

JÓVENES AUTÓNOMOS

EN EL MEDIO NATURAL



INTRODUCCIÓN

En esta formación dirigida a jóvenes que les apasione la naturaleza o monitores de OTL que quieran seguir creciendo profesionalmente.

Ofrecemos recursos y técnicas que fomenten el conocimiento de nuestro entorno y la autonomía para realizar rutas seguras mediante actividades, juegos y dinámicas que impliquen el aprendizaje cooperativo.

CONTENIDOS

- Lectura e interpretación de mapas con diferentes escalas.
- Preparación de una ruta teniendo en cuenta la distancia y el desnivel, puntos de agua, rutas de escape y evacuación.
- Prevención de accidentes, señales de S.O.S, botiquín y primeros auxilios.
- Cabullería, potabilización de agua, construcciones de vivac, refugios, fuego de supervivencia.
- Uso de la brújula, técnicas de orientación y triangulación sobre mapa y terreno.
- Cómo preparar la mochila.
- Interpretación del cielo, estrellas, constelaciones y orientación nocturna.
- Recursos de educación ambiental: plantas tóxicas y comestibles, fauna de nuestro entorno, rastreo.

BLOQUES TEMÁTICOS

01

CONDUCCIÓN Y
SEGURIDAD

CÓMO PREPARAR
NUESTRA RUTA

02

SUPERVIVENCIA Y
ORIENTACIÓN

03

QUÉ LLEVAR Y CÓMO
HACER LA MOCHILA



04

RECURSOS DE
EDUCACIÓN
AMBIENTAL

05

CONOCIMIENTO DEL
CIELO



PREPARACIÓN DE LA RUTA

QUÉ HAY EN UN MAPA Y PARA QUÉ SIRVE

El mapa es nuestro aliado principal para diseñar rutas, tenemos que tener en cuenta el nivel del grupo, número de participantes y nuestros objetivos.

Inicio y final

Interpretación de las curvas de nivel y los colores y escalas

Cálculos de distancias y desnivel acumulado

Zonas de bifurcación

Puntos de agua

Ruta de escape y evacuación

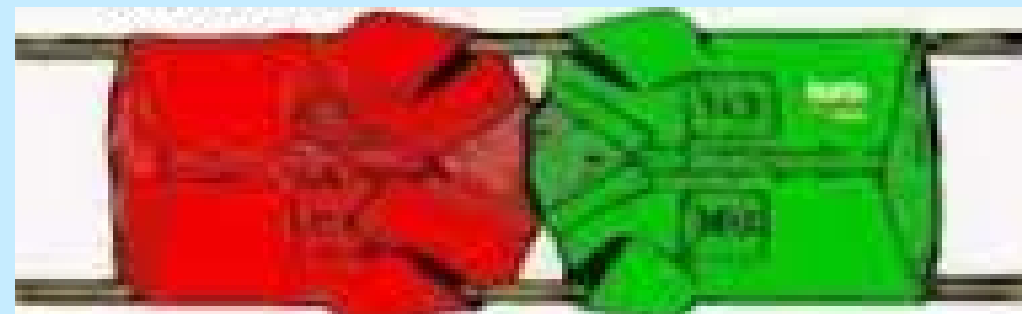
Triangulación





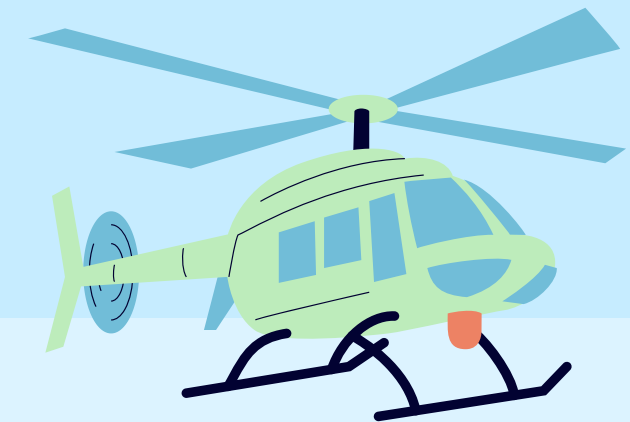
SEGURIDAD

Trucos para prevenir
accidentes, realizar
recuentos, formas de caminar
por diferentes terrenos.
Recursos de emergencia y
primeros auxilios



SUPERVIENCIA

Construcción de refugios y
vivacs
Cabullería
Orientación sin brújula
Potabilizar agua
Traslado de heridos



S.O.S

Búsqueda de perdidos
Preparar zona de
evacuación
Comunicación con los
servicios de emergencias
BOTIQUÍN

LA BRÚJULA

USOS PRÁCTICOS

La brújula es un elemento imprescindible del que nos podemos valer para usos múltiples sobre el mapa y el terreno.

Puntos cardinales

Partes de una brújula ¿Cómo funciona?

