



LA HORA DEL PLANETA

GUIA EDUCATIVA

Este documento está destinado a educadores, maestros y padres que buscan actividades para hacer con sus alumnos, niños y sus familias.



¿QUÉ ES LA HORA DEL PLANETA?

Cada año, a las 08:30 p.m. del último o penúltimo sábado de marzo, millones de personas en todo el mundo muestran su apoyo a nuestro planeta creando conciencia sobre dos de sus mayores amenazas: la pérdida de la naturaleza y el cambio climático. Esto se hace con la simple acción de apagar las luces del hogar durante una hora.

¿Por qué nos debería importar?

La naturaleza nos proporciona todo lo que necesitamos para vivir, incluidos alimentos, materias primas, agua fresca y medicamentos. Es responsable de regular la calidad del aire, del agua y el clima. Nos ayuda a protegernos de la erosión y las enfermedades. La naturaleza también modera los fenómenos meteorológicos extremos, como huracanes y ventiscas. Desafortunadamente, la naturaleza está en peligro.

Los humanos solo han existido durante 200.000 años, una pequeña fracción de los 4.500 millones de años de historia de nuestro planeta, pero hemos tenido un mayor impacto en la Tierra que cualquier otra especie. Las demandas insostenibles de la humanidad sobre el mundo natural están provocando el deterioro del clima, la pérdida de hábitats y la disminución de la biodiversidad.

Pero NOSOTROS podemos hacer la diferencia

Una persona que decide apagar las luces durante una hora puede parecer que no tiene un gran impacto, pero cuando millones de nosotros nos unimos, podemos hacer una diferencia para la naturaleza.

Con el acto simbólico de apagar nuestras luces, podemos enviar un mensaje sobre las amenazas que enfrenta nuestro planeta y persuadir a amigos, familias, nuestra comunidad y negocios locales, e incluso a los líderes nacionales y mundiales para que tomen decisiones más saludables que beneficien a la naturaleza y a las personas.



Antes de la Hora del Planeta

Aquí hay una variedad de ideas sobre cómo preparar a los jóvenes para este evento y aprender sobre la importancia de la naturaleza antes de que comience la hora:

Discuta por qué es importante: piense en las siguientes preguntas antes de que comience la Hora del Planeta. Escriba sus respuestas a continuación o discútalas con un amigo o familiar.

- ¿Por qué es importante la naturaleza? ¿Qué nos proporciona?
- ¿Qué amenazas enfrenta nuestro planeta y su vida silvestre? ¿Qué podemos hacer para ayudar?
- ¿Por qué es importante que tomemos acciones simbólicas como apagar las luces para la Hora del Planeta? ¿Qué mensaje da a nuestra comunidad y al mundo?

Cree una pulsera recordatoria: diseñe su propio reloj recordatorio para asegurarse de no olvidar apagar las luces siguiendo estos pasos:

- Ponga la fecha y hora de la Hora del Planeta. **Recuerde que es el 22 de marzo a las 8:30 p. m.**
- Use su creatividad para agregar un diseño o patrón con un tema de vida silvestre o naturaleza.
- En la parte posterior de su reloj escriba su compromiso para ayudar al planeta. Por ejemplo: desperdiciaré menos comida, apagaré las luces cuando salga de una habitación.
- Use cinta adhesiva o pegamento para unir los bordes de la pulsera alrededor de su muñeca.



Conozca la naturaleza. Aprenda más sobre la naturaleza y la biodiversidad, incluido lo que brindan y las amenazas que enfrentan, mediante estas divertidas actividades:

- **Salga:** Descarga [Seek app by iNaturalist](#) para descubrir la biodiversidad a su alrededor.
- **Responda un cuestionario:** Ponga a prueba su coeficiente intelectual sobre biodiversidad o cualquiera de nuestros otros divertidos juegos en [Wild Classroom Kahoot! games](#). Son juegos para aprender más sobre nuestro clima cambiante y otros temas ambientales.
- **Mire documentales sobre la naturaleza:** Aprenda por qué la naturaleza y la biodiversidad son importantes con [Our Planet de Netflix](#), gratis en YouTube y discútalos utilizando nuestras [guías descargables aquí](#).

