



CASCAIS
AMBIENTE
Gestão do Ambiente Terrestre e Marítimo

Campos Sioux

Projeto de Animação Pedagógico



1. INTRODUÇÃO

Quando foi a última vez em que estava a acampar com uns amigos e alguém vos acordou a meio da noite, pegou nas vossas lanternas e disse para não falarem, e para o seguirem até um local incerto e por razões que não poderia explicar? E vocês confiaram nele? Porquê?

Nos tempos que correm, dificilmente se encontra na sociedade moderna/civilizada momentos únicos como os que podemos encontrar nas atividades dos Campos Sioux. Até mesmo para um indivíduo que tenha realizado acampamentos, participado num campo de férias, ou qualquer outra atividade social com a família ou os amigos, é muito improvável que tenha vivido o tipo de experiências que se podem encontrar nos Campos Sioux.

A sociedade de hoje é marcada pelo individualismo e o jovem cada vez mais passa mais tempo enclausurado no meio de paredes e de ambientes artificiais.

As aprendizagens que se faziam em casa, com a família, na rua, com os vizinhos e amigos, fazem-se sobretudo no espaço social que resta às crianças e jovens, a Escola e cada vez mais, através da Internet.

Contudo, a Educação Formal fornecida pela Escola é incapaz de suportar este papel e os professores não se sentem preparados para desempenhar a multidimensionalidade das exigências feitas por este novo mandato social. Os equipamentos e, até o próprio currículo, são insuficientes para educar o indivíduo no seu todo.

A internet e as possibilidades cada vez maiores de o indivíduo ocupar os tempos livres via computador, fazem também com que o indivíduo saia cada vez menos à rua e que as relações interpessoais quotidianas pareçam cada vez mais desnecessárias.

Em resposta esta multiplicidade de papéis, e que a escola não concede à criança/jovem, temos, no âmbito da Educação Não Formal, a longo prazo e orientado por uma estrutura a nível Mundial o Movimento Escotista/Guidista, e a curto prazo e de âmbito mais local os programas de Ocupação dos Tempos Livres, que fornecem as competências essenciais ao desenvolvimento pessoal, social, cultural e cívico das crianças e jovens.

Estas competências referem-se a experiências vividas em contextos de lazer orientados para a verdadeira aprendizagem e entendimento do Mundo, do Eu e dos Outros. Deve-se entender, porém, que a Educação Não Formal não é concorrente da Educação Formal operacionalizada pela escola, mas sim um complemento.

É neste complemento, na área da Educação Não Formal que os Campos Sioux apostam para as atividades de Ocupação dos Tempos Livres como fator de contribuição para o desenvolvimento integral das crianças e jovens.



1.1 Em que consiste

O Campo Sioux é um projeto desenvolvido pela Cascais Ambiente, no local Pedra Amarela Campo Base, adotando assim os objetivos e a missão deste espaço.

O Campo Sioux está enquadrado no âmbito das atividades de ocupação dos tempos livres, assente em pressupostos, objetivos e ações de acordo com os princípios do Pedra Amarela Campo Base e da Cascais Ambiente.

Estes princípios procuram ajudar os jovens a crescerem e desenvolverem-se no âmbito da cidadania e de um desenvolvimento sustentável, de forma a tornarem-se adultos que:

- Escolhem o seu próprio quadro de valores e orientam por ele a sua vida;
- Se assumem como responsáveis pelo seu corpo, pela sua saúde e bem-estar;
- São capazes de analisar de forma crítica a informação sendo capaz de, com base nela, tomar decisões ponderadas de acordo com os seus valores morais e éticos;
- São membros ativos da sociedade intervindo e participando na construção de um mundo melhor;
- São indivíduos responsáveis e respeitadores com noção dos seus direitos e deveres;
- São capazes de trabalhar em equipa e de nela cooperar e dirigir;
- Têm confiança nas suas capacidades e têm espírito de iniciativa e criatividade;
- Têm noção da importância da natureza no bem-estar da humanidade, estando dispostos a tomar opções de vida compatíveis.

Assim adequados a um curto período de intervenção, este projeto fomenta o autoconhecimento, a necessidade de explorar, de descobrir, a vontade de conhecer e os jovens podem assim descobrir o mundo para além da sala de aula, através de atividades divertidas.

