
CHANAK INTERNATIONAL ACADEMY

LIFE SKILLS JUNIORS

JUNIOR 3

12-13 ANOS

Etapa puente · mayor autonomía del estudiante

80 mini proyectos practicos para elegir

10 tracks | Completables en 1-2 semanas | Con entregable claro

Artes y Creatividad

Tecnología

Deporte y Bienestar

Naturaleza

Cocina y Nutricion

Economía del Hogar

?Todo lo que hagais, hacedlo de corazon, como para el Señor.?

INDICE DE TRACKS

Artes y Creatividad

Proyectos 1 al 8

Observacion de la Naturaleza

Proyectos 17 al 24

Robotica, Electronica y Ordenador

Proyectos 33 al 40

Deporte y Bienestar

Proyectos 49 al 56

Fotografia y Video

Proyectos 65 al 72

Canva y Diseno Digital

Proyectos 9 al 16

Escritura y Cuentos

Proyectos 25 al 32

Cocina y Nutricion

Proyectos 41 al 48

Manualidades y Construccion

Proyectos 57 al 64

Compras y Economia del Hogar

Proyectos 73 al 80

Todos los proyectos pueden realizarse a cualquier edad de este rango. El nivel indica quien los lidera con mayor autonomia. Las tarjetas resaltadas en cada seccion corresponden a la edad de este documento.

ARTES Y CREATIVIDAD

#01

Autorretrato en espejo

Siéntate frente a un espejo. Dibuja tu propio rostro en 30 minutos con lápiz observando detalles: luz, sombra y proporciones reales.

Entregable: Dibujo A4 + 3 frases sobre lo que descubriste de ti mismo.

"Me hiciste maravillosamente." — Salmo 139:14

#02

Collage de identidad

Recorta imágenes de revistas o imprime fotos. Crea un collage A3 que muestre quién eres: familia, fe, talentos y sueños. Añade texto.

Entregable: Collage A3 + explicación escrita de 5 oraciones.

"Somos hechura suya, creados para buenas obras." — Efesios 2:10

#03

Mural tipográfico de un versículo

Elige un versículo favorito. Diseña un cartel A3 con letras dibujadas a mano en 3 estilos tipográficos distintos. Decora alrededor del texto.

Entregable: Cartel A3 terminado + foto del proceso de elaboración.

"La palabra de Dios permanece para siempre." — Isaías 40:8

#04

Cuadro en técnica mixta: mi comunidad

Usando acuarela, lápices de colores y collage crea una obra que represente tu barrio o ciudad. Incluye al menos 3 elementos reales del entorno.

Entregable: Cuadro A3 en técnica mixta + ficha descriptiva del lugar representado.

"Buscad la paz de la ciudad." — Jeremías 29:7

#05

Cómic bíblico de 8 viñetas

Elige una historia bíblica y nárala en 8 viñetas con personajes, fondos y diálogos. Añade cubierta ilustrada, título y versículo central.

Entregable: Cuadernillo de cómic grapado con cubierta.

"Todo lo que hagáis, hacedlo de corazón." — Colosenses 3:23

#06

Escultura de materiales reciclados

Usa cajas, rollos y botellas para crear una escultura que represente un valor cristiano (esperanza, familia, fe). Pinta y presenta a la familia.

Entregable: Escultura física + tarjeta con el simbolismo explicado.

"Dios llenó a Bezaleel del Espíritu para hacer obras artísticas." — Éxodo 31:3

#07

Ilustraciones de mi cuento favorito

Elige un cuento o historia bíblica. Crea 5 ilustraciones de los momentos clave. Al pie de cada una, copia una frase del texto original.

Entregable: 5 ilustraciones en A5 ordenadas y grapadas como cuadernillo.

"Contaremos a la generación venidera las alabanzas del Señor." — Salmo 78:4

#08

Portafolio de artista: 5 obras del año

Selecciona tus 5 mejores trabajos artísticos del año. Crea una ficha de museo para cada uno: título, técnica, año y significado personal.

Entregable: Portafolio con cubierta, 5 fichas y las obras fotografiadas.

"¿Ves a un hombre diligente? Estará ante los reyes." — Proverbios 22:29

CANVA Y DISEÑO DIGITAL

#09

Póster en Canva para un evento

Usa Canva.com (gratis) para diseñar un póster A3 de un evento real o imaginario. Incluye imagen principal, texto, colores coordinados y logo.

