



LOS SENTIDOS EN EL BOSQUE

Campa de Ucieda, Ruento

F**RTEXVAL**

MANCOMUNIDAD RESERVA DEL SAJA

CONTENIDO

Aguzando los sentidos	5
La Orientación	5
Ficha N° 1: Encuéntrame	5
La Vista	13
Ficha N° 2: Colores según estación del año	13
Ficha N°3: ¿Quién soy?	14
Ficha N° 4: ¿Quién pasó por aquí?	15
El Olfato	16
Ficha N° 5: Un bosque de narices	16
El Oído	17
Ficha N° 6: Identifica los sonidos	17
El Tacto	18
FichaN° 7: Que sensaciones tendrías al tocar...	18
El Gusto	20
Ficha N° 8: ¿Y esto pa' qué sirve?	20



Este cuaderno de campo es una herramienta de aproximación a la naturaleza; que fomenta el aprendizaje y respeto por la misma a través de la estimulación de los sentidos (vista, olfato, oído, tacto y gusto). Se trata de una experiencia de inmersión sensorial en el bosque, que pone en valor todos los recursos presentes en el mismo.

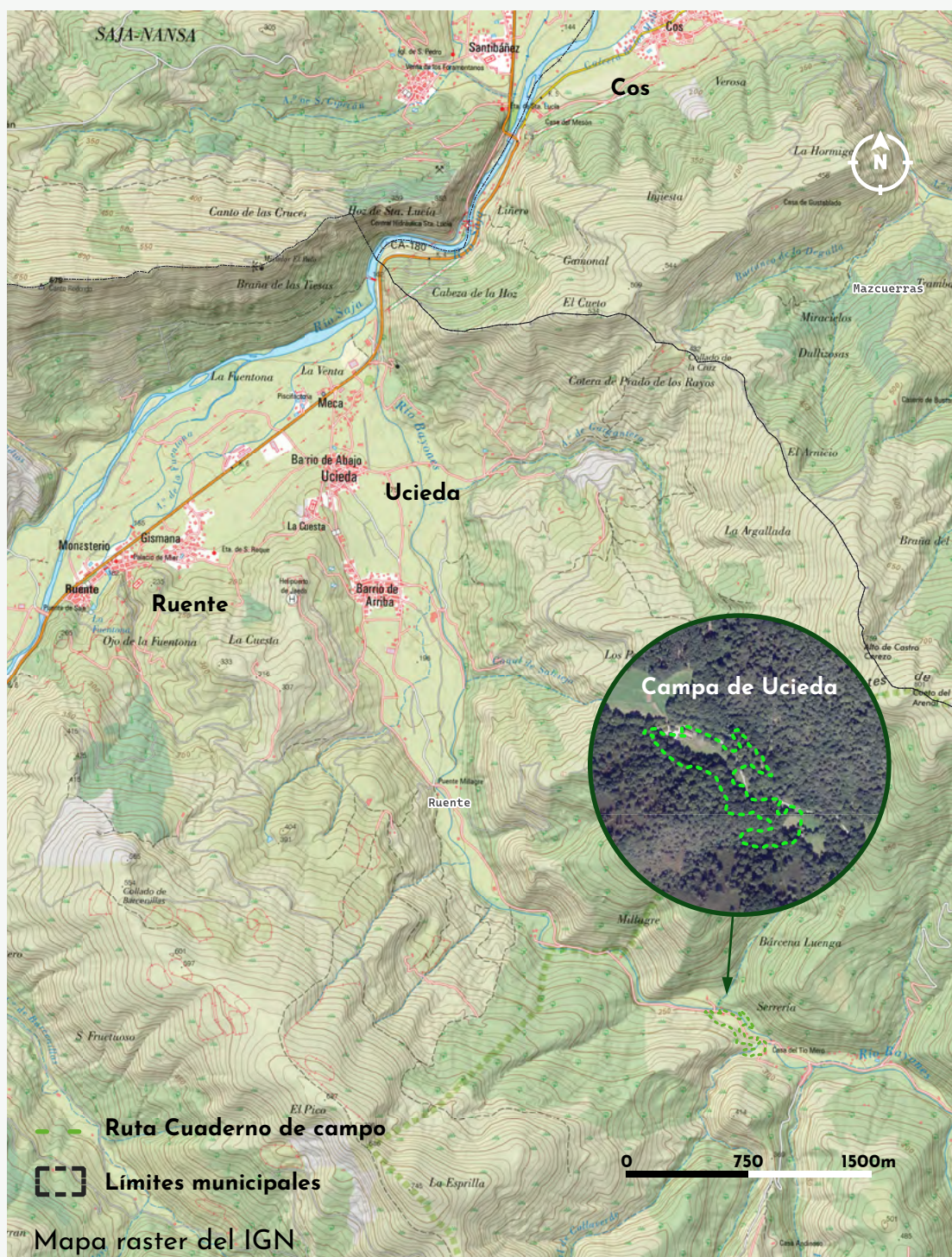
Está destinado al público en general pudiéndose disfrutar en familia, con amigos o como material didáctico para colegios, asociaciones u otras agrupaciones. Cualquier persona con inquietud medioambiental puede tener la oportunidad de aprender, explorar y adentrarse en el conocimiento del bosque, dentro de un entorno natural como es la Campa de Ucieda.

Este espacio se sitúa en la localidad de Ucieda, municipio de Ruate, dentro del territorio de la Mancomunidad Reserva del Saja. Un entorno privilegiado, rico en variedad de especies vegetales y animales, árboles monumentales y accesible para todo tipo de personas. De él salen multitud de rutas de senderismo y BBT, incluido un sendero adaptado para invidentes.

El cuaderno de campo puede usarse en cualquier época del año y así beneficiarse de los diferentes colores, texturas, olores y formas que se descubren con el paso de cada estación.



Para acceder al destino: Toma la Autovía A-8 y utiliza la salida 249. Incorporáte a la CA-180 en dirección Valle de Cabuérniga. Sigue por esta carretera hasta encontrar el desvío hacia Ucieda. Cruza todo el pueblo hasta el final, continúa unos 3 km. por la misma carretera y llegarás a la Campa, donde encontrarás una zona de aparcamiento.



