para mantenerse en forma de T?

  Pista: esta parte está ubicada en la parte corta de la grúa

  6 ¿Qué material es el más utilizado en construcciones?

Pista: este se suele transportar en camiones especializados

7 ¿Qué parte de una turbina eólica produce electricidad?

Pista: otra manera de decir producir es generar electricidad

8 ¿Como se llama el puente rojo ubicado en san francisco?

Pista: el nombre “Golden state warriors” viene del nombre del puente

9 ¿Cuál es la ciudad española que tiene un gran acueducto?

Pista: estos eran construidos por romanos en ciudades en el interior

10 ¿Como se llama el arquitecto que diseño la sagrada familia?

Pista: su apellido es Gaudí

11 Nombra 4 de las siete maravillas del mundo.

Pista: una de ellas es la pirámide de Giza, todas eran del mundo antiguo

12 ¿Cuál es el edificio más alto del mundo?

Pista: se encuentra en emiratos árabes unidos

13 ¿Qué famosa estructura fue construida en París para la expo de 1889?

Pista: esta fue nombrada tras su arquitecto

14 ¿Como se llama el tipo de técnica que se especializa en trazados precisos?

Pista: se suele utilizar compases, escuadras, cartabones, etc.

15 ¿Cómo se llaman los dos edificios donde estaba el world trade center?

Pista: estos fueron derribados

16 ¿Cuál es el material más conductor?

Pista: también es uno de los más caros

17 ¿Cuáles son las cinco formas platónicas?

Pista: estas se ven igual desde cada cara

18 ¿Qué es la dilatación?

Pista: esto ocurre cuando un material se calienta y ……

19 ¿Qué ángulo se representa con un punto?

Pista: es tan utilizado que tiene un nombre propio, es el más común

20¿Cómo se llama a la parte de una caldera u olla a presión que regula la presión?

Pista:

- Zapatillas:
  Lanzar la zapatilla entre las piernas de forma que pasen por encima de la espalda y que avancen. Según la distancia llevarse un número de okapitos u otro.

- Plus (para gente que no hace lo que debe):
  Consiste en que si alguien no está participando de manera activa en la actividad y este con un amigo/una amiga le digamos de coger las botellas. Que servirán para el final de la actividad para ver cuanto peso aguanta el puente. Estarán atadas con la poca cuerda que necesitamos, y en carretilla tendrán que ir hasta un sitio que ya determinaremos, luego irán a otros y les dirán que vayan al sitio que han ido y traérnoslas de vuelta.

(por cada uno de los minijuegos que acierten se les dará un punto, menos en el caso de el de las zapatillas y el plus porque no les vamos a dar puntos por no prestar atención a la actividad) (no podrán repetir el mismo minijuego sin haber pasado por todos los demás sin contar con el plus)

<table>
<tr><td></td><td colspan="2">Después, haremos una clase para los arquitectos y los constructores y que aprendan como hacer un puente utilizando figuras como los triángulos que son muy resistentes porque reparten su peso en varias zonas. Tendrán una hora y cuarto para hacer la construcción y cuando el tiempo se haya acabado pondremos a prueba las construcciones, con las botellas de agua utilizadas en la prueba plus. Mientras vamos poniendo a prueba las construcciones pondremos música de suspense. Para poner a prueba las construcciones, iremos poniendo de una en una las botellas encima del puente y al final, cuando se caiga evaluaremos su puente. Si hay un empate, el equipo que más puntos acumulados tenga, ganará. Los únicos puestos que serán importantes son el primero y el último. Porque el primero elegirá un castigo para el último, poniéndose de acuerdo todos los integrantes en que castigo elegir. Podrá ser o fregar sus platos durante todo un día, comer con palillos todo un día (de los que hayan sobrado de las construcciones), comer en el suelo todo un día, ir con mascarilla todo un día o ir en bañador todo un día.

Masterclass

“Los triángulos son la forma más resistente, y punto. Esto es así gracias al hecho de que cuando se le aplica una fuerza en cualquiera de sus lados será distribuida entre los otros dos que al estar conectados se vuelven a distribuir”.

“Cualquier forma que no sea un triángulo es raro que funcione o que soporte eficientemente la fuerza”.

“A la hora de juntar triángulos una celosía para un puente puede ser una gran idea puesto que estas están diseñadas para redistribuir la fuerza generada en cualquier punto a los extremos de un puente. Estas pueden variar de forma y tamaño pero el principio es similar llevar la fuerza a los extremos”.</td></tr>
<tr><td rowspan="2">Material necesario</td><td>No hace falta comprar</td><td>Hace falta comprar</td></tr>
<tr><td>Ellos: Navaja (para cortar con precisión los palillos), papel y boli.

Samuel: metro (dos y flexibles), mascarillas, especias, caja de zapatos (una), una toalla (para tapar la caja).

