

Tabla de Actividades





No.	Actividad	Contenido	Intención	Tipo de actividad	Participantes	Edad	Duración (min.)	Pág.
INICIO								
1	Palo-Red	Juego de palos para presentarse al grupo	conocerse	dinámica y activa	8 a 20	min. 10	aprox. 20	44
2	Nido de Águila	Creación de un lugar de encuentro	reunión	animada y activa	8 a 20	min. 5	aprox. 15	46
3	¿Quién soy?	Adivinanzas con animales	conocerse	animada y comunicativa	min. 5	min. 5	aprox. 20	47
4	Mi tesoro forestal	Búsqueda de objetos	maravillarse	animada y comunicativa	min. 5	min. 5	aprox. 30	48
5	Átomos-Moléculas	Formación de grupos y conversaciones	conocerse	animada y comunicativa	min. 10	min. 8	aprox. 10	50
6	Llegar	Los participantes reviven su llegada al área protegida	relajarse	tranquila e imaginativa	min. 5	min. 10	aprox. 5	51
7	¿Quién con quién?	Sugerencias para formar subgrupos	formar subgrupos	activa y comunicativa	min. 14	min. 6	según actividad	52
MOTIVACIÓN								
1	Mapa de sonidos	Dibujar lo que se escucha	agudizar percepción	individual y tranquila	2 a 30	min. 5	aprox. 15	54
2	Cámara y fotógrafo	Ejercicio en grupos de dos	agudizar percepción	tranquila y visual	min. 2	min. 3	15 a 30	56
3	Caminata de confianza	Experimentar el bosque como una persona no-vidente	reforzar confianza y percepción	tranquila y sensitiva	ilimitado	min. 6	5 a 15	57

No.	Actividad	Contenido	Intención	Tipo de actividad	Participantes	Edad	Duración (min.)	Pág.
MOTIVACIÓN								
4	Punto de vista inusual	Búsqueda de perspectivas diferentes e inusuales	agudizar percepción	individual y animada	máx. 30	min. 4	máx. 20	59
5	Gato y Ratón en el laberinto	Armar un laberinto humano	relajarse	animada y divertida	min. 18	min. 6	min. 10	61
6	Pulga-Pájaro-Araña	Juego de atrapadas	agudizar reacciones	animada y activa	min. 6	min. 6	min. 15	63
7	Juego del palo	Juego de reacciones	desahogo	animada y divertida	min. 4	min. 4	min. 10	65
8	Eres mi silla	Juego en grupo	trabajar en equipo	divertida	min. 20	min. 4	10 a 15	66
9	"Memory" de sonidos	Diferenciación y clasificación de sonidos	agudizar percepción	individual y tranquila	máx. 5	min. 6	aprox. 15	67
10	¿Algo anda mal aquí!	Búsqueda de elementos naturales mal ubicados	agudizar percepción	activa e investigativa	ilimitado	min. 6	aprox. 30	69
FINAL								
1	Paleta de colores	Expresión artística	descubrir la naturaleza	activa y creativa	máx. 30	min. 5	máx. 20	71
2	Construir pipas	Creación artística	jugar con la naturaleza	divertida	ilimitado	4 a 10	máx. 15	75
3	Un recuerdo	Ejercicio en grupos de dos	dibujar y conocerse	tranquila y visual	min. 2	min. 6	25 a 40	76
4	Correo forestal	Escribir una postal como recuerdo	recordar	motivadora	ilimitado	min. 8	aprox. 15	77



No.	Actividad	Contenido	Intención	Tipo de actividad	Participantes	Edad	Duración (min.)	Pág.
FINAL								
5	Viajes imaginarios	Experimentar un viaje mental	reflexionar y meditar	relajada y pensativa	máx. 20	min. 10	10 a 20	78
6	Taller al aire libre	Reflexión creativa	recordar	creativa y reflexiva	máx. 20	min. 3	30 a 60	79
7	Cuadro forestal	Crear cuadros en el bosque	trabajar en equipo	tranquila y divertida	ilimitado	min. 5	aprox. 30	80
SUELO								
1	Experimentar el suelo del bosque	Experimentar el suelo con todos los sentidos	despertar el interés por el suelo	tranquila y estimulante	máx. 30	min. 4	máx. 30	87
2	Oruga descalza	Caminata por diferentes tipos de superficies del suelo	percibir el suelo con los sentidos	tranquila	máx. 20	min. 6	aprox. 15	88
3	Ventana del suelo	Acostarse en el suelo y mirar el cielo a través de una “ventana”	despertar el interés por el suelo	relajante y meditativa	máx. 30	min. 4	aprox. 15	90
4	Siguiendo huellas de animales del suelo	Descubrir la vida en el suelo y observarla bajo una lupa	ver que “el suelo vive”	investigativa y sorprendente	máx. 30	min. 6	aprox. 60	91
5	Caídas las hojas	Observar proceso de descomposición de hojas	entender ciclo de descomposición	activa e investigativa	máx. 30	min. 6	aprox. 30	96
6	Escalera del suelo	Explicación visual de la composición del humus	reconocer capas del humus	activa y animada	máx. 15	min. 6	aprox. 20	98



