

## ACTIVIDADES PROYECTO INTEGRADOR 2DO AÑO SRTIC.

### Primera semana:

#### **Caminata ambiental.**

La actividad consiste en una caminata po donde quieran, pero, deberán buscar **5 ÁRBOLES DIFERENTES** y sacarse una foto haciendo una sentadilla isométrica en el árbol.

Deberán redactar que tipo de árbol y cuantos minutos caminaron para encontrarlo.

El ejemplo de la sentadilla en la siguiente foto, en vez de apoyarse en la pared, deberán apoyarse en los árboles que encuentren.

Luego deberás subir la foto en la plataforma.



### Segunda Semana:

#### **Búsqueda del tesoro.**

En los lugares que más frecuentes, (Escuela, Patio de tu casa, etc) deberás realizar una búsqueda de los siguientes objetos.

- 1) Una piedra blanca
- 2) Una semilla larga
- 3) Una pluma
- 4) Una planta con flor roja

Deberás tomarte una foto con los objetos y luego subirla en la plataforma

### Tercera Semana:

#### **Eco-Ball**

Con un compañero de clase, formaran una pelota de materiales reciclados y un cesto para embocar la pelota, la pelota puede estar formada por trapos o plásticos, y el cesto puede ser un tacho roto.

Colocaran el cesto en el suelo y se alejaran unos 3 metros de él, luego, competirían con su compañero para encestar la pelota. Si quieren hacerlo más difícil, pueden subir el cesto a una mesa o engancharlo en un árbol.

El primero en llegar a 10 encestras gana.

Pueden sacarse fotos con los materiales o un video jugando.

#### Cuarta Semana:

##### **Carrera de Huellas.**

Con un compañero (o mas) realizaran una carrera, pero para realizar esta, deberán hacerlo en un lugar con un poco de tierra suelta.

Deberán marcar una línea de salida y una de llegada separadas al menos por unos 20 metros.

La carrera será en marcha Tándem, consiste en una “caminata” en la que se coloca un pie justo delante del otro pero, el talón del pie de adelante debe tocar la punta del pie del pie de atrás.

La imagen de abajo lo demuestra. El primero en completar la carrera gana, deben tomar una foto de sus huellas marcadas en el suelo y si es que pueden una foto realizando la carrera.

Luego subir la foto a la plataforma.



#### Quinta Semana:

##### **Bio-GYM**

Con elementos reciclados pueden hacer unas pesas de gimnasio, ejemplo, unas botellas con arena o un pedazo de tronco.

Con estos deberán realizar al menos 3 ejercicios, por ejemplo, sentadillas, hombros y bíceps.

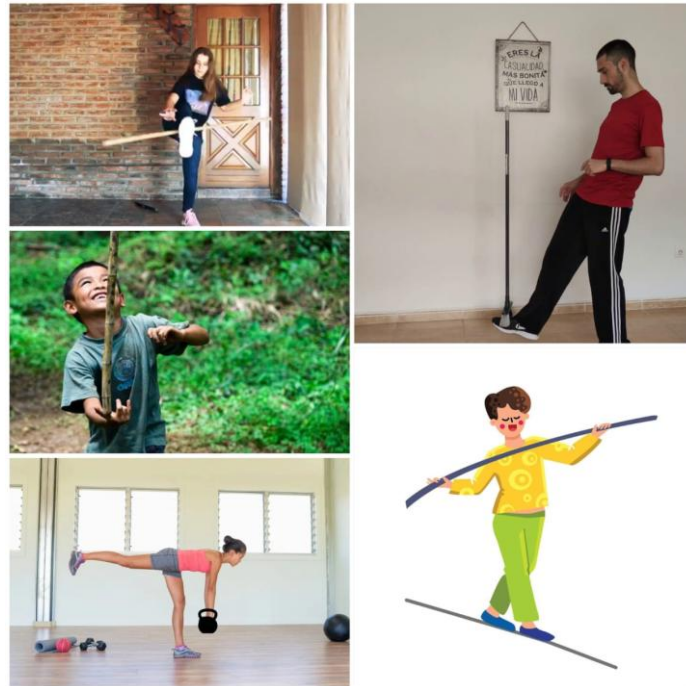
Sáquense una foto realizando los ejercicios y súbanlas a la plataforma.

#### Sexta Semana:

##### **El peso de lo natural.**

Con objetos de la naturaleza que tengas en tu casa, que sean un poco pesados (Por ejemplo, una rama larga, una piedra pesada, o una maceta que quepa en tu mano) deberás realizar al menos 3 formas de equilibrio diferentes.

Ejemplos de formas en la siguiente imagen



Tomate una foto realizando el equilibrio y súbelo a la plataforma.

### Séptima Semana:

#### **Camina Herbolario.**

Durante tus caminatas diarias, o por los lugares que frecuentes en esta semana, van a buscar hojas de al menos 10 o 15 plantas diferentes.

Luego las recogerán y las pegaran en hojas blancas, y le pondrán el nombre la planta o árbol al cual pertenece.

Tómense fotos recogiendo las hojas y luego del herbolario completo.

NO SE PUEDE REPETIR LAS PLANTAS, DEBEN SER DIFERENTES.



Debe quedar algo así, luego tomarle una foto y subirlo en la plataforma.