

Equipo de convivencia escolar



Colegio Aurora de Chile
Rancagua



MI FAMILIA, EL MEJOR EQUIPO

Actividades que potencian los lazos familiares mediante el
juego



ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	4
DINÁMICAS PARA NIÑ@S ENTRE 2-5AÑOS.....	5
“LA CIGARRA Y LA HORMIGA”	5
“DIBUJO EL CUENTO”	5
¡A EXPLORAR!	5
“BANDEJAS SENSORIALES”	6
¡HAGAMOS UN LABERINTO”	6
PSICOMOTRICIDAD	7
“¡A PILLARME!”	7
“COSAS QUE NOS HACEN FELICES”	7
“HORA DE BAILAR”	7
“VEAMOS UNA PELÍCULA”	8
DINÁMICAS PARA NIÑ@S ENTRE 6-8AÑOS.....	9
“YO SOY Y TENGO UN NOMBRE”	9
“YO SOY Y PERTENEZCO A UNA FAMILIA”	9
“UNA OBRA DE ARTE”	9
“¿CÓMO SIENTEN LOS DEMÁS?”	10
“ENTREVISTA A UN ADULTO: HOY L@S NIÑ@S SON PERIODISTAS”	10
“ADIVINANZAS”	11
DIBUJAR EN UN PAPEL DOBLADO.....	12
EL JUEGO DE LOS CUADRITOS.....	13
“ADIVINA EN QUIEN PIENSO”	13
“EXPERIMENTOS”	13
DINÁMICAS PARA NIÑ@S ENTRE 8- 10AÑOS	15
“ADIVINA EL ANIMAL”	15
“JUEGOS CON LÁPIZ Y PAPEL”	15
¿CÓMO JUGAR A BATALLA NAVAL CON NIÑOS?	16
“ORIGAMI”	17
“INVENTAR UN CUENTO”	17
“JUEGOS DE INGENIO”	17
“ORDENANDO NUESTRAS EMOCIONES”	18
“¿EN QUÉ ESTOY PENSANDO?”	18
“EXPERIMENTOS”	19



“EL GLOBO SIN AIRE”	19
DINÁMICAS PARA NIÑ@S ENTRE 10- 12AÑOS	23
“POBRE GATITO LINDO”	23
“VEO VEO”	23
“LOS OBJETOS”	23
“ANIMALES”	24
“LOS SUEÑOS DE MI FAMILIA”	24
“EXPRESANDO NUESTRO ENFADO DE MANERA ASERTIVA”	24
“EL JUEGO DEL TESORO”	25
“GIMNASIO INTERIOR PARA NIÑOS”	25
“LOS ADULTOS TAMBIÉN TIENEN SUEÑOS”	25
“LA HISTORIA DE ROBERTA”	26
DINÁMICAS PARA ADOLESCENTES ENTRE 12- 15AÑOS	27
“SILUETAS COMPARTIDAS”	27
“MURAL DE VALORES”	27
“SENTIMIENTOS COMPARTIDOS”	28
“ENTRE VARIAS ALTERNATIVAS”	28
“LA BÚSQUEDA DEL YO”	29
“ASÍ PODRÍA PEDIR DISCULPAS”	29
“HORA DE ACTUAR”	30
“GUÍAME CUANDO NO VEO”	30
“TELARAÑA”	30
“SILLAS COOPERATIVAS”	31



Introducción

Queridos (as) apoderados (as) y comunidad educativa

El equipo de convivencia escolar del colegio aurora de chile ha elaborado una serie de actividades que fortalecen los lazos familiares, dinámicas entretenidas que son para compartir un espacio recreativo, lúdico y participativo entre todos los miembros de la familia. Pueden ser realizadas a cualquier hora del día, pero se sugiere que sean trabajadas a nivel de “recreo cerebral” cuando se estén realizando actividades educativas en el hogar.

Las actividades que aquí se proponen, vienen estructuradas por un rango etario de realización, pero esto es solo una sugerencia, en relación a su desarrollo cerebral, su capacidad sensoriomotriz y desarrollo emocional, de igual manera, las actividades se deben realizar de acuerdo a la realidad y características de cada familia. Creemos que las actividades destinadas a los más pequeños pueden resultar en un gran desafío, para ser realizadas por los más grandes de la casa.

Un saludo afectuoso

Paz López- Encargada de Convivencia Escolar

Paola Macías- Trabajadora Social

Romanette Riquelme- Psicóloga

Joselyn Saldaña- Psicóloga PIE

DINÁMICAS PARA NIÑ@S ENTRE 2-5AÑOS

“LA CIGARRA Y LA HORMIGA”

MATERIALES:

- Cuento de la página web
- Hojas blancas
- Lápices de colores (cera, palo, scripto, etc)



Se comenzará la experiencia leyendo el cuento “La cigarra y la hormiga” de la página web: www.bartolo.cl. La web brinda la opción de narrar la historia, sin embargo sugerimos que sean los padres los narradores de las aventuras para poder ir interrumpiendo el cuento, generando preguntas tales como: ¿por qué trabajaba tanto la hormiga?, ¿qué hacía la cigarra?, ¿qué aprendió la cigarra?, ¿la hormiga fue generosa?, ¿por qué?

