

MATERIAL DE APOYO EN “AISLAMIENTO SOCIAL/ CUARENTENA”

Estimados papás, estamos en un tiempo de incertidumbre para todos, y considerando que es muy importante mantener ciertas rutinas en los niños/as para así favorecer su desarrollo armónico, mantener tiempos de ocio adecuados y, en lo posible fuera de las pantallas u objetos tecnológicos hemos decidido compartir con ustedes este material que permite trabajar diversas áreas del desarrollo de sus hijos/as como; creatividad, organización, desarrollo motriz fino, grueso y grafomotricidad.

En este documento encontrarán una propuesta de diversas actividades que pueden realizar en sus hogares. La mayoría de ellas requiere de materiales simples o comunes, y en caso contrario hemos descrito algunas alternativas, ya que la idea es simplificar el trabajo y que estos juegos y desafíos le permitan a los niños y niñas tener un tiempo de recreación, crecimiento, fortalecimiento de diversas habilidades y por supuesto apoyarlos a ustedes en ocupar su tiempo de manera favorable en el que los niños y niñas tengan sus rutinas y actividades y eso le permita a ustedes como padres cumplir con las suyas.

Esperamos que este material sea de apoyo y logre ser un espacio constructivo a nivel familiar.



Con cariño,

**Tamara Pavez .
Daniela Quezada.
Ignacia Vergara.**

ORGANIZACIÓN DE RUTINAS

Durante estas semanas, en las que podemos estar un poco más agobiados o preocupados como padres, es fundamental mantener una rutina predecible y organizada para cada uno de nuestros niños(as).

Es importante establecer tiempos y horarios, lo más cercano a la rutina habitual de los niños(as). Si bien, estamos viviendo una situación mundial, que impacta nuestro desempeño en general, debemos procurar facilitarle a los niños(as) espacios de autocuidado, juego individual y/o en familia, tareas/actividades escolares, apoyo en tareas del hogar, entre otras.

La rutina habitual de la casa debe mantenerse, en la medida de lo posible, estos días de cuarentena: **la hora para levantarse, del baño o acostarse no tiene por qué verse alterado (considerando cierta flexibilidad)**. Además, debe existir una continuidad en casa del aprendizaje del colegio.

Aquí te indicamos algunas sugerencias:

- 2 años a 6 años de edad: podemos darles más tiempo para jugar y explorar, realizando actividades lúdicas que favorezcan el aprendizaje (actividades grafomotrices, lectura de cuentos, tocar un instrumento musical, actividades cognitivas (memorice, puzzles, juegos de mesa, entre otras).
- 6 años a más: dedicar una o dos horas diarias en avanzar en las materias del colegio.

USO DE PANTALLAS

Es el recurso fácil pero no por ello el más oportuno, es normal que recurramos a la tecnología y las pantallas mientras estamos aislados en casa. Sin embargo, nunca deben interferir en su proceso de aprendizaje, en el tiempo que le dediquemos al estudio. Debemos seguir con las normas habituales en este sentido. Si hasta ahora sólo jugaba los fines de semana o si sólo les permitíamos algunas horas en el día, debemos intentar mantenerlo, dentro de lo posible e intentemos que eso no se vea completamente alterado. Lo importante es mantener un uso consciente y responsable de las pantallas, priorizando actividades, juegos y/o videos educativos o relacionados al contenido de su aprendizaje escolar. Siempre el filtro de acceso a videos de internet debe estar puesto por los padres.



ACTIVIDADES PARA FAVORECER AUTONOMÍA

Tabla Montessori tareas domesticas

2-3 años	4-5 años	6-7 años	8-9 años	10-11 años	12+ años
Comer solo.	Vestirse sin ayuda.	Hacer su cama.	Bañarse si ayuda	Limpiar su habitación.	Sacar la basura.
Ordenar sus juguetes.	Doblar sus ropa.	Organizar su escritorio.	Ayudar en la cocina.	Ayudar con los hermanos pequeños.	Hacer pequeñas compras.
Regar las plantas.	Asearse solo.	Preparar la mochila del cole.	Retirar la mesa.	Sacar a pasear a la mascota.	Coser botones.
Llevar la ropa sucia al canasto.	Ayudar a poner la mesa	Colocar su ropa en el armario.	Preparar platos sencillos.	Fregar el suelo.	Cocinar platos elaborados
Recoger sus cubiertos.	Ocuparse de la mascota	Preparar su merienda.	Llenar el lavaplatos	Limpiar cuarto de baño	Imágenes Educativas.com






<http://www.imageneseducativas.com/>

T.O Tamara Pavez
+569 94943813

T.O Daniela Quezada
+569 66172886

T.O Ignacia Vergara
+569 87484627

CALENDARIO DE RUTINA

ACTIVIDADES DÍAS					
LUNES					
MARTES					
MIÉRCOLES					
JUEVES					
VIERNES					
SÁBADO					
DOMINGO					

CALENDARIO DE RUTINA

guiainfantil.com

	 Deberes 	Comidas 	Colegio 	Higiene 	Habitación 
LUNES					
MARTES					
MIÉRCOLES					
JUEVES					
VIERNES					
FIN DE SEMANA					

T.O Tamara Pavez
+569 94943813

T.O Daniela Quezada
+569 66172886

T.O Ignacia Vergara
+569 87484627

CALENDARIO DE RUTINA

Tabla de rutinas para los niños guiainfantil.com				
H	Padres	Hijo 1	Hijo 2	Hijo 3
	Levantarse			
	Desayuno			
	Colegio/actividades /siesta			
	Almuerzo			
	Colegio/actividades/siesta			
	Comida			
	Recreo/juegos/siesta			
	Merienda			
	Deberes/juegos/siesta			
	Baño			
	Cena			
	Acostarse			



CALENDARIO DE RUTINA

Actividades importantes a incorporar:

- Horarios establecidos para actividades de autocuidado (bañarse, vestirse, comer, dormir)
- Juego libre individual (permitirles explorar y jugar solos)
- Juego en familia o con hermanos
- Apoyo en actividades del hogar
- Realizar actividades que les envíen del colegio
- Lectura de cuentos

Sabemos que es complejo cumplir con una rutina en casa cien por ciento estructurada, no obstante, es importante en términos generales, establecer una organización predecible, la cual le permitirá a nuestros niños, mayor armonía, tranquilidad y seguridad.

Es importante que les comuniquemos a los niños de manera simple el por qué estamos en casa y por qué debemos cumplir con ello, de esta forma vamos aclarando muchas de sus dudas e inquietudes. Este también es un buen escenario para contarles que este virus nos puede afectar a todos, por eso tan importante el que nos cuidemos como sociedad, así damos espacio claro al respeto y cuidado de todos.

Aprovechemos estos espacios en familia de la manera más óptima posible, es una oportunidad de restablecer vínculos, compartir desde la cotidianidad, que muchas veces la "rutina de trabajo" nos limita. Veamos el lado positivo de esta gran pandemia y disfrutemos de el tiempo en familia. Busquemos actividades en conjunto, dividamos las tareas del hogar, organicemos los tiempos con el fin de cumplir con lo requerido (trabajo) pero también dejar un espacio para el auto cuidado, tanto para los padres como para los niños y niñas.

