

Vida al aire libre

CARNET



Manada de lobatos
Tropa scout
Comunidad de caminantes
Clan rover

Índice

| | |
|--------------------------------|-----------|
| Bienvenida | 4 |
| Mensaje de B-P | 5 |
| Como usar este carnet | 6 |
| | |
| Cabuyería | 8 |
| Campismo | 9 |
| Exploración | 10 |
| | |
| Manada de lobatos | 11 |
| Tropa scout | 19 |
| Comunidad de caminantes | 29 |
| Clan rover | 39 |
| | |
| Recomendaciones generales | 49 |

No es en las meras cuestiones materiales que la vida al aire libre convierte a un hombre en hombre, sino en el desarrollo espiritual que él logra cuando se descubre a sí mismo como un átomo que forma parte del todo, cara a cara y corazón a corazón con la naturaleza. Es así como en la noche, acompañado por el fuego del campamento, lejos de aquí, solo en la penumbra del bosque, que se puede meditar y pensar profundamente. Mientras el humo dulce de la leña pica nuestra nariz y los púrpuros cielos aterciopelados pintan serenamente con sus brillantes resplandores, las reglas más profundas del silencio esperan ser rotas por el chapoteo repentino de un trucha o por el extraño graznido de un ganso; es solamente ahí que la mente puede desplegarse y recibir grandes pensamientos y elevados impulsos.

BADEN-POWELL



Este breve párrafo, escrito por nuestro fundador en agosto de 1915 para la gaceta de la Oficina Central, nos muestra la importancia que para él tenía la vida al aire libre.

No es fortuito que Robert Baden-Powell haya puesto la vida al aire libre en la esencia misma del movimiento scout.

Son estas bellas frases las que nos hacen transportarnos inmediatamente a aquellos verdes lugares en los que hemos vivido tantos gratos momentos. Sin embargo, ¿cuántas veces, estando alrededor del fuego de campamento o bajo la incesante lluvia del bosque, hemos dejado pasar el tiempo sin detenernos a meditar un poco y dejar entonces que el contacto con la naturaleza nos transforme en mejores personas?

No es la vida al aire libre por sí misma la que logra transformarnos. No es sólo el

hecho de aprender a levantar una tienda de campaña, encender una fogata u orientarnos con la ayuda de una brújula, lo que transforma nuestras vidas, es el contacto con la naturaleza, aprendiendo a convivir con ella, sintiéndonos parte de ella.

Queremos agradecer a todos lo que hicieron posible este carnet: por la Comisión Nacional de Programa Educativo a Mauricio Veayra Calderón, comisionado nacional; por la Subcomisión Nacional de Vida al Aire Libre a Sergio Romero Hernández, Manuel Iván Badillo Rodríguez, Edna Elisa Nava Jurado, José Adrián Pérez Hernández y Jesús Antonio Bañales Yerena, así como a Francisco Becerra Olivares, actual subcomisionado nacional; a los participantes de la reunión nacional de programa educativo 2006, y a Ángeles Eugenia López Herrera, colaboradora nacional.

Cómo se usa este carnet

La vida al aire libre no es el memorizar algunas cosas para obtener una insignia, es, como su nombre lo dice, la experiencia que se obtiene al vivir en la naturaleza. Es por esto que este carnet no presenta un listado de pruebas que debes de pasar para obtener una insignia. Lo que hace es mostrarte una serie de actividades y habilidades que deberás desarrollar con tu sección. Platica con tu scouter para que juntos planeen las acciones que efectuarán, así podrás ir avanzando en esta gran aventura que es la vida al aire libre.

La vida al aire libre es muy amplia, puede abarcar desde una caminata de unas horas, hasta grandes expediciones que

pueden durar años; de un recorrido en un parque cercano, a la exploración de lugares apartados e inaccesibles. Para facilitar tu acercamiento a este tema, la vida al aire libre se ha dividido en tres grandes áreas: Cabuyería, Campismo y Exploración, con las cuales podrás desarrollar lo necesario para vivir al aire libre junto con tu sección.

Para apoyarte en este camino, las actividades y habilidades propuestas han sido divididas en dos niveles para cada sección: los mínimos técnicos y las destrezas. Con los mínimos técnicos podrás llevar a cabo las actividades al aire libre propias de tu sección sin mayor problema; pero si descubres que alguna de las áreas, o tal vez todas ellas, te

6

gusta mucho, podrás desarrollar el siguiente nivel que es el de las destrezas técnicas, en las cuales podrás perfeccionar tus conocimientos. Así que no te quedes sentado, la vida al aire libre te está esperando para vivir al máximo tu vida scout.

La estructura de este carnet está diseñada para servirte como una guía, donde lo más importante es que tú mismo serás quien evalúe tu desempeño. Para que identifiques

las actividades propuestas para tí, busca el apartado con el nombre de tu sección.