Entregable: Archivo PDF del póster exportado desde Canva.

"Que alumbre vuestra luz delante de los hombres." — Mateo 5:16

#10

Presentación de 5 slides en Canva

Elige un tema que te apasione (animal, país, personaje bíblico). Diseña una presentación de 5 diapositivas en Canva con imágenes y textos coherentes.

Entregable: Presentación exportada en PDF con 5 slides.

"Todo lo puedo en Cristo que me fortalece." — Filipenses 4:13

#11

Infografía histórica en Canva

Crea una infografía en Canva sobre un evento histórico de España: la Reconquista, el descubrimiento de América o los Reyes Católicos. Datos + línea de tiempo.

Entregable: Infografía exportada en PDF, tamaño A4.

"Acuérdate de los días del pasado." — Deuteronomio 32:7

#12

Newsletter mensual para la familia

Diseña en Canva una newsletter de 1 página para tu familia: noticias del mes, versículo, foto, sección divertida. Imprime o envía por email.

Entregable: Newsletter en PDF distribuida a la familia.

"El amor sea sin fingimiento." — Romanos 12:9

#13

Banner de redes sociales para ministerio

Crea en Canva un banner para Instagram, Facebook o YouTube de un ministerio o proyecto cristiano real. Respeta los colores de su identidad visual.

Entregable: 3 formatos exportados: cuadrado, historia y banner horizontal.

"Id y predicad el Evangelio a toda criatura." — Marcos 16:15

#14

Hoja de cálculo en Google Sheets

Aprende Google Sheets. Crea una tabla de ingresos y gastos del mes con fórmulas básicas (SUMA, PROMEDIO). Añade un gráfico de barras con los datos.

Entregable: Archivo de Sheets con tabla de datos + gráfico de barras.

"Las riquezas del diligente son abundantes." — Proverbios 13:11

#15

Edición básica de video en CapCut

Graba un video de 2-3 minutos sobre un tema libre. Edítalo añadiendo texto en pantalla, música de fondo y al menos 3 transiciones entre escenas.

Entregable: Video editado de 2-3 min guardado o compartido.

"Proclama su gloria entre las naciones." — Salmo 96:3

#16

Logo personal en Canva

Diseña tu logo personal: elige un símbolo que te represente, combínalo con tus iniciales y un lema. Exporta en fondo transparente y fondo blanco.

Entregable: Logo en 2 versiones exportado en PDF.

"El buen nombre es preferible a las muchas riquezas." — Proverbios 22:1

OBSERVACION DE LA NATURALEZA

#17

Cuaderno de campo: 10 seres vivos

Camina por tu entorno. Observa y dibuja o fotografía 10 seres vivos distintos (plantas, insectos, aves, árboles). Crea fichas con nombre y dónde los encuentraste.

Entregable: 10 fichas de campo ilustradas o con fotos.

"¡Cuán innumerables son tus obras, oh Señor!" — Salmo 104:24

#18

Experimento: la luz y las plantas

Planta 2 semillas iguales. Una con luz directa, otra en sombra. Documenta los cambios cada 3 días durante 3 semanas con fotos o dibujos.

Entregable: Diario del experimento con hipótesis, registro y conclusión.

"Dios vio que la luz era buena." — Génesis 1:4

#19

Registro climático de mi ciudad 14 días

Registra diariamente temperatura máxima, mínima y tiempo (sol/nubes/lluvia). Crea tabla y gráfico de línea. Compara con otra ciudad de España.

Entregable: Tabla de 14 días + gráfico de línea + comparativa.

"Mientras la tierra permanezca, las estaciones no cesarán." — Génesis 8:22

#20

Detective de insectos

Busca en jardín, parque o macetas en casa 5 insectos distintos. Obsérvalos con lupa. Dibuja o fotografía cada uno y crea fichas de campo completas.

Entregable: 5 fichas: nombre, aspecto, hábitat y dato curioso.

"Observa a la hormiga y sé sabio." — Proverbios 6:6

#21

Mini huerto en casa: diario 4 semanas

Planta 3 variedades de semillas en macetas o cajas recicladas. Anota altura, estado y cuidados durante 4 semanas. Fotografía semanalmente.