“DIBUJO EL CUENTO”

MATERIALES:

- Cuento infantil, (puede ser físico o de alguna página web)
- Hojas blancas
- Lápices de colores (cera, palo, scripto, etc)



Elegir un espacio cómodo donde sentarse y organizar los materiales para poder dibujar el personaje que más le gustó del cuento. Al escoger un personaje, el adulto puede mediar la conversación para reconocer valores o virtudes que hacen ser a X personaje el favorito de su hij@.

¡A EXPLORAR!



MATERIALES:

- Lupa (sólo si es que tienen en la casa)

Salir al patio a explorar donde podríamos encontrar las hormigas y chanchitos de tierra. Preguntarles ¿qué creen que están haciendo?, ¿por qué creen que están juntando comida?. Si en sus hogares tienen lupa mejor aún para invitar a los niños a observarlas con detención, ver las partes del cuerpo de la hormiga (cabeza, antenas, tórax y abdomen) y los chanchitos de tierra (cabeza, tórax, abdomen, patas), al observar se pueden encontrar las diferencias que tienen. (Pueden apoyarse en recursos digitales para investigar sobre ambos artrópodos y analizarlos junto a sus hijos).



“BANDEJAS SENSORIALES”

MATERIALES:

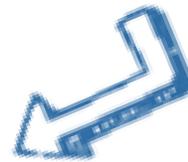
- Caja plástica, bandeja o contenedor
- Porotos, garbanzos, arroz (semillas) (opción: pintarlos con colorantes naturales)
- Elementos para trasvasijar, embudos, cucharas, coladores.
- Material natural recolectado en sus patios.



La creación de diferentes bandejas sensoriales brindará a los niños la posibilidad de inventar y experimentar nuevos juegos, siempre bajo la compañía y supervisión de un adulto. El material al ser diverso y cotidiano para los niños les permite una manipulación ingeniosa, realizar acciones diversas y combinarlas para generar nuevos descubrimientos. Es importante considerar que por la edad de los niños, van a querer explorar los materiales con todos los sentidos, tocarlos, moverlos, escucharlos, chuparlos, juntarlos, separarlos, poner junto a, poner sobre, debajo, dentro, entre muchas posibilidades.

Pueden realizar varias sesiones con distintos materiales y distintos objetivos:

- Conchitas y sémola
- Objetos escondidos en bandeja de semillas
- Llenar con cucharas pequeños contenedores.
- Utilizar una pinza para tomar objetos.
- Observar y buscar detalles en material natural.
- Agrupar por color objetos encontrados en la bandeja.



¡HAGAMOS UN LABERINTO”

MATERIALES:

- bombillas
- plasticina
- pelota ping pong o de plumavit



Para comenzar esta experiencia debemos utilizar la plasticina para formar un laberinto, puede ser en el suelo o en una mesa a la altura de los niños. Se forma un laberinto que podemos modificar a medida que se torne más fácil, así se aumentará la dificultad. El niño o niña debe soplar la pelota de ping pong y atravesar el laberinto. Esta experiencia no sólo estará contribuyendo a la entretención, soplar ayuda en el desarrollo del lenguaje, ejercitando los músculos que intervienen en el habla, beneficiando la pronunciación ayudando a consolidar fonemas. La actividad puede ser realizada en familia desarrollando la mayor creatividad posible, la idea es tener varias bombillas, para trabajar turnos.

PSICOMOTRICIDAD



MATERIALES:

Tiza o masking tape.

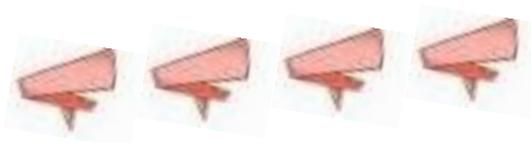
El adulto dibujara diferentes caminos, contrastables entre sí, y de diversas formas (líneas curvas, rectas, zigzag).

El juego consiste en seguir uno de los caminos trazados en el suelo. El adulto puede invitar al niño a seguir un camino específico, con diferentes movimientos (caminando, gateando, saltando). Muy importante el refuerzo positivo y motivación al lograr el objetivo. Luego pueden usarlo como calles para autitos u otro juguete de tamaño pequeño, etc.

“¡A PILLARME!”

MATERIALES:

Pañuelos o trapos de colores.