En todos los casos encontrarás al final líneas en blanco en donde podrás complementar actividades opcionales en manada y tropa, en comunidad te recomendamos incluir dos actividades personales para cada destreza. En el caso de las destrezas en el clan, cada rover definirá las actividades que considere necesarias.

7

Cabuyería

el arte de hacer nudos y amarres.



La palabra cabuyería proviene de "cabuya" que es un material que se utilizó durante mucho tiempo para la confección de cuerdas, sin embargo, con el paso del tiempo los materiales fueron evolucionando, para darles mayor resistencia y funcionalidad.

Los marineros, los leñadores, los scout y todos nosotros en la vida cotidiana utilizamos nudos, los primeros en sus anclajes y en las velas de sus barcos, los leñadores practican sus nudos en el campo, pero nosotros como scouts los ocupamos para actividades más divertidas y seguras. Cuando salimos de campamento la cabuyería siempre está presente, cuando cer-

camos el campamento, colgamos la comida, hacemos un tendedero para nuestras cosas o un refugio para cubrirnos de las inclemencias del clima.

El saber hacer nudos, no sólo consiste en amarrar una cuerda de cierta manera, y darle una vista agradable, ya que debe de ser útil, fiable y funcional, así como también fácil de deshacer. Cuando además de las cuerdas utilizamos varas, palos o troncos para hacer construcciones entonces estamos hablando de amarres.

El saber hacer en forma adecuada los nudos y amarres es una gran ayuda para disfrutar al máximo nuestra vida al aire libre.

8

Campismo

la habilidad para vivir en la naturaleza



El contacto con la naturaleza que puedes experimentar durante tu vida scout ocurre de formas muy diversas. Una de ellas es cuando permaneces varios días en un mismo sitio, en donde dormirás, comerás y te divertirás en forma responsable con la naturaleza que te rodea. Es muy importante que recuerdes que el compromiso que tenemos es dejar el lugar de acampado en mejores condiciones de como lo encontramos. Al lo-

grar el equilibrio diversión -conservación puedes llamarte todo un acampador. Un scout no sólo sabe poner tiendas, cocinar en fogata o hacer refugios, también sabe aprovechar las condiciones que le ofrece la naturaleza para hacer su estancia confortable y divertida.

El conocimiento que requiere un buen acampador es grande, pero es posible agruparlo en tres áreas: acampado, alimentación y meteorología.

9



Para que puedas descubrir todo lo que la selva del Seonee te ofrece, es necesario que aprendas algunos secretos que te ayudarán a vivir grandes aventuras y con los que también podrás colaborar en su conservación y mejoramiento. Será muy divertido aprender las destrezas de la vida al aire libre que te permitirán disfrutar al máximo lo que la naturaleza te regala. ¡Vive al aire libre haciendo siempre lo mejor!

En este carnet encontrarás las habilidades que requieres desarrollar para vivir en forma adecuada al aire libre. Estas habilidades te serán reconocidas mediante la insignia de vida al aire libre, que va cam-

biando de color según vayas avanzando en el dominio de estas habilidades.

El primer paso es desarrollar los llamados mínimos técnicos, que son los conocimientos básicos que necesitas para poder realizar tus actividades en la selva del Seonee. Estos mínimos técnicos abarcan habilidades de las tres destrezas: Cabuyería, Campismo y Exploración y son reconocidos con la insignia de vida al aire libre color amarilla.

Si te gusta hacer nudos, acampar o explorar, entonces puedes desarrollar las habilidades de las destrezas que más te interesen. Así, cuando hayas desarrollado lo señalado en alguna de las destrezas,

serás reconocido con la insignia verde; al momento de completar las habilidades de otra destreza, la insignia será entonces azul, y al desarrollar las tres destrezas entonces serás reconocido con la insignia roja.

En cualquier momento puedes acercarte a tus viejos lobos para que te orienten y apoyen en tu vida al aire libre.



Mis mejores recuerdos de
mi vida al aire libre en la **Manada**

Excursiones: _____

Campamentos: _____

Actividades de provincia y/o nacionales:

Mínimos Técnicos



Cabuyería

Nudos

- Simple.
- De la buena acción.
- Cote simple.
- Rizo.
- Ocho simple.
- Para zapatos.
- Vuelta de escota.

Campismo

Acampado

- Saber que debes de llevar en tu mochila de campamento.
- Ayudar a levantar la tienda de campaña.
- Aprender a hacer un bazar personal en campamento.
- Mantener el área de acampado limpia.
- Identificar tu equipo personal de acampado.
- Evitar utilizar utensilios desechables en campamento.

Alimentación

- Preparar un refrigerio personal para excursión que sea nutritivo.

14

Meteorología

- Saber qué es y para qué necesitamos saber de meteorología.
- Identificar el clima de tu región.

Exploración

Excursionismo

- Mantener completo tu equipo de bolsillo.
- Preparar tú solo la mochila de excursión.
- Saber flotar y desplazarse en el agua.

Comunicación

- Saber llamar a tu casa y a algún familiar.
- Saber utilizar el teléfono celular, de monedas y tarjetas para emergencias.