Durante la Hora del Planeta

¡Apague sus luces no esenciales y cualquier otro dispositivo electrónico (por ejemplo, televisión, cargadores de teléfonos) el sábado 22 de marzo a las 8:30 p. m. hora local!

Aquí le damos algunas ideas para que los niños hagan con familiares o amigos durante la hora:

Haga sombras con las manos: Desconéctese y juega con su familia. Cree asombrosos animales de la naturaleza y habla sobre su importancia para un planeta saludable.

Lea: Pasa tiempo leyendo un libro de cuentos o un artículo sobre la naturaleza. Sugerimos [Cuentos del Jaguar](#), cuatro historias asombrosas para conocer más el rey de la selva, posee guía pedagógica.

Tenga una conversación sobre conservación: Reúnase con su familia y amigos para hablar sobre la naturaleza y su importancia.

Haga un plan para ahorrar energía: Descubra cómo sus acciones pueden afectar áreas y especies como las tortugas marinas, delfines de río, mariposas monarca. Complete la actividad de causa y efecto ¿Cuál es la conexión? con nuestro [kit de herramientas aquí](#).

Asista a La Hora del Planeta más cercana a su comunidad: En Perú, las municipalidades, los voluntariados juveniles, las escuelas, y otras organizaciones, se unen en plazas o parques para sensibilizar a la ciudadanía y celebrar La Hora del Planeta en conjunto. Conozca los eventos disponibles en todo el país una semana antes en wwf.org.pe/LaHoradelPlaneta.



Después de la Hora del Planeta

Tome medidas para la salud de nuestro planeta, no tiene que detenerse después de la hora. Estos son algunos consejos ecológicos para seguir apoyando a la naturaleza en la escuela, el hogar o la comunidad:

Ahorre energía

Apague las luces y los electrodomésticos cuando no estén en uso. Ande en bicicleta, comparta el automóvil o camine cuando pueda, en lugar de usar el auto.

Reduzca el desperdicio de alimentos y agua

Si tiene comida extra, guárdela para más tarde, compártala con un amigo o haga composta. Pruebe una comida a base de plantas con productos locales (sin productos animales) para reducir su impacto en el cambio climático. Tenga en cuenta la cantidad de agua que usa cada día, por ejemplo, para ducharse y cepillarse los dientes, y trate de no desperdiciarla.

Tome decisiones inteligentes cuando vaya de compras

Cuando compre artículos como productos de papel o comida marina, revise las etiquetas para asegurarse de que sean productos responsables con el ambiente.

Plante un jardín de flores nativas

Proporcione una fuente de alimento y refugio para abejas, mariposas y otros insectos. Estos animales ayudan a mantener nuestros sistemas alimentarios a través de sus actividades de polinización.

