FDMESCYL
Federación de Deportes de Montaña,
Escalada y Senderismo de Castilla y León

Campamento de Montaña FDMESCYL

Sierra de Béjar (Salamanca)

29 de abril a 2 de mayo

fclm@fclm.com 983 36 02 95 www.fclm.com C/ Profesor Adolfo Miaja de la Muela, 16 - 47014 Valladolid

1. Resumen de la actividad

Todos sabemos qué es un campamento infantil y juvenil o al menos en qué consiste. Por eso creemos que este resumen no se debe centrar en el qué sino en el cómo. Salandar es un club deportivo de montaña con una filosofía de entretenimiento y de vida, que busca dejar soñar a los pequeños buscando su realización y al mismo tiempo su felicidad. Con este fin se diseñan todas las actividades que se realizarán durante el periodo del campamento y también con este fin se eligen los monitores que llevan a cabo las actividades.

Actividades que comprenden un gran abanico, tales como senderismo, escalada, gymkanas de orientación, además de talleres de formación como primeros auxilios en el medio natural, cabuyería, supervivencia de montaña o temas medioambientales. Todas estas actividades se juntan con actividades de ocio y tiempo libre para dinamizar los tiempos y fomentar el crecimiento de los participantes en un entorno seguro y agradable.

¿Por qué MontañaCyL?

Con esta actividad generamos una actividad de montaña centrada en los niños y niñas de Castilla y León, complementado con del resto de formaciones y actividades.

El respeto al medio y la conservación debe ser una constante en nuestras actividades de montaña, por lo que también será un tema transversal en el campamento junto con la seguridad en montaña.

El campamento se celebrará durante el puente del 1 de mayo de 2022, con esta idea dispondremos de una actividad diferente, disfrutando de la época primaveral.

Para la realización del campamento se dispone de las instalaciones y albergue juvenil de la Junta de Castilla y León en el entorno de Llano Alto, en Béjar. Esta localización nos permite disponer de un entorno único para disfrutar de las actividades y deportes de montaña en edades tempranas y supone el inicio de una actividad que perdure en el tiempo y acerque la montaña a los más pequeños. .

2. Objetivos generales

Los objetivos generales planteados se hacen en función de tres ámbitos de intervención: el personal, el social y la integración con el entorno, y en base a dos perspectivas de conocimientos del entorno en el que se encuentra el niño y el conocimiento de las propias posibilidades del niño.

- Dar a conocer y fomentar valores, normas y actitudes que lleven al desarrollo integral del niño.
- Desarrollar un clima idóneo en el que todos se sientan respetados, valorados e integrados.
- Conocer el entorno inmediato en el que se encuentra, respetando las normas medioambientales, sociales, viales, etc.
- Favorecer hábitos de vida saludables
- Fomentar la autonomía personal

3. Objetivos específicos

Los objetivos específicos a cumplir en este proyecto, son múltiples; algunos de ello son:

- Crear una rutina saludable
- Conocer los aspectos del mundo rural y su sostenibilidad
- Aprender a orientarse en el medio natural
- Descubrir nuevas actividades en la naturaleza
- Aprender a realizar actividades de montaña seguras
- Aprender a respetar el medio natural

4. El Método

Con "MontañaCyL" pretendemos crear un entorno de convivencia en el que se valore y respete a cada individuo y se fomenten sus capacidades. Hecho que se intentará conseguir a través de la realización de actividades colectivas. A su vez también se pondrá a los niños y niñas en contacto con la naturaleza para conocer este entorno de primera mano y aprender a respetarlo. Esto se llevará a cabo con actividades deportivas en el entorno natural de la Sierra de Béjar como la escalada y el senderismo y ejercicios y formación en orientación, primeros auxilios y supervivencia de montaña.

Por otro lado también se pretende crear una rutina y hábitos de vida saludables y enseñar a los niños a ser más autosuficientes e ir dejando atrás la dependencia parental (higiene personal, higiene doméstica…)

5. Temporalización

El campamento tendrá una duración de 4 días:

- Turno 1: del 29 de abril al 2 de mayo

El conjunto de actividades aquí mencionadas se llevarán a cabo en base a un planning que ahora exponemos.

En primer lugar, debemos hacer una partición entre la mañana y la tarde. La mañana se destinará, principalmente, al desarrollo de actividades más formativas siempre desde un punto de vista práctico, en la que los participantes aprenderán diferentes técnicas y utilización de los elementos empleados en las actividades de montaña, talleres, orientación y multiaventura, mientras que la tarde se reservará para la realización de las diversas actividades expuestas. Con ello pretendemos que los jóvenes expriman al máximo el tiempo que consideramos de mayor rendimiento intelectual, al igual que disfruten con las actividades de por la tarde.