Usos y recursos

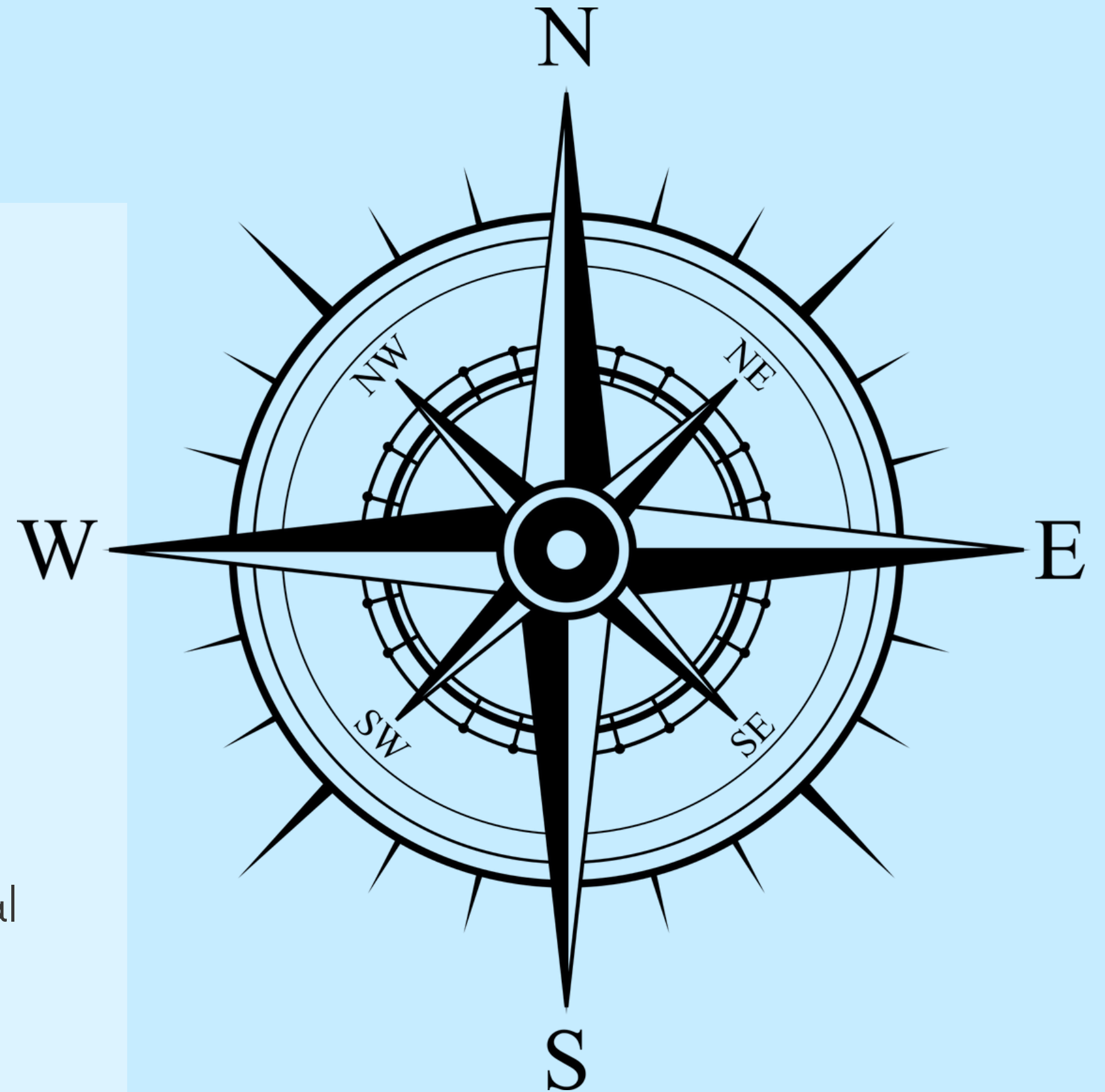
Cálculo de rumbos y distancias

Seguimiento de rumbos

Búsqueda de elementos sobre el mapa trasladados al terreno

Triangulación

Carrera de orientación



QUÉ LLEVAR EN LA MOCHILA Y CÓMO LA PREPARAMOS



EDUCACIÓN AMBIENTAL



FAUNA

Identificación de especies comunes de la zona

Relación de aves por sus plumas y cantos

Rastros y huellas

Entender e interpretar el ecosistema



FLORA

Árboles, arbustos y plantas

Identificación por su tronco, hojas o flores

Flora según el terreno y la época del año

Usos milenarios

Plantas tóxicas y comestibles

EL CIELO

UN RECURSO ÚNICO

El cielo en la historia

Nuestra situación en el universo

Componentes

La LUNA

Uso del planisferio

Constelaciones circumpolares

Localización de POLARIS

Identificación de constelaciones

Mitología

Eventos astronómicos a tener en cuenta



NUESTRO TANDEM



NOS MUEVE LA PASIÓN POR LA ENSEÑANZA,
NOS UNE EL AMOR POR LA NATURALEZA.
PROMOVEMOS ACTIVIDADES EDUCATIVAS Y
FORMATIVAS EN EL MEDIO NATURAL A TRAVÉS
DEL JUEGO, LA EXPERIMENTACIÓN Y EL
APRENDIZAJE VIVENCIAL.

ACOMPañAMOS DESDE LA CERCANÍA Y EL
RESPECTO CREANDO UN AMBIENTE SANO Y
SEGURO EN EL QUE CADA PERSONA ES
PROTAGONISTA DE SU APRENDIZAJE.

LIBER

- TÉCNICA EN EDUCACIÓN INFANTIL
- EDUCADORA SOCIAL
- GESTIÓN DE CONFLICTOS
- COORDINADORA OTL
- FORMADA EN PEDAGOGÍAS ACTIVAS Y
ACOMPañAMIENTO RESPETUOSO A LA
INFANCIA

ANA

- DIPLOMADA EN EDUCACIÓN FÍSICA
- T.A.F.A.D
- TÉCNICO DE MONTAÑA Y ESCALADA
- EDUCADORA AMBIENTAL
- COORDINADORA OTL
- MONITORA ASTRONÓMICA STARLIGHT

CONTACTA CON NOSOTRAS: ANA 651 31 62 04