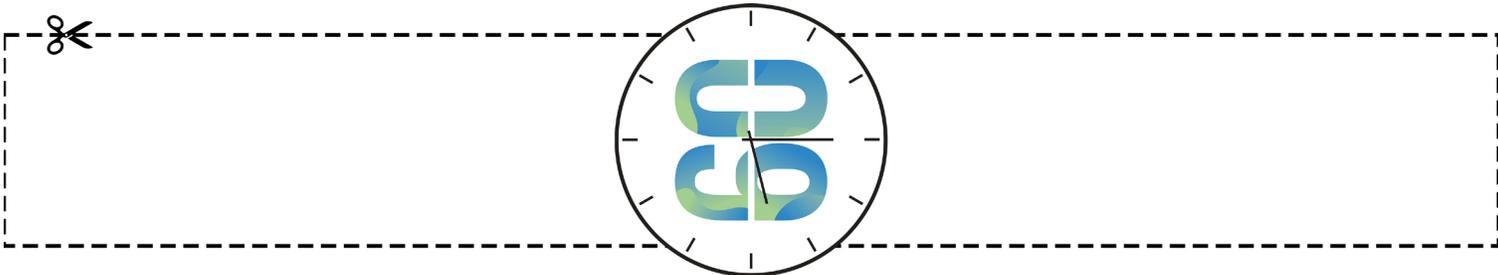
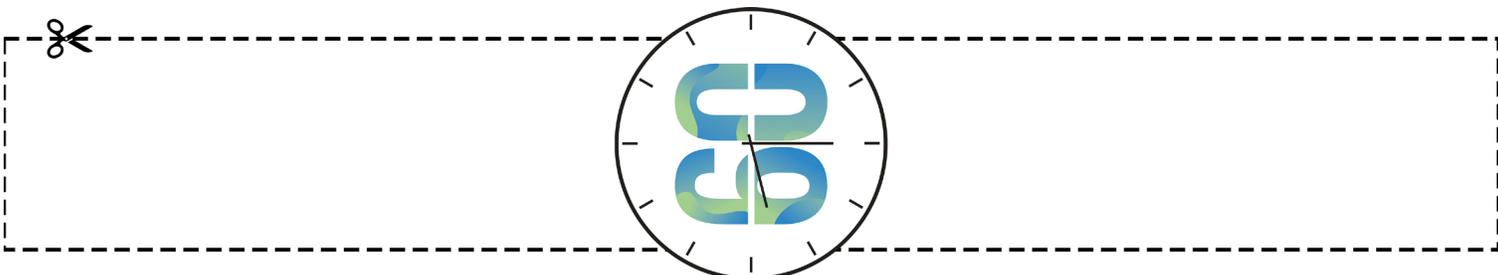
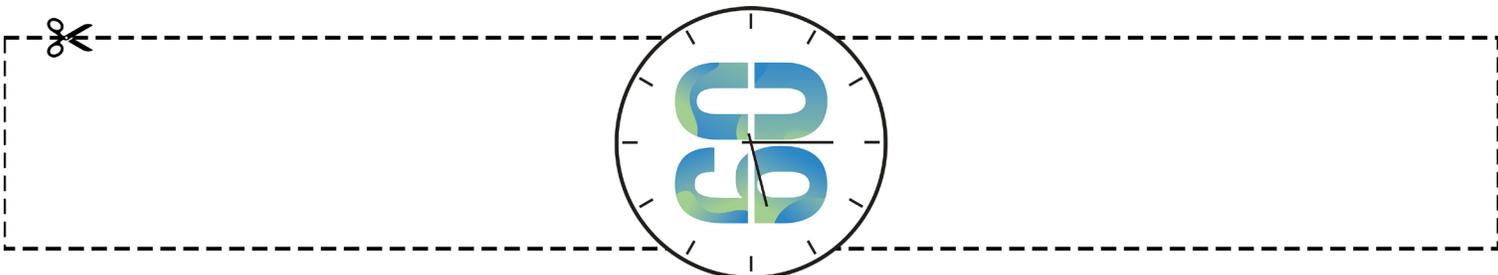
