



Wild Wonders GSACPC les da a las niñas y a las tropas la oportunidad de disfrutar al aire libre. Los participantes pueden obtener múltiples charms al ir incrementando sus habilidades al aire libre. Para obtener los charms “Wild Wonders”, los participantes deben de obtener primero el parche “Wild Wonders” completando las habilidades básicas al aire libre (se mencionan a continuación). Una vez terminadas, los participantes pueden empezar a obtener charms adicionales si así lo deciden.

**Puede ser que las tropas y adultos voluntarios necesiten las Certificaciones TCC1 y TCC2 para obtener algunos charms.** Los adultos que participan en este programa no están “certificados” en las habilidades. Si los adultos quisieran certificarse en algunas habilidades al aire libre, los entrenamientos están disponibles y listados en el Calendario de Actividades en [girlscoutsaz.org/activities](https://girlscoutsaz.org/activities) (en este momento solo están disponibles en inglés). Los eventos de Zoom en vivo (virtual) también estarán en la lista del [Calendario de Actividades](#) para completar una porción del charm o el programa completo.

## ACTIVIDADES AUTOGUIADAS

Para obtener el parche “Wild Wonders Outdoor Experience”, los participantes deben de completar las experiencias básicas al aire libre como se explica a continuación:

- Sentido de Pertenencia** – Aprende más sobre el entorno de tu casa, tu cuenca local, y los seres vivos de tu comunidad.
  - Haz un diario de la naturaleza o usa uno que ya tienes.
  - Haz un mapa de tu comunidad donde vives. Dibuja tu casa en el centro de una hoja de tu diario. ¿Qué incluye? Casas, calles, parques, etc.
    - Busca y visita un “lugar para sentarte” (ya sea viendo a través de tu ventana, en tu jardín, o en un parque cercano).
    - Usa tu diario y escribe el tiempo que pasaste en tu “lugar para sentarte”.
    - Trata de visitar tu “lugar para sentarte” al menos tres veces por semana por unos 10-20 minutos.
    - Ponte cómoda y observa lo que hay alrededor, usa tus sentidos y presta atención a lo que ves, oyes y hueles.
    - Observa el comportamiento de los animales como los pájaros, y cómo reaccionan a tu presencia después de un rato.
- Practica los buenos modales al aire libre** – Aprende a dejar un impacto mínimo en tu ambiente cuando estés al aire libre.
  - Las Girl Scouts practican la ética de “No Dejes Rastro” al aire libre. Los 7 principios de “No Dejes Rastro” son: Planea y Prepárate con tiempo, Haz senderismo y acampa en superficies durables, Respeta la vida silvestre, Deshazte de los desperdicios apropiadamente, Deja las cosas como las encontraste, Minimiza los impactos de las fogatas, y se Considerado con otros visitantes.
  - Describe tu entorno al aire libre. ¿Qué incluye? ¿Qué tipo de plantas crecen ahí? ¿Escuchas o ves alguna evidencia de animales silvestres? Describe el suelo a tu alrededor.
  - Platica con tu tropa o familia lo que significan los buenos modales al aire libre.
    - Dejar la basura tirada no muestra respeto a otros visitantes y es peligroso para los animales. Por ejemplo, el chicle se puede quedar pegado en el pelo de los animales, y las latas o botellas les



WILD WONDERS

pueden provocar cortaduras. ¿Puedes pensar en otros peligros?

- El aire libre es la casa de muchos animales. Los podemos observar sin molestarlos o destruir sus casas. Escoge uno de tus animales favoritos y describe como se sentiría si el animal y su hábitat fuera perturbado. Imagina lo que diría (ejemplo, una abeja fue aplastada porque a la persona le daba miedo a pesar de que no era una amenaza para esa persona).
- Incluye una hora para limpiar al final de tu actividad.
- **OPCIONAL:** Revisa y utiliza los recursos incluidos en “No Dejes Rastro” cuando explores la naturaleza. (Disponible solo en inglés por el momento) <https://lnt.org/our-work/youth-education/things-to-do/>

**Una Girl Scout siempre deja el lugar en mejores condiciones de lo que lo encontró.** Entiende y practica este concepto siempre. Es una tradición de Girl Scouts y la practicamos en todo lo que hacemos.