César: okapitos, caja de zapatos (una), pañoleta (para vendar los ojos).</td><td>Espaguetis, palillos de cocina (diferentes tamaños), cola (de secado rápido), palillos de médico, hilo dental y un poco de cuerda (¿podemos coger la sobrante de otras actividades?).</td></tr>
</table>

	Monitores: mesas del comedor (reservar), móvil (poner música).	
Evaluación *(preparación, desarrollo, asistencia, participación, monitores…)*		

FICHAS DE ACTIVIDAD JUEVES 24

PLANIFICACIÓN JUEVES 24		
Hora	**Actividad**	**Obs.**
Mañana		
09.30 h	Elena e Isa - cifras y números gastronómicos y artísticos	
11.00h Almuerzo		
11.30 h	pozas wipe out urgel	
13.00h Comida		
15.30 h	actividad cometas	
17.00h Merienda		
17.30 h	zorro y duchas	
19.15h Acto comunitario		
19.30h Cena		
21:30 h	velada de grupo	
23.00h Dormir		

FICHA DE ACTIVIDAD			
Fecha y hora	Jueves 24 - 9.30h	**Lugar**	Campamento de verano
Compromiso	social	**Especialidad**	gastronomía y arte
Nombre de la actividad	Cifras y letras		
Objetivos	● Que aprendan sobre el arte y la gastronomía ● Aprender a trabajar en equipo ● Perder la vergüenza		
Explicación	**Objetivo del juego:** Responder correctamente las pregubtas, que no se te vea tu código, conseguir puntos para tu equipo y evitar el reto final. **Participantes:** **T**oda la tropa, dividida en dos equipos: ● Equipo Cocineros ● Equipo Artistas **Cada equipo se identificará con:** ● Cocineros: se pondrán un delantal o algún accesorio de cocina. ● Artistas: se pintarán una nota musical en la cara (o usarán algún símbolo artístico). **Espacio de juego:**		

Un espacio amplio, con 2 zonas marcadas para cada equipo (la base de los cocineros, la base de los artistas), en cada base habrá una persona que será a la que se tendrá que acudir para cuando tengas el código y así responder a la pregunta.

¿Cómo se juega?

1. Cada jugador lleva una tarjeta, con una clave que puede ser algo relacionado con el arte o la gastronomía. Y no deben de enseñar esa clave.
2. Correrán a pillar a una persona del equipo contrario, cuando se pillen deberán de hacer un reto(puede ser piedra, papel o tijera o reto de pañoleta, lo que ellos decidan), el que pierda tendrá que enseñarle su clave, y el que gane tendrá que ir hasta su base (recordando la clave) y decírselo a a la persona que lleve las preguntas para desbloquear la pregunta.
   - Si acierta : el equipo gana un punto.
   - Si la falla: el equipo pierde un punto, pero puede seguir jugando y ganando puntos.

Fin del juego y castigo:

Cuando se acabe el tiempo:

- Se cuentan los puntos de cada equipo.
- El equipo que pierda deberá hacer un baile divertido disfrazados con su rol (cocineros o artistas).
- Ejemplo de canción para bailar: “Sopa de caracol”

Normas básicas:

- No empujar, gritar ni molestar a los demás.
- Solo se puede atrapar a un jugador que no esté en su base.
- Se puede repetir una pregunta, pero si antes la has fallado te quedas ese -1 punto.
- ¡Buen rollo ante todo!

PREGUNTAS Y RESPUESTAS
Preguntas de Arte (Fáciles):
¿Quién pintó la Mona Lisa?
Respuesta: Leonardo da Vinci.
¿En qué museo se encuentra la obra "La Noche Estrellada" de Van Gogh?
Respuesta: Museo de Arte Moderno de Nueva York (MoMA).
¿Qué famoso pintor español es conocido por sus cuadros de "Guernica"?
Respuesta: Pablo Picasso.
¿Qué es un retrato?
Respuesta: Una pintura o fotografía de una persona.

¿En qué continente nació el pintor Claude Monet?
Respuesta: Europa (Francia).
¿Quién pintó el techo de la Capilla Sixtina?
Respuesta: Miguel Ángel.
¿Qué pintor famoso pintó "La Última Cena"?
Respuesta: Leonardo da Vinci.
¿Qué tipo de arte utilizó Andy Warhol, con latas de sopa Campbell como su obra más conocida?
Respuesta: Arte Pop.
¿Qué es un cuadro?
Respuesta: Una pintura o imagen creada en una superficie, generalmente sobre un lienzo.
¿Qué significa "impresionista" en arte?
Respuesta: Un estilo de pintura que se enfoca en la luz y el color, como las obras de Monet.
¿En qué ciudad se encuentra la famosa estatua de "David" de Miguel Ángel?
Respuesta: Florencia, Italia.
¿Quién pintó "Las Meninas"?
Respuesta: Diego Velázquez.
¿Qué tipo de pintura utilizó Leonardo da Vinci en la "Mona Lisa"?
Respuesta: Óleo sobre lienzo.
¿Qué pintor es famoso por su serie de "Amanecer" y "Atardecer"?
Respuesta: Claude Monet.
¿En qué país nació Salvador Dalí?
Respuesta: España.
¿Qué significa "surrealismo"?
Respuesta: Un estilo de arte que busca representar los sueños y lo irracional.
¿Quién es el autor de la escultura llamada "El Pensador"?
Respuesta: Auguste Rodin.
¿Qué artista es famoso por sus cuadros de flores, especialmente "Girasoles"?
Respuesta: Vincent van Gogh.
¿Qué significa la palabra "escultura"?
Respuesta: Es una obra de arte hecha de materiales como piedra, madera o metal, creada para representar figuras o formas.
¿Qué tipo de arte se enfoca en crear imágenes de la naturaleza, como paisajes?
Respuesta: Paisajismo.