ESTRATEGIAS SENSORIALES PARA EL HOGAR

Durante estas semanas que nos encontremos en casa es relevante ser capaz de identificar las necesidades sensoriales de cada niño/a. Debemos entender que no es su intención "molestar" a los demás, sino que hay algo más que está ocurriendo. El niño/a puede estar teniendo mucha tensión por lo que necesita liberarla de alguna forma.



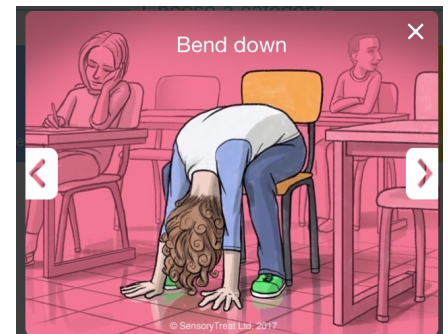
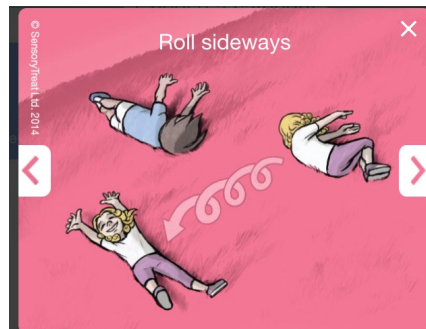
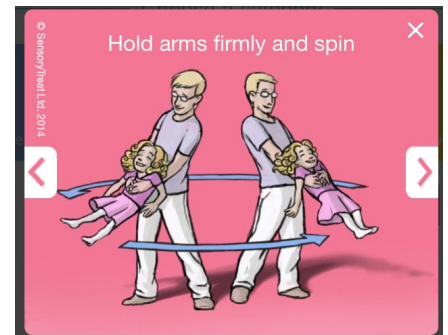
Es por esto que es relevante encontrar uno (o más) momento del día para realizar este tipo de actividades lúdicas de regulación sensorial.

A continuación te dejamos algunas sugerencias e ideas que puedes realizar en casa. Es importante elegir juegos que motiven al niño/a, y que estén acorde a sus capacidades, ni más fácil ni más difícil. Puedes ir creando historias que motiven a los niños/as a realizar el juego, para así alcanzar una regulación sensorial.

Actividades sensoriales:

Vestibulares (movimiento)

- Correr, saltar, marchar, caminar o bailar
- Subir escaleras
- Andar en triciclo, bicicleta, monopatín o scooter
- Jugar a atrapar/ lanzar objetos
- Saltos de rana
- Rebotar en una pelota terapéutica con los pies en el piso



carretilla

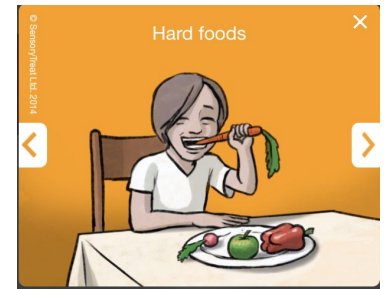
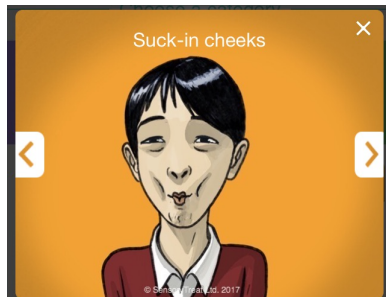
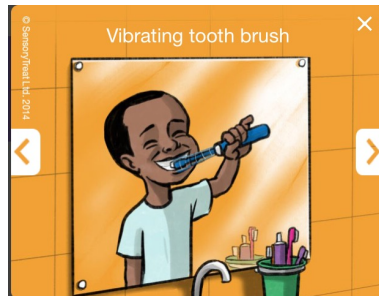
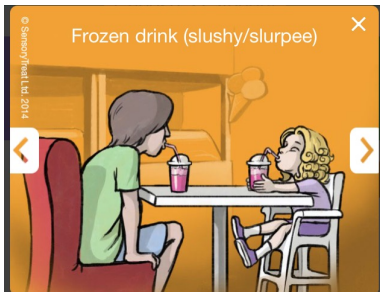
-Juego de caminata en

Táctil

- Usar objetos antiestrés o con textura, como una pelota para apretar
- Pintar con los dedos
- Jugar con plasticina
- Jugar o crear un slime
- Cocinar amasando harina para pan o pizza
- Masaje con crema en brazos y manos
- Usar crema/ espuma de afeitado y dibujar con ella.

Orofacial

- Masticar chicle
- Soplar un silbato
- Hacer burbujas
- Soplar burbujas en agua con una bombilla
- Hacer una pista en una caja o en el suelo y soplar con una bombilla un pompon de algodón y otro



Propiocepción (conciencia corporal/ trabajo pesado)

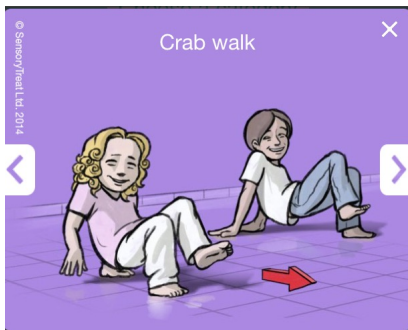
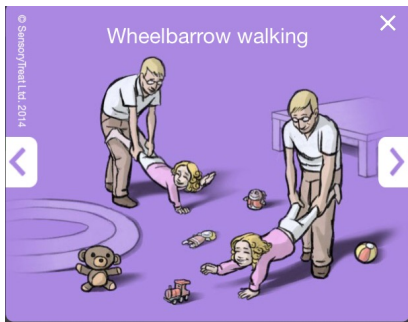
- Empujar un auto de juguete
- Mover sillas y crear un "fuerte"
- Reacomodar libros o juguetes en estantes
- Mezclar, amasar pan o masa para galletas
- Barrer con escoba
- Hacer psoturas de yoga infantil
- Juego en cuadrupedia (gateo imitando animales)
- Rodar por el suelo para movilizarse de un lugar a otro
- Bailar



T.O Tamara Pavez
+569 94943813

T.O Daniela Quezada
+569 66172886

T.O Ignacia Vergara
+569 87484627



Visual, auditivo y olfativo

- Usar lentes de sol o sombrero para reducir resplandor
- Usar audífonos que cancelan el ruido
- Escuchar la música favorita
- Mirar libros de imágenes
- Oler velas aromáticas o usar balsamo labial
- Disminuir o aumentar intensidad de la luz

Algunas otras ideas de juegos que entregan información sensorial;

Twister

Este juego es una excelente forma de practicar las habilidades motoras que pueden estar afectadas por las dificultades sensoriales. Los niños/as tienen que utilizar sus músculos y articulaciones para lograr las posturas correctas. Favoreciendo el sistema vestibular y propioceptivo principalmente.

