

# CÁMPING

Deje las pantallas y monte una  
tienda de campaña 😊



# ¿Por qué acampar?



## Acampar es :

- Una de las formas más respetuosas con el medio ambiente para ir de vacaciones.
- Una oportunidad de alojarse en alojamientos ecológicos.
- Una opción para organizar actividades sin electrónica: búsqueda del tesoro en la naturaleza, libros, juegos de cartas, materiales de arte sencillos, construir casas de hadas en el bosque, hamacas.



# Cámping - consejos de seguridad

Antes de acampar...

Durante la acampada...

Las lecciones de acampada

Estudio de la naturaleza  
mientras se acampa



# Cámping - consejos de seguridad

## ¿Dónde acampar?:

- No acampe en las cimas altas y ventosas
- No acampe en un barranco o en el lecho de un arroyo seco que podría inundarse en una tormenta.
- Acampar lejos de los grandes árboles que se encuentran solos y que podrían ser golpeados por un rayo
- Acampe lejos de la orilla del agua para evitar contaminar las aguas y para evitar la subida rápida del agua, la marea alta o las olas impulsadas por el viento



# Cámping - consejos de seguridad

## ¿Dónde acampar?:

- Acampa lejos de los hormigueros y las plantas venenosas
- Acampar lejos de las laderas inestables o de las zonas de deslizamiento de tierra
- Acampe alejado de las zonas bajas o pantanosas para evitar los mosquitos y proteger el equipo de camping de la humedad.



# Cámping - consejos de seguridad

¿Cómo acampar?:

- No permita que se acumule basura inflamable.
- No utilice nunca queroseno u otras sustancias inflamables para encender un fuego.
- No vierta agua sobre la grasa inflamable; arroje sal o bicarbonato de sodio sobre la llama, o cúbrala con una tapa de metal.
- Apague todos los fuegos exteriores antes de abandonarlos.



# Cámping - consejos de seguridad

## ¿Cómo acampar?:

- Tengan cuidado cuando usen lámparas en las tiendas por el peligro de incendio.
- Usen linternas.
- Proporcione una ventilación adecuada para evitar el envenenamiento si se utilizan calentadores o quemadores de carbón en la tienda de campaña.



# Antes de acampar...



## Pronóstico del tiempo

- Manténgase al día con el tiempo: compruebe el pronóstico del tiempo antes de su acampada.
- Empaca y almacena la comida de forma segura para evitar encuentros no deseados con animales
- Tome protección contra los insectos, un repelente que no se disuelva fácilmente en el agua.
- Use camisas de manga larga y pantalones largos para evitar el contacto directo con los insectos.





# Antes de acampar ...

- Empaca todo en recipientes transparentes para facilitar la organización de la acampada.
- Organice sus suministros de camping en recipientes grandes de plástico, cada uno para los suministros de cocina, comida y aperitivos, baño y ducha, juguetes, tiendas y sacos de dormir, ropa y lavandería, música y entretenimiento.



# Durante la acampada...

- **Protege tu piel del sol** - usa un sombrero, ponte gafas de sol, busca una sombra.
- **Mantente hidratado** - bebe agua regularmente durante el día, incluso si no crees que tienes sed.
- **Presta atención a cómo se siente tu cuerpo** durante el viaje - usa ropa de la talla adecuada, botas o zapatos de senderismo, pantalones de secado rápido, chaqueta para la lluvia, sombrero para el sol y el viento



# Durante la campada...

- Estén atentos a la vida salvaje.
- Evite tocar y alimentar a los animales salvajes.
- Evite probar la vegetación desconocida, especialmente los hongos



# Cosas que aprendes mientras acampas

- No necesitas un montón de "cosas"
- Acampar nos recuerda que nuestras posesiones materiales no son tan importantes como podríamos pensar que lo son.
- **¡Recuerda!** Tienes que llevar todo lo que necesitas a la espalda.