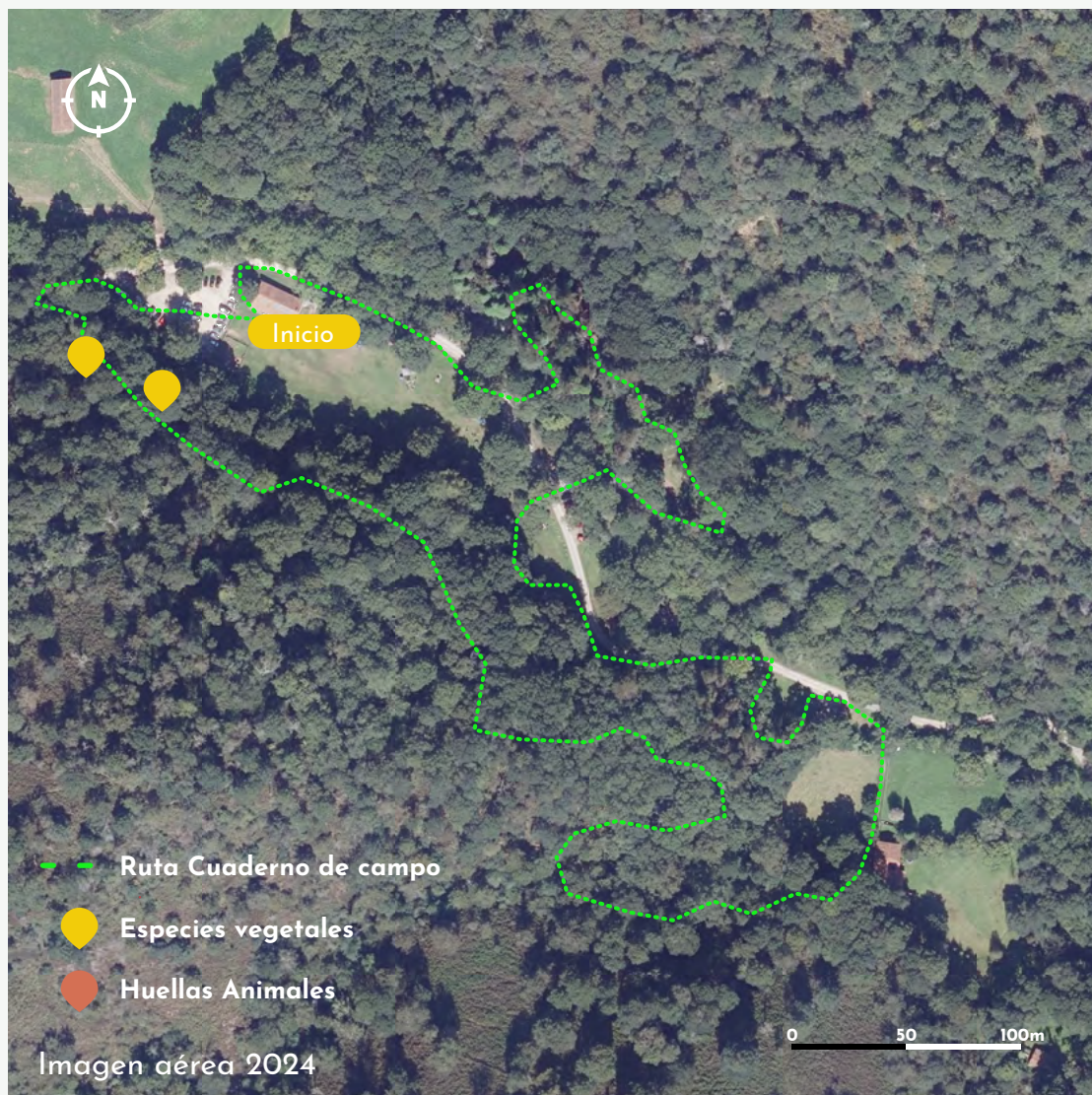
AGUZANDO LOS SENTIDOS

La Orientación

El sentido de la orientación es el más importante en el bosque, ya que sin una buena orientación podrías perderte maravillosos rincones y, peor aún, extraviarte.

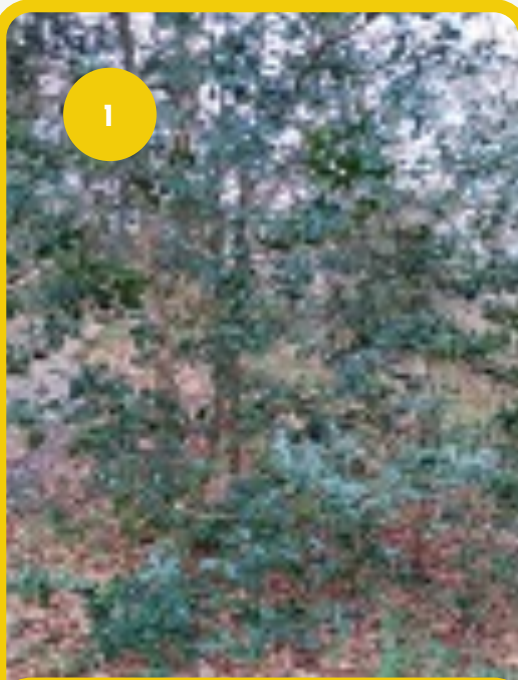
Ficha N° 1: Encuéntrame

Ayúdate del siguiente mapa para localizar todas las pistas que te ayudarán a resolver las siguientes pruebas. ¡Mucha suerte!