Pintar con los dedos

Esta actividad es de gran utilidad para aquellos niños/as que buscan experiencias sensoriales constantemente. Para su realización necesitarás un delantal, pintura y papel. (se pueden agregar diversos elementos como: mostacilla, lentejuelas, algodón u otros) Luego permitiremos que el niño se deje llevar. Si su hijo/a evita los estímulos sensoriales esta actividad nos servirá para mostrarle nuevas texturas

Rompecabezas

Esta actividad es muy buena para calmar a nuestros niños/as que se excitan con facilidad. Con el puzle no sólo potencian habilidades motoras finas, sino que también facilita el procesamiento visoespacial, la organización y planificación.

Bailar

Seleccionar en conjunto con el niño/a la lista de canciones que quiere bailar y realicen una fiesta de baile. Esta actividad le entregará mucho movimiento a su cuerpo, si tiene dificultad con las habilidades motoras gruesas, intente que imite sus pasos de baile. A través de esta se potenciará la coordinación, conciencia corporal, estimulación visual y auditiva.

Sábana como medio de transporte

El niño/a va sentado en la sábana y tiene que ir adaptando su cuerpo para no caerse con el movimiento. Puedes hacer un recorrido por diversos lugares de la casa o pasillos



Colchoneta o colchón

Aprovechar estas superficies blandas para aplastarlos con almohada o cojines (no presionar excesivamente fuerte) y que ellos luchen por salir de ahí. Esto nos ayudará a que el niño/a se vaya regulando y así calmando.

Subir y bajar de objetos

Utilizar sillas, sofá, cama, y que vayan subiendo y bajando de estos, como así también pasando por debajo arrastrando su cuerpo. Esto favorece la propiocepción y conciencia corporal.

Es importante que aprovechemos este tiempo en el que los niños permanecerán en casa para favorecer su creatividad y exploración del medio y de su cuerpo, por lo que los invitamos a fomentar este tipo de actividades sensoriales y darle algún sentido para ellos, ya sea creando historia, convirtiéndose en personajes ficticios, etc.

Actividades para realizar en casa durante Aislamiento Social

A continuación, se presenta una serie de actividades propuestas según la edad de su hijo/a.

La mayoría de las actividades son propuestas con materiales de fácil acceso y en caso de no contar con ellos dejamos algunas alternativas.

Motricidad Fina

1.- Atrapa gusanos



Para esta actividad se necesitan limpia pipas y pinzas para la ropa. Se usarán los pedazos de limpia pipas como gusanos y pinzas para la ropa como picos de pájaros. A través de este juego potenciaremos el desarrollo de esos pequeños músculos de las manos y el control motor fino. Simplemente corte los limpiapipas y proporcione algún tipo de contenedor para que funcione como un nido. Las crías usan su pico de pájaro para agarrar un gusano y transferirlo a su nido.

2.- Pompones



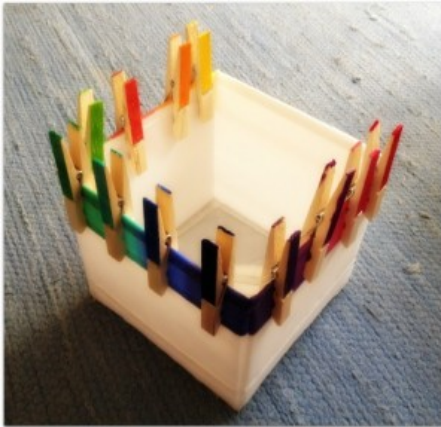
Agarrarlos, pellizcarlos o traspasarlos de un recipiente a otro... Estas pequeñas bolitas pueden resultar unas grandes aliadas para el desarrollo de la motricidad fina.

Dependiendo de la edad y habilidad de los niños, puedes añadir todo tipo de retos educativos como la identificación y clasificación de colores, tamaños, conteo.



3.- Pinzas para colgar ropa

Unas simples pinzas de tender la ropa pueden ser un ejercicio buenísimo para mejorar la motricidad fina. Mientras los niños juegan con las pinzas están fortaleciendo los dedos índice, medio y pulgar, y midiendo la fuerza que tienen que hacer en la presión. Sólo tienen que pintar las pinzas de distintos colores al igual que la caja, para favorecer a su vez la discriminación visual y clasificación según color.



4.- Elásticos



Los niños podrán fortalecer sus habilidades de motricidad fina, mientras colocan gomas alrededor de los tubos. Es una actividad muy simple pero puede convertirse en un divertido reto. Al igual que la actividad anterior ponemos los elásticos según color.



T.O Tamara Pavez
+569 94943813

T.O Daniela Quezada
+569 66172886

T.O Ignacia Vergara
+569 87484627

5.- Colador



Otro interesante y sobretodo entretenido juego es meter limpiapiipas, espaguetis, o bombillas por cada uno de los agujeros de un colador.



6.- Pulpo

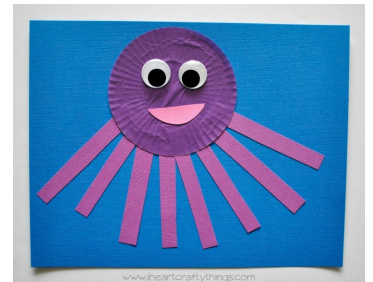


Suministros que necesitará:

- Forro de cupcake morado (o el color que elijas)
- Hoja azul de papel de cartulina (simulando el mar)
- Papel de cartulina púrpura (o el color que elija)
- Papel de cartulina rosa
- 2 grandes ojos saltones (de no tener puedes dibujarlos)
- Cereales Cheerios o cualquier cereal "O" (o porotos) **
- Pegamento
- Tijeras



Para comenzar deberás cortar 8 tentáculos del papel de cartulina púrpura, considerando el ancho del cereal, y una boca, luego pegar el forro de cupcake y los tentáculos en la cartulina azul. Y sobre el forro pegar los ojos y boca.



Finalmente agregar manchas de pegamento en los tentáculos de pulpo, para que su hijo/a vaya agregando sus Cheerios. Use su creatividad y puede realizar distintos animales, como león, pez, oveja, pingüino, entre otros.

**** Recuerda** que debemos realizar estas actividades con elementos que tengamos disponible en el hogar y no salir a comprar exclusivamente para cumplir con los materiales. Busca alguna alternativa que tengas en el hogar y así no te expones tú ni tu familia!

7.- Enhebrado de pasta



Esta es una actividad motora simple y es muy fácil de realizar. Necesitarás plasticina, tallarines de tubo y pajitas / bombillas (reciclables o de plástico)

La actividad es sencilla, los niños/as colocan una pequeña cantidad de pajitas en la masa de juego y colocan la pasta en cada pajita. Elegir pasta grande porque causaba menos margen de error y un gran punto de mira para los niños que desarrollan habilidades. De ser muy difícil puedes cortar anillos con rollos de papel confort.

Es muy importante que los niños/as sientan una sensación de logro al completar una tarea. Ganan mucho más cuando se aborda de esta manera.