Orientación

- Saber qué son y para qué sirven los puntos cardinales (4 básicos).
- Conocer para qué sirve la brújula.
- Observar de qué lado sale y de qué lado se oculta el sol.

Conocimiento de la naturaleza

- Conocer qué es la flora.
- Saber qué es la fauna.

15

Destrezas



Cabuyería

Nudos

- Presilla de alondra.
- Vuelta de braza.
- Media llave y dos cotes.
- Gasa simple.
- Gasa de ocho.
- Ballestrinque.
- Margarita.

Amarres

- Cuadrado.

Aplicación de nudos y amarres

- Cerca de campamento.
- Tendedero.

Campismo

Acampado

- Empacar tu mochila de campamento.
- Levantar, orientar y quitar la tienda de campaña.
- Dejar limpio el lugar de acampado.
- Conocer dos tipos de fogatas (Tepee y otra).
- Separar los residuos de campamento en orgánicos e inorgánicos.

16

Meteorología

- Conocer el clima de tu región a través de un año.
- Construir una veleta y observa para qué sirve.

Exploración

Excursionismo

- Mantener en orden y limpio tu equipo de excursión.
- Aprender a caminar en diferentes tipos de suelo.
- Nadar en cualquier estilo.
- Identificar la ropa necesaria para diferentes climas de tu región.
- Llevar contigo un botiquín personal.

Comunicación

- Conocer la clave gato.
- Utilizar la clave murciélago.
- Reconocer que cuando suena un silbato scout representa "estar alerta".

Orientación

- Conocer qué es y para que nos sirve la rosa de los vientos.
- Conocer las pistas naturales y artificiales básicas.

Conocimiento de la naturaleza

- Identificar rastros de animales.
- Conoce sobre la flora y la fauna de tu región.

17



Mínimos técnicos

____ / ____ / ____



Destreza en: _____

____ / ____ / ____



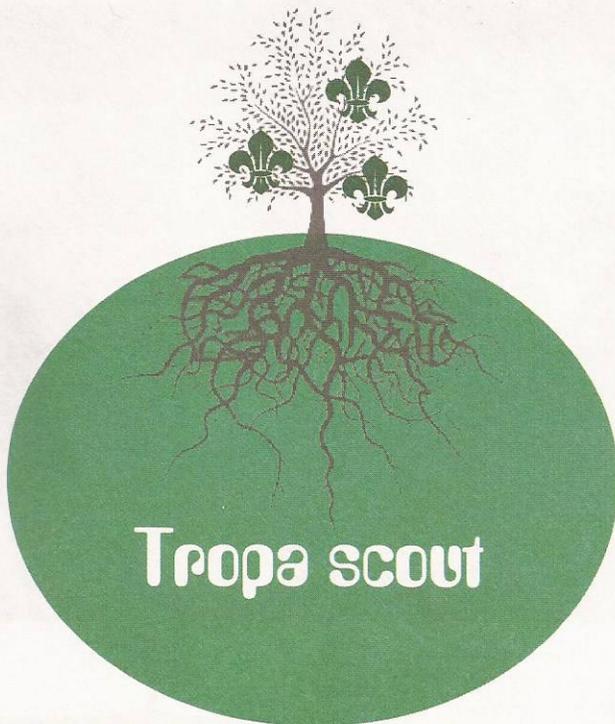
Destreza en: _____

____ / ____ / ____



Destreza en: _____

____ / ____ / ____





Explorar nuevos territorios no es una tarea fácil, sin embargo, con tu impetu y tu gran deseo de descubrir nuevas cosas podrás hacerlo. Ahora te darás cuenta que el conocer a la naturaleza y el saber hacer astucias, además del convivir de una manera responsable con tu entorno, te ayudará a disfrutar al máximo tu vida al aire libre.

Es momento ideal para que, junto con tu patrulla, te internes en el territorio de la exploración, acampes viviendo experiencias inolvidables y amarres todos los cabos que, como scout, no debes dejar sueltos.

Prepárate para estar siempre listo para aprender de la naturaleza y así cuidarla.

A continuación encontrarás las habilidades que necesitas desarrollar para vivir de forma adecuada al aire libre.

El inicio de esta aventura es realizar los mínimos técnicos que incluyen habilidades en las tres destrezas de la vida al aire libre: Cabuyería, Campismo y Exploración. Al dominar los mínimos técnicos serás reconocido con la insignia de vida al aire libre color amarillo.

Si te interesa continuar avanzando en el conocimiento de la vida al aire libre, entonces desarrolla las habilidades señaladas en las destrezas. No es necesario que realices las destrezas en un orden específico, tú eliges las que más te agraden. Al

dominar las habilidades de una destreza, serás reconocido con la insignia de vida al aire libre en el siguiente nivel, así, una destreza será color verde; dos destrezas, color azul y las tres destrezas, color rojo.

Si vienes de la manada y obtuviste la insignia roja de vida al aire libre, basta con compartir tus conocimientos con tu patrulla para que puedas ser reconocido en la tropa con la insignia de vida al aire libre en color amarillo.