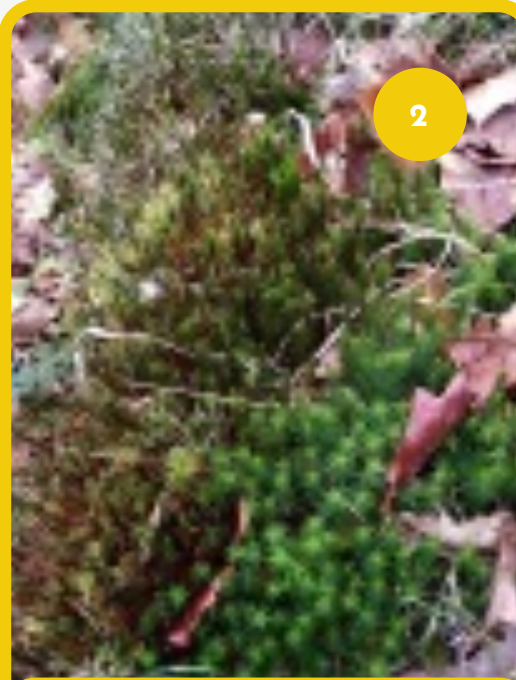
Leyenda especies vegetales

1



Acebo
(*Ilex aquifolium*)

2



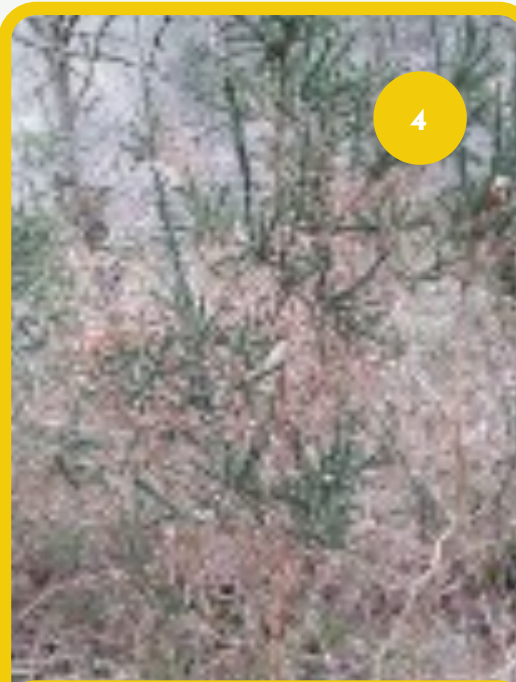
Musgos Polytrichopsida
(*Polytrichaceae*)

3



Arándano
(*Vaccinium corymbosum*)

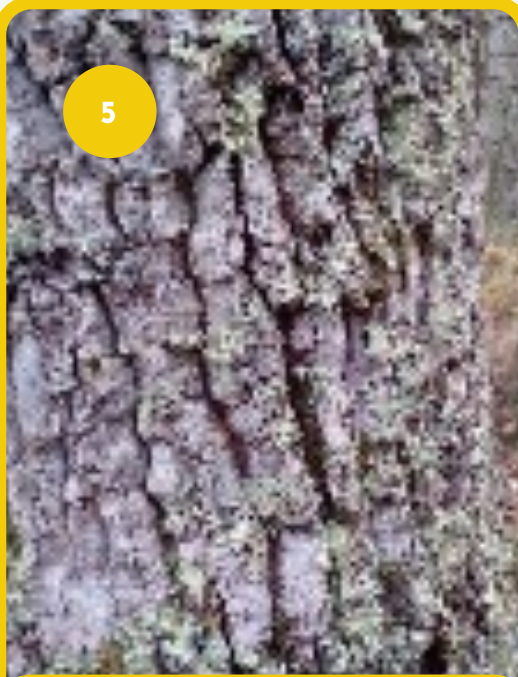
4



Escajo, tojo o árgoma
(*Ulex europaeus*)

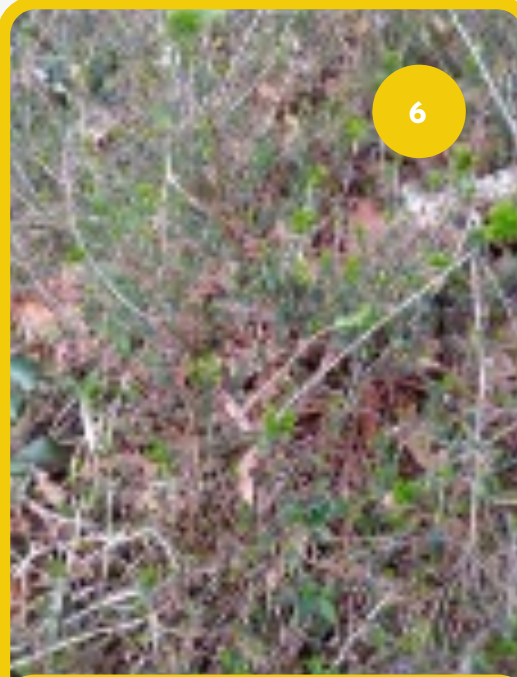
Leyenda especies vegetales

5



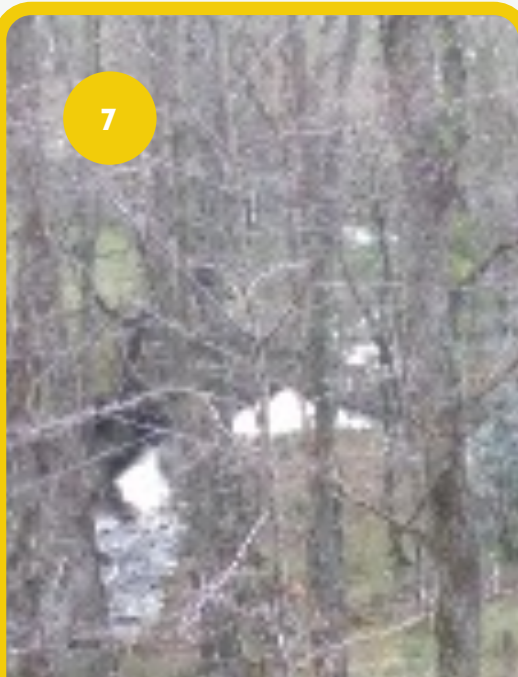
Roble
(*Quercus robur*)