Esta actividad nos permite potenciar las habilidades motoras finas, coordinación mano-ojo, creatividad, atención sostenida, sensación de éxito y logro cuando se completa.



8.- Pesca en casa

Para esta actividad necesitas tapas de botellas o de compotas, una tina o recipiente donde echar agua y un cucharón con agujeros. La idea es que los niños/as vayan atrapando las tapas y dejándolas según color en otro recipiente. Favoreciendo así la motricidad, discriminación visomotriz y concentración.



T.O Tamara Pavez
+569 94943813

T.O Daniela Quezada
+569 66172886

T.O Ignacia Vergara
+569 87484627

9.- Rescate de cintas de animales

Para la siguiente actividad necesitas cinta de pegar, juguetes de animales y una superficie donde poder pegarlos. La idea es que los niños/as puedan rescatar sus animales despegándolos de la superficie. Así potenciaremos la motricidad fina y desarrollo de fuerza de los músculos de la mano.



10.- Alimentemos el monstruo

Para la siguiente actividad necesitarás:

- Vaso o rollo de papel confort
- Bolsa de plástico
- Pompones de colores o papeles de colores
- Pegamento tipo masking tape

La idea es que en los vasos o rollos puedas dibujar una caricatura o monstruo y lo pintes de distintos colores (también puedes forrarlos con papel de color). Debes preocuparte que tengan una abertura por arriba y abajo, luego les pegas las bolsas plásticas en la abertura inferior y finalmente los pegas en una pared a una altura razonable para que tu hijo/a alcance. Con los pompones de colores o papeles debes señalar a tu hijo/a que alimentaremos al monstruo según el color que le corresponda.



Motricidad Gruesa

2 - 3 años

1.- Arrojar objetos a determinada ubicación



Pegar cartulinas de distintos colores en el piso para que el niño/a arroje el objeto, puede ser un peluche, bolsas rellenas de porotos, cojín, al color que se le diga. Así potenciamos seguimiento de instrucciones, graduación de fuerza, control motor, discriminación visual, entre otros.



2.- Boliche

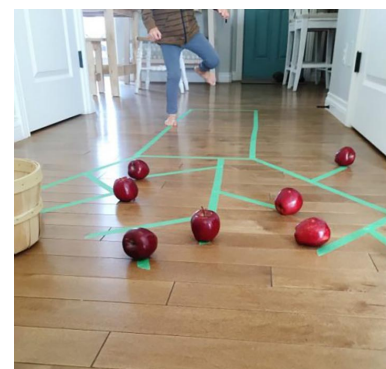
Para realizar esta actividad podemos utilizar botellas plásticas vacías o con algún elemento dentro que le otorgue peso (por ejemplo legumbres, arena pilas en desuso etc).! A su vez se puede utilizar pelotas de distintos tamaños y pesos. Con esta actividad podemos potenciar la graduación de fuerza, precisión, control motor, entre otras.



3.- Recogiendo manzanas

Para hacer esta actividad necesitas pocos materiales: cinta adhesiva de color, unas manzanas (pueden ser reemplazadas por pelotas u otros elementos) y una cesta.

En un espacio interior o exterior tendrás que hacer con la cinta adhesiva, una especie de árbol que permita realizar varios movimientos. En cada "rama" se pone una manzana. Las posibilidades luego son infinitas... el niño puede saltar en dos pies por el "tronco" hasta recoger la cesta. Después puede hacer equilibrio por cada rama mientras recoge las manzanas y las pone dentro de la cesta que tiene en la mano. La idea es que no se "caiga" de las ramas. Otra forma de llegar a las ramas es caminando con las piernas abiertas por las líneas que forman el tronco del árbol. Con esta actividad fortalecemos principalmente el equilibrio, coordinación bilateral, control corporal y planificación motriz



T.O Tamara Pavez
+569 94943813

T.O Daniela Quezada
+569 66172886

T.O Ignacia Vergara
+569 87484627

4.- Variación de juego recogiendo manzanas/ Líneas



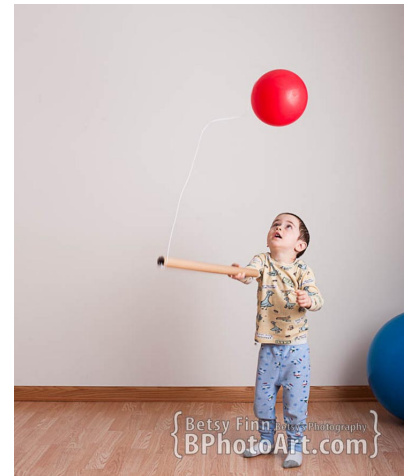
Con cinta adhesiva crea distintos tipos de líneas. Con equilibrio los niños tendrán que caminar sobre estas líneas. El objetivo es que lo hagan de forma precisa sin salirse de éstas.

* Si no tienes masking tape de colores, puedes hacer trazos con cartulinas de colores y pegarlas en el piso con cinta adhesiva regular, o hacer trazos con hojas blancas y en ellas dibujar diversos diseños para diferenciar un camino del otro.

5.- Raqueta Globo

Lo primero que hay que hacer es construir una especie de raqueta con un tubo de cartón y una cuerda. La cuerda va atada de un extremo del tubo de cartón hacia el globo. El objetivo es que tal como se hace con una pelota de tenis o squash, el niño logre golpear el globo con el tubo varias veces seguidas.

* Se puede utilizar dos conos de toalla absorbente o un tubo de "Alusa Plast"



6.- Variación raqueta globo para jugar de a dos

Necesitarás dos platos plásticos o de cartón ,dos palitos de helado y un globo. Primero deberás pegar el palo de helado en los platos, creando así las raquetas. Luego cada niño/a tendrá su propia raqueta y pueden comenzar a jugar.



7.- Lanzar peluches



Esta actividad es muy sencilla, dos niños/as se deben parar (enfrentados) sobre unos cojines, con las tapas de unas cajas de cartón o bandejas de cocina deben lanzarse peluches. La idea es mantener el equilibrio y lograr que el peluche caiga dentro de la caja del otro. Una idea sencilla para trabajar el equilibrio y el control del cuerpo.

Para ir aumentando la dificultad los niños deben aumentar su distancia y llevar el conteo de cuántas veces logran lanzar sin que caiga al suelo.

8.- Encesta el globo en el arco

Para esta actividad se necesitan globos, una cesta o recrear un arco y un palo de escoba. La idea es que el niño/a vaya metiendo los globos al "arco". Si se juega de dos o más podemos utilizar dos arcos para que cada niño enceste en uno distinto y debe proteger su lado.



9.- Conejo tragabolas



Este juego no podría ser más sencillo, no es más que una caja de cartón grande con un agujero en el que los niños/as deberán embocar las bolas. En este caso han convertido la caja en un conejo agregando algunos detalles con cartulina, pero puedes crear cualquier tipo de personaje o simplemente decorar la caja con papeles de colores. A través de esta se potencia la graduación de fuerza, precisión, control corporal, coordinación visomotriz, entre otras.