Preguntas de Cocina (Fáciles):
¿Qué es una pizza?
Respuesta: Un plato italiano hecho con masa, salsa de tomate, queso y otros ingredientes al gusto.
¿Qué fruta se utiliza para hacer guacamole?
Respuesta: Aguacate.
¿Qué es un "sandwich"?
Respuesta: Un bocadillo hecho con dos rebanadas de pan y un relleno entre ellas.
¿Qué tipo de pasta es común en platos italianos?
Respuesta: Espaguetis.
¿Qué ingrediente se utiliza para hacer una ensalada César?
Respuesta: Lechuga.
¿Cómo se llama el dulce que se hace con chocolate y se derrite?
Respuesta: Fondue de chocolate.
¿Qué tipo de carne se usa comúnmente en una hamburguesa?
Respuesta: Carne de res.
¿Qué es un "smoothie"?
Respuesta: Un batido hecho con frutas y otros ingredientes como yogur o leche.
¿Cómo se llama la sopa caliente que se hace con tomate?
Respuesta: Sopa de tomate.

¿Qué condimento se utiliza para darle sabor a las ensaladas?
Respuesta: Aceite de oliva o vinagre.
¿En qué parte de la comida se sirven los postres?
Respuesta: Al final, después del plato principal.
¿Qué verdura se utiliza comúnmente en la pizza "vegetariana"?
Respuesta: Pimientos.
¿Cómo se llama el pan dulce tradicional francés con forma de media luna?
Respuesta: Croissant.
¿Qué es una "tarta"?
Respuesta: Un pastel que suele tener una base de masa y un relleno, como frutas o crema.
¿Qué es un "sushi"?
Respuesta: Un platillo japonés hecho con arroz, pescado crudo y otros ingredientes.
¿Qué utensilio de cocina se usa para batir huevos?
Respuesta: Batidor de mano o batidora.
¿Qué se utiliza para hacer una tortilla de patatas?
Respuesta: Huevos y patatas.
¿Qué se pone comúnmente en una ensalada verde?
Respuesta: Lechuga, tomate, cebolla, zanahoria.
¿Qué bebida se elabora a base de granos de café?
Respuesta: Café.
¿Qué tipo de queso es común en una pizza?
Respuesta: Mozzarella.

CLAVES

1.Microfono

2.Espátula

3.Pincel

4.Horno

5.Cascos

6.Pintura

7.Fuego

8.Notas musicales

9.Especias

10.Colores

11.Perejil

12.Cables

13.Plato

	14.Altavoz 15.Gourmet 16.Bailar 17.Emplatar 18.Tocar 19.Cuchara 20.Escultura 21.Receta 22.Retrato 23.Hervir 24.Exposición 25.Salsa 26.Collage 27.Ingredientes 28.Estudio 29.Batir 30.Grabación 31.Hornear 32.Boceto 33.Aceite 34.Estilo 35.Sal 36.Galería 37.Tenedor 38.Ensayar 39.Cucharadas

	40.Mural	
Material necesario	Hay que comprar	■ No hay que comprar
	5 cartulinas de	Delantales Pintura para la cara
Evaluación		

FICHA DE ACTIVIDAD			
Fecha y Hora		**Lugar**	Aisa
Compromiso		**Especialidad**	
Nombre de la actividad	Pozas		
Responsable(s)	Jorge		
Objetivos	- Dinamizar el tiempo de pozas -		
Explicación	Entre que subimos y bajamos a las pozas, tendremos unos 40 mins óptimos para la actividad. Las pozas no son muy grandes. Haremos varios minijuegos para no estar 40 minutos "sin hacer nada". 1- Toques con la cabeza: con una pelota de playa, cada patrulla deberá hacer dentro de la poza el mayor numero posible de toques, los perdedores (último y penúltimo) se tendrán que bañar enteros. 2- Haremos un pequeño juego de patata caliente: levanta brazo derecho si es A, arriba si es B e izq si es C 1. **¿Qué es un "ibón"?** A) Un tipo de cabaña de pastores B) Un lago de origen glaciar en alta montaña C) Una cima secundaria **Respuesta correcta:** B) Un lago de origen glaciar en alta montaña 2. **¿Qué se entiende por "puerto" en el contexto del Pirineo?** A) Un paso de montaña entre dos valles B) Un lugar donde se guardan animales C) Un refugio con agua **Respuesta correcta:** A) Un paso de montaña entre dos valles 3. **¿Qué es un "pico"?** A) Una piedra afilada B) La cima de una montaña C) Un punto de descanso **Respuesta correcta:** B) La cima de una montaña 4. **¿Qué significa "collado"?** A) Valle entre dos ibones B) Paso o depresión entre dos cimas C) Terreno plano con hierba **Respuesta correcta:** B) Paso o depresión entre dos cimas		