6



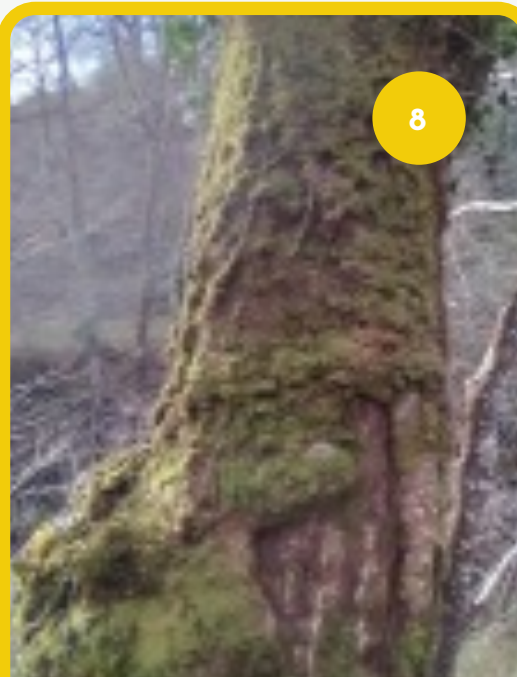
Brezo
(*Erica spp.*)

7



Vistas arroyo y bosque

8



Roble con musgo
(*Quercus robur*)

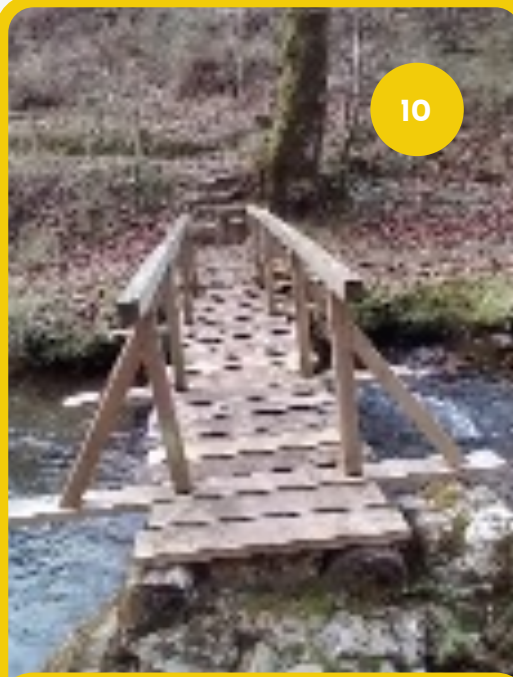
Leyenda especies vegetales

9



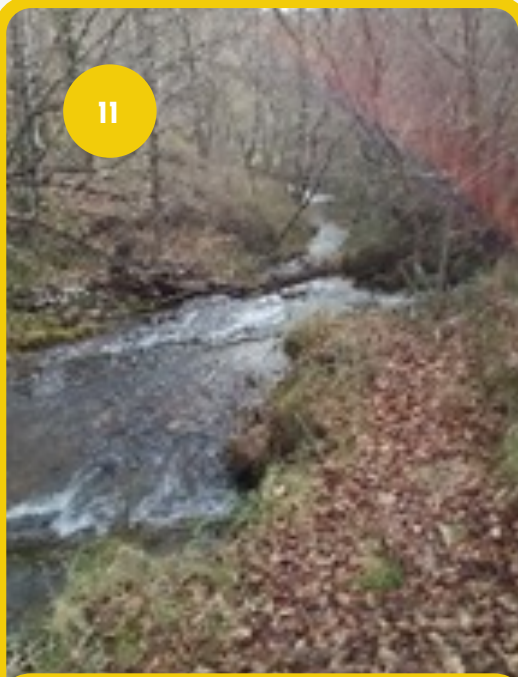
Avellano
(*Corylus avellana*)

10



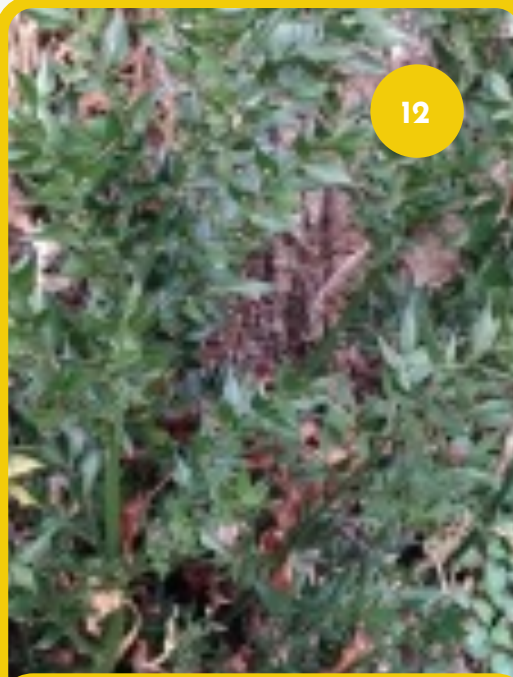
Vado arroyo Canalejas

11



Hojarasca y arroyo Canalejas

12



Rusco
(*Ruscus aculeatus*)

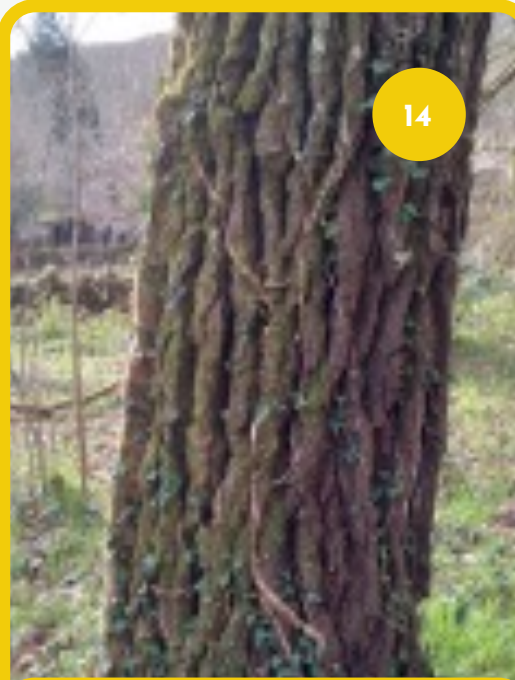
Leyenda especies vegetales

13



Haya
(*Fagus sylvatica*)