10.- Saltos

Para la siguiente actividad necesitarás realizar 5 a 10 líneas separadas con cinta, cada una de un pie de distancia aproximadamente, en el piso o alfombra. Luego deberás ir entregando las siguientes instrucciones a tu hijo/a;

- Salto largo: Debe iniciar el salto desde la primera línea en el lugar, ver cuántas líneas puedes saltar, intentar que logre hacer su mejor salto cada vez, experimentando con los brazos, balanceándose, etc.
- Corre y salta: ahora puede comenzar corriendo y ver si llega aún más lejos.
- Salto largo hacia atrás: aumenta la dificultad realizando el salto hacia atrás.
- Medida de la pierna: ver hasta dónde puede llegar su pierna con el otro pie en la línea de inici



11.- Cruce con globo



Coloque un globo entre las rodillas de su hijo y haga que crucen la habitación sin dejarlo caer. Haga que sea más desafiante para los niños mayores haciendo que superen algunos obstáculos. Si lo dejan caer, tienen que volver al inicio.

Motricidad Fina

1.- Tabla de números con ojos locos



Es ideal que pueda realizar esta actividad acompañando a su hijo, apoyando en el conteo numérico, demostrando tanto la cantidad con los ojos locos como con sus manos y que así él/ella también pueda mostrar con las suyas.

Los ojos locos se pueden cambiar por pelotitas de goma eva, plasticina, alguna legumbre pintada con témpera.

2.- Pavo real con plasticina



Para esta actividad su hijo o hija sólo necesitará que ud. le dibuje su animal favorito en una hoja blanca y luego la deje dentro de una bolsa tipo zip lock, como se demuestra en la imagen. su hijo/a deberá rellenar el animal estirando la plasticina sobre la bolsa. Es importante recalcar el respeto de los límites de la imagen.

3.- Números con limpiapipa



3a.



3b.

En esta actividad se requerirá que en una hoja o cartón se escriban los números con un plumón y que sobre ellos el niño o niña pueda formar cada número con un limpiapipa (o en su defecto

T.O Tamara Pavez
+569 94943813

T.O Daniela Quezada
+569 66172886

T.O Ignacia Vergara
+569 87484627

lana con colafría). El complemento de esta actividad se demuestra en la imagen 3b, en la cual se insertan cuencas (tipo mostacillas para pulseras u otras) coincidentes con la cantidad del número .

4.- Máscara Chascona



Esta es una actividad para favorecer la creatividad. Acá se pueden utilizar todos los materiales que dispongan y que más le gusten a su hijo/a.

La cara la pueden crear en conjunto, la imagen es sólo de referencia pero se puede hacer con cualquier figura animada que les guste. La idea es dejar aflorar la imaginación.

(Las chasquillas o pelo, son principalmente para apoyar el manejo de uso de tijeras)

5.- Recortando Laberinto



5a.



5b.

Esta actividad está centrada en el favorecer el desarrollo de coordinación bilateral, destreza manual y manejo de tijeras. Para ello se necesita que puedas dibujar diversos trazos, algunos más simples y otros más complejos. La idea es que tu hijo/a pueda recortar estos trazos siguiendo el patrón establecido. En el caso de la imagen 5b, siendo de mayor complejidad, la idea es que se pueda recortar sin pasar por sobre los círculos establecidos en el patrón, requiriendo de un mayor control de la tijera. Es importante que consideres la destreza de tu hijo con la tijera para establecer la separación de cada trazo, no realizar a un nivel muy alto para no generar frustración en esta actividad.

6.- Bingo con dados.



Esta actividad busca fomentar la identificación de números en sus distintas presentaciones de manera interactiva. La idea es tener uno o más dados (creados en casa idealmente, sino alguno de un juego de mesa)

Para jugar se debe lanzar el dado y que el niño/a marque con una "X" el número que ha sido nombrado. Para hacer esto más interactivo, se puede replicar este "tablero con números" para otro participante (hermanos, padres) Así se genera un juego de turnos lanzando el dado en cada turno y el otro participante marque el número que corresponda.

7.- Torre de vasos



Para esta actividad sólo necesitas 15 vasos plásticos y comenzar a realizar una torre. Nos ayudará a potenciar distintas habilidades en tu hijo/a, tales como; seguimiento de instrucciones, respeto de turnos, planificación motriz y precisión.

T.O Tamara Pavez
+569 94943813

T.O Daniela Quezada
+569 66172886

T.O Ignacia Vergara
+569 87484627

Motricidad gruesa

1.- Canguro en casa



Acá hay distintas alternativas que se pueden implementar en el living o patio de tu casa, como sabemos los niños necesitan mantenerse en movimiento y este tipo de actividades promoverá el desarrollo de su motricidad gruesa, equilibrio, control motor y planificación, entre otras. La idea es generar diversos patrones para brindar la oportunidad de saltos en diversas direcciones, entregando instrucciones verbales o de manera visual (a través de un dado o láminas con números por ejemplo)

Para ir aumentando la dificultad, se pueden aumentar las reglas, mantener el equilibrio en el lugar por "X" cantidad de tiempo, variar en el tipo de saltos (un pie, dos pies, etc)

2.- Lanzamiento de argollas recicladas



Este clásico juego puede ser replicado con materiales reciclados. Sólo necesitarán conos de papel higiénico pintados de distintos colores, y argollas de cartón (puede ser el de atrás de las hojas de block)

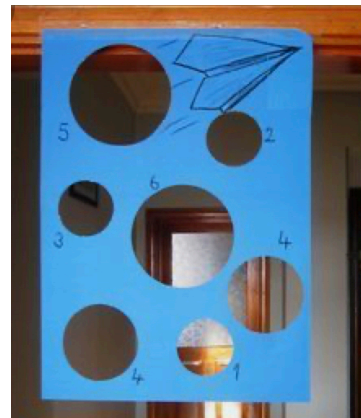
Una alternativa es agregar distintos puntaje a cada cono o pegar sticker con algunos mensajes tipo premios o penitencias)

3.- Cohetes de papel al blanco

Con una base de cartón, de cualquier tipo, realizar varios círculos de distintos tamaños y escribir un puntaje asociado a ellos.

Tu (s) hijo (s) deberán crear un cohete / "avioncito" de papel y lanzarlo al tablero. El que sume más puntaje luego de 3-5 lanzamientos es el ganador.

También se puede utilizar en modo individual e ir sumando el puntaje y luego compararlo con el día anterior para analizar la progresión.



4.- Atrapa el tallerín



Para esta actividad se requieren de dos o más participantes. La idea principal es disponer los flotadores apoyados en el piso y luego del conteo "1 - 2- 3" soltarlo y cambiar de posición (todos los jugadores deben pasar al puesto de la derecha) y atrapar el flotador que les corresponda antes de que caiga al piso.

5.- Multi tenis con globo.

Acá hay otra variación de tenis con globo, en esta los participantes deberán golpear el globo con el flotador. Este es un juego en equipo ya que todos deben batear y atrapar el globo antes de que toque el suelo.

Un desafío para esto es ir contando la cantidad de golpes que se logran dar antes de que caiga.