# Cosas que aprendes mientras acampas



- **Sentido de la orientación** - Te ayuda a saber dónde estás, adónde vas, en qué dirección encontrarás el agua, el camping, etc.
- **Confianza en ti mismo** - en la naturaleza, dependes de ti mismo para resolver problemas. Confía en tus instintos sin apoyarte en la tecnología para soluciones simples. De este modo, construirás confianza en tus habilidades.
- **Promoviendo** la responsabilidad, el trabajo en equipo y la cooperación, pensando, reparando, creando e imaginando





# Las lecciones del camping

- ¿Cómo montar la tienda?

<https://www.youtube.com/watch?v=tAFPLSfDEKs>



- ¿Cómo se hace una fogata?

<https://www.youtube.com/watch?v=nPnyBfIM9E4>



- ¿Cuál es la mejor manera de suministrar agua a su campamento?

<https://www.youtube.com/watch?v=IdVLBxhZFGQ>





## ...y más lecciones de acampada

- **Hacer cosas fuera de las zonas de confort:** ensuciarse, cocinar con fuego, mojarse en la lluvia y aprender a rodar con el ponche.
- **Domina las habilidades cotidianas:** cómo barrer correctamente un suelo, poner y limpiar una mesa para 14 personas, o limpiar la basura esparcida después de una tormenta.



- **Dominar** las habilidades de socialización: formar parte de un campamento, independientemente de su enfoque, puede crear un sentido de comunidad entre los participantes.
- **Comprender** que los trabajos rutinarios tienen que hacerse antes de que la diversión tengalugar.



# Estudio de la naturaleza mientras se acampa

- Observar a los animales en sus entornos naturales.
- Compare las diferencias en el medio ambiente en diversos ámbitos.
- Identificar plantas y árboles.
- Hacer proyectos de arte y jugar con objetos caídos, como hojas, ramas.
- Observar las estrellas lejos de las luces de la ciudad; cuando cae la noche - observar las constelaciones.







# Estudio de la naturaleza mientras se acampa

- Comprender y respetar la naturaleza:
- no dejar comida en los alrededores del camping para evitar atraer a los animales.
- Deje lo que encontró: no tome nada de la zona como plantas, rocas u otros objetos naturales.
- Promueva la protección del medio ambiente en la zona de acampada: lleve a cabo un proyecto que ayude a preservar o restaurar la zona de acampada.





**¡Juguemos a acampar!**





# ¡Juguemos a acampar!

- Aprende los principios básicos para almacenar y preparar alimentos en el exterior.
- Aprende sobre los diversos tipos de formaciones de nubes.
- Explicar dos métodos para purificar el agua potable.
- Aprenda a hacer señales de ayuda en el exterior.
- Identificar las autoridades locales que podrían proporcionar ayuda.
- Aprende a contactar





# ¡Juguemos a acampar!

- Enseñar cómo encontrar direcciones observando el sol y las estrellas.
- Aprender los principios básicos de una buena nutrición. Planificar y preparar una comida en el campamento.
- Identificar las plantas venenosas y comestibles en el área del campamento y hablar de sus diferencias.
- Pasar tiempo observando un fenómeno de la naturaleza: el amanecer, el atardecer, el movimiento de las nubes, el arco iris...
- Expresar sus pensamientos sobre este fenómeno con obras de arte, poesía, canción, baile o palabras escritas.



# Fuentes electrónicas sobre Cámping

- <https://www.gooutdoors.co.uk/expert-advice/camping>
- <https://www.youtube.com/watch?v=woFPe2fBWeg>
- <https://www.youtube.com/watch?v=1heVINedCPM>
- <https://koa.com/blog/a-beginners-guide-to-camping-for-the-first-time/>



# Fuentes electrónicas sobre Cámping

- <http://piar.cyc.org.au/wp-content/uploads/sites/8/2014/12/Adventure-Camping-Booklet-Sept-20121.pdf>
- <https://koa.com/blog/camping-safety-tips/>
- <https://www.linkinteractive.com/blog/2016/07/14/campfire-safety-tips-checklist/>
- <https://www.officialkidsmag.com/2019/06/25/outdoor-safety-tips/>

