

# 10 MANERAS FÁCILES DE EXPLORAR LA NATURALEZA

## 1 OBSERVA LAS PLANTAS

- Busca flores que muestren los colores del arco iris u hojas con diferentes tonos de verde.
- Intenta utilizar aplicaciones como Seek o Leafsnap para ayudar a identificar las plantas que recién descubriste.
- Registra tus observaciones en un diario o en una aplicación como Nature's Notebook.

## 2 DESCUBRE LA VIDA SILVESTRE

- Haz una búsqueda de insectos. Mira en el suelo, en las plantas y por todo el alrededor. ¿Cuántas diferentes clases puedes encontrar?
- Busca vida silvestre más grande como pájaros y ardillas y observa sus comportamientos. ¿Qué están haciendo, están haciendo ruidos?
- Intenta utilizar aplicaciones como Picture Insect o Merlin Bird ID para identificar la vida silvestre que ves.

## 3 RECOLECTA NATURALEZA

- Reúne objetos especiales de la naturaleza; palos diferentes, rocas de diferentes tamaños, hojas, semillas, conchas, etc. y crea un mini museo de los hallazgos de tu familia.
- Captura virtualmente la gran y viva naturaleza en tu vecindario tomando fotos de los objetos naturales que no puedes recoger.
- Utiliza la aplicación iNaturalist para mantener un registro de todas las increíbles plantas y animales que observas viviendo cerca de ti

## 4 HUELE LAS FLORES

- Sal a caminar durante – o después – la lluvia. ¿Sientes un olor diferente?
- Cuenta cuantos diferentes tipos de fragancias puedes sentir en tu caminata. ¿Puedes oler algo dulce, algo amargo o algo fuerte?

## 5 ESCUCHA

- Encuentra un lugar seguro para detenerte y escuchar el mundo natural. Intenta cerrar los ojos para ayudarte a concentrarte. ¿Puedes escuchar insectos, pájaros, el viento en los árboles?
- Utiliza una aplicación como BirdNET para que ayudarte a identificar los cantos de los pájaros que escuchas y “ver” las ondas de sonido de los llamados que registra.

## 6 SÉ UN CIENTÍFICO

- El trabajo de un científico es de hacer preguntas. ¿Qué te preguntas sobre la naturaleza que ves y escuchas alrededor tuyo?
- Los científicos hacen observaciones detalladas. ¿Qué notas que es diferente desde la última vez que estuviste afuera? ¿Puedes encontrar alguna señal de vida silvestre? Busca pistas como hojas masticadas, nidos o huellas.
- Puedes ayudar a los científicos a recopilar datos para diferentes proyectos convirtiéndote en un científico comunitario. Busca en Zooniverse o SciStarter para proyectos o intenta eBird, Globe at Night, o Budburst.

## 7 CREA ARTE

- Crea obras de arte temporarias con objetos naturales como palos, rocas, semillas y hojas. Trata de hacer esculturas tridimensionales como un desafío divertido.
- Captura la belleza natural que ves afuera dibujándola en papel, fotografiándola o usando una aplicación como Tayasui Sketches School para hacer arte digital.
- Trata de pintar con barro, prensar flores o frotar cortezas y hojas sobre papel.

## 8 MUÉVETE

- Trata de moverte como los animales que ves afuera. ¿Qué otros animales puedes hacer de cuenta que eres?
- Haz una pista de obstáculos naturales; puedes caminar sobre las grietas en la acera, salta sobre los palos colocados en el césped, corre alrededor de los árboles, trepa debajo de ramas bajas o salta de una roca o tronco a otra.
- Mide la distancia que caminas contando los pasos o haciendo un mapa de tu ruta con aplicaciones como Map My Walk.

## 9 EXPLORA

- Dibuja un mapa de tu vecindario y marca todos tus lugares favoritos.
- Aprende a desplazarte usando una brújula de mano o una aplicación de brújula.
- Explora Google Maps: Marca una ubicación con un área natural única y luego visita el mismo lugar, una y otra vez, para siempre ver los cambios de estación u otro tipo de cambios en el mundo natural. ¡Te sorprenderá lo que encuentras!

## 10 RELÁJATE

- Elige un lugar tranquilo para sentarte afuera, quédate quieto y respira profundamente. Medita, disfruta la brisa, mira los árboles o lee un hacerlo libro.
- ¡Extiende una cobija y mira el cielo – trata de hacerlo en diferentes horas del día o de la noche! ¿Qué formas están haciendo las nubes? ¿Cuántos diferentes colores hay en el cielo durante el crepúsculo?