T.O Tamara Pavez
+569 94943813

T.O Daniela Quezada
+569 66172886

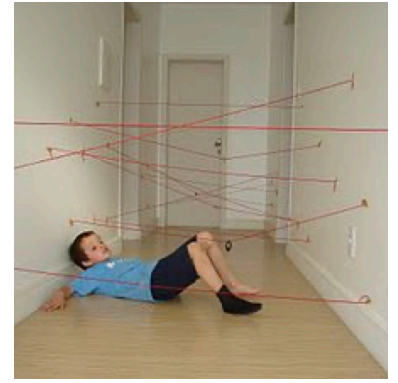
T.O Ignacia Vergara
+569 87484627

6.- Spiderman en casa



Para este desafío necesitaras de cintas de papel (tipo decoración de cumpleaños o lana) Esta la deberás pegar en distintas direcciones entre dos murallas de tu casa (idealmente en un pasillo)

La idea es atravesar el pasillo sin tocar las cintas, ya que simularan rayos láser destructivos (u otro) que pudo activar una bomba. Pueden dejar este desafío Durante todo el día para ver cuánto dura sin activarse la bomba.



7.- Nariz de Payaso



Para esta actividad necesitaran una base de caja (zapatos, pizza u otros)

Deberán dibujar un payaso u otra figura que les guste a las /los niños/as y dejar un círculo donde quepa la pelota con la que jugaran

En esta oportunidad la pelota debe quedar justo en el orificio hecho en el cartón y no caer, pero esto queda según uds. prefieran

8.- Lanzando al color

En esta actividad el desafío es lanzar diversos elementos (idealmente con peso) Pueden ser peluches, sacos de peso, globos con arena o harina, u otros que uds. tengan en su hogar.

El lanzamiento debe ser hacia uno o más lugares determinados previamente, demarcados con colores (cartulina o masking tape por ejemplo)



9.- Atrápame si puedes.



Para esta actividad necesitarán dos envases vacíos de (detergente, cloro, u otros similares)

Cortar la base y luego proteger la parte cortada con una cinta adhesiva. Por último van a requerir de una pelota (ping pong o tenis, por ejemplo)

La idea de este juego es lanzar la pelota y atraparla con este implemento creado. Poco a poco deben ir separándose para ir complejizando el desafío.

10.- Pinta con tus pies.

Esta actividad busca explorar habilidades con tus pies que probablemente nunca has intentado anteriormente. Para esto necesitaras un papelógrafo, cartunina o varias hojas dispuestas en la pared, a la altura de tus hijos.

La idea es que intenten dibujar y pintar afirmando los lápices con los dedos de sus pies. Pueden variar y utilizar plumones, crayones, tiza o lo que quieran.

Ve cuán difícil o fácil será esto para tus hijos y para ti.



T.O Tamara Pavez
+569 94943813

T.O Daniela Quezada
+569 66172886

T.O Ignacia Vergara
+569 87484627

Motricidad fina

1.- Construcción

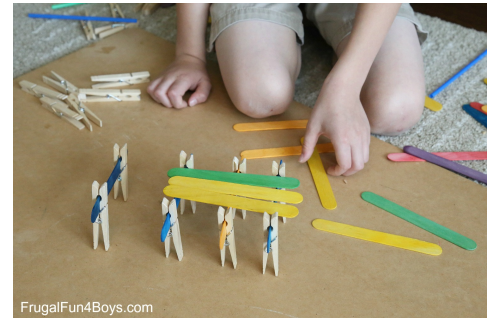
Para realizar las siguientes actividades se necesita;

- Pinzas de madera
- Clips de encuadernación
- Palitos de madera de colores

Desafío # 1: Construya una estructura que pueda soportar el mayor peso posible.

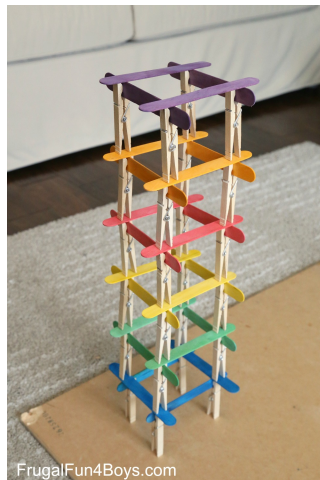
Para este, podrías desafiar a los niños a construir un verdadero puente, o simplemente una estructura que soporte el peso.

Dos pinzas para la ropa con un palo artesanal entre ellas son excelentes soportes para una estructura.

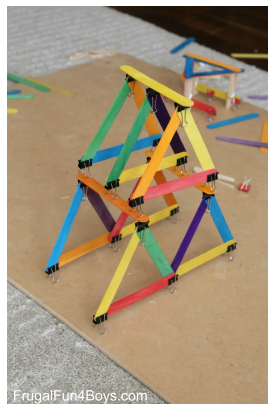
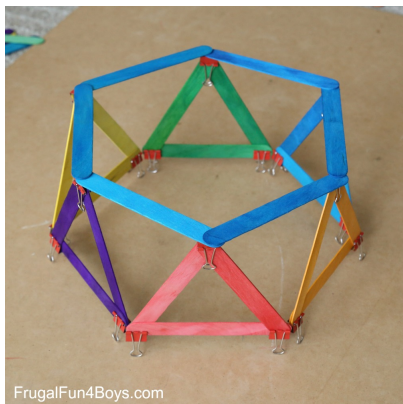


Desafío # 2:

Construye la estructura más alta que puedas



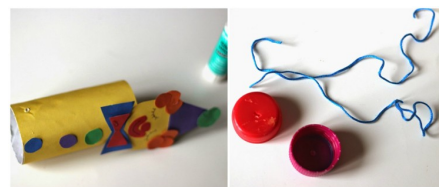
Desafío # 3: ¿Qué puedes construir con triángulos?

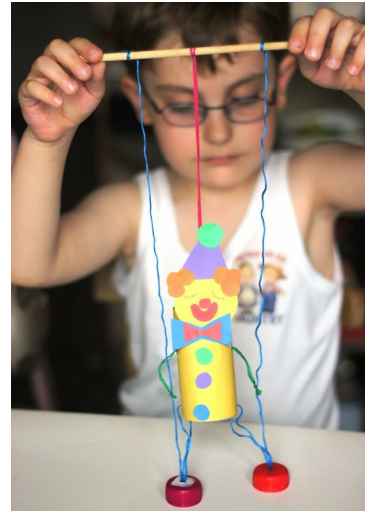
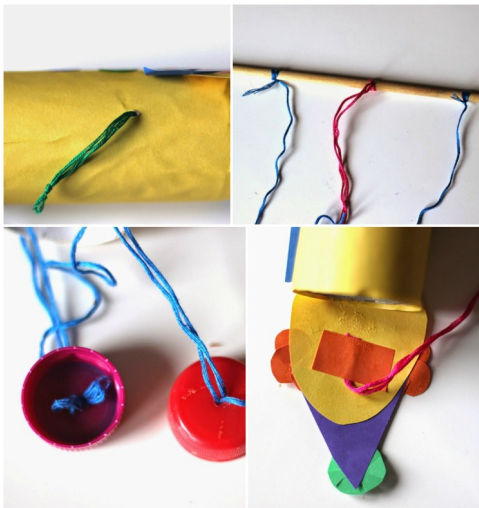


