



## ACTIVIDADES EN LA NATURALEZA

### ¿ EN QUÉ CONSISTE LA ACTIVIDAD ?

Es una actividad que se oferta a los colegios de la zona Nor - Oeste de Madrid para realizar determinadas actividades dentro de un entorno natural, gracias a lo cuál conseguimos la adquisición de conocimientos , una toma de conciencia del medio que nos rodea, de las personas y resto de seres que conviven en él, al tiempo que despierta interés por temas ecológicos. Buscamos actividades que sean recreativas, para que los jóvenes las sientan como propias ,consiguiendo una educación integral, practicando diferentes juegos, habilidades, y deportes de multiaventura. Se realizará una salida al mes en Domingo, y una salida de fin de semana.

### OBJETIVOS

- Desarrollo de las capacidades de observación.
- Conocer el valor de los recursos naturales.
- Desarrollar la auto-confianza.
- Fomentar la participación en actividades organizadas.
- Fomentar el trabajo en equipo.
- Desarrollar aspectos saludables.
- Conocimiento y práctica de deportes alternativos.

### RECURSOS HUMANOS Y ORGANIZACIÓN

Se contará con un monitor por cada 10/15 niños, especialista en montaña y titulado dentro del tiempo libre, un coordinador que será el encargado de preparar y organizar las diferentes salidas, y todo ello supervisado por el Director del Departamento de Aire Libre. Cada monitor tendrá a su cargo a un número determinado de niños, siendo el encargado de todo lo que concierna a dicho niño ( subida y bajada del transporte público, control de las comidas, recordar tomas de medicamentos, revisar el material que lleva, etc ).

En función de las edades de los participantes se organizan algunas de las salidas de forma distinta, teniendo en cuenta los aspectos madurativos, psicológicos y físicos de cada edad.

A todas las salidas deberá llevar cada niño /a su propia comida en una mochila.

### TRANSPORTE

Será el tren ( Estación del Pinar de Las Rozas y Majadahonda ) y circunstancialmente se contrata un autobús privado.

**Si un niño no puede acudir a alguna de las actividades programadas, debe comunicarlo AL COORDINADOR de Actividades en la Naturaleza de la Empresa GLOBOAVENTURA Y OCIO S.L., o al monitor del niño, para lo cuál os facilitamos un listado de teléfonos. Igualmente se puede informar por email en [globoaventurasc@yahoo.es](mailto:globoaventurasc@yahoo.es)**

Javier García (Director Departamento Aire Libre)	699 063 923
Antonio Durán (coordinador actividades en la naturaleza)	678 625 837
Amara Estévez ( monitora actividades en la naturaleza )	664 779 574
Silvia ( monitora actividades en la naturaleza )	677 767 575
Paz Peralta ( monitora actividades en la naturaleza)	676 526 303



## PROGRAMA ANUAL ACTIVIDADES EN LA NATURALEZA

Dicho programa podrá sufrir algunas modificaciones por las condiciones meteorológicas, en cuanto a las fechas planteadas o incluso en las actividades. En dicho caso se avisaría de los cambios realizados. La información meteorológica se consulta a principios de la semana y es cuando se decide si la actividad se suspende o se realiza. En caso de que las previsiones a principios de semana sean favorables y el mismo día de la salida nos encontramos con muy mal tiempo, se consultaría desde el punto de salida la situación actual para tomar una decisión. Las salidas sólo se suspenden por temporales de viento y nieve, o lluvia permanente, y en ningún caso por ausencia de sol o posibilidad de lluvia esporádica a lo largo del día. En caso de una ausencia a la actividad no se devuelve el importe pagado de la misma.

18 OCT - 2009	SENDERISMO	-----
14/15 NOV -2009	SALIDA FIN DE SEMANA	TREN
13 DIC-2009	GIMKANA NATURAL	TREN
17 ENERO - 2010	SENDERISMO	TREN
14 FEB – 2010	EQUITACIÓN	TREN
14 MARZO - 2010	JUEGO DE PISTAS Y TIRO CON ARCO	-----
18 ABRIL – 2010	SENDERISMO ( SALIDA FAMILIAR)	TREN
9 MAYO – 2010	CARRERA DE ORIENTACIÓN Ó BICI DE MONTAÑA	TREN
30 MAYO – 2010	NAÚTICA ( SKY CABLE, PIRAGUA, O TOBOGANES ACUÁTICOS)	TREN O AUTOBÚS

**NOTA: SE ENVIA POR EMAIL A MEDIADOS DE LA SEMANA UNA CIRCULAR EXPLICATIVA DE LA SALIDA. TAMBIÉN SE PONE EN LOS CORCHOS INFORMATIVOS DE LOS COLEGIOS.**

### MATERIAL NECESARIO GENERAL

- Mochila específica de montaña , para meter ropa de cambio, la comida, cantimplora y saco para el día de la salida de fin de semana(con hombrera ancha y protecciones).
- Cantimplora.
- Capa de agua o chubasquero. (Es aconsejable una capa larga para poder tapar la mochila en caso de lluvia).
- Gorro de lana y guantes.
- Calcetines y camiseta de repuesto.
- Preferiblemente botas de montaña, y en su defecto zapatillas deportivas para aquellas salidas que no impliquen senderismo.
- Forro polar.
- Gorra de sol para días calurosos.
- 2 bolsas de plástico

### RECOMENDACIONES:

- No llevar pantalones vaqueros ya que no aíslan del frío, y se humedecen con facilidad.
- No llevar calcetines finos de hilo ni ejecutivos.
- Aconsejable la "TEORIA DE LAS CAPAS "; es preferible llevar muchas capas (camiseta interior, camiseta de algodón, jersey, forro polar , chubasquero), que solamente llevar una camiseta y un plumas, ya que así prescindiendo o poniéndose capas es mas fácil amoldarse a la temperatura corporal.
- Llevar bolsas de plástico para guardar desperdicios.
- No pueden llevar juegos de bolsillo (game boy, maquinitas, ..) , ni teléfonos móviles.
- Recomendables frutos secos o alimentos energéticos (azúcares que no sean chucherías)