1.1 A quem se destina

O projeto destina-se aos jovens do Concelho de Cascais e a outros concelhos, com idades compreendidas entres os 6 e os 17 anos de idade.

O projeto ambiciona proporcionar aos mais desfavorecidos e que por dificuldades de ordem financeira não podem realizar atividades ao ar livre durante os seus tempos livres, a oportunidade de poderem viver aventuras e realizar atividades devidamente enquadradas, num ambiente natural, e acampando e convivendo no espaço Pedra Amarela Campo Base e em diversos locais do Parque Natural de Sintra-Cascais.

Constitui um desafio para os adultos que irão acompanhar as atividades no sentido em que é uma oportunidade para ajudar os jovens, e é uma forma de melhorar o relacionamento entre as gerações. Na prestação do seu serviço à comunidade, os monitores adultos adquirem assim uma formação e experiência valiosas, fomentando assim o seu desenvolvimento pessoal.



2. PRINCÍPIOS

O propósito da nossa intervenção consiste em separar os jovens das influências citadinas e colocá-los num ambiente natural ao ar livre, ajudando-os a descobrir o que habitualmente costumam ter como adquirido no seu dia-a-dia, e criar situações que os levem a uma introspeção pessoal e a aprender a comunicar, cooperando e contribuindo para o bem-estar do grupo com que viverão diversas aventuras ao longo de vários dias.

2.1 Cidadania

O Campo Sioux tem como objetivo a preparação dos jovens para uma cidadania ativa, através do envolvimento em ações de serviço à comunidade em prol da preservação do património natural e a defesa do bem comum.

2.2 Sustentabilidade

Com a preservação da natureza como tema prioritário, e tendo em conta que se insere numa área protegida, o Campo Sioux obedece e visa contribuir para implementar o princípio do desenvolvimento sustentável. O campo pretende ter uma pegada ecológica mínima e será pedida a todo o utilizador a participação numa ação de serviço. Esta pode concorrer, tanto para o Plano de Gestão Ambiental do Campo – que incluirá uma articulação entre o uso e a recuperação de toda a área intervencionada, nomeadamente vegetação e habitat – como para a concretização do Plano Operacional do Parque Natural de Sintra-Cascais.

3. OBJETIVOS

3.1 Áreas de Desenvolvimento

De acordo com os objetivos do Campo Sioux, procuramos melhorar o jovem em várias áreas de desenvolvimento pessoal.

Condicionados a uma intervenção mais específica e por um curto período de tempo, os nossos programas e atividades têm objetivos específicos nas várias áreas de desenvolvimento pessoal, e que o jovem necessita de desenvolver para conseguir superar determinados desafios e concluir as atividades e os jogos.



Desenvolvimento Físico

Tornar-se responsável pelo crescimento e funcionamento do próprio corpo:

- **Manutenção da boa forma física e da saúde** através de cuidados de higiene e saúde a ter em campo, exercício físico e nutrição adequados ao esforço exigido;
- **Conhecimento do Corpo** compreendendo as relações entre o seu corpo e o ambiente, as necessidades físicas e os seus ritmos naturais (oxigénio, nutrição equilibrada, sono);
- **Aperfeiçoar os sentidos e desenvolver as capacidades** de resistência, força, flexibilidade, agilidade e autocontrolo.

Desenvolvimento Intelectual

Desenvolver a sua capacidade para pensar, inovar e usar a informação numa forma original para se adaptar a novas situações:

- **Recolher informação** – Curiosidade, exploração, investigação e observação;
- **Processar informação** – Analisar dados, ordenar e classificar, e memorizar;
- **Resolução de Problemas** – Espírito de invenção e criatividade, hipóteses e dedução, e experimentação.

Desenvolvimento Afetivo

Reconhecer os seus próprios sentimentos e aprender a exprimi-los de forma a atingir e manter um estado interior de liberdade, maturidade equilibrada e emocional:

- **Autodescoberta e consciência de si próprio** – Reconhecer e aceitar as próprias emoções, e descobrir-se a si próprio;
- **Autoexpressão** – Expressar os próprios sentimentos utilizando várias formas criativas;
- **Responsabilidade e autocontrolo** – Controlar os sentimentos e emoções de forma a respeitar a própria integridade e a dos outros, responder aos sentimentos que lhe são dirigidos, de uma forma responsável, e controlar a agressividade.