5. **¿Qué es una "canal"?**
A) Una grieta profunda en la roca
B) Un cauce natural entre paredes por donde discurre agua o nieve
C) Un camino empedrado antiguo
Respuesta correcta: B) Un cauce natural entre paredes por donde discurre agua o nieve

6. **¿Qué es un "glaciar"?**
A) Un río de hielo en movimiento
B) Una grieta nevada
C) Un viento frío de montaña
Respuesta correcta: A) Un río de hielo en movimiento

7. **¿Qué es un "circo glaciar"?**
A) Una formación circular de roca creada por el viento
B) Un valle en forma de herradura creado por un glaciar
C) Un terreno llano con muchas piedras
Respuesta correcta: B) Un valle en forma de herradura creado por un glaciar

8. **¿Qué es una "mallata"?**
A) Un tipo de mochila
B) Un abrigo natural o cabaña usada por pastores
C) Un ganado de ovejas
Respuesta correcta: B) Un abrigo natural o cabaña usada por pastores

9. **¿Qué se entiende por "barranco"?**
A) Una pradera húmeda
B) Una quebrada profunda por donde baja agua o nieve
C) Una ladera boscosa
Respuesta correcta: B) Una quebrada profunda por donde baja agua o nieve

10. **¿Qué es una "faja"?**
A) Una grieta vertical
B) Una banda o franja horizontal de terreno en la montaña
C) Un tipo de nevada fina
Respuesta correcta: B) Una banda o franja horizontal de terreno en la montaña

11. **¿Qué significa "llano" en montaña?**
A) Zona plana entre montañas
B) Cima amplia y redondeada
C) Refugio de alta montaña
Respuesta correcta: A) Zona plana entre montañas

12. **¿Qué es una "peña"?**
A) Un acantilado junto a un ibón

B) Una roca grande y sobresaliente
C) Un pico con nevero

Respuesta correcta: B) Una roca grande y sobresaliente

13. **¿Qué es un "refugio"?**
A) Un campamento de verano
B) Una cabaña de montaña donde pueden alojarse excursionistas
C) Una zona protegida sin acceso

Respuesta correcta: B) Una cabaña de montaña donde pueden alojarse excursionistas

14. **¿Qué es una "morrena"?**
A) Una pradera alpina
B) Una acumulación de piedras dejadas por un glaciar
C) Una cascada de hielo

Respuesta correcta: B) Una acumulación de piedras dejadas por un glaciar

15. **¿Qué se llama "brecha" en los Pirineos?**
A) Una abertura o corte natural en una cresta rocosa
B) Un túnel excavado por el agua
C) Un paso secreto entre bosques

Respuesta correcta: A) Una abertura o corte natural en una cresta rocosa

3- Juego de las miradas

Material necesario	**No hace falta comprar**	**Hace falta comprar**
	Pelota Bengalas	

Evaluación *(preparación, desarrollo, asistencia, participación, monitores…)*

FICHA DE ACTIVIDAD			
Fecha y Hora	Jueves 24, 15:30	**Lugar**	Campamento AISA
Compromiso	Medioambiental	**Especialidad**	
Nombre de la actividad	Cometas por el cielo		
Responsable(s) y rol monitor	Berta		
Objetivos	- Conocer el viento y sus usos en la naturaleza - Habilidad manual - Creatividad -		
Explicación	Se trata de una actividad guiada de varias partes. En la primera parte para tantear los conocimientos de fenómenos atmosféricos se divide la tropa en grupos y cada grupo con dos patrullas. En este juego se les reparte en una bolsa con papeles que incluyan las palabras: - Viento - Polvo - Arena - Tormenta - Niebla - Nube - Ventisca - Lluvia - Granizo - Trueno - Relámpago - Charco - Nieve - Brisa En esta parte, el juego consta de 3 partes primero se tiene que definir las palabras, en la siguiente ronda solo con una palabra y la tercera con mímica. Se van turnando los equipos según el cronómetro de 20 segundos. A continuación, en esos tres grupos se realizan cortos experimentos donde en cada base de 10 minutos aprenderán sobre el viento. **BASE 1: Aire caliente y frío. Causa del aire.** Se explica lo siguiente con una cartulina y se realiza el siguiente experimento.		

“El viento es el aire en movimiento. Se produce porque el Sol calienta unas partes de la Tierra más que otras. Cuando el aire se calienta, se vuelve más ligero y sube, dejando una zona con menos presión. En cambio, el aire frío es más pesado y baja, creando una zona con más presión.

El aire siempre se mueve desde donde hay más presión hacia donde hay menos presión, y ese movimiento es lo que sentimos como viento. A veces es suave, como una brisa, y otras veces muy fuerte, como en una tormenta.”