Uno de los juegos favoritos de los niños a esta edad son todo lo que es “pillar y arrancarse”. Con un pañuelo o trapo pequeño colocar detrás de su espalda o pantalón! La idea es que puedan jugar con ellos a robarle el pañuelo.

Variante: poner más de un pañuelo y ver quien puede juntar más

“COSAS QUE NOS HACEN FELICES”

MATERIALES:

-Imaginación

-Memoria



Cada uno de los miembros que estén jugando recordaran un momento familiar en el que se hayan sentido felices, deben relatar la historia de principio a fin, lo más importante es que no deben mencionar que momento fue, solo los hechos y el primero que adivine gana! Después cada uno debe contar si vivieron la experiencia de la misma manera o si la recuerdan igual, la idea es que recuerden e identifiquen los momentos familiares en que mejor lo pasaron.

“HORA DE BAILAR”

MATERIALES:

- Radio o reproductor de música

- Espacio para bailar

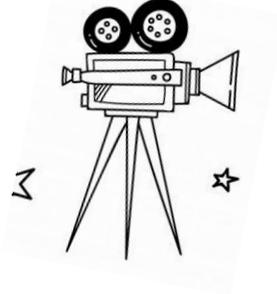


Cada miembro de la familia deberá escoger una canción que le guste y de manera improvisada realizar pasos de baile, el resto de la familia tratará de seguirlo, y si prefieren cada uno puede realizar su propia coreografía. Se sugiere el baile como actividad que relaja, que puede ser graciosa y un buen momento para compartir en familia.

“VEAMOS UNA PELÍCULA”

MATERIALES:

-Televisor o dispositivo para ver película



Eligen una película en conjunto, todos deben verla al mismo tiempo, al finalizar ésta, cada uno deberá comentar lo siguiente:

- Su parte favorita
- La parte que menos le gustó
- Que personaje fue su favorito y por qué
- Inventar un final diferente.





DINÁMICAS PARA NIÑ@S ENTRE 6 -8 AÑOS

“YO SOY Y TENGO UN NOMBRE”

MATERIALES:

-Espacio para conversar

Todos tenemos un nombre que nos da identidad, pero no siempre conocemos su origen. Nuestros padres lo escogieron para nosotros y probablemente tengan una historia interesante que contar sobre nuestro nombre. Conversa con ellos acerca de cómo escogieron el nombre de sus hij@s, su origen, quien lo eligió, en quien se inspiraron y que otros nombres habían pensado.



“YO SOY Y PERTENEZCO A UNA FAMILIA”

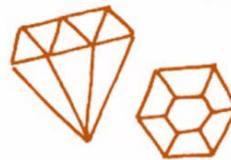
MATERIALES:

-Hojas para dibujar

-Lápices para dibujar

-Lápices de colores

Todos nacimos en una familia. Las familias son distintas, no están compuestas por las mismas personas, tampoco hay una familia que sea “la familia perfecta”. Al final lo más importante de la familia es que nos aman y nos valoran tal como somos. Este es tu desafío familiar hoy: cada uno de la familia debe dibujar su familia, pero cada miembro debe ser dibujado como un animal que represente su manera de ser. Por ejemplo, se dibuja como hormiga a un hermano que es muy esforzado y trabajador. La idea es que identifiquen a sus diversos familiares con un animal según un rasgo característico de su personalidad. Luego muéstrense los dibujos y expliquen por qué cada uno es el animal que señalaron.



“UNA OBRA DE ARTE”

MATERIALES:

-Hoja de block

-Revistas

-Diarios

-Pegamento





En conjunto pueden diseñar un collage tomando imágenes de revistas que a cada uno le gusten, le llamen la atención, o pueden elegir un tema en común para seleccionar las imágenes. Lo importante es que todos participen y que logren una bella obra de arte para exhibir en algún lugar de la casa. Recuerden que no puede quedar ningún espacio en blanco en la hoja.

“¿CÓMO SIENTEN LOS DEMÁS?”

MATERIALES:

- Hojas de papel
- Lápices para escribir



Deberán leer el siguiente cuento en familia y luego cada uno responderá las preguntas que se les indican en esta actividad, compartan sus experiencias y conversen sobre estas.

Dicen que los caballos, unicornios y cebras nunca en la historia han sido amigos. Según cuentan los demás animales, no conversan entre ellos y dicen que sus diferencias son tan grandes, que no les permiten ni siquiera saludarse, pero que esto además es muy grave, porque otros animales han comenzado a tomar partido en estas peleas. Un pajarito descubrió que hace mucho tiempo que las cebras se sienten tristes porque en su lomo no pueden sacar a nadie a pasear, Los unicornios están apenados porque escucharon que el resto del mundo animal no cree que existan en realidad. Y los caballos no logran aceptar que su cuerpo no tenga adornos, diseños, ni nada con los que deslumbrar en el reino animal. Los animales se reunieron para buscar una solución a esta situación y escogieron a Don Búho como el encargado de ayudar a conversar al caballo, la cebra y el unicornio y así solucionar estas situaciones tan difíciles.

