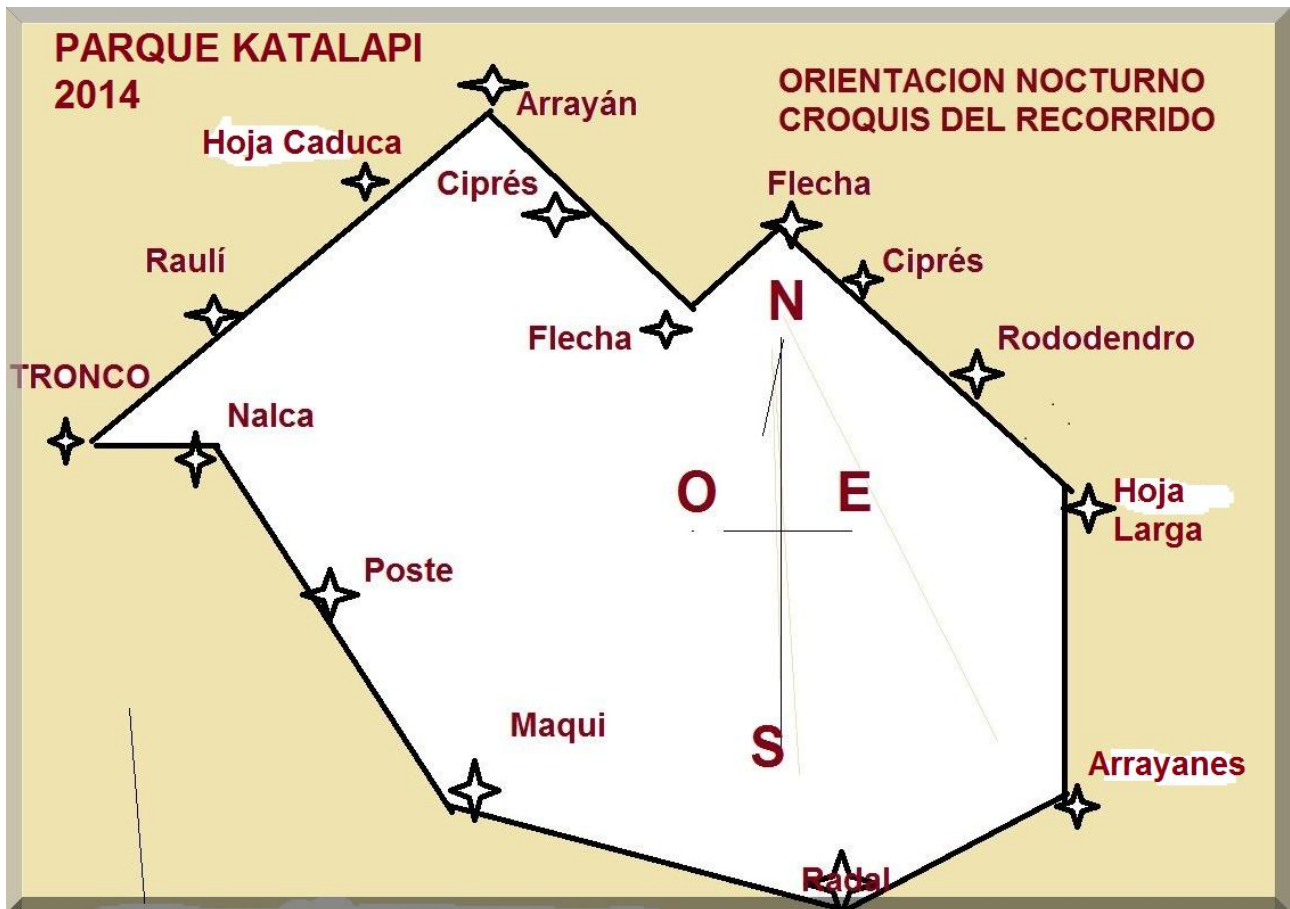


# 1. - COMO DISEÑAR UN CIRCUITO DE ORIENTACIÓN

(Rod Walker, Parque Katalapi, Setiembre 2014)



## OBJETIVOS:

- > Estimar espacios – distancias y direcciones
- > Familiarizarse con el círculo - fundamento de la naturaleza
- > Comprender y manejar la brújula en terreno
- > Participar proactivamente en una situación de incertidumbre
- > Afirmar seguridad personal y autoestima, en una actividad nocturna.