Mis mejores recuerdos de mi vida al aire libre en la **Tropa**

Excursiones: _____

Campamentos: _____

Actividades de provincia y/o nacionales:

Mínimos Técnicos



Cabuyería

Nudos

- Simple.
- De la buena acción.
- Cote simple.
- Rizo.
- Ocho simple.
- Para zapatos.
- Vuelta de escota.
- Presilla de alondra.
- Vuelta de braza.
- Media llave y dos cotes.
- Gasa simple.
- Gasa de ocho.
- Ballestrinque.
- Margarita.

Amarres

- Cuadrado.

Aplicación de nudos y amarres

- Cerca de campamento.
- Tendedero.

Campismo

Acampado

- Saber que debes de llevar en tu mochila de campamento.
- Ayudar a levantar la tienda de campaña.
- Mantener el área de acampado limpia.

22

- Aprender a hacer un bazar personal en campamento.
- Identificar tu equipo personal de acampado.
- Evitar utilizar utensilios desechables en campamento.
- Empacar tu mochila de campamento.
- Levantar, orientar y quitar la tienda de campaña.
- Dejar limpio el lugar de acampado.
- Conocer dos tipos de fogatas (Tepee y otra).
- Separar los residuos de campamento en orgánicos e inorgánicos.

Alimentación

- Preparar un refrigerio personal para excursión que sea nutritivo.
- Saber calentar alimentos en estufa de campamento.
- Conocer métodos básicos de purificación de agua de campamento.

Meteorología

- Saber qué es y para qué necesitamos saber de meteorología.
- Identificar el clima de tu región.
- Conocer el clima de tu región a través de un año.
- Construir una veleta y observa para qué sirve.

Exploración

Excursionismo

- Mantener completo tu equipo de bolsillo.
- Saber flotar y desplazarse en el agua.
- Preparar tú solo la mochila de excursión.
- Nadar en cualquier estilo.

23

- Mantener en orden y limpio tu equipo de excursión.
- Aprender a caminar en diferentes tipos de suelo.
- Identificar la ropa necesaria para diferentes climas de tu región.
- Llevar contigo un botiquín personal.

Comunicación

- Saber llamar a tu casa y a algún familiar.
- Saber utilizar el teléfono celular, de monedas y tarjetas para emergencias.
- Conocer la clave gato.
- Utilizar la clave murciélago.
- Reconocer que cuando suena un silbato scout representa "estar alerta".

Orientación

- Saber qué son y para qué sirven los puntos cardinales (4 básicos).
- Conocer para qué sirve la brújula.
- Observar de qué lado sale y de qué lado se oculta el sol.
- Conocer qué es y para que nos sirve la rosa de los vientos.
- Conocer las pistas naturales y artificiales básicas.

Conocimiento de la naturaleza

- Conocer qué es la flora.
- Saber qué es la fauna.
- Identificar rastros de animales.
- Conoce sobre la flora y la fauna de tu región.

24



Destrezas

Cabuyería

Nudos

- Reforzar cabos de cuerdas.
- Simple encontrado.
- Ocho doble.
- Silla de bombero.
- Pescador.

Amarres

- Redondo.
- Diagonal.
- De tres.
- Tejido cuadrado.
- Tejido triangular.

Aplicación de nudos y amarres

- Portada de campamento.
- Alacena de campamento.
- Comedor de campamento.

Campismo

Acampado

- Tener cargo específico en campamentos.
- Elaborar refugios a nivel suelo.
- Conocer diferentes tipos de fogatas.
- Usar herramientas básicas (pala, hacha, cuchillo, etc).

25

Alimentación

- Cocinar en fogata de corredor.
- Preparar el menú de un campamento de tres noches.
- Cocinar en papel aluminio.

Metereología

- Conocer los factores climáticos de altitud y latitud.
- Elaborar un pluviómetro y anemómetro rústicos.
- Conocer el funcionamiento del termómetro.
- Identificar tipos de nubes y su relación con el clima.

Exploración

Excursionismo

- Saber usar el bordón.
- Conocer las técnicas de "vestirse en capas".
- Participar en una excursión en terreno con pendiente.
- Realizar una caminata nocturna.
- Llevar contigo tu equipo de emergencia (lámpara, brújula, etc.).
- Saber usar chaleco salvavidas.

Comunicación

- Conocer la clave Morse.
- Inventar una clave de patrulla.
- Manejar transmisión de mensajes por semáforo.

26

Orientación

- Conocer los símbolos básicos de mapas topográficos.
- Elaborar tu propia brújula.
- Lectura básica de mapas topográficos.
- Ubicar tu posición en un mapa topográfico.
- Estimar alturas y distancias.
- Conocer constelaciones.
- Elaborar un reloj solar.
- Conocer la orientación natural de noche.
- Identificar pistas naturales.
- Seguir rutas con mapa y brújula.