No.	Actividad	Contenido	Intención	Tipo de actividad	Participantes	Edad	Duración (min.)	Pág.
SUELO								
7	Comparación de humus	Estudio y comparación del humus de diferentes lugares	conocer el humus y sus orígenes	investigativa y activa	máx. 30	min. 12	60 a 120	100
8	Construir raíces	Reconstrucción de patrones básicos de raíces de árboles	conocer sistemas de raíces	activa y animada	máx. 30	min. 6	aprox. 30	103
9	Suelos ácidos	Determinar acidez del humus debajo de diferentes árboles	reconocer influencia humana	investigativa y activa	máx. 30	min. 10	30 a 60	106
10	¡Los suelos del bosque no olvidan fácilmente!	Visualización de efectos de compactación	conocer el suelo forestal	investigativa y observadora	máx. 30	min. 4	aprox. 30	107
11	Prueba de erosión	Comparación de erosión en suelo forestal y suelo desnudo	introducir el tema de erosión	investigativa y observadora	máx. 30	min. 6	aprox. 20	109
12	Vitrina de lombrices	Experimento sobre formación de suelos	ver importancia de seres vivos	educativa	máx. 30	min. 6	aprox. 30	111
13	Mi cuadro del suelo	Percepción detallada de una sección del suelo forestal	observar especies y formas en detalle	tranquila y observadora	máx. 10	min. 6	10 a 30	114
AGUA								
1	El juego de la gota de lluvia	Producir sonidos de lluvia mediante el uso de piedras	introducir tema del agua	tranquila y rítmica	5-30	min. 4	5 a 10	123



No.	Actividad	Contenido	Intención	Tipo de actividad	Participantes	Edad	Duración (min.)	Pág.
AGUA								
2	El trayecto del agua por el bosque	Explicación del balance hidrológico del bosque	explicar términos relacionados	investigativa y reflexiva	5-20	min. 7	máx. 60	124
3	Agua potable del bosque	Observar la capacidad de filtración del suelo	entender filtración y retención	experimental e investigativa	máx. 20	min. 7	máx. 20	128
4	Carrera de barcos	Observación y comparación de la velocidad del agua	conocer dinámica de una quebrada	animada y activa	máx. 15	min. 10	aprox. 30	130
5	Análisis del agua	Análisis de la calidad del agua	estudiar calidad del agua	investigativa y animada	máx. 15	min. 6	60 a 120	132
6	Seres vivos de agua dulce	Observación de la variedad de flora y fauna de agua dulce	conocer vida en el agua	investigativa y animada	máx. 20	min. 12	aprox. 60	135
7	Todo fluye	Entender el ciclo del agua	representar el ciclo del agua	animada y creativa	min. 10	min. 4	10 a 15	141
8	Meditación fluvial	Viaje imaginario	relajación y meditación	relajante	1-25	min. 7	aprox. 20	143
ÁRBOL								
1	Caminata con espejos	Ver los árboles desde una perspectiva diferente	vivir en las copas de árboles	animada y sorprendente	máx. 8	min. 6	aprox. 10	153
2	Voltereta cuesta arriba	Sentir las dificultades de un árbol que crece en pendiente	despertar interés sobre crecimiento	activa y animada	máx. 30	min. 6	aprox. 10	155