EXPERIMENTO: **globos y pajita**

Materiales:
- 2 globos
- 1 pajita (cañita/sorbete)
- Cinta adhesiva o hilo
- Opcional: rotuladores para decorar

Pasos:
1. Infla los globos:

Infla uno de los globos completamente (representa alta presión).
Infla el otro solo un poco (representa baja presión).
No los ates aún.

2. Conecta los globos:

Coloca la pajita entre las boquillas de los dos globos.
Sella los extremos con cinta para que el aire solo pueda pasar por la pajita y no se escape por los lados.

3. Observa el movimiento del aire:

Suelta ambos globos al mismo tiempo y observa cómo el aire del globo más lleno se mueve hacia el más vacío.
El globo que tenía menos aire se empieza a inflar un poco más, y el otro se desinfla.

4. Explicación para los niños:

“El globo más lleno tiene más presión y empuja el aire hacia el que tiene menos presión.
Esto es lo que pasa en la atmósfera: el aire se mueve de zonas con más presión a zonas con menos presión, y eso es lo que nosotros sentimos como viento.”

BASE 2: ¡Qué viene la tormenta!

⚡ ¿Por qué hay electricidad en las nubes y qué tiene que ver el suelo?

Cuando hay una tormenta, dentro de la nube pasan muchas cosas:
- El viento mueve gotas de agua y trozos de hielo que chocan entre sí.
- Estos choques hacen que la nube se cargue de electricidad.
- Se separan las cargas: la parte de abajo de la nube se llena de cargas negativas (-) y la parte de arriba de positivas (+).

¿Y qué pasa en el suelo?

La Tierra normalmente tiene carga neutra, ni positiva ni negativa.
Pero cuando la parte de abajo de la nube se llena de cargas negativas, empuja las cargas negativas del suelo hacia abajo (porque los iguales se repelen) y atrae las cargas positivas hacia la superficie (porque los contrarios se atraen).

Así, justo debajo de la nube, en el suelo, empiezan a aparecer muchas cargas positivas (+).

¿Qué es la diferencia de potencial?

Cuando hay muchas cargas negativas arriba (en la nube) y muchas cargas positivas abajo (en el suelo), se forma una gran diferencia de potencial eléctrico.
Esto es como tener una batería gigante en el cielo:

- Un lado tiene muchas cargas negativas
- El otro lado tiene muchas cargas positivas

Cuanta más diferencia hay, más ganas tiene la electricidad de moverse de un lado al otro para equilibrarse.

¿Qué pasa cuando esa diferencia es demasiado grande?

Cuando esa diferencia de potencial se hace muy fuerte, la electricidad no puede esperar más:

- Salta desde la nube hasta el suelo o entre nubes, en forma de un rayo.
- Esa descarga busca equilibrar las cargas eléctricas.

Los rayos son extremadamente calientes: el aire que los rodea puede alcanzar temperaturas cinco veces superiores a las de la superficie del sol. Este calor hace que el aire circundante se expanda rápidamente y vibre, lo que crea los truenos que oímos poco después de ver un relámpago.
¡Y ahí es cuando vemos el relámpago y escuchamos el trueno!

Resumen para recordar:

- La nube se carga con electricidad: abajo negativa, arriba positiva.
- El suelo, justo debajo, se llena de cargas positivas.
- Esa diferencia de cargas (diferencia de potencial) es como una batería muy potente.
- Cuando es demasiado grande, la electricidad salta en forma de rayo para equilibrarse.

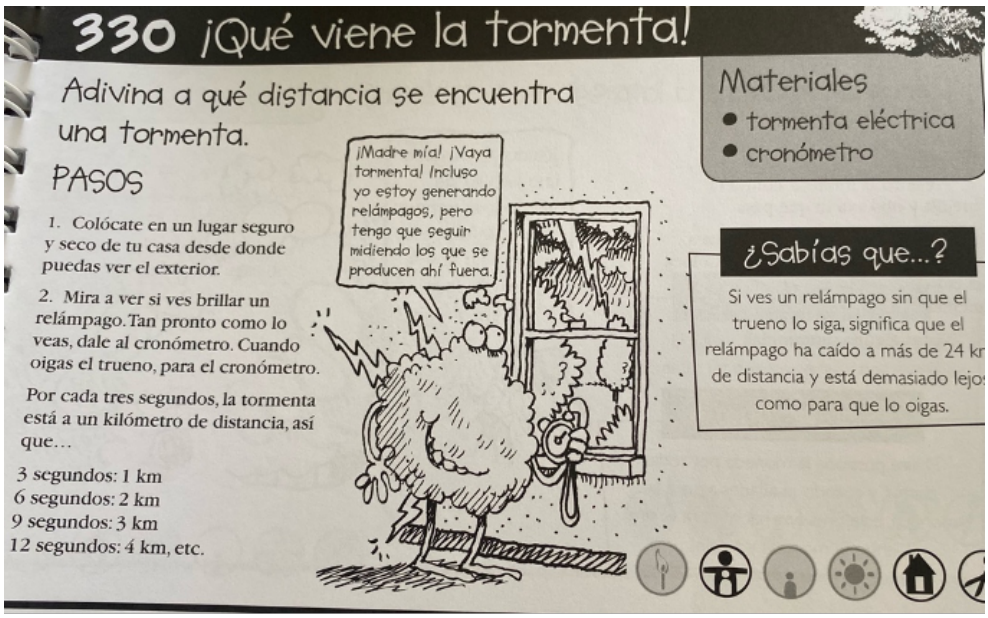
¿Cómo funciona un pararrayos?