Desenvolvimento Social

Adquirir o conceito de interdependência com os outros e desenvolver a própria capacidade de colaboração e liderança:

- **Relacionamentos e comunicação** – Desenvolver uma estima pelas relações com os outros (aceitar diferenças e saber ouvir), adquirir capacidade de comunicação, sociedade igual entre homens e mulheres, e rejeitar estereótipos e preconceitos sociais e nacionalistas;
- **Cooperação e liderança** – Aprender como colaborar; construir o espírito de equipa; assumir um papel dentro do grupo; desenvolver, respeitar e avaliar as regras do grupo; treinar para a cidadania;
- **Solidariedade e serviço** – Descobrir as interdependências entre os indivíduos e as comunidades; Desenvolver um sentido de assistência e de bem comum.



Desenvolvimento Espiritual

Adquirir um conhecimento e entendimento mais profundo da herança espiritual legada pela própria comunidade:

- **Espírito de abertura** – Saber ouvir, ser recetivo em relação aos outros e mostrar compaixão;
- **Intervenção** – Ter um papel ativo na própria comunidade, partilhar responsabilidades, e colaborar com os outros em produzir melhorias;
- **Sabedoria** – Desenvolver responsabilidades para consigo próprio e ser capaz de exercer a autodisciplina;
- **Reflexão** – tirar conclusões sobre a própria vida

Desenvolvimento do carácter

Reconhecer a responsabilidade para consigo próprio respeitando os outros. Aprender a afirmar-se, tomar as suas próprias decisões, definir metas e identificar os passos necessários para as alcançar.

- **Identidade** – Descobrir-se e afirmar-se;
- **Autonomia** – Ser capaz de julgar as coisas por si próprio; ser capaz de tomar decisões, fazer escolhas e aceitar as consequências.
- **Envolvimento** – Ser capaz de avaliar os riscos e agir em consonância, e perseverar apesar das dificuldades;
- **Valores** – Desenvolver valores que lhe permitam avaliar a sua própria conduta e a dos outros, e ser capaz de guiar a sua conduta por esses valores.

Sendo um projeto da Cascais Ambiente no local Pedra Amarela Campo Base, os Campos Sioux complementam os objetivos que estão inerentes ao próprio Campo, sendo estes de carácter imediato, estratégico e global.

3.2 Imediato

Reduzir ou eliminar o campismo “selvagem”, realizado no Parque Natural de forma dispersa, proporcionando uma zona de acampamento, dotada de infraestruturas e sujeita a gestão ambiental.

3.3 Estratégico

Envolver os utilizadores em ações de proteção e conservação da natureza dentro do perímetro do Campo, segundo um Plano de Intervenção Florestal, e fora dele, em colaboração com o Parque Natural de Sintra-Cascais e com a Direcção-Geral dos Recursos Florestais, contribuindo para a concretização dos planos de gestão dos espaços naturais da zona.



3.4 Global

Sensibilizar as crianças e jovens para a importância da conservação da natureza, promover o conhecimento sobre o meio natural e despertar a consciência para os desafios do desenvolvimento sustentável, através de um contacto direto com o património natural do Parque Natural.

4. METODOLOGIA

Em todas as atividades a nossa metodologia assenta em diversos pressupostos:

Educação pela Ação - Aprender fazendo

Através da participação ativa com os outros.

Trabalhar em pequenos grupos

Em equipas, para desenvolver a capacidade de liderança (cada equipa terá um líder), a capacidade de trabalho em grupo e a responsabilidade de cada elemento.

Programas estimulantes e em contacto com a Natureza

Com atividades progressivas tendo em conta os interesses dos jovens. Atividades relacionadas com a Natureza, um excelente ambiente de aprendizagem onde a simplicidade, a criatividade e a descoberta se unem para proporcionar aventura e desafio.

Sistema de Equipas

Apoiado numa competição saudável, as atividades são apresentadas como desafios a serem superados, em os seus membros tomam consciência de que o sucesso depende do empenho e da participação de cada um, e que para perseverar, o grupo tem de cooperar, usar as competências aprendidas, resolver problemas e aprenderem a confiar mutuamente uns nos outros.

Aventura

Presente nas atividades através de uma temática, em que modificando elementos da realidade, e com objetivos e desafios crescentes, se cria um ambiente fantástico e excitante de modo a que a atividade seja uma aventura inesquecível na vida do jovem.