No.	Actividad	Contenido	Intención	Tipo de actividad	Participantes	Edad	Duración (min.)	Pág.
ÁRBOL								
3	Teléfono forestal	Transmisión de sonidos por la madera	experimentar la madera	tranquila	ilimitado	min. 6	aprox. 10	156
4	El latido del corazón de un árbol	Escuchar el movimiento de la savia de un árbol	sentir que el árbol vive	tranquila y fascinante	ilimitado	min. 6	según No. de participantes	157
5	Las fuerzas capilares de un árbol	Experimento para demostrar el flujo de transpiración	presentar el trabajo del árbol	tranquila	ilimitado	min. 10	aprox. 15	158
6	Duende de fotosíntesis	Pantomima de la fotosíntesis	explicar procesos con imágenes	pantomima	máx. 30	min. 12	aprox. 15	160
7	Reconocimiento de cortezas	Reconocimiento de diferentes árboles, según su corteza	sentir las diferentes cortezas	tranquila	máx. 15	min. 6	aprox. 30	162
8	Identificación de brotes	Identificación de los tipos de brotes	conocer tipos de brotes	tranquila y comparativa	máx. 15	min. 10	30 a 60	164
9	Reconocimiento táctil de árboles	Reconocimiento y distinción de árboles mediante el tacto	presentar distintos tipos de hojas	tranquila y reflexiva	máx. 10	min. 6	aprox. 30	167
10	Somos un árbol	Escenificación de la estructura de un árbol	conocer la estructura del árbol	activa y divertida	min. 12	min. 6	aprox. 30	169
11	Encuentro con el árbol	Sentir un árbol con los ojos cerrados y luego reconocerlo	relacionarse con el árbol	tranquila	máx. 20	min. 5	aprox. 30	172



No.	Actividad	Contenido	Intención	Tipo de actividad	Participantes	Edad	Duración (min.)	Pág.
ÁRBOL								
12	El año se va, el árbol queda	Meditación sobre el árbol	reflexión, viaje imaginario	tranquila y relajante	1 - 30	min. 14	aprox. 30	174
13	Calcando cortezas	Copiar o calcar las cortezas de diferentes árboles	comparar diferentes cortezas	tranquila y creativa	ilimitado	min. 6	aprox. 10	177
14	Conociendo el árbol	Identificación de árboles con la recolección de hojas	aprender sobre especies de árboles	investigativa y tranquila	ilimitado	min. 10	aprox. 30	178
15	Se busca	Identificar diferentes características de un árbol	aprender sobre especies de árboles	tranquila y creativa	ilimitado	min. 10	aprox. 60	180
BOSQUE COMO ESPACIO VITAL								
1	Adivinando Animales	Presentación e identificación de animales	conocerse mutuamente	tranquila y explicativa	máx. 30	máx. 13	aprox. 10	193
2	Siguiendo las huellas y rastros de los animales	Búsqueda de huellas y rastros de animales	agudizar percepción	observadora	máx. 12	min. 4	máx. 30	195
3	Esconder - descubrir	Descubrir objetos escondidos en el bosque	despertar atención, agudizar la vista	activa e interesante	máx. 20	min. 4	aprox. 30	199
4	Todos dependen el uno del otro	Experimentar interdependencia entre seres vivos del bosque	reconocer interrelaciones	reflexiva	máx. 20	min. 7	min. 15	201
5	Persecución silenciosa	Los “jaguares” se acercan a los “venados”	imitar acercamiento silencioso	relajante y de suspenso	5 a 20	min. 5	10 a 15	204



No.	Actividad	Contenido	Intención	Tipo de actividad	Participantes	Edad	Duración (min.)	Pág.
BOSQUE COMO ESPACIO VITAL								
6	Murciélago y mariposa nocturna	Representación de técnica de caza del murciélago	experimentar técnicas de caza	animada y divertida	min. 8	min. 5	aprox. 30	205
7	Ardillas colectoras	Las "ardillas" esconden semillas para luego comerlas	imitar estrategia de supervivencia	activa	5 a 15	min. 6	min. 30	207
8	Escuchar el canto de las aves	Reconocimiento del canto de las aves	encuentro sensorial con el bosque	tranquila	máx. 30	min. 6	30 a 60	209
9	El flujo energético: vivirlo corriendo	Demostración del flujo energético mediante un juego	experimentar pérdida de energía	activa y explicativa	máx. 15	min. 10	aprox. 30	211
10	El árbol muerto está vivo	Presentación del espacio vital de la madera muerta	entender importancia de madera muerta	divertida	máx. 30	min. 6	aprox. 20	214
11	Madera muerta	Investigación sobre la madera muerta en el bosque	entender importancia de madera muerta	fascinante y motivadora	5 a 20	min. 7	aprox. 60	216
12	¿Qué crece en el bosque?	Mapeo de vegetación en el bosque	presentar la biodiversidad	tranquila e investigativa	máx. 15	min. 12	aprox. 60	219
13	Búhos y halcones	Prueba de conocimientos	jugar y descubrir	activa	min. 6	min. 6	5 a 15	224