Entregable: Diario de 4 semanas con mediciones y fotos.

"Plantarás y comerás el fruto." — Deuteronomio 28:39

#22

Ciclo del agua: terrario casero

Crea un terrario con tierra, plantas y cubierta transparente. Observa la condensación. Dibuja el ciclo del agua que ves y escribe la explicación científica.

Entregable: Terrario + diagrama dibujado del ciclo del agua.

"El que riega será también regado." — Proverbios 11:25

#23

Fotorreportaje: cambios en 4 estaciones

Fotografía el mismo árbol, jardín o calle en 4 momentos distintos del año. Compila las 4 fotos en un cartel con texto que explique los cambios.

Entregable: Cartel con 4 fotos del mismo lugar + texto comparativo.

"Todo tiene su tiempo bajo el sol." — Eclesiastés 3:1

#24

Cadenas alimentarias del entorno local

Investiga el ecosistema más cercano (parque, campo, río). Dibuja 3 cadenas alimentarias reales con animales y plantas de esa zona. Explica cada eslabón.

Entregable: 3 diagramas de cadena alimentaria + explicación escrita.

"¡Cuán grandes son tus obras, oh Señor!" — Salmo 92:5

ESCRITURA Y CUENTOS

#25

Cuento cristiano de 5 páginas

Escribe un cuento con inicio, nudo y desenlace. El protagonista enfrenta un dilema y lo resuelve con un valor cristiano. Ilustra la portada a mano.

Entregable: Cuento de 5 páginas con portada ilustrada.

"Contaremos a la generación venidera las alabanzas del Señor." — Salmo 78:4

#26

Diario de agradecimiento 21 días

Durante 21 días escribe 3 cosas por las que estás agradecido. El día 21 relea todo y escribe: ¿qué patrones ves? ¿cómo cambió tu perspectiva?

Entregable: Diario de 21 días + reflexión final de 1 página.

"En todo dad gracias." — 1 Tesalonicenses 5:18

#27

Poema sobre la creación

Observa la naturaleza durante 15 minutos. Escribe un poema de 3 estrofas conectando la belleza del mundo con la fe. Lee en voz alta y grábate.

Entregable: Poema de 3 estrofas + grabación de audio de la lectura.

"Los cielos cuentan la gloria de Dios." — Salmo 19:1

#28

Reportaje periodístico de un evento local

Investiga o asiste a un evento de tu comunidad. Escríbelo como periodista: titular impactante, entrada, cuerpo y cierre. Añade foto o dibujo.

Entregable: Reportaje de 1 página con titular + imagen.

"El que habla la verdad declara lo que es justo." — Proverbios 12:17

#29

Carta a un personaje histórico cristiano

Elige un personaje histórico cristiano (Isabel I, de las Casas, Wilberforce). Escríbele una carta de 2 páginas: qué admiras y qué le preguntarías.

Entregable: Carta de 2 páginas con fecha, saludo formal y firma.

"Estad siempre preparados para presentar defensa." — 1 Pedro 3:15

#30

Parábola bíblica en contexto moderno

Elige una parábola (hijo pródigo, buen samaritano, los talentos). Reescríbela situándola en tu ciudad en 2024 manteniendo el mensaje original.

Entregable: Parábola moderna de 2 páginas + nota sobre el mensaje bíblico.

"Vuestro Padre sabe lo que necesitáis." — Mateo 6:8

#31

Entrevista imaginaria a un personaje bíblico

Escribe una entrevista de 10 preguntas y respuestas a un personaje bíblico (José, Ester, Pablo, María). Las respuestas deben basarse en el texto real.

Entregable: Entrevista de 10 preguntas + fuentes bíblicas citadas al final.

"Toda la Escritura es útil para enseñar." — 2 Timoteo 3:16

#32

Libro ilustrado para niños pequeños

Escribe un cuento de 8 páginas para niños de 4-6 años que enseñe un valor (generosidad, valentía, perdón). Ilustra cada página. Regálalo a un niño real.

Entregable: Cuadernillo de 8 páginas ilustrado + carta al receptor.

"Dejad que los niños vengan a mí." — Mateo 19:14

ROBOTICA, ELECTRONICA Y ORDENADOR

#33

Construcción: estructura más alta con palillos

Con palillos de madera y plastilina como conectores, construye la estructura más alta posible que aguante 1 minuto sin caer. Fotografía los intentos.