Saúde e Higiene

É uma máxima e sempre constante em todas as atividades e todos os momentos, porque a vida e a saúde dos participantes é fundamental e porque desenvolvemos e incentivamos higiene e segurança em todos os conteúdos e programas, como por exemplo, em momentos específicos como a higiene matinal e lavagens de loiça que cumprem requisitos específicos devido ao facto de serem realizadas em plena Área Protegida.



Disciplina

Sempre positiva. A vida no campo não significa desarrumação ou falta de aprumo. O horário e a ordem no campo são constantemente observados de modo a que todos os minutos do dia sejam aproveitados da melhor forma possível. Através de ações, como por exemplo uma inspeção à tenda, consegue-se alcançar um padrão crescente de ordem e disciplina e que se reflete na disciplina a nível individual e da equipa.

4.1 Metodologias de Intervenção

Para cada equipa o rácio monitor/ participante está de acordo com a lei em vigor para os Campos de Férias, sendo que teremos um monitor por cada dez participantes dos seis aos dezassete anos. Isto permite um acompanhamento constante dos jovens em todas as atividades facilitando a criação de laços de referência em espaços específicos como os percursos pedestres, as refeições, as reuniões de equipa e vários momentos ao longo do decorrer das diversas atividades.

Os mais novos são sempre acompanhados pelos mais experientes, quer estes sejam o seu líder de equipa, quer seja o monitor de um campo de determinada faixa etária. Os mais velhos estão sempre presentes e prontos a ouvir as aspirações e as necessidades dos mais jovens, mostrando-se disponíveis para os apoiar e acompanhar nas mais diversas atividades ao longo do dia-a-dia. Os monitores podem ser jovens ou adultos, mas não estão presentes com o intuito de se divertirem como os jovens que participam. Como adultos, e num ambiente composto maioritariamente por jovens, são eles que têm de dar o exemplo e ajudar na motivação interna das equipas. O papel dos adultos é estimular os processos de crescimento, estabelecendo indicadores aos jovens que os ajudem a orientar as atitudes e as decisões, de modo a que saibam que caminho tomar, e criando assim um espírito de entre ajuda.

Através do Sistema de Equipas, os monitores que estão a orientar as atividades fornecem as informações, que se destinam à equipa através dos respetivos guias. Estes são responsáveis por transmitir as informações o mais fidedignamente possível aos seus elementos e consequentemente orientar e motivar para as atividades que se seguem.

Todas as atividades são planeadas e desenvolvidas por técnicos com formação superior em Educação Física, Animação Sociocultural, e Cursos Avançados de Formação Escotista além de possuírem uma vasta experiência em atividades Outdoor e de aventura.



4.2 Metodologias de Avaliação

A avaliação é uma constante sempre presente nos Campos Sioux. Como procuramos fazer sempre cada vez melhor, é necessário avaliar o decorrer de todas as atividades. Considerada como sendo uma atitude de avaliação, esta é na sua essência uma atitude de procurar continuamente superar os desafios cada vez maiores, e porque é um processo que permite julgar a compleição das tarefas do indivíduo ou do grupo que tinham sido anteriormente propostas.

A avaliação é importante pois permite-nos saber se estamos a alcançar os objetivos propostos, e por ser um processo que permite:

- Tomar consciência das nossas motivações, internas e externas;
- Ajudar a construir a autoestima.

Uma atitude de avaliação é a predisposição para examinar e analisar continuamente os nossos esforços. A avaliação faz parte integral do processo de aprendizagem pois não é uma coisa que acontece apenas no final das atividades, mas que ocorre também informalmente ao longo da atividade por parte de todos os que estiverem envolvidos e desempenharam uma tarefa.

Todos os intervenientes dos Campos Sioux participam nas mais diversas avaliações das atividades. Para tal recorreremos a diversas metodologias de avaliação, tendo em conta a equipa com quem se está a avaliar e o tipo de atividades ou tarefas que se realizaram.

Os monitores reúnem diariamente com o objetivo de avaliar dia-a-dia e preparar o dia seguinte, elaborando pequenos relatórios previamente formatados, onde se reúne o material de avaliação da referida semana e, após o final do Campo Sioux, uma reunião de avaliação alargada a toda a equipa educativa com o objetivo de apresentar um relatório final de avaliação.



