



Salidas al aire libre

Campismo



La metodología scout en su estructura educativa contempla actividades al aire libre como: caminatas, campamentos, excursiones y expediciones. Es más, el campismo ha sido siempre un área fundamental de las actividades Scouts. Dichas actividades fomentan la interacción con el entorno, elevan el aprecio a la vida, desarrollan áreas de crecimiento como la corporalidad y el carácter además de promoverse el trabajo en equipo y el contactarnos con nuestra espiritualidad descubriendo la Naturaleza.

Con la ayuda de esta ficha aprenderás a definir y diferenciar las distintas actividades que se realizan al aire libre, así como conocer sus particularidades y guiarse por los niveles de dificultad antes de participar en ellas.

Niveles de dificultad

Los niveles de dificultad se encuentran evaluados de acuerdo a un número de factores como el nivel requerido de estado físico, altura sobre el nivel del mar, accesibilidad del terreno, pendiente, nivel de habilidades especiales como experiencia en escalada, rafting, construcciones, resistencia física, entre otras. Cada actividad tiene un nivel asociado de dificultad y seguridad el cual debe ser considerado antes de pensar unirse al viaje, excursión, campamento, expedición o exploración. Además, experimentarás un mayor nivel de disfrute de cualquier actividad si te encuentras en buena condición física, seguro de tus capacidades y limitaciones, y cuentas con todas las condiciones de seguridad para minimizar los riesgos; Por lo tanto, el consejo es que te mantengas en forma, y cuides de tu seguridad y de los que de ti dependen.

Actividad Fácil:

Estas actividades o viajes no involucran esfuerzo físico, ofrecen paz y una igualdad en las actividades sedentarias y de aptitud física. Debes contar de buena salud suficiente para un día normal de excursión y caminata. Incluyen: Salidas de un día, viajes a la playa, actividades en el local del grupo/patrulla.

Actividad Ligera:

Involucra algo de esfuerzo físico, pero con relativa comodidad. Un nivel promedio de condición física o alguna experiencia previa en la actividad. Se aplica a caminatas cortas mediante caminos pavimentados o senderos, con cinco a 15 por ciento de pendiente en el terreno. También se aplica a actividades de remo ligero, caminatas, cabalgatas, ciclismo (menores a cinco Km.).

Actividad Moderada:

Actividad con partes fáciles, pero algunas partes demandantes que requieran mayor esfuerzo físico. Se aplica a caminatas por terreno accidentado por cuatro a seis horas o caminatas cortas por terreno con mucha inclinación por dos a cuatro horas. El terreno accidentado incluye cruce de ríos, vegetación espesa, rocas grandes, suelo resbaloso, entre otras. El alojamiento y campamento puede ser primitivo y/o en condiciones remotas.

Actividad Demandante:

Requiere condiciones físicas adecuadas. Se aplica a recorridos que pueden resultar peligrosos en algunas de sus partes y deben atravesarse con cuidado; las rutas pueden pasar por caminos no mantenidos, lugares donde no existen senderos marcados o terrenos inclinados que requieran cierta destreza para pasar sin peligro. Incluyen caminatas de seis a ocho horas, viajes en canoa o remo de cinco a seis horas. Estas pueden no incluir el llevar el equipo personal. Se realizan a menudo en localidades remotas lejos de instalaciones médicas.

Nivel de dificultad:

Siempre solicita toda la información sobre el nivel de dificultad que representa la actividad que vas a realizar. No es bueno sobre esforzarse o tener una complicación médica.

Recuerda los niveles de dificultad existentes y quienes pueden participar de ellas:

Fácil	1 2 3 4 5
Lobatos, Scouts, Caminantes y Rovers	
Ligera	1 2 3 4 5
Lobatos, Scouts, Caminantes y Rovers	
Moderada	1 2 3 4 5
Lobatos, Scouts, Caminantes y Rovers	
Demandante	1 2 3 4 5
Scouts, Caminantes y Rovers	
Extenuante	1 2 3 4 5
Caminantes y Rovers	

Actividad Extenuante:

Requiere excelentes condiciones físicas, de seis a nueve horas al día enfrentando caminatas más de doce horas o de menor tiempo, pero técnicas con el uso de cartografía, brújula o GPS. Atravesando, terrenos accidentados e inclinados. Puede incluir escalada y rappel, condiciones climáticas adversas y considerable desgaste físico. En elevaciones excediendo los 4.500 msnm. Dependiendo de la actividad, será necesario el llevar todo su equipo personal. Ofrece condiciones desafiantes.

