

Otoño: nuevos descubrimientos

Pedro Ruiz
Profesor bachillerato

La belleza del otoño hace que muchas personas respondan a la llamada de la naturaleza buscando respirar la magia en un paseo por los bosques, o encontrar el romanticismo bajo el caer de las hojas, o recrear la vista con una gama de verdes y ocres jamás imaginada. Si ustedes sienten este cosquilleo en su interior, ¿por qué no se animan a salir al monte con su familia o sus alumnos? ¿Por qué no disfrutar y aprender con ellos paseando al aire libre? ¿Requisitos? Sólo dos, algo de espíritu aventurero (aunque no hace falta parecerse a Indiana Jones) y ganas de andar.

Elegir la ruta

Si no saben ya de alguna, seguro que tendrán amigos que les sepan orientar. De no ser así, no se desanimen aún. Pueden consultar guías de senderismo, dejarse aconsejar por los artículos que aparecen en las revistas, o visitar la página *web*

de la Federación Nacional de Montañismo y buscar el *link* de la región en la que viven, allí encontrarán rutas diseñadas y algunos consejos útiles.

Para decidir la ruta no tengan en cuenta sólo los gustos personales (montaña, bosque, costa,...), piensen también en el número y las edades de los senderistas. Y, por qué no, en la belleza añadida que ciertos parajes pueden aportar en esta estación de cambio, por ejemplo el hayedo de Tejera Negra (Guadalajara), los bosques de Somiedo (Asturias), los roquedales de Fuentes Carrionas (Palencia), el Valle de Benasque (Huesca), etc.

La preparación inmediata

No se priven de disfrutar incluso antes de salir de excursión. Los mismos preparativos ya son motivadores. Buscar información de la zona, localizar en un mapa el camino que seguirán, hacerse

con el manejo de la brújula, aprender el significado de las señales empleadas en las rutas ya diseñadas, cómo preparar la mochila, seleccionar la ropa y el calzado adecuados... ¡y sin olvidar la previsión meteorológica!

También es el momento de hablar de la naturaleza y del respeto que le debemos, acordar el comportamiento que tendremos en nuestra salida para no deteriorar el entorno.

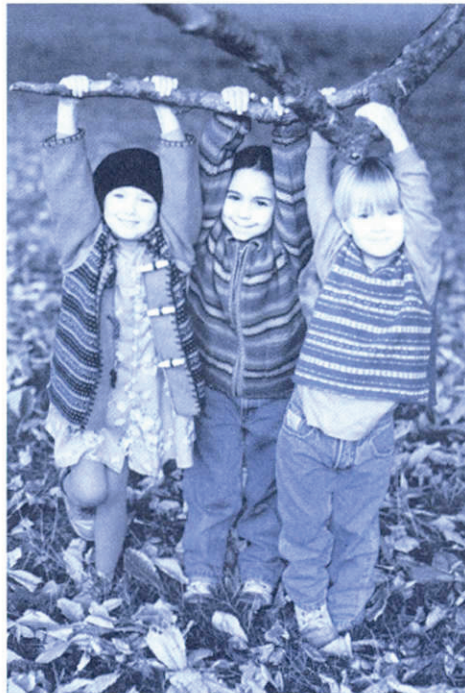
Puede que estén pensando: "¡ya nos gustaría ir al campo con nuestros hijos!, pero son adolescentes y ya se sabe..." Prueben a hablar con ellos y proponerles que inviten a algunos de sus amigos, tal vez les sorprendan.

Actividades, juegos

Además del ejercicio físico, la conversación, las risas, etc. les sugerimos algunos juegos para los

más pequeños. Con las hojas, ramas, frutos y semillas que recojan del suelo podrán decorar sus libros, confeccionar cuadros para su habitación, disfrazarse de personajes del bosque, iniciarse en la botánica clasificándolas en un cuaderno, o con témperas y las hojas secas que les parezcan más bonitas hacer estampaciones y crear un bosque de colores impensables.

¿Y sin salir del bosque? Improvisen un fantástico colchón 100% natural amontonando hojas secas, ideal para saltar, tumbarse, esconderse y acabar con la apatía. O anímenles a ir con los ojos muy abiertos para descubrir vivos a los animales que antes vieron en las fotos, para tocar la firmeza de los árboles, para oír los diferentes trinos de los pájaros, para oler...■



DigitalVision