No.	Actividad	Contenido	Intención	Tipo de actividad	Participantes	Edad	Duración (min.)	Pág.
BOSQUE COMO ESPACIO VITAL								
14	“Memory”	Juego para recordar y reencontrar objetos naturales	entrenar memoria y agudizar vista	curiosa y de concentración	min. 2	min. 5	min. 15	226
15	Camuflar, advertir y engañar	Demostración de estrategias de sobrevivencia de los animales	agudizar percepción	animada	máx. 15	min. 5	aprox. 15	228
16	Búsqueda del animal imaginario	Inventar, construir y esconder un animal imaginario	experimentar y jugar	fascinante y motivadora	10 a 20	min. 10	aprox. 30	231
17	Entre hadas y espíritus del bosque	Buscar “casas” de seres imaginarios del bosque	incentivar imaginación	relajante y sorprendente	ilimitado	3 a 8	aprox. 15	232
EXCURSIÓN GUIADA PARA GRUPOS GRANDES								
1	Descubriendo el bosque	Búsqueda de animales y plantas del bosque	conocer los seres vivos del bosque	investigativa y creativa	min. 30	min. 5	aprox. 20	262
2	Juego de búsqueda en el bosque	Adivinanzas para conocer el bosque	conocer los seres vivos del bosque	divertida	min. 30	min. 5	aprox. 20	264
3	Búsqueda fantástica	Búsqueda de elementos del bosque	conocer el bosque	creativa y perceptiva	min. 30	min. 5	aprox. 20	265
EXCURSIÓN GUIADA PARA FAMILIAS								
1	Un enano se hace gigante	Observación de árboles	entender ciclo de la vida	reflexiva	familias	min. 5	aprox. 30	269
2	Observación de hormigas	Observación de la actividad de las hormigas	entender interdependencias	activa e interesante	familias	min. 8	45 a 90	271

No.	Actividad	Contenido	Intención	Tipo de actividad	Participantes	Edad	Duración (min.)	Pág.
ELEMENTOS DE MEDITACIÓN								
1	Meditación solar	Los participantes sienten el sol en su piel y absorben su calor	sentirse parte del trayecto de energía	tranquila y meditativa	máx. 30	min. 8	aprox. 10	306
2	Paseo meditativo por el bosque	Descubrir el bosque a través de todos los sentidos	salir de lo puramente racional	meditativa y reflexiva	máx. 15	adultos	aprox. 3 horas	308
3	Búsqueda de "mi" árbol en "mi" bosque	Encontrar el bosque "propio" gracias al árbol "propio"	tomar conciencia	tranquila y meditativa	máx. 15	min. 14	4 a 5 horas	315
4	Encuentro con la creación	Lectura de partes de la Biblia	reflexionar sobre el bosque	contemplativa e interpretativa	máx. 15	min. 10	aprox. 3 horas	321
ACTIVIDADES CREATIVAS								
1	Tallado en troncos de madera	Esculturas talladas en columnas de madera	trabajar madera como materia prima	física y creativa	máx. 15	min. 10	min. 4 horas	361
2	Construcción de una carpa de madera	Construcción de una carpa tipo "iglú" con materiales naturales	trabajar con madera	activa	máx. 10 por carpa	min. 7	aprox. 3 horas	363
3	Construcción de una cabaña de cortezas	Recrear tipo de cabaña utilizada por leñadores	construir cabañas con corteza	activa	máx. 10	min. 13	3 a 4 días	366
4	Juego de tablas	Construcción de un juego africano	creación con madera	activa	máx. 15	min. 10	aprox. 60	368



No.	Actividad	Contenido	Intención	Tipo de actividad	Participantes	Edad	Duración (min.)	Pág.
ACTIVIDADES CREATIVAS								
5	Construcción de un nidal	Construcción de un nidal para observación de aves en casa	observar aves	activa	máx. 10	min. 8	aprox. 2 horas	371
6	Ayuda para insectos	Construcción de nidos para insectos	creación con madera	vivaz e investigativa	máx. 15	min. 10	aprox. 60	375
7	Animales hechos con láminas de madera	Manejo creativo de la madera	ver versatilidad de la madera	activa e imaginativa	máx. 10	min. 6	aprox. 3 horas	377
8	Pasta de madera	Elaboración de esculturas con pasta de madera	ser creativos con material moldeable	creativa y meditativa	máx. 20	min. 6	1 a 2 horas	379
9	Los colores del bosque	Aprovechamiento artístico de las hojas de color	percibir los colores del bosque	activa y creativa	5 a 15	min. 5	aprox. 30	380