## ETAPAS PREVIAS OPTATIVAS:

- > 1. CONFECCIONAR UNA BRUJULA  
(con agujas, imanes, papel y agua en platillo)
- > 2. RESEÑAR MOVIMIENTOS APARENTES DEL SOL  
(salida, puesta, cenit, efecto en la orientación de vegetación, estaciones, variación en el largo de día y noche, solsticio y equinoccio – rotación de la Tierra)

- > 3. **CONFECCIONAR UN PLANO DEL AULA DE CLASE -**  
Concepto de ESCALA en mapas - estimar distancia, reducir una área a papel con una escala
- > 4. **DIBUJAR EL RECORRIDO DIARIO DE LA CASA A LA ESCUELA**

## **CONFECCION DEL CIRCUITO DE ORIENTACION**

### > 1. **EVALUA EL TERRENO PARA SU UBICACIÓN**

Punto importante, para poder emplear el circuito repetidas veces en el futuro ... el terreno debe ser seguro, sin peligros objetivos (como zanjas, cercos de alambre, roqueríos, perros agresivos, similares .. ) - relativamente plano, con una variedad de objetos de referencia. 1/2 hectárea de terreno abierto normalmente es suficiente (ver > 2. abajo)

### > 2. **EL "EJEMPLO KATALAPI"**

Nuestra experiencia nocturna sirve de referencia – el circuito que compartimos sirvió para 27 personas – un recorrido de 15 etapas con un largo total de tan solo 399 metros. 7 grupos lo hicieron, con 3 – 4 integrantes cada uno – 4 en un sentido, 3 en otro.

### > 3. **EVALUA LA CAPACIDAD DEL PUBLICO QUE LO USARA**

Conviene recordar que es una actividad EXPERIENCIAL en la cual los grupos se desplazan de manera independiente. Por lo tanto es muy necesario que sea adecuadamente contenida en términos de seguridad. Se recomienda no exceder la capacidad del grupo Después se puede aumentar el nivel de exigencia o agregarle desafíos, haciéndolo de noche, con etapas adicionales, mayor distancia, obstáculos y otros.

### > 4. **IDENTIFICA BIEN SUS OBJETIVOS ESPECIFICOS**

Este ejercicio se presta para múltiples usos. En Katalapi lo empleamos para uso casi académico, pero tiene otras posibilidades. Por ejemplo, puede tener menos etapas, y cada una con un elemento necesario para completar una tarea - hacer fuego, por ejemplo (fósforos), un almuerzo (comida), o llegar a un lugar de reunión.

Por ahora, tomemos el ejemplo básico que compartimos en Katalapi ...

### > 5. **CAMINA EL CIRCUITO, ESTIMANDO Y ANOTANDO PROVISORIAMENTE EL NUMERO DE ETAPAS Y LOS OBJETOS DE REFERENCIA**

> 6. **TOME NOTA MAS EXACTA DE CADA ETAPA, PRESTANDO ESPECIAL ATENCIÓN A LAS DIRECCIONES. ¡Cuidado! Las direcciones son la clave – un error de distancia es más fácil de corregir que un error de dirección, sobre todo si el circuito se usa en ambas direcciones., y tienes todo el trabajo hecho.**

Al principio, prefiera direcciones cardinales y sub-cardinales, antes de progresar a Grados. Comienza con los Grados en múltiplos de 90 o 45.