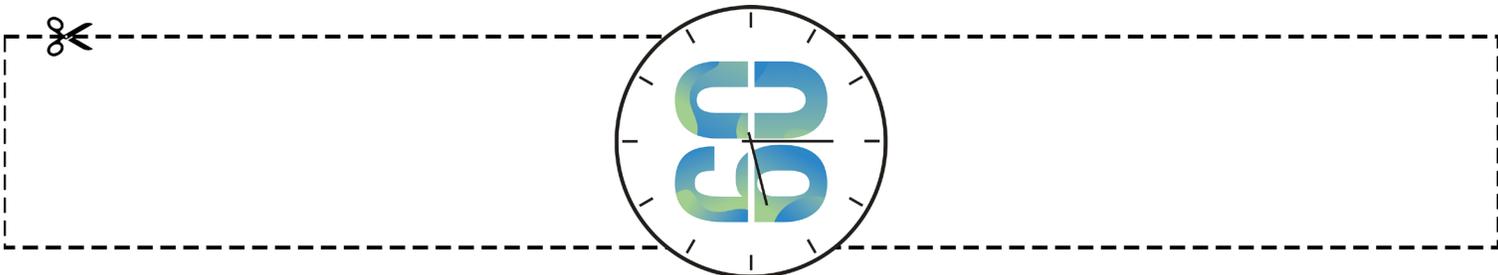
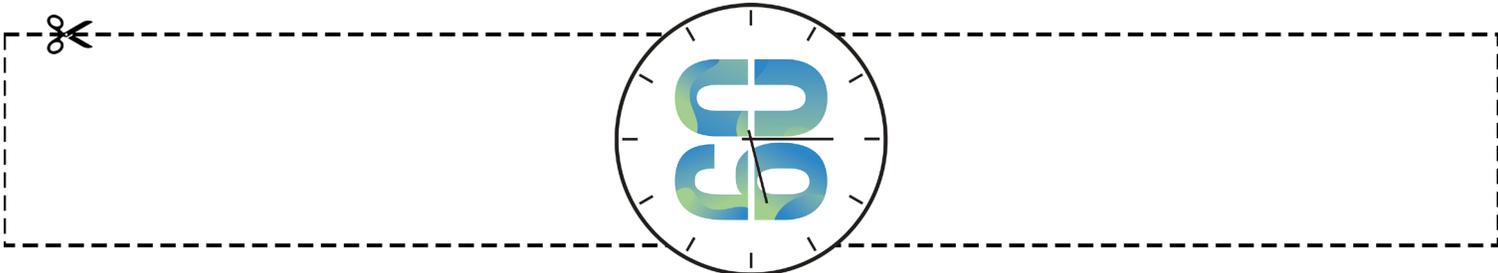
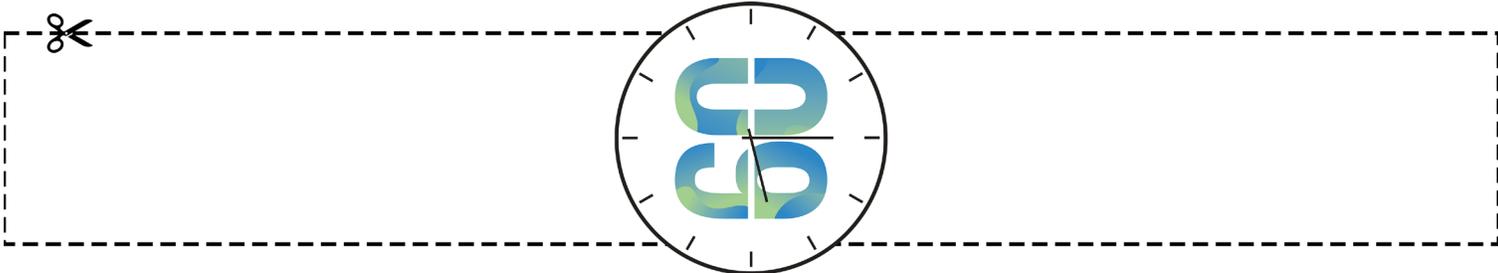
Reduzca, reuse, recicle