Entregable: Foto de la estructura final + registro de intentos y altura lograda.

"¿Quién quiere construir una torre y no calcula el costo?" — Lucas 14:28

#35

Programación básica en Scratch

En scratch.mit.edu crea un juego o historia animada con al menos 3 escenas, 2 personajes y música de fondo. El tema puede ser bíblico o creativo.

Entregable: Enlace al proyecto de Scratch + captura del código + descripción.

"El Señor da sabiduría." — Proverbios 2:6

#37

Historia bíblica animada en Scratch

Programa en Scratch una historia bíblica de 5 escenas con personajes que se muevan, hablen y cambien de escenario. Incluye texto en pantalla.

Entregable: Proyecto Scratch publicado + guión escrito de la historia.

"Todo lo que hagáis, hacedlo como para el Señor." — Colosenses 3:23

#39

Alarma casera con circuito eléctrico

Construye una alarma con pila, cable, papel de aluminio y un LED o buzzer. La alarma se activa al abrirse una "puerta" de cartón con contacto metálico.

Entregable: Alarma funcionando (video de 30 seg) + esquema del circuito.

"Velad y orad." — Mateo 26:41

#34

Circuito eléctrico básico: enciende un LED

Con una pila de 9V, cables, un LED y un interruptor casero de papel de aluminio, construye un circuito que encienda la luz. Dibuja el esquema.

Entregable: Circuito funcionando (foto con LED encendido) + esquema dibujado.

"Vosotros sois la luz del mundo." — Mateo 5:14

#36

Robot de cartón con partes móviles

Diseña y construye un robot de cartón con al menos 2 articulaciones móviles (brazos, cabeza). Decóralo y explica cómo funciona cada movimiento.

Entregable: Robot físico + ficha técnica con diseño y descripción de movimientos.

"¿No saben que son templo de Dios?" — 1 Corintios 3:16

#38

Puente de palillos: prueba de resistencia

Construye el puente más resistente posible con palillos y pegamento. Mide el peso máximo que aguanta colocando monedas. Registra los resultados.

Entregable: Foto aguantando peso + tabla de pruebas + reflexión sobre el diseño.

"¿Quién puede construir lo que Dios estableció?" — Job 38:4 (paráf.)

#40

¿Cómo funciona internet? Diagrama visual

Investiga cómo viaja un mensaje desde tu dispositivo al del destinatario (routers, servidores, TCP/IP). Crea un diagrama A3 explicando el proceso.

Entregable: Diagrama A3 + explicación escrita de 10 oraciones.

"La sabiduría vale más que las piedras preciosas." — Proverbios 8:11

COCINA Y NUTRICION

#41

Receta familiar de tres generaciones

Pide a un familiar mayor una receta tradicional. Aprende a hacerla con su ayuda. Escríbela con medidas exactas, historia de la receta y fotos del proceso.

Entregable: Tarjeta de receta + 3 fotos del proceso + historia de 5 oraciones.

"El que da al pobre, al Señor presta." — Proverbios 19:17

#42

Desayuno saludable: planificar y cocinar

Investiga los componentes de un desayuno saludable (fruta, proteína, cereal). Planifica uno completo, prepáralo tú solo y preséntalo a la familia.

Entregable: Foto del desayuno + ficha nutricional + reflexión sobre salud.

"El cuerpo es templo del Espíritu Santo." — 1 Corintios 6:19

#43

Menú semanal para la familia

Planifica el menú de 5 días (desayuno, comida y cena) incluyendo todos los grupos alimenticios. Añade la lista de compras necesaria categorizada.

Entregable: Menú semanal escrito + lista de compras categorizada.

"Todo lo que hagáis, hacedlo de corazón." — Colosenses 3:23

#44

Experimento: ¿qué hace subir el pan?

Prepara 2 masas de pan: una con levadura activa y otra sin levadura. Hornéalas y compara. Explica la ciencia de la fermentación en 10 oraciones.

Entregable: 2 panes horneados + informe comparativo con fotos.

"Yo soy el pan de vida." — Juan 6:35

#45

Cocina de una región de España

Elige una receta típica de una comunidad autónoma distinta a la tuya. Investiga su origen, prepárala y preséntala como si fuera un programa de cocina.

Entregable: Receta + fotos del proceso + ficha cultural de la región.