Al mismo tiempo, las pautas del día las marcan las comidas. El desayuno será a las 09:00 horas, la comida a las 14:00 horas, la merienda a las 18:30 horas y por último la cena a las 20:30 horas.

Las actividades que se desarrollen irán acorde con las edades de los participantes, agrupándolos según sean estas.

	DIA 29	DIA 30	DIA 1	DIA 2
8:30		levantarse		
9:00		desayuno		
10:00		Escalada Peña de la Cruz-Ascensión Peña Negra	Ruta Embalse de Navamuño, Puente Nueva, Candelario. (Taller de orientación)	Carrera de orientación y aventura
18:00	Recogida Valladolid	Peña de la Cruz	Iniciación a los primeros auxilios	14.00h Comida
19:00	Recogida Salamanca	Taller cuerdas y refugios		17:00h Regreso
20:00	Llegada	Descanso	Descanso	Llegada Salamanca 17:30h Llagada Valladolid 18:30h
20:30	Cena	Cena	Cena	
22:00	Actividad nocturna	Taller de estrellas	Ruta nocturna: Técnicas de rastreo	
23:30	Fin del día			

6. Participantes

El campamento está destinado a 40 niños y niñas federados que, fuera del ámbito de la competición, les guste practicar deportes de montaña y el contacto con las actividades en la naturaleza. (Se reservarán 4 plazas a federados FEDME en otras comunidades distintas a Castilla y León).

Podrán participar niñas y niños nacidos entre el año 2006 y 2014, ambos incluidos. Se realizarán actividades en dos grupos por edades y adaptadas estas a las capacidades de los participantes.

7. Prevención

Una preocupación que tenemos desde la organización y que es otra de nuestras máximas a la hora de realizar nuestras actividades es la seguridad.

Por ello se toman todas las medidas preventivas que sean posibles. Para la realización de las actividades contamos con profesionales titulados en las materias y deportes a practicar. Monitores titulados en el tiempo libre y técnicos deportivos forman el personal que estará presente en las actividades.

A su vez se lleva a cabo una evaluación de riesgos de las actividades y un plan de prevención y emergencia.

8. Actividades

Las actividades que se realizarán comprenderán distintas modalidades. A continuación se definirán brevemente:

Deportes en la naturaleza:

Escalada:

Actividad en la que los participantes ponen a prueba sus destrezas, no solo físicas, sino en cuanto a paciencia, toma de decisiones y agilidad.

La escalada se realiza en un ambiente seguro con monitores expertos y las medidas de seguridad apropiadas.

Talleres

Distintos talleres con el que desarrollan sus capacidades psicomotrices. Además de su imaginación y el conocimiento del medio natural.

Gymkanas

Un conjunto de pruebas que pondrán a prueba sus capacidades y habilidades físicas y mentales, además de pasar un rato divertido.

Stalking y veladas

Actividades realizadas cuando ya se ha puesto el sol y que por ello tienen un aire misterioso y distinto.

Senderismo

Actividades que permiten disfrutar de la naturaleza, además de disfrutar de una actividad muy saludable como es caminar al aire libre.

9. Instalaciones

Las instalaciones utilizadas durante el campamento serán las de el albergue juvenil de “Llano Alto”, sito en la localidad de Béjar y que se encuentra a unos 50 km de Salamanca.

El Albergue, dependiente de la Dirección General de Deportes, se encuentra a 1 km de El Castañar, en un gran llano en la cima del Monte del Castañar, con excelentes vistas de la sierra y la comarca de Béjar y próximo a la estación de esquí de la "Covatilla".

Interesantes la bajada al Río Cuerpo de Hombre, el frondoso camino a Puente Nueva, la Peña de la Cruz, y al Pantano de Navamuño.

El albergue, situado a los pies de la Sierra de Béjar, es el entorno ideal para mostrar a los participantes las actividades que se pueden realizar en el entorno natural e inculcarles el respeto sobre el medio ambiente.

Albergue LLano Alto

Llano alto s/n. C.P.: 37715 Béjar. Salamanca.

923 400 702

923 404 052

923 400 702

Correo electrónico (pulse para verlo)

Más información

Albergue LLano Alto

10. Precios

El precio establecido para el campamento es:

- Precio Federados FDMESCYL/FEDME: 50 €
- Precio Federados FEDME en otras comunidades: 60 €

Incluye: Transporte ida y vuelta (Valladolid-Salamanca-Bejar), programación y desarrollo de actividades, seguro de RC, seguro de accidentes (incluido en la licencia federativa), material para las actividades y alojamiento y manutención.

11. Inscripciones

- Para realizar la inscripción será necesario que los participantes se encuentren federados con licencia FDMESCYL (AU, B o superior) o FEDME (con coberturas en las actividades especificadas en el punto 8).
- https://www.fclm.com/inscripciones/