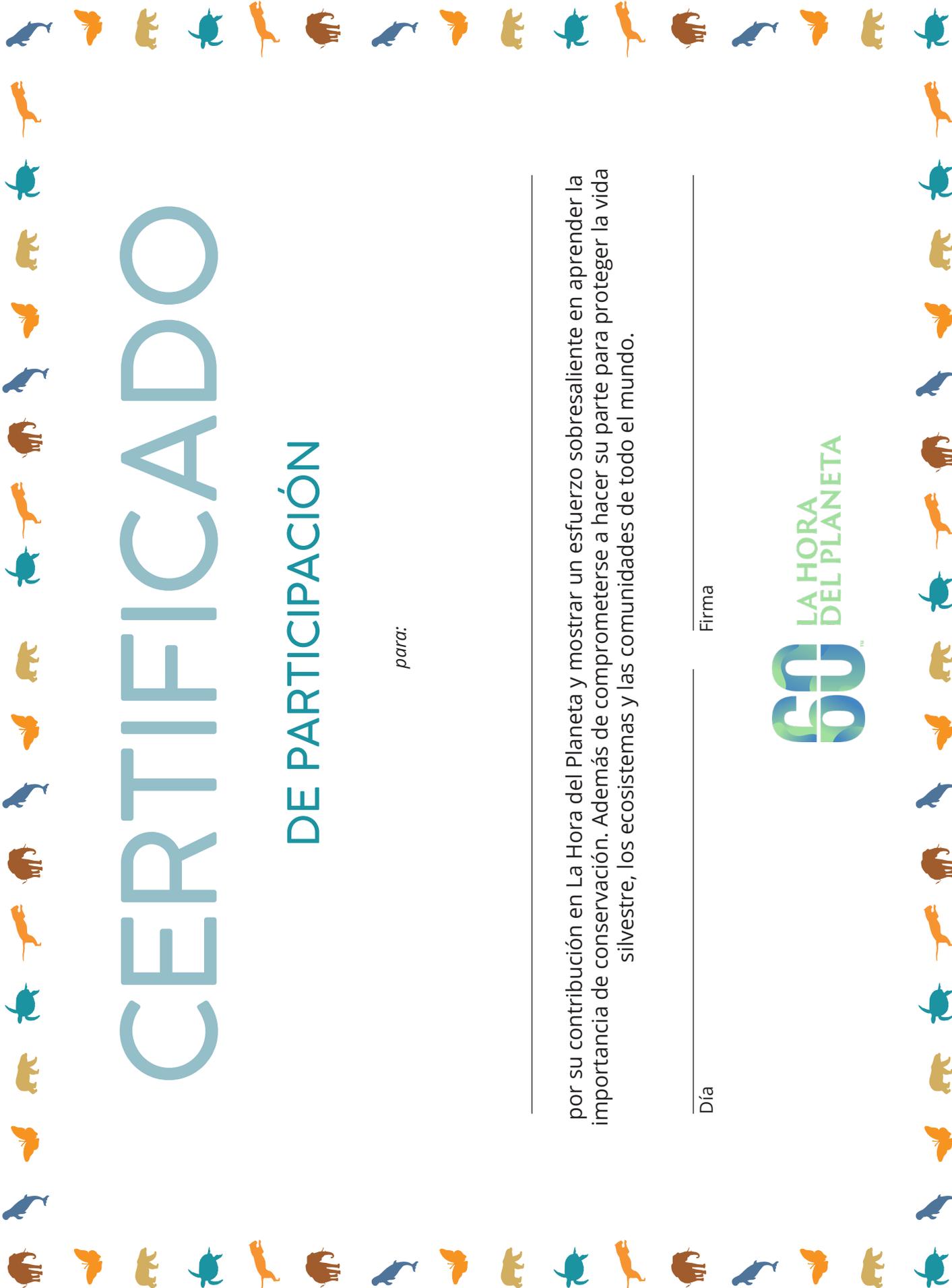
Evite el uso de plásticos de un solo uso, como sorbetes (popotes, pajitas, pajillas, bombillas), botellas y tenedores. Reutilice el plástico cuando pueda y recíclelo cuando termine de usarlo.

Alze la voz por la naturaleza

Hable con sus amigos, familiares y maestros sobre la importancia de proteger la naturaleza. Para tomar más medidas, escriba una carta a un político o líder empresarial local.





A decorative border of various animal icons in blue, orange, and brown colors surrounds the central text. The icons include a whale, butterfly, bear, turtle, lizard, elephant, shark, bird, pig, crab, fox, and dog.

CERTIFICADO

DE PARTICIPACIÓN

para:

por su contribución en La Hora del Planeta y mostrar un esfuerzo sobresaliente en aprender la importancia de conservación. Además de comprometerse a hacer su parte para proteger la vida silvestre, los ecosistemas y las comunidades de todo el mundo.

Día

Firma