Conocimiento de la naturaleza

- Desallorzar campamentos sustentables.

Actividades adicionales

27



Mínimos técnicos

____ / ____ / ____



Destreza en: _____

____ / ____ / ____



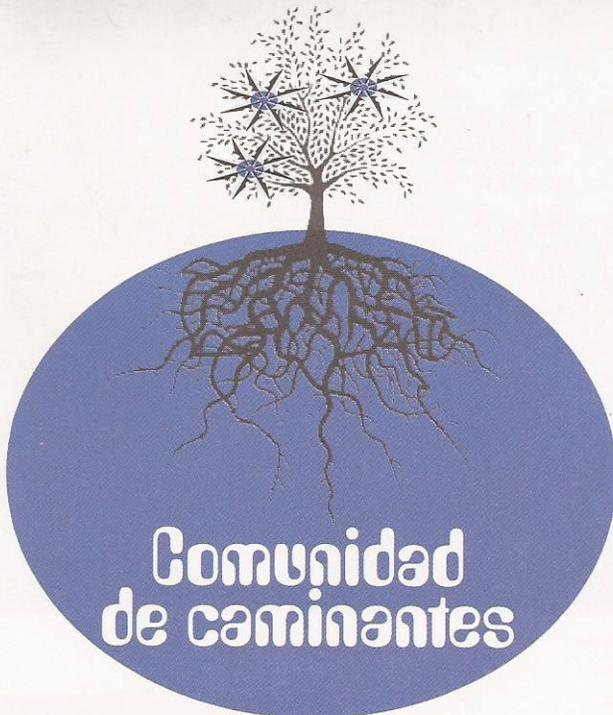
Destreza en: _____

____ / ____ / ____



Destreza en: _____

____ / ____ / ____





Comienza el verdadero desafío, la vida al aire libre te espera y es necesario experimentarla no sólo con ánimo, sino también con responsabilidad.

Tendrás la posibilidad de probar cómo desarrollar tu cuerpo, incrementar tu capacidad creativa resolviendo todos los posibles problemas, ir construyendo las prioridades de tus valores al ponerte en situaciones distintas a las comunes, entender de mejor forma tus sentimientos al darte un tiempo lejos de los tuyos y conviviendo con otros, aprender a construir y a trabajar como una sola fuerza con el resto de tu equipo y comunidad, encontrando esa emoción que provoca el acercarte a

tu yo interno rodeado de la naturaleza.

Recuerda que el caminante va ¡siempre adelante!, así que cuanto antes disponte a avanzar en el conocimiento de la naturaleza y en su cuidado.

Este carnet es una guía de las habilidades que requieres adquirir para vivir en forma adecuada al aire libre. A continuación podrás observar las habilidades propuestas para cada una de las tres destrezas: Cabuyería, Campismo y Exploración. Al desarrollar los mínimos técnicos serás reconocido con la insignia de vida al aire libre color amarillo. Si es de tu interés, puedes trabajar en alguna de las destrezas, no importando el orden en el que lo

hagas. Así, al adquirir las habilidades de una destreza serás recocado con la insignia color verde, al concluir con la segunda destreza, la insignia será azul y si desarrollas las habilidades de las tres destrezas serás reconocido con la insignia roja.

Si en la tropa obtuviste la insignia de color rojo, comparte tus conocimientos con tu equipo para que puedas ser reconocido con la insignia de vida al aire libre en la comunidad de color amarillo.



Mis mejores recuerdos de mi vida al
aire libre en la **Comunidad**

Excursiones: _____

Campamentos: _____

Actividades de provincia y/o nacionales:

Mínimos Técnicos



Cabuyería

Nudos

- Simple.
- De la buena acción.
- Cote simple.
- Rizo.
- Ocho simple.
- Para zapatos.
- Vuelta de escota.
- Presilla de alondra.
- Vuelta de braza.
- Media llave y dos cotes.
- Gasa simple.
- Gasa de ocho.
- Ballestrinque.
- Reforzar cabos de cuerdas.
- Margarita.
- Simple encontrado.
- Ocho doble.
- Silla de bombero.
- Pescador.

Amarres

- Cuadrado.
- Redondo.
- Diagonal.
- De tres.
- Tejido cuadrado.
- Tejido triangular.

Aplicación de nudos y amarres

- Cerca de campamento.
- Tendedor.
- Portada de campamento.
- Alacena de campamento.
- Comedor de campamento.

32

Campismo

Acampado

- Saber que debes de llevar en tu mochila de campamento.
- Ayudar a levantar la tienda de campaña.
- Mantener el área de acampado limpia.
- Aprender a hacer un bazar personal en campamento.
- Identificar tu equipo personal de acampado.
- Evitar utilizar utensilios desechables en campamento.
- Empacar tu mochila de campamento.
- Levantar, orientar y quitar la tienda de campaña.
- Dejar limpio el lugar de acampado.
- Conocer dos tipos de fogatas (Tepee y otra).
- Separar los residuos de campamento en orgánicos e inorgánicos.
- Tener cargo específico en campamentos.
- Elaborar refugios a nivel suelo.
- Usar herramientas básicas (pala, hacha, cuchillo, etc).
- Conocer diferentes tipos de fogatas.