Excursiones

Se asocia, principalmente, a aquellas actividades físicas realizadas a pie, en algún medio natural. En las cuales se incluyen actividades como caminatas, senderismo, montañismo y otras afines, con un fin recreativo. El excursionismo entendido como la afición a realizar recorridos en el medio natural tiene una historia reciente. Si bien el ser humano vivió durante miles de años en contacto directo con la naturaleza, los recorridos efectuados en ésta eran mas bien rutinarios y encaminados a la supervivencia, (migración, caza y guerras). El excursionismo ve su nacimiento en las ciudades y el crecimiento de la clase media.

Caminatas

El caminar se presenta como una actividad recreacional o deporte especialmente entre aquellos con ocupaciones sedentarias, la caminata es un ejercicio natural que promueve un acondicionamiento físico, es económico y conveniente y no requiere de ningún equipo. Ya que el caminante puede caminar tanto como el quiera, no existe un sobre esfuerzo a menos que se camine entre colinas o montañas.



En su más básica definición la caminata es sencillamente eso, caminar. Se dice que “En las caminatas el viaje es más importante que el destino”. Existen muchos términos usados en las caminatas dependiendo de las condiciones, la longitud de la caminata y el terreno. En un nivel avanzado la caminata puede verse como un punto de partida para adquirir habilidades de supervivencia, acampar, montañismo, escalada, habilidades de navegación y una variación de otras técnicas al aire libre. Al destacarnos o desear ser expertos en caminatas, un caminante experimentado es un experto de campo con el nivel

físico necesario, el conocimiento y la actitud necesaria para enfrentarse a cualquier eventualidad que se ponga en su camino.

Campamentos

Una acampada es una actividad comúnmente al aire libre que implica pasar una o más noches en una tienda o carpa, generalmente con el fin de alejarnos de la civilización y disfrutar de la naturaleza.

Comúnmente al acampar, la persona o personas participantes deben tener cierto nivel de preparación para el evento, los dirigentes deben tener los conocimientos para realizar los mejores preparativos.

Dependiendo de la finalidad del campamento, los preparativos pueden ser esenciales, y de no estar presentes, puede que sea una situación imprudente o una situación muy peligrosa.

Por otro lado, al acampar, se debe de pensar en "ir ligero", o sea, que no es conveniente cargar equipo exagerado e innecesario; un mejor preparativo no significa necesariamente más materiales, sino incluye objetos útiles y versátiles.

Nuevamente, dependiendo del tipo de aventura, se debe planear de acuerdo. Esto significa que la duración, destino final, trayecto y transporte, clima, agua disponible, etcétera, deben ser parte de la ecuación de los preparativos y ejecución.

Expediciones

El campismo como la mayoría de las actividades, mejora con la práctica, y la habilidad para proporcionarnos comida y albergue bajo cualquier condición es una habilidad que vale la pena adquirir, no solo por la confianza, satisfacción y gozo que por si sola puede darnos, sino también por la libertad e independencia para participar en otras actividades de campo que puede proporcionarnos. (Keay 1987)

Ideas de Expediciones:

- Viaje en bicicleta
- Viaje en canoa
- Paseo de resistencia a caballo
- Andinismo
- Actividades de observación y contacto en la naturaleza fuera de tu país
- Campamentos
- Patrulla Civil de rescate
- Recreación
- Caminatas en la Naturaleza

Ideas de Exploraciones:

- Recabar datos sobre comunidades, especies animales o vegetales en un área determinada.
- Estudiar la vegetación de un Parque Nacional
- Vivir con una familia en una comunidad diferente.
- Explorar un nuevo entorno cumpliendo una tarea específica.
- Realizar un proyecto cultural al estudiar en el extranjero.

En general los participantes trabajan como miembros de un equipo para planificar, entrenar, y realizar una actividad en la naturaleza.