14



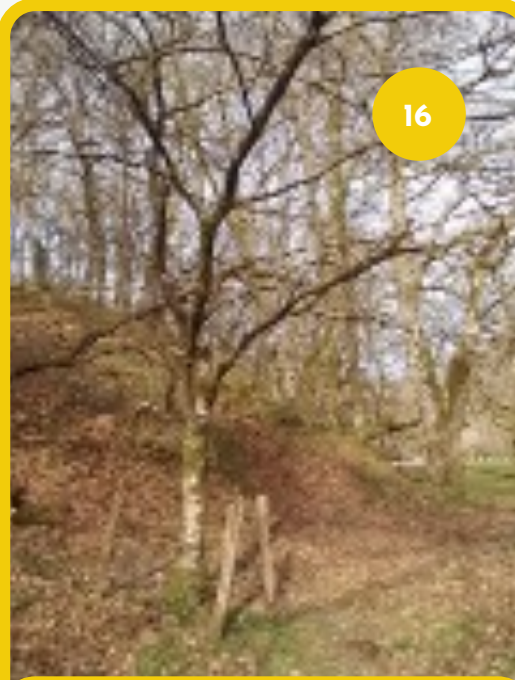
Pino insigne o pino de Monterrey
(*Pinus radiata*)

15



Sauco
(*Sambucus nigra*)

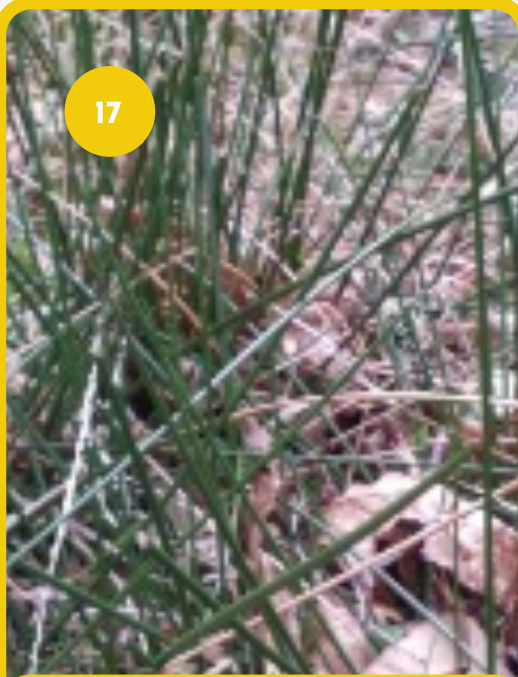
16



Castaño
(*Castanea sativa*)

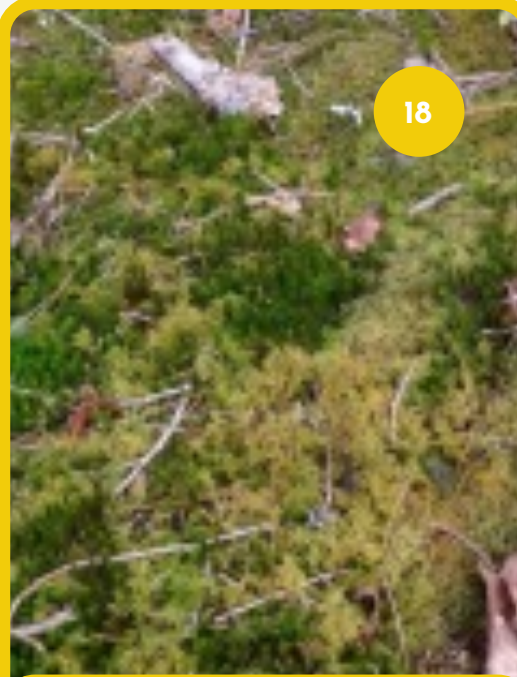
Leyenda especies vegetales

17



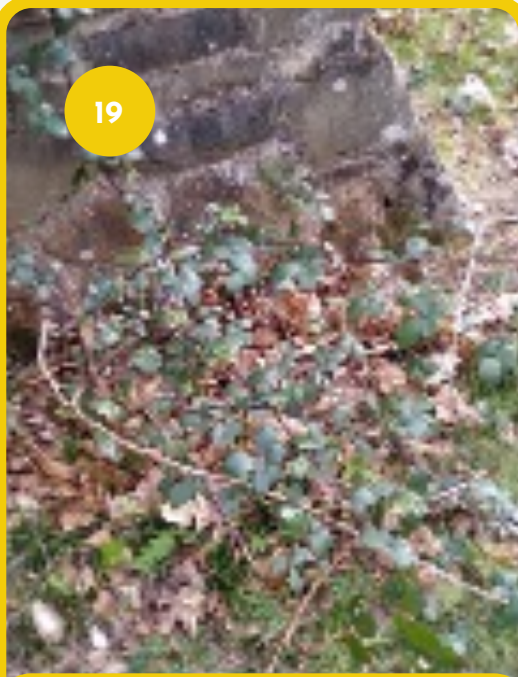
Junco
(*Juncus sp.*)

18



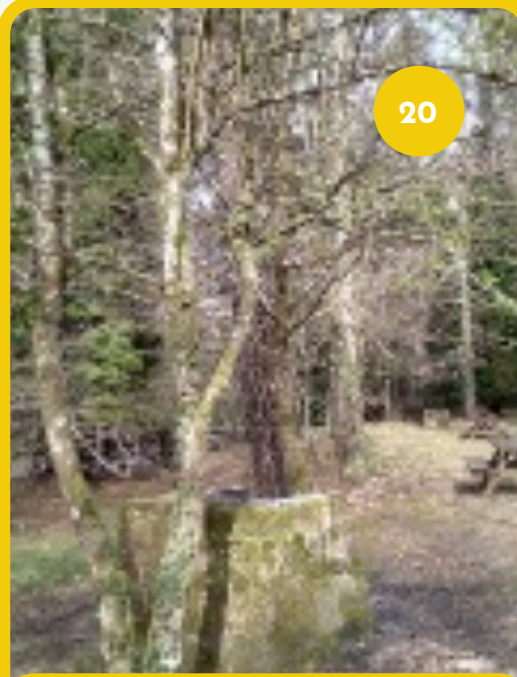
Musgo bryopsida
(*Bryopsida sp.*)

19



Zarza o raja
(*Rubus ulmifolius*)