> 7. CONFECCIONA LA LISTA DE INSTRUCCIONES, COMO SIGUE :  
N° - COMIENZA EN - DIRECCION - DISTANCIA - LLEGA A - LETRA

> 8. USANDO LA LISTA, CAMINA EL CIRCUITO EN AMBOS SENTIDOS  
Cuidado con el cálculo de los "retro-acimut". Hay una diferencia de 180° en cada etapa del recorrido – a veces hay que sumarlo, y a veces restarlo.

> 9. SI HAY TIEMPO, *DIBUJA EL CIRCUITO*, Y CAMINALO DE NUEVO

> 10. TERMINADOS LOS CHEQUEOS PREVIOS, IMPRIME LAS INSTRUCCIONES PARA AMBOS SENTIDOS DEL CIRCUITO  
Lo ideal es tener una copia para cada participante.

> 11. IDENTIFICA EL MENSAJE QUE ENTREGA LA "SOPA DE LETRAS" O ANAGRAMA – ¡QUE SEA EDUCATIVO!

> 12. CONFECCIONA LAS FICHAS

Cuadrados de 5 a 7 cm por lado andan bien. Perfóralos en una esquina para que tengan una sola forma de colgar y mostrar la letra claramente. Que sean lo más impermeable posible. Pueden ser colgados con cordel, o sobre clavos en cada punto, escritos con marcador PERMANENTE.

> 13. DEJA COLOCADAS LAS FICHAS, ANTES DEL EJERCICIO

> 14. ORGANIZA LOS GRUPOS DE LOS PARTICIPANTES

Conviene dividir el grupo en un número par de grupos más pequeños. Por ejemplo un grupo grande de 24 daría 8 grupos de 3, permitiendo que 4 hagan el recorrido en cada sentido .  
Cada grupo sale a intervalos de 3 – 5 minutos, a fin de mantener la independencia de acción de cada uno.

> 15. ENTREGA LAS INSTRUCCIONES

> La brújula solo funciona si se mantiene HORIZONTAL – en cada punto, tomar el tiempo necesario para chequear la dirección lo más cuidadosamente posible.

> Este es un trabajo de equipo – que los grupos se mantengan JUNTOS

> Dejar cada una de las letras en su lugar

> En caso de duda o extravío, volver al último punto seguro y chequear los datos.

> Comunicar una hora para volver a reunirse

> 16. DURANTE LA ACTIVIDAD

> Disponer una(s) persona(s) en puntos claves de posible extravío (o riesgo) - preferiblemente cerca del medio del circuito para evaluar el desarrollo y si es necesario ofrecer algún consejo o pista a los que más parecen precisarlo.

**INSTRUCCIONES****GRUPOS "UNO" – TRONCO - 090°**

| N° | COMIENZA EN | DIRECCION | DIST. | LLEGA A :   | LETRA |
|----|-------------|-----------|-------|-------------|-------|
| 1  | TRONCO      | 090°      | 30 M  | NALCA       |       |
| 2  | NALCA       | SE        | 55 M  | POSTE       |       |
| 3  | POSTE       | 135°      | 22 M  | MAQUI       |       |
| 4  | MAQUI       | 120°      | 40 M  | RADAL       |       |
| 5  | RADAL       | 40°       | 30 M  | ARRAYANES   |       |
| 6  | ARRAYANES   | 360°      | 42 M  | HOJA LARGA  |       |
| 7  | HOJA LARGA  | NNO       | 20 M  | RODODENDRO  |       |
| 8  | RODODENDRO  | NNO       | 12 M  | CIPRES      |       |
| 9  | CIPRES      | 300°      | 20 M  | FLECHA      |       |
| 10 | FLECHA      | 220°      | 18 M  | FLECHA      |       |
| 11 | FLECHA      | 300°      | 20 M  | CIPRES      |       |
| 12 | CIPRES      | NNO       | 25 M  | ARRAYANES   |       |
| 13 | ARRAYANES   | SE        | 13 M  | COIHUE      |       |
| 14 | COIHUE      | 135°      | 25 M  | HOJA CADUCA |       |
| 15 | HOJA CADUCA | 135°      | 28 M  | TRONCO      |       |