3. **Ropa apropiada** – Con tu tropa o familia, decidan la ropa apropiada para varias situaciones.

- ¿Cómo te vistes para diferentes situaciones, un día en la playa, senderismo con lluvia, paseo en bicicleta en un día con mucho viento, un día de campo en el verano, etc.? ¿Cómo planeas tu ropa cuando vas a pasar la noche en otro lado? ¿Qué empacarías si vas a pasar la noche en diferentes lugares?
- Platica si necesitas protector solar, zapatos apropiados, camisas de manga larga y gorras. ¿Por qué son importantes estas cosas? Asegúrate de saber que ropa es la adecuada para diferentes actividades – zapatos cerrados, shorts largos o pantalones, etc. y las razones por las que los usamos. Entender las razones de seguridad te ayudará a recordar las reglas.

4. **Nudos** – Debes de tener un conocimiento básico de los nudos y sus usos. ¿Por qué crees que son importantes?

- Un nudo simple o [overhand knot en inglés](#) es un nudo para detener. Investiga cómo se usa. ¿Alguna vez has usado uno? (pista: si te has abrochado las agujetas, si lo has usado).
- Un nudo cuadrado o [square knot en inglés](#) se usa para unir dos cuerdas del mismo grosor. Practica hacer y deshacer el nudo hasta que lo puedas hacer rápido.
- Aprende cómo [enrollar tus cuerdas](#) después de usarlas para que no se enreden.

5. **Navajas de bolsillo** – U Aprende a ser cuidadosa cuando uses una navaja o cualquier otro objeto filoso. Las navajas son herramientas y tienen mucho filo. Agarra la navaja con mucho cuidado. Considera la idea de usar un guante reforzado si es necesario.

- Un “Arco de Seguridad o Círculo de Seguridad” significa mantener un brazo de distancia de algo o alguien. Mide esta distancia antes de tener una navaja en tu mano. Recuerda siempre la seguridad cuando utilices una herramienta para cortar de cualquier tipo. Pídele a un adulto que sepa, que te demuestre cómo usarla, después inténtalo tú.
- Siempre es importante seguir las reglas de seguridad cuando usas cuchillos de cocina cuando preparas la comida. No importa el tamaño, todos los cuchillos deberán usarse con cuidado.
- Corta lejos de tu cuerpo y siempre utiliza una tablita para picar. Las niñas pequeñas o las que lo usan por primera vez, pueden practicar cortando comida suave como champiñones o fresas. Parecerá simple, pero es importante que te vayas sintiendo segura con un cuchillo para cortar cosas más difíciles en el futuro.
- GRADOS K-3: Tal vez no tengan la fuerza para abrir una navaja de bolsillo, pero deberán saber cómo agarrarla correctamente. Hacer un [cuchillo de papel](#) es una buena manera de practicar sin accidentes. Si es necesario, pídele ayuda a un adulto.

6. **Fogatas** – Aprende las reglas de seguridad básicas sobre fuego. Esto te ayudará cuando estés prendiendo fogatas y cocinando. La seguridad contra incendios debe ser una segunda naturaleza para todas las Girl Scouts.

- Cuando elijas y prepares los sitios para la fogata, ten en mente estos puntos:
  - Revisa los requisitos para el permiso de fogatas y sus restricciones.
  - Ten una cubeta con agua junto al fuego, un rociador, una pala y un rastrillo antes de iniciar el fuego.
  - Usa un lugar de fogata ya establecido.