"En todo lugar se ofrece ofrenda al Señor." — Malaquías 1:11

#46

Lectura de etiquetas: 10 productos

Toma 10 productos del armario de casa. Lee sus etiquetas. Crea una tabla con calorías, azúcar y proteínas de cada uno. Clasifica de más a menos saludable.

Entregable: Tabla comparativa + ranking final + conclusión escrita.

"Lleva cautivo todo pensamiento." — 2 Corintios 10:5 (paráf.)

#47

Merienda solidaria: cocinar para dar

Prepara una merienda (galletas, pan, tarta) para llevarla a alguien fuera de casa: vecino mayor, amigos, familia necesitada. Incluye nota escrita.

Entregable: Comida elaborada + foto + nota entregada + reflexión personal.

"No os olvidéis de la hospitalidad." — Hebreos 13:2

#48

Cena para 4 con 10 euros: del mercado a la mesa

Planifica una cena para 4 personas con máximo 10 euros. Ve al supermercado con ese dinero, compra, cocina y documenta todo el proceso.

Entregable: Lista + ticket de compra + fotos de la preparación + coste real.

"Honra al Señor con tus bienes." — Proverbios 3:9

DEPORTE Y BIENESTAR

#49

Diario de movimiento 21 días

Durante 21 días anota cada día qué actividad física hiciste y cuánto tiempo. Crea un gráfico de barras. Reflexiona: ¿qué días fue más difícil y por qué?

Entregable: Diario de 21 días + gráfico + reflexión de 5 oraciones.

"Ejercítate para la piedad." — 1 Timoteo 4:8

#50

Rutina de 10 minutos para niños pequeños

Diseña una rutina de ejercicios de 10 minutos para niños de 6-8 años con calentamiento, actividad principal y vuelta a la calma. Enséñasela a un niño real.

Entregable: Tarjeta con la rutina ilustrada + foto o video de la sesión.

"Corramos con paciencia la carrera." — Hebreos 12:1

#51

Reto físico: 3 semanas de entrenamiento

Elige un reto medible (10 flexiones, correr 1 km, plancha 1 min). Documenta tu punto de partida, entrena 3 semanas y registra el resultado final.

Entregable: Log de entrenamiento + resultado final documentado con foto.

"Todo lo puedo en Cristo que me fortalece." — Filipenses 4:13

#52

Infografía de un deportista cristiano

Investiga a un deportista profesional cristiano (Tim Tebow, Manny Pacquiao, etc.). Crea una infografía: trayectoria, logros y cómo vive su fe.

Entregable: Infografía A4 impresa o en PDF + fuentes citadas.

"Corro hacia la meta del supremo llamamiento." — Filipenses 3:14

#53

Mini olimpiadas familiares

Organiza unas mini olimpiadas con 5 pruebas deportivas en casa o jardín. Diseña el programa, las reglas y los premios. Arbitra y documenta resultados.

Entregable: Programa de las olimpiadas + tabla de resultados + fotos.

"¿No sabéis que en una carrera todos corren?" — 1 Corintios 9:24

#54

Historia del deporte en España

Investiga 3 deportes populares en España, su historia y grandes campeones españoles. ¿Cuándo llegaron a España? Crea un póster informativo.

Entregable: Póster A3 + ficha de datos de 3 deportes.

"La gloria de los jóvenes es su fuerza." — Proverbios 20:29

#55

Activación deportiva para adultos mayores

Diseña y ejecuta una sesión de ejercicios suaves de 15 minutos para abuelos u adultos mayores. Adapta cada ejercicio a su capacidad física real.

Entregable: Plan de sesión + foto de la actividad + carta del adulto que confirma.

"Honra a tu padre y a tu madre." — Éxodo 20:12

#56

Plan nutricional de un deportista

Investiga qué come un deportista de alto rendimiento en un día. Compara con tu alimentación. Identifica 3 mejoras reales y crea un plan de 1 semana.

Entregable: Comparativa nutricional + plan de mejora de 1 semana escrito.

"El cuerpo es templo del Espíritu Santo." — 1 Corintios 6:19

MANUALIDADES Y CONSTRUCCION

#57

Caja decorativa personalizada

Diseña y construye una caja con cartón grueso. Decórala con pintura, tela o decoupage. Puede servir para guardar algo especial: versículos, fotos, recuerdos.