Cuando hay una tormenta, las nubes se cargan de electricidad, y el suelo también. Si la diferencia de carga es muy grande, puede caer un rayo.

El pararrayos ayuda a que esa electricidad se descargue sin causar daño. Aquí te lo explico paso a paso:

1. 🔼 El pararrayos, por estar en lo alto y ser metálico, atrae el rayo.
2. ⚡ Cuando el rayo cae, entra por la barra metálica del pararrayos.
3. 🔽 Luego, el cable lleva esa electricidad directamente al suelo, sin pasar por el edificio ni causar incendios ni explosiones.

EL EXPERIMENTO:



BASE 3: Tipos de nubes. Esta base se explica con una cartulina con imágenes.

🌤 1. Nubes cirros (Cirrus)

- Son altas, están a más de 6.000 metros de altura.
- Parecen plumas o hilos blancos y delgados.
- Están hechas de cristales de hielo, no de gotas de agua.
- No traen lluvia, pero a veces anuncian que se acerca mal tiempo.

🟦 Ejemplo: como rayitas blancas muy finas en el cielo azul.

🌤 2. Nubes cúmulos (Cumulus)

- Son esas que parecen algodones gigantes.
- Tienen forma redonda, grande y blanca.
- Están a media altura (alrededor de 2.000 metros).
- A veces traen buen tiempo, pero si crecen mucho pueden causar tormentas.

🟩 Ejemplo: como montañas de nata flotando en el cielo.

☁ 3. Nubes estratos (Stratus)

- Son bajas, están cerca del suelo.
- Cubren el cielo como una manta gris.

- No tienen forma definida.
- Pueden traer llovizna o niebla.

⬛ Ejemplo: cuando el cielo está todo tapado y parece que nunca va a salir el sol.

🌧️ 4. Nubes nimbos (Nimbus o nimbostratos)

- Son grandes y oscuras.
- Están muy cargadas de agua.
- Estas sí traen lluvia, nieve o tormentas.
- A veces se mezclan con cúmulos o estratos (por eso se llaman "cumulonimbos" o "nimbostratos").

🌫️ Ejemplo: las que ves cuando va a caer un chaparrón.

🌩️ ¿Cómo saber si una nube puede traer granizo?

El granizo no lo traen todas las nubes, solo las que están muy desarrolladas y tienen mucha energía.

✅ **Las nubes que pueden traer granizo son:**

👉 Cumulonimbos:

- Son nubes muy grandes, oscuras y con forma de torre.
- Crecen mucho hacia arriba, hasta llegar a las partes más frías del cielo.
- Dentro de ellas, hay fuertes corrientes de aire que suben y bajan.

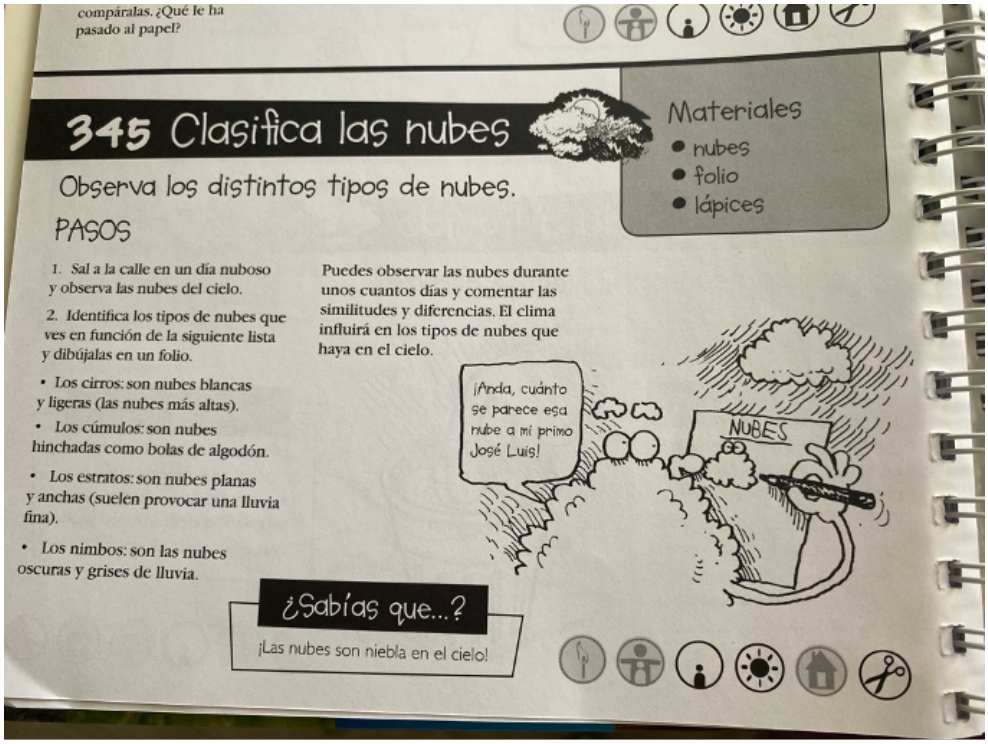
❄️ ¿Y cómo se forma el granizo dentro de una nube?

