

Ejemplos de actividades en el bosque: Excursión nocturna

*Tú creaste la luna para marcar el tiempo
y el sol que sabe a qué hora ha de ponerse.
Tú traes las tinieblas y es de noche,
cuando rondan las fieras de la selva.*

Salmo 104, 19-20





Sobre el tema de excursión nocturna le ofrecemos:

- a) *Información resumida*
- b) *Ejemplo de excursión*

a) Información resumida

Una excursión por el bosque durante la noche es, sin duda, una de las experiencias más fascinantes para los visitantes. Y lo puede ser también para usted como guía. Por ello recomendamos que planifique y prepare su excursión nocturna previamente.

Como complemento al **Capítulo III** “Consejos básicos para excursiones guiadas”, queremos presentar algunas indicaciones especiales:

1. Haga un recorrido previo por el área, tanto de día como de noche. Revise toda fuente de peligro como alambres, quebradas, huecos y precipicios y trate de eliminarlos. Eventualmente debería marcar los sitios peligrosos, al igual que los cruces de camino que no se ven fácilmente en la oscuridad.
2. Explique a la persona encargada del grupo cuál es el programa, a dónde irán y cuánto durará la excursión. En lo posible, consiga un ayudante para estas excursiones nocturnas.
3. En casos de emergencia y para determinadas actividades debería llevar linternas en su mochila. Los ojos de una persona demoran 60 minutos en acostumbrarse plenamente a la oscuridad. Las linternas de luz roja, fáciles de hacer con un simple cambio de foco, suelen ser menos molestas para la vista nocturna.
4. Es más fácil perder a un integrante del grupo durante la noche. Antes de salir de excursión, póngase de acuerdo con los participantes en una señal audible a distancia, para prevenir que algún integrante se aleje demasiado del grupo. La señal podría ser un grito o un silbato.
5. Los aspectos claves de una excursión nocturna son el silencio y el misterio del bosque oscuro. Por ello, la regla principal de la excursión debe ser **mantener silencio**. Los niños sólo deben hablar en voz muy baja.



6. Si la noche es muy oscura, lleve una cuerda para que todos puedan ir agarrados y nadie se pierda.
7. Maneje los miedos con cuidado. No asuste a los niños con historias de terror y de fantasmas. Sin embargo, si los niños sienten miedo, usted, como guía, debería hablarles sobre el miedo. Fomente también el intercambio de ideas dentro del grupo. Si un niño se da cuenta que su amigo también tiene miedo y que hasta el guía ha sentido miedo alguna vez, todo parece menos grave.

A continuación ofrecemos cinco áreas temáticas: ambientación, encuentro con el bosque nocturno, animales en la noche, fuego en la noche y final; con ideas para actividades, que presentan el programa para una excursión nocturna de aproximadamente cuatro horas.

b) Ejemplo de excursión

1. Ambientación

Durante la noche nuestra percepción del entorno cambia. Los ojos requieren de cierto tiempo para acostumbrarse a la oscuridad, mientras que el oído está listo al instante y puede escuchar sonidos muy bajos si presta la atención necesaria.

Cuente a su grupo que hoy en día las personas tienen un oído mucho menos afinado que antes. Esto se explica con el hecho de que cada día aumenta el volumen de los sonidos a los cuales estamos expuestos. Un ejemplo es el ruido del tráfico presente en la vida diaria de muchos de nosotros. En el transcurso del tiempo, el oído se acostumbra y pierde parte de su capacidad de escuchar sonidos más finos. Durante una excursión nocturna se darán cuenta que los niños oyen mucho mejor que los adultos, especialmente los sonidos más agudos.

- **Punto de encuentro** (ver **INICIO 2** “Nido de águila”)
En las excursiones nocturnas, el nido de águila es un punto ideal de encuentro. El nido transmite cierta seguridad, por lo cual debería ser construido en un claro o en un lugar fácil de encontrar, antes de que oscurezca por completo.
- **Agudizar la percepción auditiva**
Durante el tiempo que demoran los ojos en acostumbrarse a la oscuridad, se puede agudizar el oído. Esto se puede hacer en el nido de águila:



Coloquen sus manos en sus detrás de las orejas para aumentar el pabellón y tratar de captar los sonidos que provienen de la oscuridad. Permanezcan 5 minutos en esta posición para que el grupo se ambiente y se relaje. Luego intercambie comentarios sobre lo que cada uno escuchó y sintió.