- Limpia con el rastrillo 15 pies alrededor del área de la fogata, en todas direcciones, hasta el nivel mineral. Lo que significa que no haya hojas, pasto seco, ramitas, ramas de pino, etc. – sólo tierra o arena.
  - Si tienes pelo largo, recógelo.
  - Revisa si alguien tiene ropa suelta. Los cordones de las sudaderas con gorro deberán estar metidos, las bufandas se deben remover, camisetas o sudaderas no deberán amarrarse en la cintura, y mangas largas deberán estar ajustadas o arremangadas.
  - Asegúrate que no haya ramas colgando sobre el sitio de la fogata.
  - Pídele siempre a un adulto quién tenga la certificación “Troop Camp 2” que te supervise durante la actividad.
  - NUNCA dejes un fuego desatendido.
  - Apila la leña del lado que sopla el viento, lejos de las flamas.
  - No uses líquido para encendedor.
  - No juegues o corras alrededor de la fogata.
  - Aprende las tres partes del fuego y sus posiciones.
    - **Yesca** – La parte esponjosa es lo que prenderá el fuego y se quemará rápidamente. Normalmente es pasto seco, ramas de pino u hojas. La yesca está en la parte de abajo del centro. La yesca es del tamaño de tu dedo meñique y NO DEBERÁ SER MÁS GRANDE que tu mano estirada.
    - **Ramas delgadas** – pequeños palitos son prendidos por la yesca. El trabajo de esos palitos es quemar el combustible. Cuando los palitos se prenden, la fogata empieza. Los palitos necesitan tocar la yesca y el combustible. Los palitos no deberán ser más gruesos que un dedo pulgar y no más largos que la distancia entre el codo y la muñeca.
    - **Combustible** - El combustible son trozos de madera más grandes. Estos durarán más tiempo y será de dónde sale el calor de la fogata. El combustible en contacto con las ramas delgadas. Este combustible deberá tener el grosor mínimo de la muñeca y no más largos que la distancia del codo a la punta de los dedos.
7. **Cocinar** – Aprende y establece buenos hábitos con respecto a la preparación segura y sanitaria de la comida.
- La importancia de lavarse las manos. Para evitar enfermedades, es importante lavarse las manos antes de preparar la comida, antes de comer, y después de ir al baño.
  - ¿Por qué se deben lavar las frutas y verduras antes de comerlas?
  - Platica sobre las alergias alimenticias. ¿Por qué es importante saber si alguien no puede comer cierto tipo de alimentos? ¿Alguien de tu tropa o familia tiene alergias? ¿Cómo te puede afectar esto en la planeación de reuniones, salidas y viajes?
  - Aprende como una pañoleta te puede ayudar en la preparación de comida (recoger el pelo, usarla como servilleta, etc.)
  - Entiende los grupos de alimentos, cuáles te proporcionan más energía cuando estás acampando, y la importancia de tener bocadillos cuando haces senderismo, pasas la noche fuera, o cuando sales de viaje.
  - Toma en cuenta el clima cuando planeas las comidas y que utensilios se necesitará para la preparación.
  - Prepara alimentos que no necesiten cocinarse.
    - Avena y fruta seca es un desayuno clásico para acampar. Es abundante y fácil de hacer.
    - Sandwiches individuales o uno grande dividido en porciones individuales.
    - Ensalada de la amistad, en la cual cada persona lleva una fruta, se corta y se agrega a la ensalada.
    - Conos para pudín, pudín instantáneo en una bolsa de plástico para un postre sin ensuciar.
8. **Mantenerse seguras** – Aprende sobre la importancia de prevenir accidentes y lo que debe incluirse en un kit básico de primeros auxilios.
- Con tu tropa o familia, habla sobre seguridad y por qué tenemos reglas. Caminar cuando acampas es una buena regla de seguridad, porque correr te puede causar caídas y rodillas raspadas. Es importante usar las reglas de una forma positiva para que todos estén conscientes del comportamiento que esperas. Por ejemplo, “Observa a los animales desde lejos” en vez de “No toques a los animales”. La primera es proactiva; la segunda es reactiva.

