

# La Hora del Planeta

## Actividades de educación

¿Preguntas? Contáctanos en [educacion@vidasilvestre.org.ar](mailto:educacion@vidasilvestre.org.ar)





# Contenidos

|                                                                   |           |
|-------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>¿Qué es La Hora del Planeta?</b>                               | <b>03</b> |
| <b>¿Cómo certifico mi actividad por La Hora de Planeta?</b>       | <b>04</b> |
| <b>Algunas ideas y actividades para hacer</b>                     | <b>05</b> |
| <b>TODOS LOS NIVELES   60 minutos por el planeta</b>              | <b>06</b> |
| <b>NIVEL INICIAL   ¡Salir a explorar!</b>                         | <b>07</b> |
| <b>NIVEL 1ER CICLO PRIMARIA   Carrera por La Hora del Planeta</b> | <b>08</b> |
| <b>NIVEL 2DO CICLO PRIMARIA   Equilibrio dinámico</b>             | <b>09</b> |
| <b>NIVEL SECUNDARIA  Pasar la voz, activistas ambientales</b>     | <b>10</b> |
| <b>Contacto</b>                                                   | <b>11</b> |

# ¿Qué es La Hora del Planeta?

Es la mayor **campaña global de concientización ambiental** organizada por WWF (Organización Mundial de Conservación), en la **Argentina** la lidera la **Fundación Vida Silvestre Argentina**, desde 2009.

Tiene como **objetivo** invitar a individuos, gobiernos y empresas a proteger el único hogar que tenemos. En sus inicios la campaña tenía como objetivo apagar la luz por una hora, sin embargo en los últimos años la campaña se ha actualizado y busca promover pequeños hábitos que unidos con personas de todo el mundo generan un movimiento ambiental para **proteger nuestro planeta**.

En **2026** se realizará el domingo **29 de marzo**, esta nueva edición nos da la oportunidad de conectar a través de **acciones que contribuyan de manera positiva** con nuestro planeta.



Descargar logo [aquí](#).



**Historia.** La iniciativa surgió en Sídney, Australia, en 2007 y desde ese momento ha inspirado iniciativas globales para la protección de la naturaleza, el clima y el medio ambiente, como la creación de un área marina protegida de 3,4 millones de hectáreas en Argentina, un bosque de 2700 hectáreas en Uganda, la prohibición de plásticos de un solo uso y productos de espuma de poliestireno en la capital ecuatoriana e iniciar la plantación de 20.000 plantines de manglares en 13 ciudades de Indonesia.

# ¿Cómo certifico mi actividad por La Hora de Planeta?

---

Para **oficializar tu adhesión** a La Hora del Planeta te pedimos que **envíes** a [educacion@vidasilvestre.org.ar](mailto:educacion@vidasilvestre.org.ar) el **documento** que podés descargar **aquí**.

Además, luego de realizada la actividad te pedimos que nos compartas al menos 2 fotos.

Una vez recibida esa información enviaremos el **certificado**.

Quienes lo deseen pueden compartir su actividad en redes sociales y arrobar en Instagram a [@fundacionvidasilvestre](https://www.instagram.com/fundacionvidasilvestre) para que lo compartamos.

Además, no te olvides de usar los hashtags de la campaña: **#HoradelPlaneta** **#LaHoradelPlaneta**.

Tiempo límite de compartir tu carta: hasta el 27 de marzo.



# **Ideas y actividades para hacer de educación ambiental**

---

Más actividades gratuitas y descargables en [www.educacion.vidasilvestre.org.ar](http://www.educacion.vidasilvestre.org.ar)

## ACTIVIDAD EN FAMILIA, ESTUDIANTES, AMIGOS/AS

# 60 minutos por el planeta

**Introducción:** La Hora del Planeta es ese momento del año en que millones de personas en todo el mundo se unen para demostrar que se preocupan por el futuro de nuestro planeta. Más que un evento simbólico, es una oportunidad de mostrar tu apoyo a nuestro planeta y crear conciencia sobre la pérdida de biodiversidad y el cambio climático, que amenaza el bienestar de todas las especies que habitamos el planeta.

Te sugerimos algunas ideas y recomendaciones para que le dediques tiempo activo al único hogar que tenemos, y así sumar la mayor cantidad de acciones positivas.

**Desarrollo:** El espíritu de La Hora del Planeta es crear conciencia, por eso te proponemos planear una semana de *"conciencia en acción"* donde te proponemos algunas ideas con el objetivo de conectarnos con la naturaleza explorando diferentes acciones.



**DOMINGO de conexión natural.** Visitar un área natural, allí realizar una caminata guiada, caminar despacio y contemplar a alrededor. Poner en alerta los sentidos sentir la textura de un tronco o la suavidad de una hoja.

**LUNES de película.** Ver una película/documental sobre naturaleza. Algunas recomendaciones son: *"Yaguareté, La Última Frontera"*; *"Chaco Gualamba - la última oportunidad"*; *"Nuestro planeta"*; *"Nuestro universo"*; *"Argentina 4K"*.