2. Encuentro con el bosque nocturno

- **Orientación** (ver **ÁRBOL 11** “Encuentro con el árbol”)

A pesar de que en la oscuridad resulta más difícil volver a encontrar el árbol conocido “a ciegas”, la variante nocturna tiene una fascinación especial porque es más exigente para el sentido de orientación y la experiencia táctil se percibe con mayor intensidad. Asegúrese que los árboles no queden demasiado lejos.

- **Solos en el bosque**

Díales a sus participantes que avancen cuidadosamente por la oscuridad y que busquen un lugar que les guste. Puede tratarse de un tronco, una piedra o una colina. Los participantes se deben quedar 5 a 10 minutos solos en completo silencio y prestar atención a los sonidos nocturnos. Para muchos visitantes esto equivale a una prueba de valor. Pasada la prueba, todos vuelven al punto de encuentro y comentan lo que escucharon, experimentaron y sintieron.

Los participantes pueden también experimentar la oscuridad caminando solos por los senderos del bosque. Espere con el grupo y envíe a uno o dos “exploradores” por un trayecto definido de más o menos 100 pasos. Acuerden el tiempo en el cual el grupo seguirá a los exploradores.

3. Animales en la noche

De noche, muchos habitantes del bosque comienzan a despertarse. Durante este tiempo los encuentros con búhos, murciélagos y mariposas nocturnas son más frecuentes. Además, muchos mamíferos, como el zorro, el oso hormiguero y los ratones, son más activos en el amanecer, al atardecer o en la noche.

Sin embargo, en la mayoría de los casos, sólo podremos escucharlos. Algunos ejemplos son un venado que se asusta, un grillo que canta, una rana que croa o un ratón que se desliza por las hojas caídas. Explique en voz muy baja de qué animal provienen los sonidos y lo que parecen estar haciendo en ese momento.

- **Caza nocturna**

Cada participante asume el rol de un habitante del bosque y trata de imitar su sonido nocturno. Un participante es elegido como cazador nocturno, por ejem-



plo un búho. Mientras que el cazador cuenta hasta cincuenta, los demás buscan un escondite y se mantienen ahí hasta que el cazador nocturno los haya encontrado. Para facilitarle el trabajo, cada sesenta segundos, los otros jugadores deben emitir el sonido típico del animal que representan. Cuando el cazador ha detectado un animal, se cambian los roles, de modo que la presa se convierte en cazador. El juego termina cuando todos hayan actuado por lo menos una vez como cazador nocturno. Si la noche es muy oscura o si los participantes son miedosos, el juego se organiza en grupos de dos cazadores y dos presas respectivamente.

- **“Murciélago y mariposa nocturna” - ESPACIO VITAL BOSQUE 6**

En la variación nocturna de esta actividad, el límite del área de juego no debería ser marcado por el círculo formado por los participantes sino por cuatro linternas encendidas en cada esquina de un cuadrado. Así todos los asistentes pueden participar en el juego. Si la noche es muy oscura, no es necesario vendar los ojos del murciélago. Explique a los visitantes que la mayoría de las mariposas presentes en el bosque actúan en la noche.

- **“Persecución silenciosa” - ESPACIO VITAL BOSQUE 5**

Como variación se puede utilizar una linterna con luz intermitente en vez de indicar la presa o usar una pistola de agua.

4. Fuego en la noche

Para la mayoría de los niños, el fuego es particularmente fascinante. Alrededor de la fogata se pueden contar historias, cantar canciones, cocinar chorizos, asar manzanas y mucho más. Pero el fuego es también peligroso y hay que tratarlo con mucho cuidado. Tome en cuenta los reglamentos del lugar y no deje el fuego sin vigilancia. Evidentemente, la fogata sólo se debe encender en los sitios permitidos y en un lugar donde pueda ser apagada rápidamente. No encienda el fuego con líquido inflamable ni aún cuando haya mucho viento y asegúrese que esté por lo menos a 5 metros de distancia de cualquier edificación y a 25 metros de sustancias muy inflamables.

Finalmente, antes de retirarse del lugar, apague el fuego con agua hasta que no se vea ningún vapor; y, para mayor seguridad, tape el sitio con piedras y tierra.