Por lo general, esto implica una caminata, actividad acuática (viaje), un viaje de larga distancia en bicicleta, o a caballo, esquí a campo traviesa, o algo de naturaleza similar. La expedición típicamente ocurrirá como un pequeño grupo de proyectos. Debería, por su naturaleza, implicar circunstancias inciertas.

Tu y tu grupo tienen la responsabilidad de encontrarse debidamente entrenados y trabajar con un adulto (Dirigente) en la preparación de la expedición. Esta es una parte importante del proceso de expedición. Con frecuencia, los participantes elegirán el incorporar un estudio científico en su expedición, como observaciones y toma de datos específicos.

Por ejemplo, obtener información sobre los daños del fuego en un Parque Nacional, o la búsqueda de signos de vida prehistórica en una zona remota.

Lineamientos para excursiones y exploraciones:

- Ideas nuevas que busquen la solución de un problema
- Objetivos observables y medibles.
- Elaboración de un proyecto
- Aprobación de autoridades
- Aspectos legales (Permisos y Solicitudes)
- Cronograma previamente establecido.
- Cronograma de comunicaciones
- Permisos de Padres de familia
- Seguro medico.

Actividades que son sustancialmente planeadas por personas ajenas a los miembros de la expedición no son consideradas como expediciones.

Las expediciones suelen ser las excursiones al aire libre que incluyen campamentos, caminatas y actividades en la naturaleza.

Por lo general, esto obliga a los participantes a renunciar a la comodidad de un hogar y aprender a empacar y preparar el equipo, establecer una tienda de campaña, llevar sus alimentos y cocinar a fuego

abierto. Los participantes deben tomar siempre las precauciones de seguridad y consultar a un adulto cuando sea necesario.

Exploraciones

Esta actividad puede ofrece una experiencia igual o mayor desafío que una expedición. Por lo tanto, si un participante puede demostrar un nivel adecuado de aventura y de descubrimiento a través de una actividad explorativa, entonces esta actividad puede ser la mejor para escoger.

Los ejemplos incluyen exploraciones de un participante de una comunidad rural al vivir con una familia por un largo periodo de tiempo para aprender acerca de una cultura diferente. O bien, un participante de un lugar alejado en una comunidad la cual pasa un par de semanas con una familia nativa ayudando a restablecer su hogar.

Como la exploración en si misma es una actividad que busca el cumplimiento de un objetivo personal desafiante, actividades que cambien por completo el panorama actual de vida de los muchachos puede ser considerada como exploración a casos interesantes como: jóvenes que nunca han salido de su comunidad, o del campo en áreas rurales y que emprenden viajes pasar unas semanas aprendiendo la vida en la ciudad por si mismos o con un grupo de compañeros, también jóvenes que no asisten a escuelas públicas ni privadas y que sus padres les enseñan en casa, y que optan por ir por algún tiempo a una escuela convencional en un centro urbano y vivir con las condiciones de la ciudad.

Una actividad de exploración requerirá de entrenamiento avanzado e investigación así como la voluntad de realizarla.

Las exploraciones son viajes que proporcionan al participante una nueva experiencia cultural. Estos pueden incluir la vida en una granja, el viajar a un país extranjero, o el explorar un nuevo ambiente. Las Exploraciones preliminares implican la investigación y preparación. Los desafíos pueden incluir las barreras del idioma, viajar grandes distancias, o aprender nuevas tareas. Si lo desea, puede considerar la posibilidad de pasar con una familia local, si es posible. Ya sea

Especialidades
En esta ficha encontrarás información valiosa necesaria para obtener tus especialidades de:
Vida al aire Libre

Campismo Conservación Excursionismo
Servicio a los demás

Servicio comunitario Turismo

solos, o como parte de un grupo, todos los niveles de Desafío son individuales y diferentes. Asegúrese de planificar una expedición o exploración más adecuada para usted.