2.- Títere de payaso

Para realizar esta actividad necesitaremos, papel de color, rollo de papel higiénico, lana, 2 tapas de plástico, pegamento, tijeras y palitos de madera. Ahora iremos paso por paso,

- Cortar todos los detalles de la cara del payaso y pegarlos
- Echar pegamento a todo el rollo de papel higiénico y forrar con papel
- Pegar la cabeza del payaso y detalles que se quiera poner en el traje
- Hacer dos agujeros pequeños en la parte inferior del rollo de papel
- Ahora realizaremos tus pies: cortar dos trozos de hilo de 20 cm aprox
- Hacer un agujero en medio de la tapa de plástico
- Pasar el hilo a través del rollo y hacer un nudo en la parte interior de la tapa
- Cortar 3 hilos largos, dos de un mismo color y atarlos a palo de madera
- Fijar el otro extremo de los dos hilos del mismo color a las tapas de plástico (con la ayuda de estos hilos se podrá controlar las piernas)
- El hilo del otro color quedará unido a la cabeza del payaso con cinta adhesiva
- Tu marioneta está lista para comenzar a jugar!





3. - Marioneta de perro

Necesitarás 2 tubos de papel higiénico, pintura, pincel, perforadora, pajitas de plástico flexibles, hilo, 2 palitos de helado, pegatinas de puntos de oficina, 2 ojos saltones, pegamento, tijeras

1. Pinte los tubos de papel higiénico; deje secar. Cortar un tubo por la mitad; la mitad será para la cabeza y la otra para las orejas. Corta las orejas, una sola forma alargada de 8 del tubo de cartón, y pégalas en la parte superior de un lado de la cabeza.

2. Empuje el cartón donde están pegadas las orejas, creando una muesca en la cabeza para hacer que las orejas se peguen.

3. Pegue dos palitos de paleta para formar una cruz; reservar

4. Haz cuatro agujeros en la parte inferior del cuerpo para las piernas. Pase dos piezas de hilo de 6 "a través de los agujeros para las piernas, agregando piezas de paja dobladas y cortadas para los pies. Nudo en cada extremo.

5. En el lado opuesto del tubo, perfora agujeros en ambos extremos del cuerpo; ensarte un pedazo largo de hilo (aproximadamente 24 ") a través del cuerpo y la cabeza. Átalo a la cruz de palo de paleta.



4.- Personajes

Haz de estos lindos personajes del bosque: un zorro y un tejón. Es una actividad familiar simple y linda para hacer con sus hijos. Crea las orejas plegándose en la parte superior del núcleo del rollo de papel higiénico. Pinta la cara y el cuerpo y pega un poco de nariz de pompón.



Ninjas de papel higiénico



T.O Tamara Pavez
+569 94943813

T.O Daniela Quezada
+569 66172886

T.O Ignacia Vergara
+569 87484627

Motricidad gruesa

1.- Zancos



Se necesitan dos tarros de lata resistentes para que soporten el peso del niño/a, pintura y cordón. Lo primero que haremos serán los agujeros en las latas, dos en cada lado de las latas. Luego la pintaremos del color que queramos y con el diseño que te guste. Finalmente debemos atar los cordones en cada lata, considerando el largo necesario para que puedas tomar el cordón con tus manos sin tener que agacharte.

2.- Carrera con cuchara en la boca



Corre y sé el primero en cruzar la línea de meta sin que se te caiga la papa de la cuchara, debes sostener la cuchara con la boca. Si es muy difícil podemos partir realizando la carrera con la cuchara en la mano. Este juego estimula la coordinación visomotora y el desarrollo físico de los niños mientras se lo pasan en grande.

3.- Telaraña

Necesitas: letras de plástico o de papel (las que puedas conseguir o hacer fácilmente), cinta adhesiva de color, pequeños pedazos de cartulina y un marcador. Lo primero que hay que hacer es escribir algunas palabras en las cartulinas. Luego tendrás que hacer la telaraña con la cinta adhesiva y poner en cada intersección de ésta una letra. Al final de la telaraña, ubica una de las palabras que escribiste en la cartulina. Utilizando el equilibrio, los niños tendrán que caminar sobre las líneas rectas de la telaraña hasta llegar a la palabra y leerla. Después deben recoger las letras que están distribuidas por la telaraña y llevarlas hasta la palabra escrita, siempre caminando por la líneas. Cuando el niño encuentra todas las letras de las palabras y las ubique sobre la cartulina escrita, es el turno de otro, o puedes darle un refuerzo positivo; Misión cumplida!



4.- Circuito entretenido

Se necesita unas huellas de colores (pueden hacerlo con cartulinas o papel) y unos aros. Las huellas se ubican de formas distintas: unos dentro de los aros y otros afuera. El niño tiene que seguir la secuencia que indica los pies saltando de un aro a otro



T.O Tamara Pavez
+569 94943813

T.O Daniela Quezada
+569 66172886

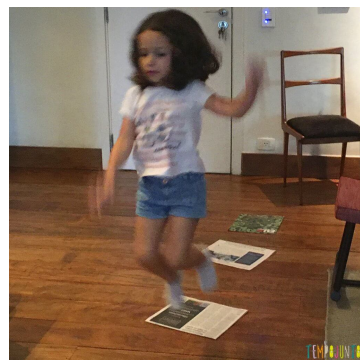
T.O Ignacia Vergara
+569 87484627

5.- El piso es lava

Todo lo que necesitará es un diario viejo y su cuerpo. Usted y los niños elegirán un lugar en la casa donde habrá un un piso de lava . Y luego tendrás que cruzar el piso de lava con el diario. Tenemos dos formas de hacer esto:

El primero es hacer un camino de diario, como si fueran piedras. El niño necesita "saltar sobre las rocas" para poder cruzar.

La otra forma de jugar es un poco más difícil. Cada participante solo tiene dos hojas de periódico para hacer el "cruce". Para avanzar, debe colocar una hoja delante de la otra.



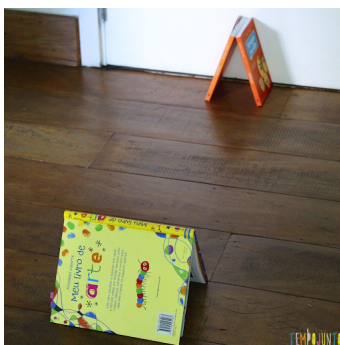
6.- Rampa de libros

Para jugar este juego necesitarás 3 libros, preferiblemente tapa dura, y algunas canicas (o similares).

Dos libros que usarás para hacer "la meta". Simplemente póngalos en posición vertical, uno apoyado en el otro, formando un triángulo. El tercer libro, que dejará en pie (de ahí la tapa dura), será la rampa.

El juego consiste en colocar una pelota en la parte superior de la rampa y ver si entra en la portería de los libros.