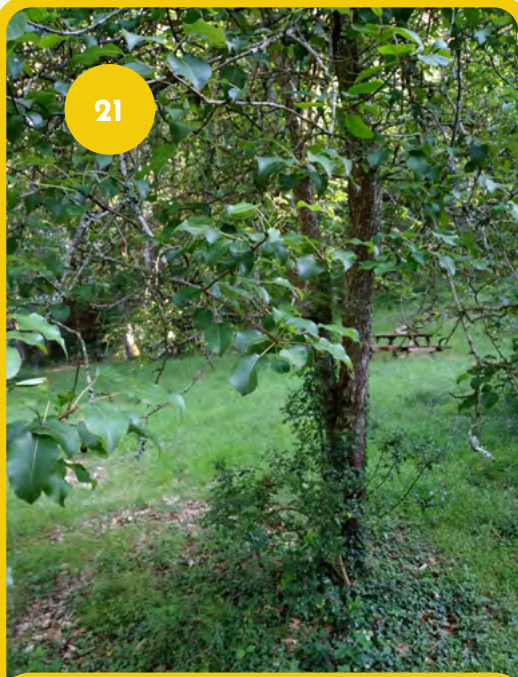
20



Espino albar o majuelo
(*Crataegus monogyna*)

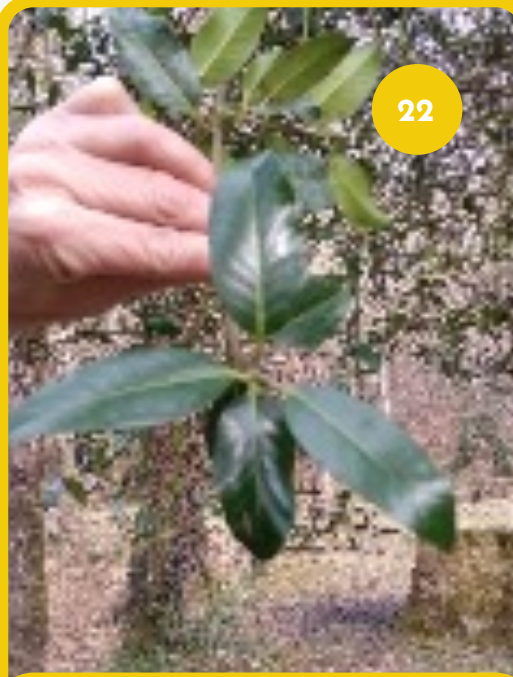
Leyenda especies vegetales

21



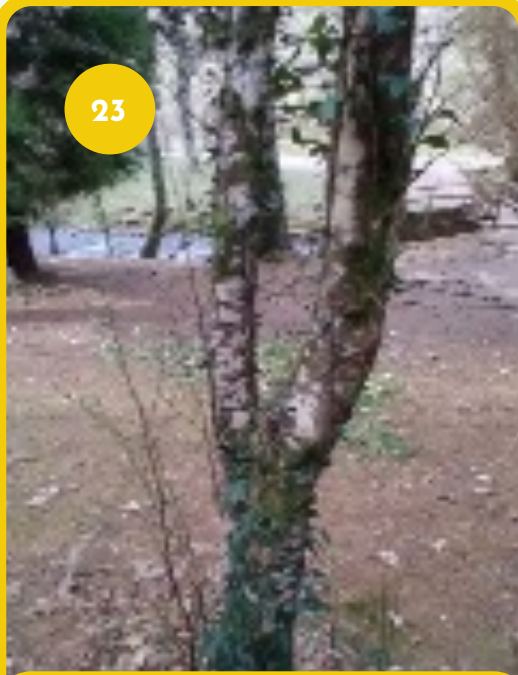
Peral silvestre
(*Pyrus sp.*)

22



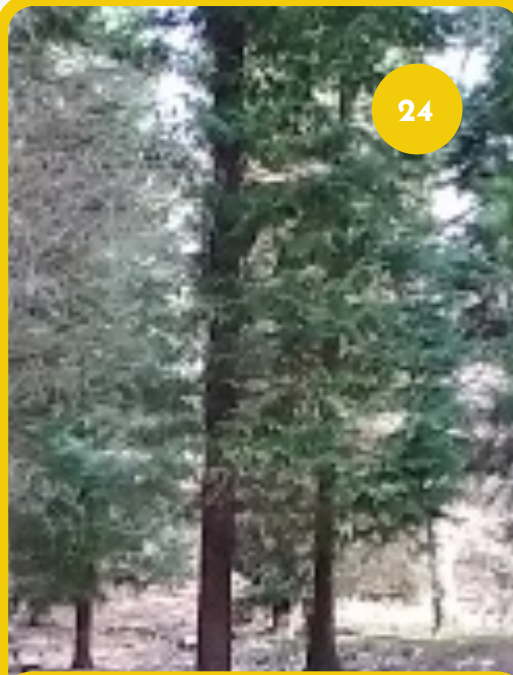
Acebo "trampa"
(*Ilex aquifolium*)

23



Abedul (*Betula pendula*)
con hiedra (*Hedera helix*)

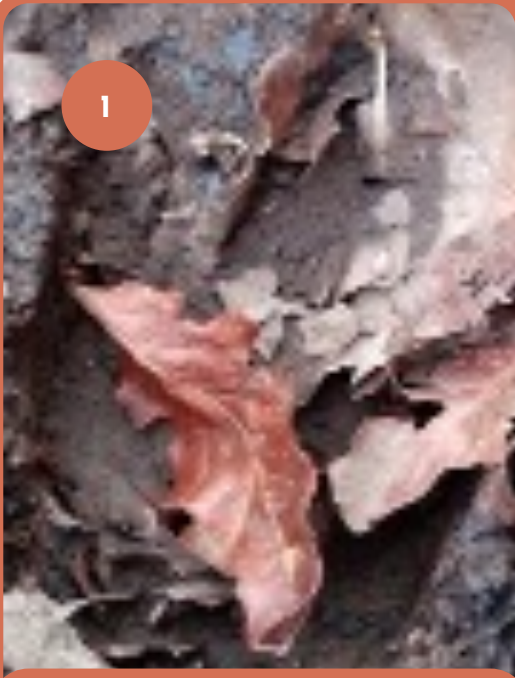
24



Ciprés de Lawson
(*Chamaecyparis lawsoniana*)