Luego respondan las siguientes preguntas:

¿Qué consejos le darías al búho en su conversación con el caballo, la cebra y el unicornio para ayudarlos a mejorar su relación?

¿Cómo crees que se sienten estos animales?

¿Alguna vez te has sentido como alguno de esos animales: caballo, unicornio, cebra? Cuenta un poco acerca de esto.

“ENTREVISTA A UN ADULTO: HOY L@S NIÑ@S SON PERIODISTAS”

MATERIALES:

- Hojas de papel
- Lápices para escribir



Los adultos tienen un montón de historias que contar. Cuando eran niños también soñaron con hacer muchas cosas, algunas de ellas se hicieron realidad y otras no.

A continuación, encontrarás las preguntas que debes realizar, toma nota de las respuestas y luego comenta con tus padres como te sentiste haciendo esta actividad.



- 1 Cuando era niño o niña ¿Qué soñabas ser de grande?
- 2 ¿Cuál es el sueño más bonito que has logrado hacer realidad?
- 3 ¿Hay algún sueño que te hubiese gustado cumplir y no lo lograste? ¿Lo cambiaste por otro sueño o meta?
- 4 ¿Qué crees que fue lo más importante que hiciste para poder cumplir tus sueños o metas?
- 5 Si pudieses darme un consejo para cumplir mis sueños, ¿Cuál sería?

“ADIVINANZAS”

MATERIALES:

- Imaginación y memoria



Esta es una sección de las mejores adivinanzas que hemos dejado por ahí.

- 1- En el monte grita y grita, pero en casa calladita.
EL HACHA
- 2.- Una casita con dos ventanitas. Si la miras, te pones bizco.
LA NARIZ
- 3.- Sin salir de su casa por todos los sitios pasa.
EL CARACOL
- 4- Quien me llama es quien me rompe.
EL SILENCIO
- 5- Vuela sin alas, silba sin boca, pega sin manos y no se le toca
EL VIENTO
- 6- Una cajita, blanquita, muy chiquitita, todos la saben abrir, nadie la sabe cerrar
EL HUEVO
- 7- Puedes tocarlo, puedes cortarlo, pero nunca podrás contarlo
EL PELO
- 8.- Es la enemiga del lápiz, lo que éste hace ella lo deshace
LA GOMA
- 9.- Es un rebaño de ovejas que alegre recorre el cielo



LAS NUBES

10.- Cuando no lo tengo te lo doy, cuando lo tengo no te lo puedo dar ¿qué es?

LA RAZÓN

11.- Millares de soldaditos van unidos a la guerra, todos arrojan lanzas que caen sobre la tierra.

LA LLUVIA

12.- Tan redonda como un queso, nadie puede darle un beso

LA LUNA

13.- Adivina quién soy, cuanto más lavo más sucia voy

EL AGUA

14.- Aunque es más grande que la tierra lo puedes tapar con un dedo

EL SOL

15.- Más alto que un pino y pesa menos que un comino ¿qué es?

EL HUMO

16.- Si lo ves, es invierno, si lo guardas, te mueres, cada día lo tomas más de mil veces

EL ALIENTO

17.- Es la reina de los mares, nunca va vacía, siempre va llena ¿qué es?

LA BALLENA

DIBUJAR EN UN PAPEL DOBLADO

MATERIALES:

-Papel

- Lápiz para dibujar



Se dobla un papel en 4 partes, en cada parte hay que ir dibujando: una cabeza, un cuerpo, unas piernas y los pies.

Pero lo tienen que ir haciendo personas diferentes doblando la hoja de manera que no se pueda ver lo que ha dibujado el anterior.

El primero dibuja una cabeza, el segundo un cuerpo (sin ver la cabeza), el tercero las piernas (sin ver lo anterior) y el cuarto los pies.

EL JUEGO DE LOS CUADRADITOS

MATERIALES:

- Una hoja de cuaderno
- Lápices.



Se juega entre dos o más jugadores con un papel cuadriculado en el que para empezar se dibuja un cuadrado grande.

Cada jugador tiene un bolígrafo o un lápiz de diferente color.

A cada turno dentro del cuadrado cada jugador ha de hacer una línea intentando cerrar un cuadrado y evitando que los demás lo puedan hacer en su turno.

“ADIVINA EN QUIEN PIENSO”

MATERIALES:

- La imaginación.



Alguien piensa en un personaje, puede ser del mundo real o imaginario, un familiar, un amigo, de dibujos animados, un superhéroe, una mascota, la única condición es que tenga nombre y que todos lo conozcan.