1. Las gotas de agua suben muy alto dentro de la nube, donde hace mucho frío.
2. Al subir, se congelan y forman pequeñas bolitas de hielo.
3. El aire dentro de la nube las vuelve a subir y bajar varias veces, así que van creciendo.
4. Cuando ya son muy pesadas, caen como granizo.

🧭 ¿Qué señales te pueden avisar de que puede caer granizo?

🔷 El cielo se pone muy oscuro y gris.
🔷 Se ven nubes altas como montañas, muy densas.
🔷 Empieza a hacer más frío de repente.
🔷 Puede haber rayos o truenos.
🔷 A veces empieza a llover con gotas muy grandes y frías, justo antes del granizo.

EXPERIMENTO: mirar las nubes y clasificarlas



compáralas. ¿Qué le ha pasado al papel?

345 Clasifica las nubes

Observa los distintos tipos de nubes.

PASOS

1. Sal a la calle en un día nuboso y observa las nubes del cielo.
2. Identifica los tipos de nubes que ves en función de la siguiente lista y dibújalas en un folio.

- Los cirros: son nubes blancas y ligeras (las nubes más altas).
- Los cúmulos: son nubes hinchadas como bolas de algodón.
- Los estratos: son nubes planas y anchas (suelen provocar una lluvia fina).
- Los nimbos: son las nubes oscuras y grises de lluvia.

Puedes observar las nubes durante unos cuantos días y comentar las similitudes y diferencias. El clima influirá en los tipos de nubes que haya en el cielo.

Materiales
- nubes
- folio
- lápices

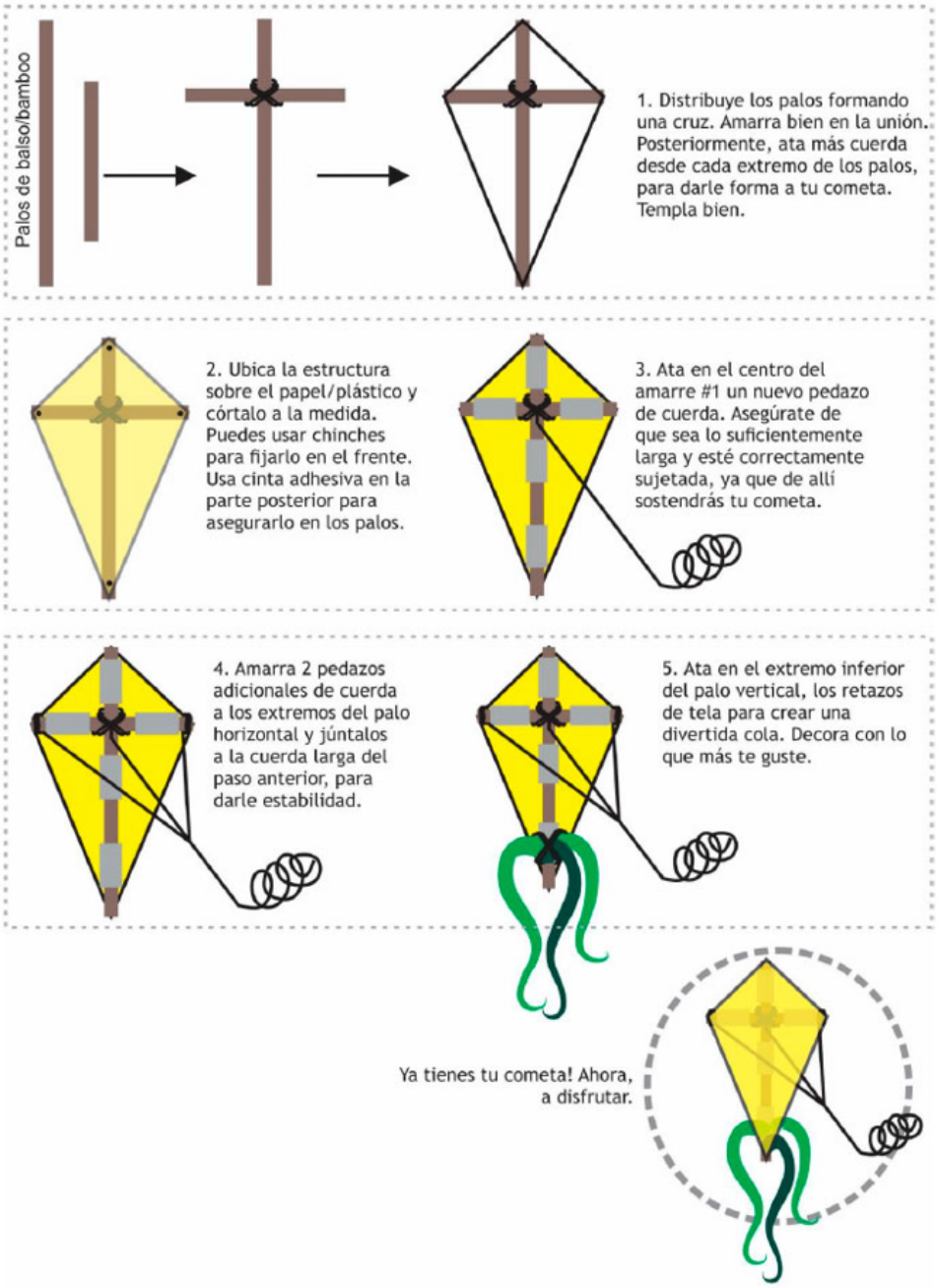
¡Anda, cuánto se parece esa nube a mi primo José Luis!