¡El que marque más goles gana!



7.- Carrera de soplido

Para esta actividad necesitarán dos. (o más) vasos de plástico con un agujero en su base.

Hilo

2 sillas por participante

Primero deben pasar el hilo por el agujero del vaso, y luego atar sus extremos en las sillas. El desafío es que los niños deberán soplar los vasos, y quien complete el recorrido primero es quién gana.



T.O Tamara Pavez
+569 94943813

T.O Daniela Quezada
+569 66172886

T.O Ignacia Vergara
+569 87484627

Más Juegos para realizar en casa

A continuación se presenta una lista de más actividades que se pueden realizar en casa:

1. Hagan un picnic dentro de la casa.
2. Construyan un fuerte con mantas (sillas, sofás y estambre para sostener las mantas).
3. Hagan títeres con calcetines.
4. Pinten con los dedos.
5. Jueguen con plastilina usando rodillos y cortadores de galletas.
6. Hagan una fiesta de baile con sus canciones favoritas.
7. Tengan una fiesta de té.
8. Lean rimas y poemas infantiles.
9. Jueguen avión en casa y píntenlo con cinta adhesiva sobre la alfombra o madera.
10. Háganse la pedicura/ manicure
11. Jueguen a la escolita y que tu hij@ sea el maestro.
12. Hagan un libro de letras. Deja que los niños tomen fotos de algo que comience con cada letra del alfabeto.
13. Miren los álbumes de fotos, y cuénteles sobre la historia familiar.
14. Hagan una película de ustedes mismos y luego véanla.
15. Pinten con acuarelas.
16. Jueguen a las Barbies.
17. Jueguen a los carritos/ autos y creen pistas en los pasillos
18. Hagan una tarde de juegos de mesa.
19. Colorear con crayones.
20. Hagan títeres con bolsas de papel calcetines
21. Vean una película y coman palomitas de maíz / cabritas
22. Hagan la búsqueda de un tesoro y utilicen las diversas partes de su casa
23. Horneen galletas.
24. Disfrácese.
25. Hagan sombreros de papel.
26. Preparen una merienda saludable.
27. Hagan una carrera de relevos o carrera de obstáculos en su casa. Sean creativos.
28. Jueguen a las escondidas.
29. Hagan una guerra de bolas de nieve pero con calcetines.
30. Construyan un fuerte de cajas de cartón y cinta adhesiva.
31. Hagan su propio rompecabezas con una cartulina y su propio dibujo.
32. Hagan su propio juego de memorice

33. Construyan una carretera con cinta adhesiva por toda su casa.
34. Jueguen a los "Monstruos". Las almohadas son las bases y la alfombra es la "lava". Salten de la almohada a la almohada y si el monstruo te toca, ahora tú te conviertes en el monstruo y tendrás que atrapar al siguiente.
35. Hagan sellos con manzanas. Corten una manzana por la mitad horizontal y utilícenla como un sello con pintura de agua.
36. Hagan tarjetas de felicitación con sus cajas de cereal favorito.
37. Aprendan una nueva canción.
38. Creen un gigante con cartulina en la pared.
39. Cuenten chistes.
40. Hacer un collar con hilo, palomitas o Fruit Loops.

41. Hagan un show de talentos.
42. Corten copos de nieve de papel.
43. Hagan manualidades con pastas, espirales u otros.
44. Jueguen a las canicas
45. Moldeen arcilla, dejen que seque, y luego píntenla.
46. Vistan muñecas de papel.
47. Escriban cartas a los abuelos o entre los integrantes de la familia.
48. Hagan una lista de lo que les gustaría hacer el próximo verano.
49. Hacer coronas de reyes y princesas
50. Tomen fotos tontas y si pueden las imprimen para decorar el refrigerador
51. Hagan coches de cajas de cartón. Haz que tu pequeño se siente dentro de las caja, corta los agujeros para las piernas y deja que utilice sus pies como ruedas para moverse.
52. Juego de luz roja y luz verde. Jueguen esto con sus carros.
53. Hagan un traje de súper héroe de artículos para el hogar como guantes de limpieza, toallas de cocina, etcétera.
54. Recojan todas las almohadas de su casa y salten en ellas.
55. Vístanse con ropa de mamá o papá.
56. Planeen una fecha para que tu hijo y tú festejen lo especiales que son.
57. Pongan colorantes a la crema de afeitar y dejen volar su imaginación con un pincel.
58. Hagan su propio libro de cuentos con dibujos.
59. Veán videos viejos de la familia.
60. Preparen un postre.
61. 70. Hagan aviones de papel y competencias con ellos.
62. Lean su libro favorito y otros nuevos.
63. Comiencen un diario. Si su hijo/a no sabe escribir, pídele que te dicte.
64. Hagan una cápsula del tiempo de sus cosas favoritas y ábranlo el próximo enero.
65. Hagan tarjetas con preguntas y respuestas de la familia y luego jueguen a las adivinanzas
66. Hagan concursos de adivinanzas.
67. 76. Cocinen cupcakes o algo dulce, busque en conjunto la receta y los materiales. Es una buena instancia para favorecer la organización y planificación.
68. Enséñales a bordar, tejer u otros.
69. Hagan un video de ejercicios.
70. Reorganicen los muebles en su habitación.
71. Preparen chocolate caliente y pónganle bombones, crema batida, mentas, chispas y todo lo que se les ocurra.
72. Cocinen pizzas pequeñas. Usen tortillas de harina, salsa de tomate, queso y los ingredientes que deseen. Calienten hasta que se derrita el queso.
73. Hagan una obra de teatro.
74. Preparen paletas heladas de muchos sabores. (pueden utilizar pulpa de frutas)
75. Cuenten que es lo que más les gusta soñar por las noches.
76. Usen maquillaje para un cambio de imagen, se van a reír mucho.
77. Busquen e imprimen páginas para colorear en Internet.
78. Hacer una piñata con una caja de cartón.
79. Monten un campamento en el living, con sacos de dormir, frazadas u otros.
80. Jueguen al doctor.
81. Practique un simulacro de incendio o temblor. ¿Cuál es su plan y su lugar de reunión?

T.O Tamara Pavez
+569 94943813

T.O Daniela Quezada
+569 66172886

T.O Ignacia Vergara
+569 87484627

82. Lancen una pelota pequeña dentro de un basurero. Inventen sus propios tiros rodando en el sillón, rebotando tres veces, de espaldas, etcétera.
83. Lean un libro y actúen la historia.
84. Jueguen a los bolos utilizando diversos elementos de la casa. Si no tienen pelotas pueden crear una con calcetines.
85. Hagan burbujas en el baño con shampoo.
86. Jueguen al supermercado con productos de su despensa y sus bolsas de plástico.
87. Tomen un baño y jueguen con sus juguetes.
88. Organicen entre todos los deberes del hogar. Este es un buen momento para favorecer el desarrollo de autonomía. Junto con eso, háganles saber por qué debemos extremar las medidas de higiene.
89. Crear historietas, comic o carteles con diversas temáticas.