Los demás deben hacerle preguntas a las que solo puede contestar SI o NO.

En ocasiones resulta sorprendente las pocas preguntas que hacen falta hasta dar con la solución.

“EXPERIMENTOS”

ACTIVIDAD 1: PESCAR CUBITOS DE HIELO.

MATERIALES:

- Recipiente con agua
- hielo
- hilo grueso
- sal.

Instrucciones:

Introduce los cubitos de hielo en el agua.





Toma el hilo y colócalo sobre uno de los cubos de hielo, asegurándote de que esté en contacto con el hielo. Cerciórate de que ambos extremos del hilo sobresalgan por los bordes del recipiente.

Añádele un poco de sal al hielo y espera entre 1y 5 minutos.

Sostén ambos extremos del hilo y “pesca” el cubo de hielo del agua.

Explicación:

Cuando los cubos de hielo están en el agua ocurren muchos cambios a nivel molecular: algunas de las moléculas del hielo consiguen energía suficiente para derretirse mientras que otras de las moléculas del agua líquida pierden energía y se congelan. De esta manera, cuando se le añade sal al cubo de hielo, el punto de congelación disminuye porque el agua salada tiene menos moléculas de agua disponibles, por lo el hielo empieza a descongelarse ligeramente. Así, el hilo se va introduciendo dentro del hielo. Sin embargo, cuando la sal empieza a disolverse en el resto del agua, el punto de congelación vuelve a subir y el agua se congela alrededor del hilo, lo que permite que pueda levantarse sin que se caiga el cubo de hielo.

ACTIVIDAD 2 BOLSA DE PLÁSTICO A PRUEBA DE AGUA.

MATERIALES:

-Bolsa plástica con cierre de cremallera,

-Lápices con punta afilada

-Agua.

Instrucciones:

Llena la bolsa con agua, dejando espacio para cerrarla con la cremallera.

Toma un lápiz e introdúcelo en la bolsa, asegurándote de que atraviese ambos extremos.

Repite el procedimiento con el resto de los lápices.

Al terminar, tendrás una bolsa de agua atravesada por lápices y lo más interesante es que el agua no se derrama.

Explicación:

La mayoría de las bolsas de plástico con cierre de cremallera están fabricadas con polietileno de baja densidad, un material ligero y muy flexible que tiene la capacidad de adherirse. Ello explica por qué cuando los lápices atraviesan la bolsa el agua no se derrama ya que las moléculas de polietileno se adhieren a los lápices obstruyéndole el paso al agua.



DINÁMICAS PARA NIÑOS ENTRE 8 - 10 AÑOS

Entre los 8 y 10 años, los niños y niñas tienen claro lo que les gusta y lo que no. Se sienten “mayores” y consideran que muchos juegos y juguetes son para “niños pequeños”. Tienen una buena habilidad manual, son capaces de barajar cartas, recortar y pegar con precisión. Por otro lado, pueden estar concentrados más tiempo. Los niños a partir de 8 años saben respetar los turnos para tirar los dados sin aburrirse, también son capaces de entender los juegos de mesa, con reglas complejas y que requieren de una estrategia.

“ADIVINA EL ANIMAL”

Materiales:

- La creatividad.



Es un juego de dos jugadores no sólo adecuado para no aburrirse en casa sino también en un viaje en auto cuando se viaja con niños. Uno de los jugadores piensa en un animal y el otro tienen que adivinar basándose en preguntas a las que solo se puede responder sí o no. Por ejemplo: “¿Es un mamífero? ¿Puede volar? ¿Tienes orejas grandes?” Obviamente, el juego se puede personalizar de acuerdo con los intereses comunes de los jugadores: una serie de televisión, deportes, etc.

“JUEGOS CON LÁPIZ Y PAPEL”

Materiales:

- Ideal un cuaderno u hojas

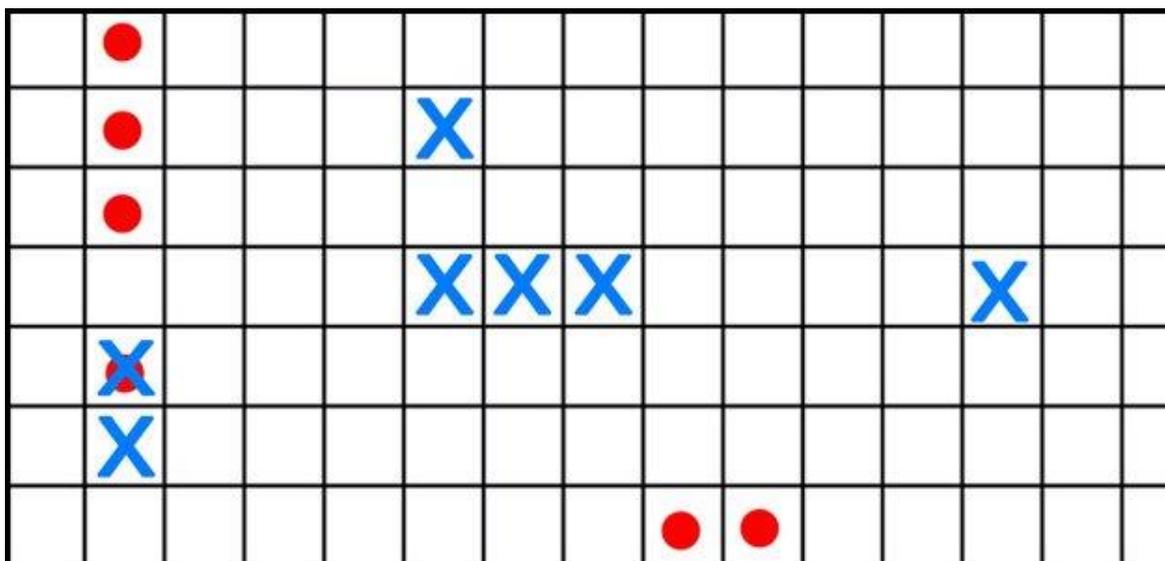
- lápices.



Lápices de colores y papel son más que suficientes para crear un montón de juegos para niños de 8 a 10 años. Si están aburridos o vienen cansados después de practicar deporte, un juego con papel y lápiz puede ser la solución. Para hacerlo un poco especial, puedes usar el “cuaderno de juegos” (se trata tan sólo de un cuaderno cuadrado normal con una etiqueta especial), que usarás cada vez que el niño dibuje con lápiz y papel.

Juegos como el ahorcado, el gato o batalla naval son perfectos para ellos.

¿CÓMO JUGAR A BATALLA NAVAL CON NIÑOS?



Se necesitan cuatro papeles cuadriculados del mismo tamaño, dos para cada jugador, en los que se numeran filas (con letras) y columnas (con números).

En uno de ellos, sin que lo vea el contrario, distribuimos nuestra flota en horizontal o vertical, pero nunca en diagonal. Lo más habitual es poner cuatro barcos de un cuadrado, dos barcos de tres cuadrados, tres barcos de dos cuadrados y un barco de cuatro cuadrados.

Cada jugador empieza dando tres coordenadas (por ejemplo, A-1, C-4, D-2). El contrario debe comprobar y decir en alto si hemos fallado (diciendo 'agua') o si hemos acertado en algún barco. Los aciertos y errores se indican en la cuadrícula que tenemos vacía. Gana quien antes encuentre todos los barcos del contrario.

Además de ser un juego para el que solo se necesita una hoja de papel y dos lápices o bolígrafos de colores distintos, este juego de Batalla Naval ofrece algunos beneficios para los niños. Te los contamos:

- Enseña a los niños la percepción espacial
- Motiva a los niños a competir
- Anima a los niños a crear estrategias
- Mejora las habilidades cognitivas como la lógica
- Ayuda a los niños a repasar las letras y los números

“ORIGAMI”

MATERIALES:

- Hojas de colores,
- Tutoriales en youtube.

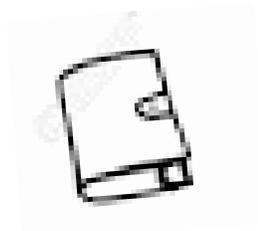


A los 8-10 años, los niños han logrado una buena destreza y pueden realizar los primeros experimentos de origami por su cuenta. Comienza con figuras simples como el cisne o la rana que salta y luego avanza gradualmente. El origami es uno de los juegos más útiles para niños de 8 años porque desarrolla su precisión, capacidad de atención y aprenden a realizar tareas con cuidado. Todas ellas, habilidades que les serán muy útiles también en la escuela.

“INVENTAR UN CUENTO”

MATERIALES

- Hojas de papel
- Lápices



Es más divertido si los padres jugamos con ellos. Alguien empieza la historia y los demás, por turnos, van añadiendo un par de frases hasta completar el cuento. Lo mejor es que un adulto vaya escribiéndolo. El resultado suele ser un cuento muy divertido.

“JUEGOS DE INGENIO”

MATERIALES:

- Hojas de papel (solo para anotar puntos)
- Lápiz para escribir



¡A ver quién dice más nombres de niña! (o de niño, o de utensilios de cocina, o de profesiones, o de juguetes...). El juego se puede ir complicando según el ingenio de los participantes. Se pueden pedir palabras curiosas, como por ejemplo cosas que quepan en una caja de zapatos, platos que se puedan comer con las manos, animales que no tienen pelo, o cualquier otro acertijo que se nos ocurra.