**MARTES de mirar las estrellas.** Descubrir los sonidos de animales nocturnos. Observar las estrellas en busca de constelaciones. Divertirse haciendo sombras y tratando de imitar formas de animales.

**MIÉRCOLES de cultura jardinera.** Crear un espacio en un balcón, patio o jardín con plantas nativas.

**JUEVES de nutrición sustentable.** Reunirse con grupos de amistad y realizar una cena con frutas y verduras de estación, intentar evitar productos de origen animal y sumar legumbres a los platos.

**VIERNES de reciclaje.** Crear un recipiente para comenzar a compostar nuestros residuos orgánicos. Separar los residuos reciclables que estén en nuestros hogares y llevarlos a contenedores de reciclaje.

**SÁBADO de La Hora del Planeta.** ¡Llego el día! Pensar en actividades y dar una hora por un nuestro planeta. Por ejemplo, caminar o andar en bici y explorar la naturaleza que nos rodea con la aplicación ArgentiNat.



# ACTIVIDAD PARA NIVEL INICIAL | ¡Salir a explorar!

**Introducción:** somos parte de la naturaleza y la naturaleza es parte de las personas. A lo largo de su crecimiento las niñas y los niños aprenden a respetar, cuidar y convivir con la naturaleza, pero para eso deben conocerla, porque lo que no se conoce no se puede cuidar. Crecer observando como una hormiga mueve una hoja, no pisándola; no molestar a una abeja y ver cómo se baña en el polen de una flor, no correr desesperadamente como si fuera un avión asesino.

**Objetivo:** que las y los estudiantes aprendan que los bichos son importantes para el ambiente y que no hay que tenerles miedo, es una parte importante de su crecimiento.

## Desarrollo:

- Con la siguiente imagen de ayuda podemos enseñar una de las tantas formas que existen de diferenciar los distintos tipos de bichos que nos rodean.
- Explicar que podemos contar el número de sus patas y con ellos podemos clasificarlos.
- Luego de aprender dicha clasificación invitar a acercarse a la base de un árbol, una esquina del jardín donde haya mucha humedad o cómo haciendo un pozo debajo de las plantas podremos encontrar una infinidad de bichos. Invitar a que los observen, sin moverlos del lugar donde los encontraron, y clasificarlos como aprendimos con la imagen y si nos interesa poder investigar su nombre.

## Descubriendo bichos, contando patas

¿Cuántas patas tienen?

6 patas

insectos



8 patas

arácnidos



Muchas

miriápodos



## ACTIVIDAD PARA 1ER CICLO DE PRIMARIA | Carrera por La Hora del Planeta

**Introducción:** las personas somos parte de la naturaleza, y la naturaleza es parte de nosotros, nos da todo lo que tenemos y todo lo que necesitamos. Pero, muchas de nuestras actividades ponen en peligro a su biodiversidad, a sus bosques, mares y ríos; y de esta forma ponen en peligro nuestro bienestar. Es momento de recomponer los lazos con la naturaleza para vivir en armonía. La Hora del Planeta es un momento clave para comenzar a participar. Cuando una persona decide actuar, puede parecer un pequeño paso, pero cuando millones actúan en conjunto el cambio sucede. Es momento de actuar, de ser creativos. Por eso, la siguiente actividad en la naturaleza posee el propósito de pasar tiempo en ella, así como de estimular la imaginación de forma entretenida y en grupo.

### Desarrollo:

1. Buscar un lugar cómodo y amplio al aire libre (un jardín, plaza, terraza o un parque)
2. Pensar una lista de elementos de la naturaleza que podemos trasladar de un lado a otro... pero de maneras extrañas (ramas, semillas, frutas, etc.)
3. El desafío es llevar todos los elementos de un lado a otro sosteniéndolos con distintas partes del cuerpo. ¿Cómo? Por ejemplo, llevar una manzana en la cabeza, una rama en un dedo del pie.... ¡Pueden inventar muchas ideas!
4. Gana quien primero traslada mínimo 4 elementos sin que se caigan al piso.



## ACTIVIDAD PARA 2DO CICLO PRIMARIA | Equilibrio dinámico

**Introducción:** la naturaleza posee un equilibrio en constante fluctuación. La sociedad humana y su desarrollo productivo, la sobre-explotación de recursos, la sobre-producción y consumismo destruyen los ecosistemas y perturban las dinámicas de la naturaleza. Hoy el cambio climático es una de esas consecuencias a escala global que ya estamos viviendo. La naturaleza no se puede ocupar de todo... necesita de nuestra acción. Esta acción requiere constancia, creatividad y trabajo colectivo.