- **Pan de palo**

Ingredientes:

- 400 gramos de harina fina



- 1/2 cucharadita de sal
- 1 sobre de levadura
- media taza de agua o leche tibia
- 1 cucharada de azúcar
- 3 cucharadas de aceite

Indicaciones:

Mezcle la harina con la sal y ponga la mezcla en un recipiente grande. Haga una cavidad en el medio para poner la levadura y encima el azúcar. Luego agregue el agua o la leche tibia con el aceite y mezcle bien para que la levadura se disuelva. Deje crecer la masa durante 10 minutos. Luego amásela un poco más hasta tener una masa homogénea. Antes de cocinarla, déjela fermentar en un lugar caliente.

Prepare unos chuzos para envolver la masa y de este modo poder asarla encima de la brasa. Hay que tener cuidado de no quemar la parte exterior. En caso de que esto suceda, sólo se debe consumir la parte interna del pan. La misma masa sirve para hacer una especie de tortillas. Coloque una piedra grande en la brasa. Cuando está caliente, ponga la masa delgada de pan y déjela en la brasa hasta que se cocine. El sabor de las tortillas es aún más rico que el del pan de palo, pero la preparación demora más.

● **Antorchas de madera como velas gigantes**

Prepare algunos troncos de un metro de largo y veinte centímetros de diámetro de la siguiente manera (observe el dibujo):

Con una motosierra corte el tronco hasta la mitad en forma de estrella para obtener seis u ocho segmentos "tipo pastel". En el centro del tronco se crea una especie de pozo delgado donde se puede colocar un encendedor de parrillas que no demora en presentar una luz muy agradable. El tronco debe estar bien clavado en el suelo para que no se voltee y provoque un incendio.





5. Final

Las actividades “Pan de palo” y “Antorchas de madera como velas gigantes”, presentadas en el punto **4. Fuego en la noche**, sirven también como final de la excursión nocturna. Otra alternativa es el relato de un cuento o la observación del firmamento, informándose de antemano o invitando a un experto a su excursión.

El punto culminante de una excursión nocturna es, sin embargo, la pernoctación:

- **Pernoctar en el bosque:**

Esta actividad fascina por igual a niños, adolescentes y adultos. Todos se colocan en sus sacos de dormir en un claro del bosque o en forma de estrella alrededor de un árbol viejo. Aquí se puede conversar y profundizar sobre lo experimentado durante la excursión.

Usted probablemente no podrá pegar un ojo durante la noche porque algunos de los participantes se sentirán incómodos en esta situación tan poco usual. Debe procurar que el grupo no sea demasiado grande (máximo 10 personas por guía) y que los niños tengan por lo menos 10 años. Además, se recomienda el permiso escrito o, mejor aún, la participación de los padres.

6. Otros

Alrededor de la fogata y en el sitio del campamento se debe también dejar espacio para actividades varias.

- **Baile de los vampiros**

En este juego para visitantes intrépidos, se les vendan los ojos a todos los participantes a no ser que todos se comprometan a mantener los ojos bien cerrados. El guía designa a uno de los participantes como el vampiro sin que los otros se enteren.

Mientras que todos se mueven en un área de juego delimitada, el vampiro, igualmente presente en el área, trata de tocar a otro participante. Si logra hacerlo, emite un grito feroz y agarra a su víctima. Ahora ya hay dos vampiros en el área. Pero, si un vampiro se encuentra con otro, ambos vuelven a transformarse en jugadores normales. El juego debería terminar al cabo de unos 15 minutos.

- **Cuadro de linternas**

Este es un juego rápido. Un jugador, equipado con una linterna, se aleja aproximadamente 20 metros del grupo. Luego dirige la luz de la linterna en dirección



del grupo y dibuja un objeto o un ser vivo en el aire. El que primero adivina el dibujo recibe la linterna y le toca dibujar.

- **De noche, todos los gatos son grises**

Tomando el ejemplo de este proverbio "de noche, todos los gatos son grises", usted puede señalar la importancia de la ropa llamativa en un paseo por el bosque.

Envíe a tres niños por el camino, uno vestido con ropa oscura, otro con ropa clara y el tercero con tiras reflectoras cosidas en la ropa. Primero 50 metros y luego 50 metros más, para completar una distancia total de 100 metros. De acuerdo a las condiciones de luz, el niño vestido de ropa oscura dejará de ser visible a 50 m de distancia, el de ropa clara a 100 metros y el único que quedará es el niño con los reflectores, los cuales deben ser iluminados por la linterna antes de que el niño salga caminando.

Indique que tanto la ropa, ya sean abrigos, capotes, pantalones, zapatos o gorras, como la mochila escolar, deben llevar reflectores si los niños tienen que desplazarse a pie en malas condiciones de luz.