“ORDENANDO NUESTRAS EMOCIONES”

MATERIALES:

- Cuento “el monstruo de los colores”, (SE PUEDE DESCARGAR DE PÁGINA WEB INSTITUCIONAL)
- Lápices de colores los que tengan en casa.

LECTURA DEL CUENTO

La primera actividad a realizar es la lectura familiar del cuento “El monstruo de los colores”. La idea es que después de leerlo conversen sobre el cuento y cada uno diga qué es lo que más le llamó la atención.

“TRABAJO EN EQUIPO”

Luego de la lectura familiar deben usar la creatividad y confeccionar 5 frascos para ordenar sus emociones: alegría, tristeza, rabia, miedo y calma. Estos frascos pueden ser dibujados en una hoja, o armarlos como ustedes quieran. Una opción para la confección de ellos puede ser con conos de cartón.

Lo importante es poder compartir en familia y poder enseñarles a los niños a conocer, entender y poder ordenar sus emociones sobre todo en situaciones tan difíciles como las que estamos viviendo actualmente.



“¿EN QUÉ ESTOY PENSANDO?”

MATERIALES:

- Hojas de Papel
- Lápices para escribir



La idea de esta actividad es hablar acerca de los distintos de pensamientos que puede tener el grupo familiar. Por ejemplo: si alguno piensa en ganarse la lotería, podría pensar en qué se gastaría el dinero, y otro podría pensar que está muy feliz, respondiendo a lo que se denominan diálogos internos de cada uno.

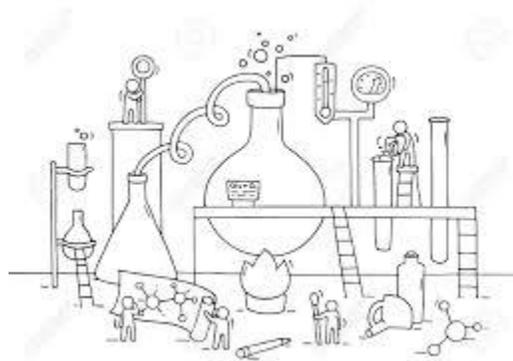
Para esta actividad deberán elegir una situación común, y cada uno debe dibujar lo que está pensando, es decir, si todos determinan pensar sobre “ganarse la lotería” cada uno dibuja lo que piensa, mientras los demás adivinan que es lo que pensó el otro. Se puede repetir las veces que deseen.

“EXPERIMENTOS”

1 TINTA INVISIBLE:

MATERIALES:

- Pincel o cotonitos
- Papel blanco,
- 1 vela,
- limón
- Agua.



- 1 Descripción de la actividad: Exprime el zumo de limón en un cuenco y añade una cucharada de agua.
- 2 Mezcla y, con la ayuda de un bastoncillo o pincel, escribe tu mensaje en el papel.
- 3 Deja secar.
- 4 Pon una vela debajo (sin poner el papel demasiado cerca) y podrás leer el mensaje.

EXPLICACIÓN

El zumo de limón se oxida y se pone de color marrón cuando se calienta, por eso puedes leer el mensaje. Además de limón puedes usar zumo de naranja, miel diluida en agua, leche y vinagre.

“EL GLOBO SIN AIRE”

La ciencia puede ser muy divertida. Sólo hace falta buscar experimentos sencillos que sorprenden a grandes y pequeños. Además, es un modo fantástico de educar y compartir un rato fantástico con los hijos.

MATERIALES:

- Globo
- Botella de plástico
- Bicarbonato



En esta ocasión, conseguirás inflar un globo sin tener que soplar y soplar. Es decir, sin aire.

- 1 Lo primero que tienes que hacer es echar vinagre en la botella vacía, con ayuda de un embudo. Basta con que llenes un tercio de la botella.