Alimentación

- Preparar un refrigerio personal para excursión que sea nutritivo.
- Saber calentar alimentos en estufa de campamento.
- Conocer métodos básicos de purificación de agua de campamento.
- Cocinar en fogata de corredor.
- Preparar el menú de un campamento de tres noches.
- Cocinar en papel aluminio.

33

Meteorología

- Saber qué es y para qué necesitamos saber de meteorología.
- Identificar el clima de tu región.
- Conocer el clima de tu región a través de un año.
- Construir una veleta y observa para qué sirve.
- Conocer los factores climáticos de altitud y latitud.
- Elaborar un pluviómetro y anemómetro rústicos.
- Conocer el funcionamiento del termómetro.
- Identificar tipos de nubes y su relación con el clima.

Exploración

Excursionismo

- Mantener completo tu equipo de bolsillo.
- Preparar tú solo la mochila de excursión.
- Saber flotar y desplazarse en el agua.
- Mantener en orden y limpio tu equipo de excursión.
- Aprender a caminar en diferentes tipos de suelo.
- Nadar en cualquier estilo.
- Identificar la ropa necesaria para diferentes climas.
- Llevar contigo un botiquín personal.
- Saber usar el bordón.
- Conocer las técnicas de "vestirse en capas".
- Participar en una excursión en terreno con pendiente.
- Realizar una caminata nocturna.
- Llevar contigo tu equipo de emergencia (lámpara, brújula, etc.).
- Saber usar chaleco salvavidas.

34

Comunicación

- Saber llamar a tu casa y a algún familiar.
- Saber utilizar el teléfono celular, de monedas y tarjetas para emergencias.
- Conocer la clave gato.
- Conocer la clave Morse.
- Reconocer que cuando suena un silbato scout representa "estar alerta".
- Manejar transmisión de mensajes por semáforo.
- Inventar una clave de patrulla.

Orientación

- Saber qué son y para qué sirven los puntos cardinales (4 básicos).
- Conocer para qué sirve la brújula.
- Observar de qué lado sale y de qué lado se oculta el sol.
- Conocer qué es y para que nos sirve la rosa de los vientos.
- Conocer las pistas naturales y artificiales básicas.
- Elaborar tu propia brújula.
- Conocer los símbolos básicos de mapas topográficos.
- Lectura básica de mapas topográficos.
- Ubicar tu posición en un mapa topográfico.
- Estimar alturas y distancias.
- Conocer constelaciones.
- Elaborar un reloj solar.
- Conocer la orientación natural de noche.
- Identificar pistas naturales.
- Seguir rutas con mapa y brújula.

Conocimiento de la naturaleza

- Conocer qué es la flora.
- Saber qué es la fauna.

35

- Identificar rastros de animales.
- Desallorzar campamentos sustentables.

- Conoce sobre la flora y la fauna de tu región.

Actividades adicionales



Mínimos técnicos

___ / ___ / ___



Destreza en: _____

___ / ___ / ___



Destreza en: _____

___ / ___ / ___



Destreza en: _____

___ / ___ / ___

36

Destrezas



Cabuyería

Nudos

- De andamio.
- Diamante.
- Cabeza de turco.
- Prusick.
- Conocimiento de distintos tipos de cuerdas.
- Cuidado de cuerdas.
- Uso de poleas.

Amarres

- Tensar y fijar una cuerda.
- Tejido de red.
- Amarre de ocho.

Aplicación de nudos y amarres

- Puente de caballetes.
- Torre de observación.
- Campamento elevado.
- Portadas de campamento complejas.
- Balsas.

Campismo

Acampado

- Realizar campamentos flotantes.
- Conocer diferentes tipos de refugios.
- Conocer diferentes entornos de acampado.
- Hacer horno de campamento.

37

- Conocer diferentes tipos de tiendas de campaña.

- Elaborar pozos para líquidos grasos.

Alimentación

- Ser cocinero en campamento de tres días.
- Saber cocinar sin utensilios.

- Construir filtros para potabilizar el agua.
- Cocinar en horno de campamento.

Meteorología

- Conocer el clima de dos regiones más del país.

- Poder realizar un pronóstico del tiempo.

Exploración

Excursionismo

- Realizar campamentos volantes.

- Utilizar una clave personal.