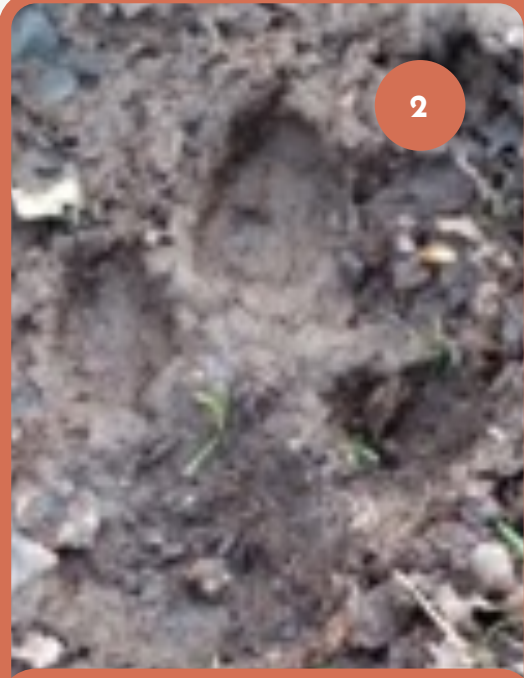
LEYENDA HUELLAS ANIMALES

1



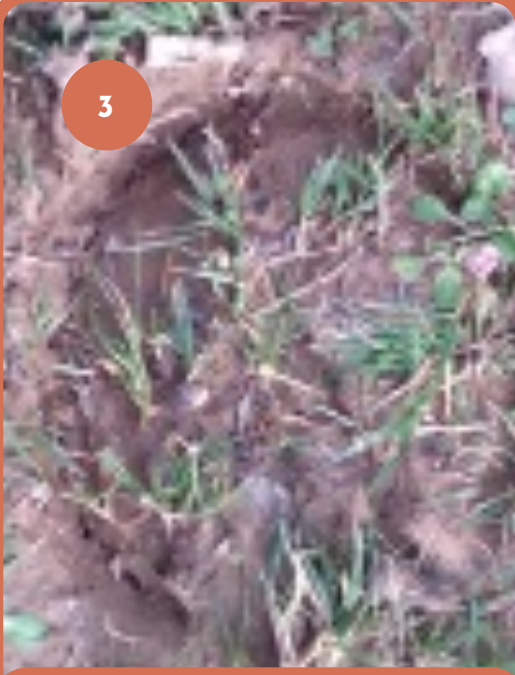
Ciervo
(*Cervus elaphus*)

2



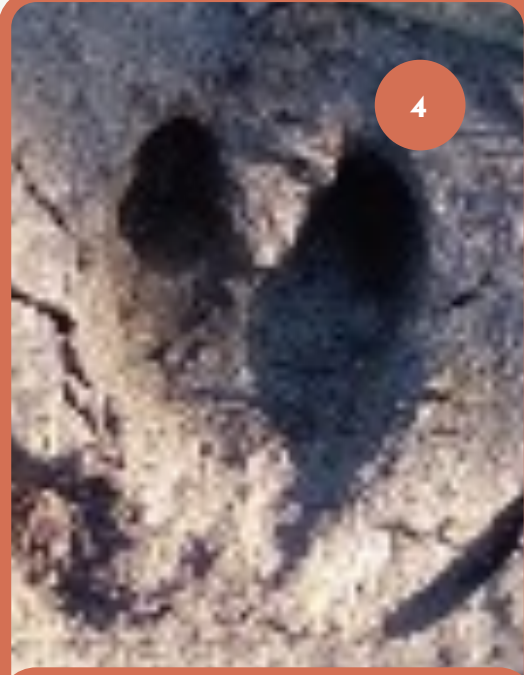
Lobo
(*Canis lupus signatus*)

3



Caballo
(*Equus ferus caballus*)

4



Jabalí
(*Sus scrofa*)

La Vista

El sentido de la vista (el que domina nuestros sentidos a diario) nos ayuda a apreciar colores, tonos y matices de los diferentes paisajes del bosque, pero la vista también nos advierte de los peligros, nos permite calcular distancias y nos da posibilidad de retener un gran número de imágenes en nuestra memoria.

En el bosque deberemos agudizar la vista para distinguir formas y colores que nos permitan identificar mejor lo que hay a nuestro alrededor.

Ficha N° 2: Colores según estación del año

En la casilla en blanco pon el nombre de la estación del año que crees que reflejan los 5 colores de cada columna.

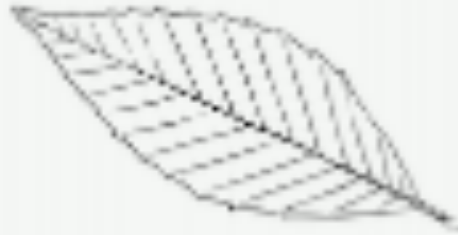
			
			
			
			
			

Ficha N° 3: ¿Quién soy?

Observando las hojas representadas en la siguiente tabla trata de encontrarlas en los árboles presentes en el entorno de la Campa de Uceda y di a qué especie pertenecen (puedes ayudarte de la leyenda de la FICHA N° 1).



Especie: _____



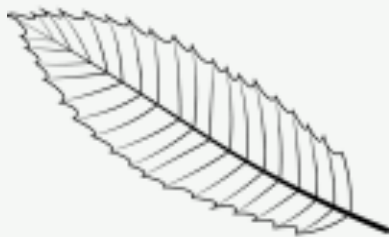
Especie: _____



Especie: _____



Especie: _____



Especie: _____



Especie: _____



Especie: _____



Especie: _____

Ficha N° 4: ¿Quién pasó por aquí?

Mirando las fotografías realizadas en el entorno "Casa del Monte" trata de averiguar qué animales pasaron por esos senderos o brañas. Si te animas a acudir podrás explorar los senderos por ti mismo/a y descubrir más habitantes del bosque.