Exploraciones famosas

Las exploraciones más importantes, que han presentado la conquista de los últimos lugares en la Tierra por el hombre han sido:



Frederick Cook proclamo ser el primero en llegar al polo Norte, el 21 de abril de 1908. Con dos esquimales, unos cuantos perros samoyedos, en canoa y un trinco, Cook declaró que había tardado un año en llegar a la oficina de telégrafos para anunciar su hazaña. Fue un explorador que paso dos décadas en expediciones en ambas regiones polares y la Alaska sub ártica. Escribió cinco libros sobre sus experiencias.

Edmund Hillary (Neozelandés) y el guía nativo nepalés Tensing, el día 28 levantaron su tienda a 8500 msnm mientras su grupo de apoyo comandado por el Coronel John Hunt regresaban montaña abajo. La siguiente mañana Hillary descubrió que su botas se habían congelado fuera de la carpa. Paso dos horas calentándolas. El movimiento crucial fueron los 12 últimos metros de roca llamado el “paso Hillary”, coronaron la cima a las 11H30.



William Beebe patrocinado por la National Geographic Society alcanzó la profundidad de 923 m en la ‘Bathysphere’ (esfera de las profundidades) el 15 de agosto de 1934, a diez kilómetros al sudeste de la isla Nonsuch, en las Bermudas. Fue un gran ornitólogo y escribió algunos ‘best sellers’ como el ‘My potboilers’. Dijo que: “el ser un naturalista es mejor que ser un rey”. A sus 80 años seguía realizando observaciones de anidación de aves en distintos países como Venezuela y Trinidad y Tobago donde compró terrenos para dedicarlos a la investigación

Neil Armstrong, Buzz Aldrin y Michael Collins el 20 de julio de 1969 fueron los primeros seres humanos en llegar a la luna. Eran exactamente las 10:56 P.M. cuando Armstrong, quien en su juventud llegó a alcanzar la distinción de ‘eagle scout’, (máxima condecoración dentro de los Boys Scouts of America), descendió por una escalerilla con su traje espacial y puso el pie izquierdo sobre la Luna. Sus primeras palabras fueron "Estoy al pie de la escalerilla, las patas del Águila sólo han deprimido la superficie unos cuantos centímetros. La superficie parece ser de grano muy fino, cuando se la ve de cerca. Es casi un polvo fino, muy fino. Ahora salgo de la plataforma". Luego diría la frase histórica: "Este es un pequeño paso para el hombre; un salto gigantesco para la Humanidad". BP anticipó que el primer hombre que llegase a la luna, sería un scout y ese scout llevo en su traje espacial la insignia scout mundial en su alunizaje. “Una vez scout, siempre scout”.



Thor Heyerdahl y Vital Aznar (noruego y español) en la expedición por el Océano Pacífico desde Sudamérica hasta la Polinesia. Heyerdahl sostenía que pobladores procedentes de Sudamérica podrían haber llegado hasta la Polinesia ya en tiempos precolombinos. Reprodujeron una balsa de troncos de madera balsa y otros materiales autóctonos, y se mantuvo el estilo de construcción indígena tal como se observó en las ilustraciones dejadas por los conquistadores españoles. La bautizaron como ‘Kon- Tiki’. Ya que el dios solar de los Incas, Viracocha, se decía antiguamente que había llevado ese nombre. Las balsas fueron movidas únicamente por las mareas, las corrientes y la fuerza del viento, que es casi constante, en dirección este-oeste, a lo largo del Ecuador. La travesía duró 101 días a lo largo de casi 7.000 km por el Océano Pacífico, hasta llegar a un arrecife en el atolón de Raroia, en las islas Tuamotu, el 7 de agosto de 1947.

Fuentes:

American Camping Association. (2003). Consultado: 6 ene 2008. Disponible en: www.acacamps.org

Canadian Camping Association. (2006). Consultado: 18 ene 2008. Disponible en: www.ccamping.org

Congresional Award. (2007). Consultado: 12 ene 2008. Disponible en: www.Congresional Award. Org

Keay W. (1987). Guía para expediciones. Premio Internacional para la Juventud.

Exploraciones. (2007). Consultado 23 ene 2008. Disponible en: www.portalplanetasenda.com.ar

Cascada expediciones. (2008). Difficulty levels. Consultado: 7 feb 2008. Disponible en: <http://www.cascada-expediciones.com/others/levels.htm>