**INSTRUCCIONES****GRUPOS "DOS" - TRONCO - 045°**

| N° | COMIENZA EN | DIRECCION | DIST. | LLEGA A :   | LETRA |
|----|-------------|-----------|-------|-------------|-------|
| 1  | TRONCO      | 45°       | 27 M  | HOJA CADUCA |       |
| 2  | HOJA CADUCA | 45°       | 25 M  | COIHUE      |       |
| 3  | COIHUE      | NE        | 13 M  | ARRAYANES   |       |
| 4  | ARRAYANES   | SSE       | 25 M  | CIPRES      |       |
| 5  | CIPRES      | 120°      | 20 M  | FLECHA      |       |
| 6  | FLECHA      | 040°      | 18 M  | FLECHA      |       |
| 7  | FLECHA      | 120°      | 20 M  | CIPRES      |       |
| 8  | CIPRES      | SSE       | 12 M  | RODODENDRO  |       |
| 9  | RODODENDRO  | SSE       | 20 M  | HOJA LARGA  |       |
| 10 | HOJA LARGA  | 180°      | 42 M  | ARRAYANES   |       |
| 11 | ARRAYANES   | 220°      | 30 M  | RADAL       |       |
| 12 | RADAL       | 300°      | 40M   | MAQUI       |       |
| 13 | MAQUI       | 315°      | 22 M  | POSTE       |       |
| 14 | POSTE       | NO        | 55 M  | NALCA       |       |
| 15 | NALCA       | 270°      | 30 M  | TRONCO      |       |

## 2. EL CONSEJO DE TODOS LOS SERES

### RESUMEN DE LAS 7 ETAPAS



Hay detalles del Proceso Completo del Consejo de Todos los Seres en

[www.tocatierra.cl](http://www.tocatierra.cl)

Abrir : -> Bienvenidos a La Loma -> Ecología Profunda

### 3. SURTIDO' DE OTRAS DINAMICAS FAVORITAS ...

(Para terrenos planos, abiertos y blandos, ambiente tranquilo, verde,  
sin grandes distracciones)

#### NUDOS HUMANOS

**UN CIRCULO GRANDE, MANOS UNIDAS,  
TODOS MIRANDO HACIA ADENTRO**

¿Existe una manera de que todo el grupo quede en igual posición, sin soltar manos, ni cruzar brazos ... y todos mirando hacia afuera?



Invitar a los que saben a que esperen que sus compañeros descubran la respuesta. Repetir el ejercicio al revés.

### **UN NUDO SERPENTINO, CIRCULO GRANDE**

Soltando una de sus manos, el facilitador guía al grupo caminando por una ruta que deriva al azar debajo de los brazos del resto del grupo, y que entra y sale de la manera más 'enredada' posible. Tenga CUIDADO de evitar tironeos de brazos/manos. Cuando se ve todo el grupo bien compacto y enredado, vuelve a juntar el último par de manos.

Siempre se puede deshacer este nudo, con la colaboración de todos.

### **NUDOS CHICOS, CIRCULOS DE 6-9 PERSONAS**

Cada persona une sus manos con las de dos personas por separado (y que no sean sus vecinas inmediatas). Pasa sus brazos por sobre o por debajo de los demás, conviene que se arme un buen enredo. Se trata de desenredar el nudo sin soltar las manos. Es sorprendente la cantidad de veces que se logra, a pesar de lo difícil que parece. Si realmente se torna imposible, el facilitador puede optar por preguntar al grupo qué par de manos quieren mover (una sola vez) a otra posición. También es interesante hacer el ejercicio en silencio.