Pisos (palabra cántabra para referirse a las huellas dejadas por un animal)



Especie:





Especie:

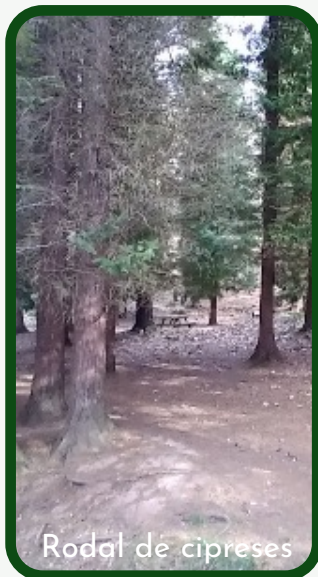
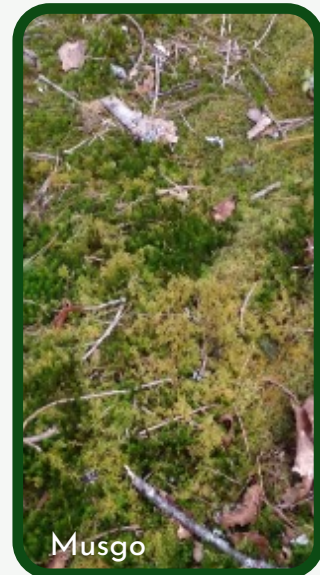
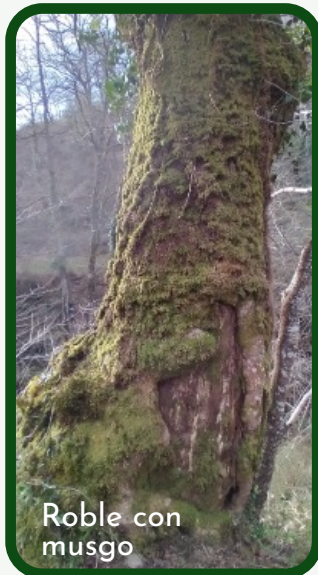


El Olfato

Un sentido que no estamos acostumbrados a usar en una excursión al bosque; presta atención, pon la nariz a trabajar y descubrirás como cada rincón del bosque tiene un aroma diferente.

Ficha N° 5: Un bosque de narices

Busca las especies representadas en las fotos con la ayuda del mapa y olfatea; descubrirás un nuevo mundo...



El Oído

Te invitamos a escuchar en silencio el bosque:

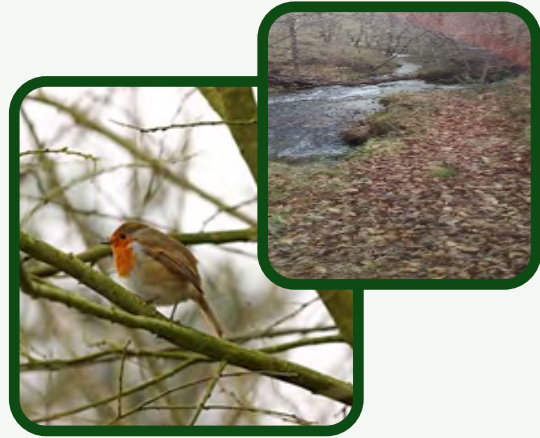
Viento

Arroyos

Crujir de la hojarasca

Campanos

Trinos



Ficha N° 6: Identifica los sonidos

Ahora, quédate en silencio y escucha el entorno; después de unos minutos vete apuntando en esta tabla los ruidos que escuchas y clasifícalos según provengan de la naturaleza o no.


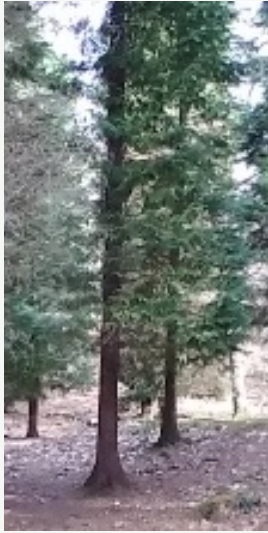


Sonidos típicos del bosque	Sonidos que no son típicos del bosque

El Tacto

El tacto es otro de los sentidos que menos acostumbra la gente a usar en una excursión al monte; pero hay infinidad de texturas diferentes, algunas son agradables como el tacto del musgo o una hoja acerada; otros son desagradables como el del escajo o la zarza. De nuevo si te animas a venir los descubrirás...

Ficha N° 7: Que sensaciones tendrías al tocar...

Con ayuda de la foto describe cuál es su tacto.

Componente del bosque	Sensación al tacto que evoca	Componente del bosque	Sensación al tacto que evoca
	Acebo		Ciprés de Lawson
	Roble con líquenes		Brezo

Componente del bosque	Sensación al tacto que evoca	Componente del bosque	Sensación al tacto que evoca
	Rusco		Haya
	Pino Insigne		Musgo bryopsida
	Junco		Helecho

El Gusto

El gusto es un sentido que, a no ser que encuentres frutos que realmente conozcas y sean comestibles, en crudo, como las moras o castañas, no deberías tomar porque pueden resultar tóxicos. No obstante, el bosque ha sido durante milenios una de las mejores despensas del ser humano. De ahí sacamos frutos secos, bayas, carne de caza, pescados (como la trucha) y hierbas aromáticas y especias.

Ficha N° 8: ¿Y esto pa' qué sirve?

En la siguiente tabla escribe los usos, si los sabes de las plantas enumeradas a continuación. Si quieres puedes completar tus respuestas con búsquedas en internet; así aprenderás más cosas sobre el bosque y los beneficios que nos pueden otorgar algunas plantas.

Especie vegetal	Uso culinario	Uso medicinal
Rusco		
Sauco		
Arándano		
Avellano		
Castaño		
Zarza		
Roble		
Haya		
Ciprés		
Brezo		
Acebo		
Abedul		
Peral Silvestre		
Espino Albar		

FORTEXVAL



FORTEXVAL cuenta con el apoyo de la Fundación Biodiversidad del Ministerio para la Transición Ecológica y el Reto Demográfico (MITECO) en el marco del Plan de Recuperación, Transformación y Resiliencia (PRTR), financiado por la Unión Europea - NextGenerationEU.