Comunicación

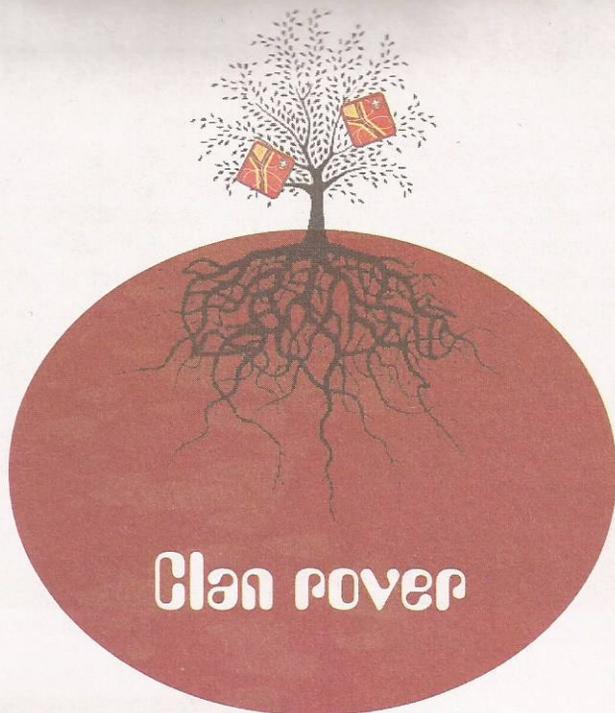
Orientación

- Elaborar mapas de excursiones.
- Tener nociones de GPS.

- Lectura de mapa estelar.
- Realizar triangulación con mapas topográficos.

Conocimiento de la naturaleza

- Conocer sobre la flora medicinal de la región.





Vivir y no ser un espectador es lo que se espera de ti. La vida al aire libre está afuera esperándote para pasarte momentos y experiencias inolvidables.

Es importante saber combinar el conocimiento técnico que sirve para tener una vida cómoda en la naturaleza, con la responsabilidad de la restauración de los lugares en los que, como rover scout, estás y donde aprecias la obra del Creador. Una vida equilibrada contempla el contacto y el reencuentro con la naturaleza, la posibilidad de crecimiento del espíritu y el mantener presente nuestra capacidad de asombro.

Disfruta del entorno sin olvidar que el rover siempre tiene presente el servi-

cio. Cuidar el medio ambiente, gracias al conocimiento de él, es una forma extraordinaria de servir.

Este carnet te servirá de guía en el desarrollo de tus habilidades para aprovechar al máximo tu vida al aire libre. A continuación podrás encontrar las habilidades sugeridas para este fin. En la primera parte encontrarás los mínimos técnicos para la sección; una vez que los desarrolles serás reconocido con la insignia de vida al aire libre en el color amarillo.

Notarás que, a diferencia de las otras secciones, no se señalan las habilidades específicas para el desarrollo de las destrezas. Esto es así, ya que se confía en

que tú, como rover, serás tu propio juez y sabrás definir y desarrollar las habilidades que requieras para disfrutar al máximo la vida al aire libre que más te atraiga. De esta forma, cuando alcances lo que te planteaste para una destreza, serás reconocido con la insignia color verde, al concluir una segunda destreza con la insignia azul y al alcanzar las tres destrezas con la insignia color rojo.

Si estuviste en la comunidad de caminantes y obtuviste la insignia amarilla, únicamente tendrás que compartir tus conocimientos con tu clan para ser reconocido con la insignia de vida al aire libre en clan en color amarillo, ya que te habrá dado cuenta que los mínimos técnicos en ambas secciones son los mismos.

Mis mejores recuerdos demmi vida al
aire libre en la **Glan rover**

Excursiones: _____

Campamentos: _____

Actividades de provincia y/o nacionales:

Mínimos Técnicos



Cabuyería

Nudos

- Simple.
- De la buena acción.
- Cote simple.
- Rizo.
- Ocho simple.
- Para zapatos.
- Vuelta de escota.
- Presilla de alondra.
- Vuelta de braza.
- Media llave y dos cotes.
- Gasa simple.
- Gasa de ocho.
- Ballestrinque.
- Reforzar cabos de cuerdas.
- Margarita.
- Simple encontrado.
- Ocho doble.
- Silla de bombero.
- Pescador.

Amarres

- Cuadrado.
- Redondo.
- Diagonal.
- De tres.
- Tejido cuadrado.
- Tejido triangular.

Aplicación de nudos y amarres

- Cerca de campamento.
- Tendedero.
- Portada de campamento.
- Alacena de campamento.
- Comedor de campamento.

42

Campismo

Acampado

- Saber que debes de llevar en tu mochila de campamento.
- Ayudar a levantar la tienda de campaña.
- Mantener el área de acampado limpia.
- Aprender a hacer un bazar personal en campamento.
- Identificar tu equipo personal de acampado.
- Evitar utilizar utensilios desechables en campamento.
- Empacar tu mochila de campamento.
- Levantar, orientar y quitar la tienda de campaña.
- Dejar limpio el lugar de acampado.
- Conocer dos tipos de fogatas (Tepee y otra).
- Separar los residuos de campamento en orgánicos e inorgánicos.
- Tener cargo específico en campamentos.
- Elaborar refugios a nivel suelo.
- Usar herramientas básicas (pala, hacha, cuchillo, etc).
- Conocer diferentes tipos de fogatas.