5. CONTEÚDOS

As atividades praticadas nos Campos Sioux são planeadas ao pormenor de acordo com os princípios, objetivos e metodologia mencionados anteriormente de maneira a poderem ser integradas num programa geral que abranja estes tópicos. As atividades poderão assim estar relacionadas com um ou vários dos seguintes temas:

Educação Ambiental

Em contacto permanente com a Natureza e cumprindo as regras de campo, respeitando a Avifauna e através de atividades educativas e de âmbito ambiental.

Atividades Desportivas

No âmbito dos desportos de aventura, desportos coletivos e de desenvolvimento físico.

TeamBuilding

Jogos no âmbito da Dinâmica de Grupos em que a cooperação e confiança são fundamentais.

Pioneirismo

Construção de diversas estruturas em que se utilizam apenas troncos e sisal com o objetivo de aumentar o conforto em campo.

Orientação

A pé ou em bicicleta de modo a desenvolver as competências que lhes permitem se deslocar em terrenos desconhecidos e poderem regressar ao campo sem se perderem.

Avaliação e Reflexão

Atividades com o intuito de promover a autoavaliação das competências alcançadas e o grau de conclusão das tarefas realizadas, e induzir uma autorreflexão relativa aos momentos vivenciados em grupo e a sua influência nas emoções de cada um.

5.1 Atividades

Os Campos sioux providenciam as seguintes atividades:

- Pista de Arvorismo, Slide, Rapel, Escalada, Boulder, BTT, Tiro com arco, *Teambuilding*, Jogos tradicionais, Dinâmicas de Grupo, Caça ao tesouro, Slide noturno, Percursos Pedestres, Atelier Cozinha selvagem, Astronomia, Pioneirismo, Jogos de aproximação, entre outros.



6. CARACTERIZAÇÃO BIOFÍSICA

O local onde é desenvolvido o projeto Campo Sioux é no Pedra Amarela Campo Base que se encontra situado na encosta Sul da Serra de Sintra, num promontório sobre o Concelho de Cascais, a 11 km do centro da vila de Cascais, a 4 km da Malveira de Serra e a 13 km da vila de Sintra. Possui uma localização estratégica, em pleno Parque Natural Sintra-Cascais e a área total coberta pelos limites do campo é de 130 hectares.

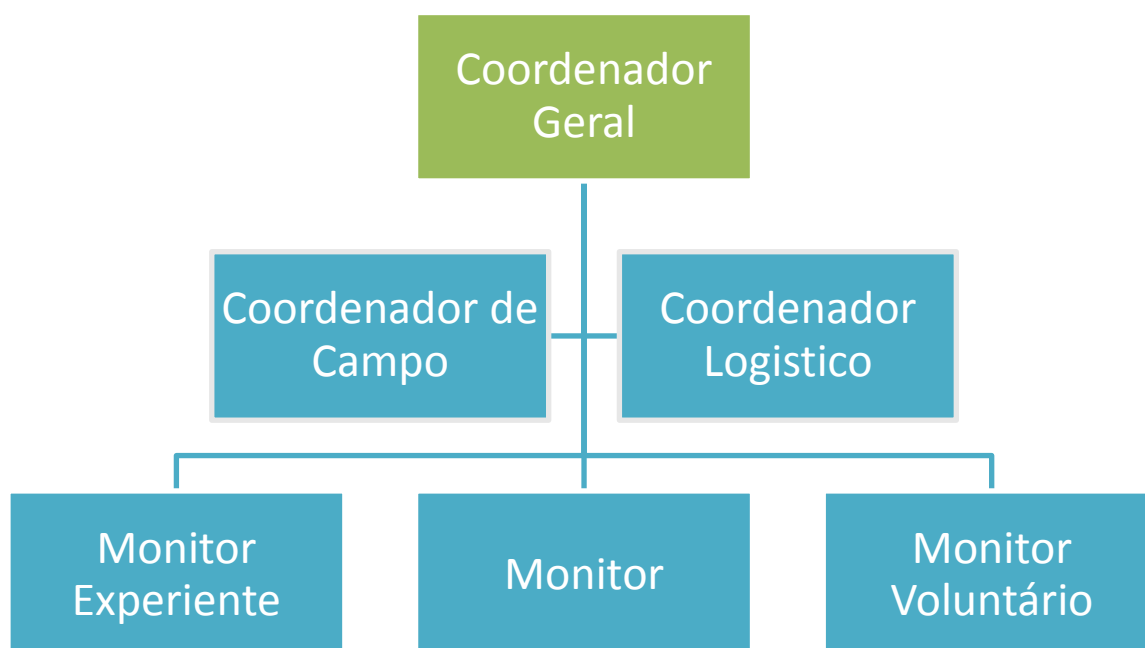
Na sua parte superior, a área consiste em terreno de declives acentuados, com numerosas formações rochosas graníticas. A vegetação consiste em matos de associação de Tojo (*Ulex Densus*), Carvalhiça (*Quercus Lusitanica*), Carrasco (*Quercus Coccifera*), Urze (*Caluna Vulgaris*), Erica (*Ericca Sp.*), em várias zonas ameaçados, ou mesmo substituídos, por plantas de espécies exóticas, nomeadamente Eucalipto (*Eucaliptus Sp.*) e, particularmente, a Acácia (*Accacia Sp.*) de comportamento infestante. Na parte inferior, o terreno assume declive mais suave e os matos evidenciam a sua evolução para um bosque dominado pela associação do Medronheiro (*Arbutus unedo*) e do Sobreiro (*Quercus suber*), com presença pontual de carvalhos Cerquinho (*Quercus lusitanica*) ou Negral (*Quercus pyrenaica*), e ainda Azinheira (*Quercus ilex*).