### **MAYOR RESPONSABILIDAD – CUIDANDO AL/A COMPAÑERA CAIDAS DE CONFIANZA**

(SOLO para grupos con un buen nivel de responsabilidad)

#### **ENTRE DOS**

Suavemente una persona se deja perder el equilibrio y cae hacia su compañera/o, quien la apoya firmemente. Gradualmente se amplía la distancia un poco. Después de unos momentos, se cambian los roles.

#### **ENTRE TRES**

El ejercicio es similar al anterior, pero con un suave vaivén hacia atrás y hacia adelante.

### **EN CIRCULOS PEQUEÑOS (GRUPOS DE 6 – 10 PERSONAS)**

Se forman círculos chicos (hombro con hombro), y cada integrante toma una posición dinámica (piernas flectadas y manos levantadas hacia el centro del círculo) listo para recibir el peso de una persona sobre ellas. Una Voluntaria se pone en el centro (cuerpo relajado y derecho, manos cruzadas sobre el pecho, ojos cerrados). Suavemente pierde el equilibrio, dejándose caer hacia atrás. Es apoyada por las manos de sus compañeros, quienes suavemente la conducen en un vaivén o movimiento circular. La persona voluntaria se va cambiando.

**IMPORTANTE** : Este ejercicio es más serio que aparenta. Existe riesgo de caídas, por lo que es para grupos de confianza, concientes de la responsabilidad de cada uno. El apoyo debe ser permanente (nunca bajar las manos) y totalmente sin'chacota'.

### **CONFIANZA Y SENSIBILIZACION**

(Se trabajan en pareja. Caminar descalzo aumenta el efecto.)

### **CAMINAR SIN VISTA, CON CORDEL Y APOYO**

Se traza una ruta de 50 a 100 metros fijando un cordel a una altura de 1,5 metros aproximadamente. Pasa por vegetación, pendientes y superficies de diversas características, con la mayor variedad posible. Un miembro de cada pareja sigue la ruta caminando sin vista con una mano tocando el cordel, mientras que su compañera/o le sirve de apoyo silenciosamente. Cambian de roles al llegar. Al final del ejercicio, conviene dedicar un rato para compartir sensaciones y emociones.

### **CAMINAR SIN VISTA CON GUIA**

Cada pareja acuerda una forma silenciosa de comunicar instrucciones para caminar, virar, parar etc, hablando durante unos minutos. Después, en silencio y lentamente, caminan una ruta de variadas características, parando para explorar los detalles de un árbol elegido por el/la guía. Al terminar el recorrido la persona trata de ubicar la ruta y el árbol, y se cambian roles. La reflexión final suele traer comentarios interesantes.

### **Y UNA QUE NO HICIMOS ...**

### **EJEMPLO DE ORGANIZAR TRABAJO EN EQUIPO :**

#### **'LA TELARAÑA'**

Se disponen cordeles tensadas entre dos árboles según lo indicado en el dibujo, en terreno lo más plano, blando y despejado posible. La Telaraña es 'electrificada', de manera que no se puede tocar en

ningún momento. La tarea es que el grupo entero se organice para pasar por los espacios sin ocupar ningún espacio más que una vez (esto se modifica si hay más personas que espacios).

Para grupos grandes, la mitad se coloca a cada lado de la telaraña, con el objeto que cada persona termine al lado opuesto.

Se enfatiza el cuidado con la seguridad de las personas (especialmente en el aterrizaje después de pasar), como asimismo los detalles pequeños para evitar que la telaraña sea tocada por pelo, ropa, etc.

El ejercicio sirve (típicamente en el segundo o tercer intento) como espacio de auto-organización colectiva por parte del grupo. Al analizar el proceso, conviene destacar los diferentes roles de liderazgo informal cumplidos por cada integrante del grupo. Esta reflexión fortalece el concepto de que todos pueden ser líderes proactivos.