Alimentación

- Preparar un refrigerio personal para excursión que sea nutritivo.
- Saber calentar alimentos en estufa de campamento.
- Conocer métodos básicos de purificación de agua de campamento.
- Cocinar en fogata de corredor.
- Preparar el menú de un campamento de tres noches.
- Cocinar en papel aluminio.

43

Meteorología

- Saber qué es y para qué necesitamos saber de meteorología.
- Identificar el clima de tu región.
- Conocer el clima de tu región a través de un año.
- Construir una veleta y observa para qué sirve.
- Conocer los factores climáticos de altitud y latitud.
- Elaborar un pluviómetro y anemómetro rústicos.
- Conocer el funcionamiento del termómetro.
- Identificar tipos de nubes y su relación con el clima.

Exploración

Excursionismo

- Mantener completo tu equipo de bolsillo.
- Preparar tú solo la mochila de excursión.
- Saber flotar y desplazarse en el agua.
- Mantener en orden y limpio tu equipo de excursión.
- Aprender a caminar en diferentes tipos de suelo.
- Nadar en cualquier estilo.
- Identificar la ropa necesaria para diferentes climas.
- Llevar contigo un botiquín personal.
- Saber usar el bordón.
- Conocer las técnicas de "vestirse en capas".
- Participar en una excursión en terreno con pendiente.
- Realizar una caminata nocturna.
- Llevar contigo tu equipo de emergencia (lámpara, brújula, etc.).
- Saber usar chaleco salvavidas.

44

Comunicación

- Saber llamar a tu casa y a algún familiar.
- Saber utilizar el teléfono celular, de monedas y tarjetas para emergencias.
- Conocer la clave gato.
- Conocer la clave Morse.
- Reconocer que cuando suena un silbato scout representa "estar alerta".
- Manejar transmisión de mensajes por semáforo.
- Inventar una clave de patrulla.

Orientación

- Saber qué son y para qué sirven los puntos cardinales (4 básicos).
- Conocer para qué sirve la brújula.
- Observar de qué lado sale y de qué lado se oculta el sol.
- Conocer qué es y para que nos sirve la rosa de los vientos.
- Conocer las pistas naturales y artificiales básicas.
- Elaborar tu propia brújula.
- Conocer los símbolos básicos de mapas topográficos.
- Lectura básica de mapas topográficos.
- Ubicar tu posición en un mapa topográfico.
- Estimar alturas y distancias.
- Conocer constelaciones.
- Elaborar un reloj solar.
- Conocer la orientación natural de noche.
- Identificar pistas naturales.
- Seguir rutas con mapa y brújula.

Conocimiento de la naturaleza

- Conocer qué es la flora.
- Saber qué es la fauna.

45

- Identificar rastros de animales.
- Desallorrrar campamentos sustentables.

- Conoce sobre la flora y la fauna de tu región.

Actividades adicionales

Destrezas



Cabuyería

Campismo



Mínimos técnicos

____ / ____ / ____



Destreza en: _____

____ / ____ / ____



Destreza en: _____

____ / ____ / ____



Destreza en: _____

____ / ____ / ____

Recomendaciones generales

A continuación se te brinda información adicional que te ayudará a realizar de una mejor manera tu vida al aire libre.

Situaciones de precaución:

- Antes de usar una navaja o cuchillo conoce su uso correcto.
- Si requieres usar un hacha, deberás saber manejarla.
 - Si llegas a estar en tratamiento médico necesitarás conocer cómo utilizar tus medicamentos.
 - Pon en práctica las medidas de seguridad en caso de tormenta eléctrica.
 - Al salir de excursión conoce los números de emergencia de tu localidad, así como a la que vas a visitar.
 - Aprende a realizar un SOS con silbato y banderas.
 - El empleo del código tierra-aire podrá serte muy útil.

Acciones de seguridad:

- Deberás conocer las medidas de seguridad en el manejo de estufas y lámparas de gasolina y de gas.
- Identifica las medidas de seguridad al utilizar fogatas.
 - Deberás evitar el tomar medicamentos que no te haya recetado un médico.
 - Te será de gran utilidad conocer el tratamiento de quemaduras de primer y segundo grado.
 - El saber tratar escoriaciones te será útil en tus excursiones.
 - Será de utilidad el que conozcas como atender torceduras.
 - El tratamiento de fracturas simples es algo que necesitarás conocer para estar preparado en tus excursiones.
 - Conoce como tratar las picaduras de insectos.

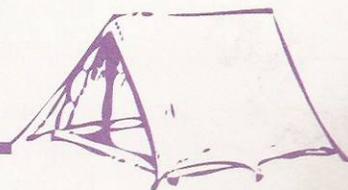
Actividades recomendadas:

- Diviértete practicando pecho tierra, subir cuerda con nudos, pista ciega, puente de dos cables, telaraña vertical y tirolesa.
- Supera el desafío de pasar un puente de tres cables y realizar rappel básico.

50

Mi foto al aire libre

Pega aquí una foto tuya al aire libre



51