Entregable: Caja terminada + nota sobre qué guarda y qué simboliza.

"El Señor edifica la casa." — Salmo 127:1

#59

Instrumento musical casero

Construye un instrumento con materiales de casa (xilófono con botellas de agua, guitarra con caja y gomas, maracas con lata y arroz). Toca algo sencillo.

Entregable: Instrumento terminado + video de 30 seg tocando una melodía.

"Alabad a Dios con instrumentos de cuerda." — Salmo 150:4

#61

Jardín de suculentas en recipiente reciclado

Usa una caja de madera, lata o maceta reciclada. Planta suculentas o semillas. Decora el exterior. Escribe una tarjeta con instrucciones de cuidado.

Entregable: Jardín plantado + tarjeta de cuidados + foto.

"El que planta y el que riega son una misma cosa." — 1 Corintios 3:8

#63

Puente de palillos: récord de resistencia

Construye el puente más resistente con palillos y pegamento. Registra cuánto peso aguanta colocando monedas. Documenta al menos 3 diseños probados.

Entregable: Foto del puente aguantando máximo peso + tabla + reflexión de diseño.

"¿Cuál de vosotros quiere construir y no calcula el costo?" — Lucas 14:28

#58

Maqueta del barrio o lugar bíblico

Con cajas, cartón y materiales reciclados construye la maqueta de tu barrio o de un lugar bíblico (Jerusalén, Belén, el templo). Etiqueta los edificios.

Entregable: Maqueta física + mapa de referencia que usaste.

"La ciudad amada." — Apocalipsis 20:9

#60

El arco romano: experimento de arquitectura

Investiga cómo funciona el arco romano. Constrúyelo con arcilla o bloques pequeños sin pegamento. Prueba si aguanta peso encima. Fotografía.

Entregable: Arco construido aguantando peso (foto) + explicación de la ingeniería.

"Cuando llegó el cumplimiento del tiempo." — Gálatas 4:4

#62

Juguete o regalo hecho a mano

Diseña y construye un juguete o regalo para un niño de tu entorno: muñeco de tela, rompecabezas de cartón, juego de mesa. Entrégalo y fotografía la entrega.

Entregable: Juguete o regalo terminado + foto de la entrega.

"Hay más dicha en dar que en recibir." — Hechos 20:35

#64

Mapa físico de España en relieve 3D

Con cartón corrugado o arcilla crea un mapa físico de España en relieve. Pinta ríos en azul, montañas en marrón y llanuras en verde. Añade leyenda.

Entregable: Mapa 3D terminado con leyenda de colores.

"La tierra y su plenitud son del Señor." — Salmo 24:1

FOTOGRAFIA Y VIDEO

#65

Fotorreportaje del barrio: 10 imágenes

Sal al barrio con móvil o cámara. Toma 10 fotos que cuenten la historia de tu comunidad: personas, lugares y momentos. Añade pie de foto a cada imagen.

Entregable: 10 fotos impresas o en digital + pie de foto descriptivo para cada una.

"Buscad la paz de la ciudad." — Jeremías 29:7

#67

Fotografía con la regla de tercios

Aprende la regla de los tercios (cuadrícula 3x3 de la cámara). Toma 10 fotos aplicando la regla en distintos entornos: naturaleza, personas, arquitectura.

Entregable: 10 fotos + descripción de cómo aplicaste la regla en cada foto.

"Todo lo creado es bueno." — 1 Timoteo 4:4

#69

Álbum del proyecto de servicio

Durante un proyecto de servicio, fotografía los momentos clave. Crea un álbum físico o digital con 15 fotos ordenadas cronológicamente y comentadas.

Entregable: Álbum de 15 fotos comentadas en digital o impreso.

"Sirviendo al Señor con alegría." — Salmo 100:2

#71

Díptico antes/después de un servicio

Antes de un acto de servicio (limpiar una zona, ordenar algo), fotografía el "antes". Después, fotografía el "después". Compila en un díptico con texto.

Entregable: Díptico antes/después + texto de 5 oraciones sobre la diferencia.

"Todo lo puedo en Cristo que me fortalece." — Filipenses 4:13

#66

Video tutorial: cómo hacer algo

Elige algo que sabes hacer bien (receta, manualidad, deporte). Graba un tutorial de 3-5 min explicando el proceso paso a paso. Edítalo con título y música.