- Aprende sobre el sistema de parejas o “buddy” y cómo ayuda a mantener seguros a todos.
- Usar agua y jabón es suficiente para curar la mayoría de las heridas leves y rodillas raspadas. Aún las picaduras de abeja se sentirán mejor después de lavarlas con agua y jabón.
- Comienza a armar kits básicos de primeros auxilios para todas las mochilas. Todos se sentirán mejor sabiendo que tienen las herramientas para curar sus propias lesiones.
- Este es un buen momento para pedirle a una persona certificada en primeros auxilios o profesional médico que hable con tu tropa o familia sobre seguridad.

9. **Navegación** – Aprende como leer el paisaje y sus alrededores, aprende los puntos cardinales básicos, haz un mapa de tu propio comunidad, y usa un mapa cuando hagas senderismo.

- Aprende qué hacer cuando te pierdes.
  - SIEMPRE lleva un silbato y conoce el código de la señal del silbato al aire libre.
  - Si vas a salir durante el día, identifica un punto de reunión por si alguien se pierde. Memoriza el número de teléfono de alguien de tu familia en caso de que te separes de tu grupo. Con tu tropa o familia, actúen que hacer si se pierden. Esto puede ayudar a entender mejor las razones detrás de las reglas.
  - Aprende que no hacer cuando te pierdes (continuar caminando, ignora a la gente que te llama, etc.).
- Platiquen sobre los cuatro puntos cardinales. ¿Cuáles son las diferentes maneras de encontrar el Norte? ¿Por qué es importante encontrar el Norte cuando estás perdida?
- Mira un mapa de tu barrio donde vives y compáralo con el entorno real. Ve si puedes orientar el mapa con los puntos cardinales.
- Aprende las diferentes maneras de orientarte en la naturaleza.

## EL PARCHE Y MEDALLONES O “CHARMS” SE PUEDEN ORDENAR A TRAVÉS DE LA TIENDA DEL CONCEJO DE GSACPC

Ahora estás lista para obtener algunos medallones o en inglés “charms.”

- |                                                                         |                                                                         |
|-------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> SWAPS (K-12 & ADULTOS)                         | <input type="checkbox"/> Geocaching (4-12 & ADULTOS)                    |
| <input type="checkbox"/> Tradiciones de Girl Scout (K-12 & ADULTOS)     | <input type="checkbox"/> Cuchillos (2-12 & ADULTOS)                     |
| <input type="checkbox"/> Agua (K-12 & ADULTOS)                          | <input type="checkbox"/> Caminar (K-12 & ADULTOS)                       |
| <input type="checkbox"/> No dejes huella (K-12 & ADULTOS)               | <input type="checkbox"/> Cocina al aire libre (K-12 & ADULTOS)          |
| <input type="checkbox"/> Primeros Auxilios (K-12 & ADULTOS)             | <input type="checkbox"/> Amarres (4-12 & ADULTOS)                       |
| <input type="checkbox"/> Acampar en cabaña (K-12 & ADULTOS)             | <input type="checkbox"/> Tiro al Arco (2-12 & ADULTOS)                  |
| <input type="checkbox"/> Acampar en tiendas de campaña (K-12 & ADULTOS) | <input type="checkbox"/> Slingshots (4-12 & ADULTOS)                    |
| <input type="checkbox"/> Navegación (K-12 & ADULTOS)                    | <input type="checkbox"/> Código Morse (4-12 & ADULTOS)                  |
| <input type="checkbox"/> Sentido de pertenencia (K-12 & ADULTOS)        | <input type="checkbox"/> Caminata con morral al hombro (4-12 & ADULTOS) |
| <input type="checkbox"/> Nudos (K-12 & ADULTOS)                         | <input type="checkbox"/> Rastreo de huellas (4-12 & ADULTOS)            |
| <input type="checkbox"/> Fuego (K-12 & ADULTOS)                         |                                                                         |

WILD WONDERS