O local onde se realizam os acampamentos está inserido numa zona importante que é ocupada por povoamentos de pinheiro manso e bravo (*Pinus pinea* e *Pinus pinaster*). De destacar ainda o povoamento equiénio de pinheiro bravo do Chão de Batel com árvores de grande porte, resultante de plantação da década de 1930. Também ocorrem manchas consideráveis de acacial, com tendência para a expansão, bem como alguma Árvore de Incenso (*Pistoporum undulatum*).



7. ORGANIGRAMA DE CAMPO

O organigrama de campo demonstra a hierarquia de decisões dentro do funcionamento de um Campo Sioux, esta estrutura permite que se tomem decisões de Campo, ou decisões de grupo etário, permitindo assim uma maior flexibilidade aos grupos, no que diz respeito às atividades desenvolvidas, e aos necessários ajustes do programa.



Funções (responsabilidades e deveres)

Coordenador de Geral: é responsável pela organização total de todo o Campo Sioux, a escolha dos coordenadores, monitores que farão parte da equipa de campo. É responsável pela formação de campo, pela coordenação da planificação das atividades, pelos materiais logísticos necessários para a implementação das atividades, pelo transporte, pelo seguro, pelo contacto com os pais, pela alimentação.

Coordenador de Campo e logístico: são responsáveis pelos monitores, pela planificação das atividades, pela preparação das atividades, pela realização das atividades, pelo material utilizado, pelo cumprimento das regras de campo.

Monitor experiente/estagiário: é responsável pelo seu grupo de crianças, e por todas as outras que não se encontrem acompanhadas dentro do campo; é responsável pelo cumprimento das regras de campo; é responsável pela organização do plano de atividades do grupo conjuntamente com o seu coordenador, é responsável pela implementação das atividades, é responsável pelo gerir de conflitos de grupo.



CASCAIS

AMBIENTE

Gestão do Ambiente Terrestre e Marítimo

Este modelo hierárquico é revisto de acordo com o ratio participante/monitor e ratio monitor/coordenador.

8. CALENDARIZAÇÃO

Os Campos Sioux poderão ser organizados em conjuntos de 5 dias.

PROGRAMA TIPO:

2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
Praia	Praia	Cascais	Praia	Praia
Tiro com Arco	Pista de Arborismo	Cascais	Slide	Burros do Pisão

9. PÚBLICO-ALVO

Este projeto tem como público-alvo, as crianças e jovens do Município de Cascais e crianças de outros municípios com idades compreendidas entre os 6 anos e os 17 anos.

Inclui: Seguro de acidentes pessoais, Alimentação, Transportes, Participação em todas as atividades, Equipamento individual de campo.

Os interessados poderão efetuar a sua inscrição, ou para mais informações:

- por e-mail, [para: pedra.amarela@cascaismambiente.pt](mailto:pedra.amarela@cascaismambiente.pt)



CASCAIS

AMBIENTE

Gestão do Ambiente Terrestre e Marítimo