Entregable: Video de 3-5 min editado con título, música y créditos.

"¿Ves a un hombre diligente en su trabajo?" — Proverbios 22:29

#68

Cortometraje de 2 minutos

Escribe un guión de 2 minutos. Actúa, dirige y edita un cortometraje con tu familia o amigos. Debe tener inicio, nudo y desenlace. Tema libre o bíblico.

Entregable: Video de 2 min con créditos al final + guión escrito.

"El amor cubre todas las faltas." — Proverbios 10:12

#70

Stop motion con plastilina

Crea una historia de 30-60 segundos con plastilina en stop motion. Necesitas al menos 60 fotos. Edita con CapCut o Stop Motion Studio.

Entregable: Video de stop motion de 30-60 seg + reflexión del proceso creativo.

"Dios formó al hombre del polvo de la tierra." — Génesis 2:7

#72

Las 4 estaciones en el mismo lugar

Fotografía el mismo árbol, rincón o calle en las 4 estaciones del año. Compila en un cartel con texto explicando los cambios observados en cada estación.

Entregable: Cartel con 4 fotos del mismo lugar + texto explicativo.

"Todo tiene su tiempo bajo el sol." — Eclesiastés 3:1

COMPRAS Y ECONOMIA DEL HOGAR

#73

Misión de compras con 10 euros

Con un adulto, ve al supermercado con máximo 10 euros. Decide qué comprar para la comida de un día para toda la familia. Anota lo comprado vs. lo planeado.

Entregable: Ticket de compra + lista planificada vs. comprada + reflexión.

"Las riquezas del diligente son abundantes." — Proverbios 13:11

#75

Mapa de cómo está organizado el supermercado

En tu próxima visita dibuja un plano del supermercado con sus secciones. Anota dónde está cada tipo de producto. ¿Por qué crees que está distribuido así?

Entregable: Plano dibujado del supermercado + hipótesis sobre su distribución.

"El sabio en todo tiene sus ojos abiertos." — Eclesiastés 2:14

#77

Los 5 ingredientes: lectura de etiquetas

Coge 10 productos del supermercado. Lee los ingredientes. Localiza azúcar, sal y grasas saturadas. ¿Cuál es el más procesado? ¿Y el menos?

Entregable: Tabla de 10 productos con ranking de más a menos procesado.

"El cuerpo es templo del Espíritu Santo." — 1 Corintios 6:19

#79

Reducir el desperdicio alimentario 1 semana

Anota qué comida se tira en casa durante 7 días y por qué. Al final propón 5 cambios concretos para reducir el desperdicio. Preséntalos a tu familia.

Entregable: Registro de 7 días + 5 propuestas + presentación a la familia.

"Recogió los pedazos sobrantes para que no se perdiera nada." — Juan 6:12

#74

Marca blanca vs. marca: comparativa

Elige 5 productos. Para cada uno compara el precio de la marca blanca con 2 marcas reconocidas. ¿Cuánto se ahorra? ¿Vale la pena pagar más?

Entregable: Tabla comparativa de 5 productos + conclusión razonada.

"El sabio tiene sus ojos en su cabeza." — Eclesiastés 2:14

#76

Presupuesto familiar semanal de alimentos

Con ayuda de tus padres averigua cuánto gasta la familia en comida cada semana. Clasifica el gasto por categorías. Crea un gráfico circular con los datos.

Entregable: Tabla de gastos + gráfico circular + 3 propuestas de ahorro.

"Honra al Señor con tus bienes y con las primicias." — Proverbios 3:9

#78

Planificar una fiesta con 20 euros

Planifica una pequeña fiesta (cumpleaños, celebración) para 8 personas con máximo 20 euros. Lista lo que comprarías, dónde y a qué precio.

Entregable: Plan de fiesta + lista de compras con precios + presupuesto total.

"La alegría del corazón es medicina." — Proverbios 17:22

#80

Menú de Navidad económico con presupuesto

Planifica el menú navideño (entrante, plato y postre) para tu familia con máximo 15 euros. Busca precios reales en el supermercado online o físico.

Entregable: Menú escrito + lista de compras con precios + presupuesto total.

"Comed y bebed, y enviad porciones a los que no tienen." — Nehemías 8:10