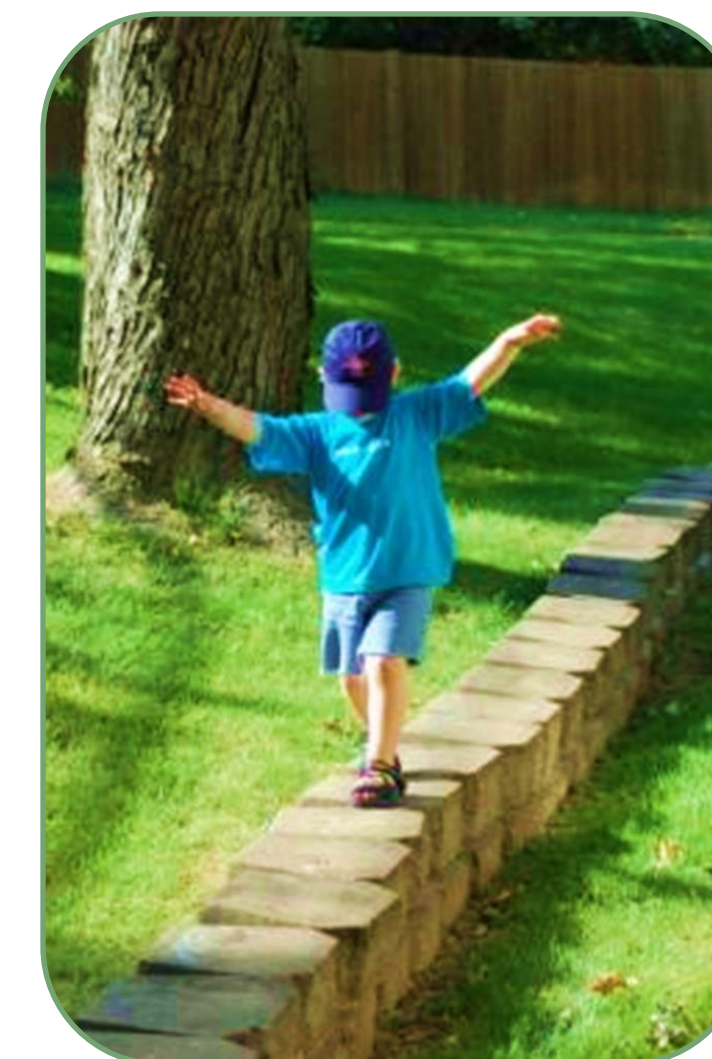
Hoy La Hora del Planeta, es una forma de demostrar que cuando nos unimos, podemos hacemos la diferencia.

### Desarrollo:

1. Luego de conversar sobre la hora del planeta, sus inicios, objetivos y alcance, buscar un espacio amplio para realizar la siguiente actividad.
2. Sobre una tabla, tronco a modo de cornisa, se deberán subir uno al lado del otro, mirando hacia el frente y cada participante deberá sostener un cartel.
3. El objetivo será armar una frase. Deberán observar cada letra o sílaba y pensar como ir armando la frase tratando de cambiar de lugar sin caerse de la cornisa. ¡Un trabajo colectivo!

Frase: **ACCIONES POSITIVAS POR EL PLANETA**

(Se podrá separar palabra, sílaba o letras de acuerdo a la cantidad de participantes)



## ACTIVIDAD PARA SECUNDARIA | Pasar la voz, activistas ambientales

**Introducción:** Dar una hora por el planeta es una forma de mostrar al mundo que queremos cuidar el único hogar que tenemos. La Hora del Planeta es sólo el comienzo... ¿qué otras acciones se pueden realizar para proteger el planeta?

### Desarrollo:

Presentar en la clase la edición de La Hora del Planeta 2025 y ver el video de la campaña. En grupos de trabajo dar las siguientes consignas:

#### 1ERA PARTE:

- ✓ Averiguar ¿cuáles son las causas que llevaron a iniciar la Hora del Planeta?
- ✓ ¿Qué es el cambio climático?
- ✓ Información sobre la pérdida de biodiversidad en el mundo y cómo eso afecta a las personas.
- ✓ Gobiernos, empresas, personas: ¿deben actuar de forma urgente? ¿Por qué? ¿Cómo?



#### 2DA PARTE:

- ✓ En equipo, piensen, debatan, reflexionen sobre lo trabajado en la primera parte y redacten oraciones cortas con las ideas que vayan surgiendo.
- ✓ Con este material trabajado, se propone diseñar una publicidad para difundir a través de redes sociales y/o en cartelera en el colegio, que permita que las y los estudiantes de otros años se sumen a cuidar nuestro planeta.

Algunos **tips** a tener en cuenta:

- Identificar la audiencia.
- Seleccionar la/s redes sociales.
- Planificar la campaña (inicio, tiempo de duración, cantidad de publicaciones a realizar...)
- Dividir tareas en el equipo.
- Desarrollar contenido visual y escrito para la campaña.

**¡Por último!**  
**¡Compartí tu acción y sumemos a otras personas!**  
**Compartí tu campaña con nosotros en Facebook**  
**(@vidasilvestre) y/o Instagram (@fundacionvidasilvestre).**

**Este 29 de marzo celebremos, y tomémonos un momento para unirnos y sumar la mayor cantidad de horas posibles con acciones que contribuyan de manera positiva con nuestro planeta.**

**¡Sumate a La Hora Más Grande por el Planeta!**

**Más información en [www.vidasilvestre.org.ar](http://www.vidasilvestre.org.ar)**