NUBES

¿Sabías que...?

¡Las nubes son niebla en el cielo!

Como broche final de la actividad cada patrulla hará una cometa.



Material necesario	**No hace falta comprar**	**Hace falta comprar**
	- Tijeras	- Papel plástico para cometa - Hilo - Palos para la cometa - Globos - Pajitas - Cartulina

Evaluación *(preparación, desarrollo, asistencia, participación, monitores…)*	

FICHAS DE ACTIVIDAD VIERNES 25

PLANIFICACIÓN VIERNES 25		
Hora	**Actividad**	**Obs.**
Mañana		
09.30 h	GRUPO	
11.00h Almuerzo		
11.30 h	MISA	
13.00h Comida		
15.30 h	CONSEJO	
17.00h Merienda		
17.30 h	CONSEJO	
19.15h Acto comunitario		
19.30h Cena		
21:30 h	BOOM	
23.00h Dormir		

FICHA DE ACTIVIDAD			
Fecha y Hora		**Lugar**	Aísa
Nombre de la actividad	Boom: Show de la entrega de premios		
Responsable(s)	Lola, Urgel, Edu		
Objetivos	- Cerrar la aventura creando piña reviviendo los mejores momentos de la ronda - Premiar el trabajo realizado durante la ronda con el libro de oro -		
Explicación	Haremos una gala de premios estilo gala de televisión, por lo que estaremos todos vestidos para la ocasión y ambientaremos el lugar. Habrá un photocall, micrófonos, presentadores (los monitores) y un plató. 1. Entrega de premio del libro de oro + entrevista - Cómo te sientes al recibir este premio? - ¿Esperabas salir en el libro de oro? - ¿Cuál ha sido tu mejor recuerdo de este año? - ¿Algún mensaje para tu tropa? Después leeremos los mejores momentos del libro de oro, los que más nos hagan gracia, que serán la razón por la que hayan ganado. 2. Entrega de llaveros de recuerdo (nombre o animal de su patrulla por una cara + logo okapi por la otra cara) 3. Vídeo recopilatorio del año + clips grabados en campamento. Las entrevistas que les haremos podrán incluir las siguientes preguntas: 1. ¿Cuál ha sido tu momento favorito del año scout? 2. Si pudieras repetir una actividad, ¿cuál sería? 3. ¿Qué es lo más raro que te ha pasado en una acampada? 4. ¿Quién es el/la más…? (divertido, dormilón, escandaloso, comilón…) 5. ¿Qué aprendiste este año que no esperabas? 6. Imita a tu monitor/a favorito durante una actividad. 7. ¿Qué es lo primero que le contarías a alguien sobre tu tropa? 8. Si hicieran una película sobre este año, ¿cómo se llamaría? Serán entrevistas cortas de 30-60 segundos con una pose o despedida cómica al final. No es necesario hacer todas las preguntas a cada uno, como vayamos viendo.		

<table>
<tr><td></td><td colspan="2">4. Fiestuqui (juegos de dinamización)

1. Baile del periódico

• En parejas, deben bailar sobre una hoja de periódico que se va doblando en cada ronda. ¡Últimos en caer ganan!

3. Pasa la emoción

• Música de fondo. Al parar, quien tenga un objeto (una gorra, un pañuelo...) debe contar un momento divertido, emotivo o de vergüenza del año.

5. Photocall loco

• Montad un fondo con carteles tipo "TV", gafas, micrófonos, pelucas… y que se hagan fotos como si fueran los protagonistas del programa.</td></tr>
<tr><td rowspan="2">Material necesario</td><td>No hace falta comprar</td><td>Hace falta comprar</td></tr>
<tr><td>Proyector</td><td>Llaveros
Premio de los ganadores del libro de oro
Menú boom</td></tr>
<tr><td>Evaluación (preparación, desarrollo, asistencia, participación, monitores…)</td><td colspan="2"></td></tr>
</table>

IMPRIMIR METODOLOGÍA (***always)

IMPRIMIR HOJAS ESPECIALIDADES TROPA (para consejos)

IMPRIMIR FICHAS PROGRESIÓN PERSONAL TORPA (para consejos)

IMPRIMIR CEREMONIAL

HOJA EN BLANCO