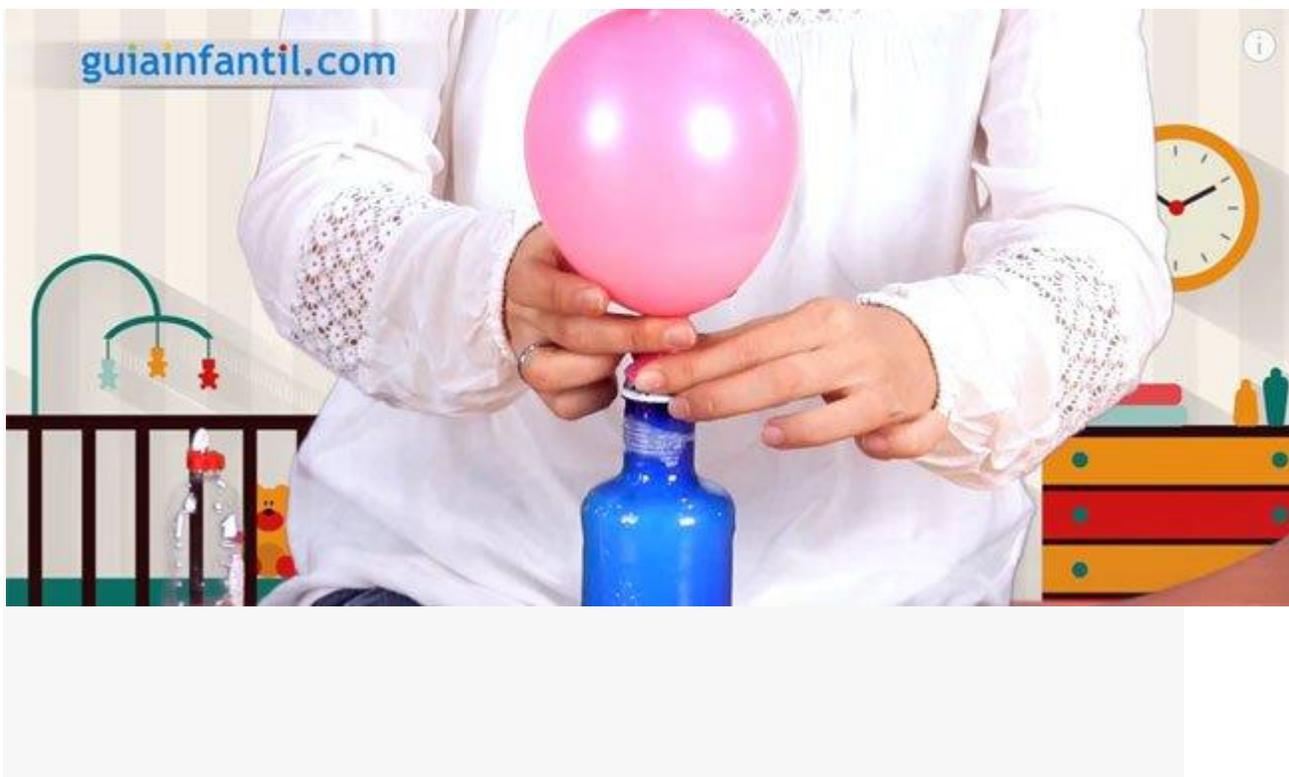
2 Ahora, coge [el globo](#), y con ayuda del embudo y de una cucharillas, vierte bicarbonato sódico dentro. Más o menos, hasta que llenes mitad del globo.



3 Con mucho cuidado, coloca la boca del globo en la boca de la botella, sin verter nada de bicarbonato.



4 ¿Ya está? Pues ahora sí, es el momento. Vierte el contenido de bicarbonato del globo en la botella y... ¡magia! Al contacto con el vinagre, el bicarbonato genera un gas que infla el globo.



5 Cuando veas que la mezcla generada por el vinagre y el bicarbonato ya no hace espuma, es el momento de retirar el globo. Con cuidado, lo sueltas de la botella y haces un nudo.



6-Ya tienes el globo inflado. Pero ojo, que no es de los que vuelan. Este experimento no sirve si lo que quieres es un globo de helio.

Para más información sigue este video de YouTube: <https://youtu.be/5YTpEqcKkt0>



"Saber jugar bien es tan importante como saber leer bien. Si los observamos atentamente, descubriremos que los niños que no saben jugar, soñar o fantasear, generalmente no son los mejores para leer".

John Holt, How Children Learn

DINÁMICAS PARA NIÑ@S ENTRE 10- 12AÑOS

“POBRE GATITO LINDO”



MATERIALES:

- ¡Ganas de jugar!

Descripción de la actividad: A los niños y a las niñas les encanta jugar a este juego a través del cual tienen que controlarse la risa que les puede producir que alguno haga de gatito por el centro del círculo intentando hacer reír al resto. Para ello, nos sentamos en el suelo, en posición de círculo y pedimos un voluntario o voluntaria que tendrá que hacer de gatito y acercarse a cuatro patas a algunos de los integrantes de la familia para provocarle que se ría. El que se ría adoptará la posición de gatito.

“VEO VEO”



MATERIALES:

- Cualquier objeto a la vista.

Descripción de la actividad: Con este juego tradicional llevaremos a los niños y a las niñas a discriminar y reconocer las cosas y objetos que están en su entorno... El niño o niña empieza diciendo: Veo, veo, los demás contestan: Qué ves, el niño o niña dice: Una cosita, y los otros le contestan: Con qué letra. El niño o niña debe decir la inicial de lo que está viendo y el resto adivinar. Podemos hacer este juego en tiempos muertos.

“LOS OBJETOS”

MATERIALES:

- Objetos de distintos tipos,
- Pañuelos para cubrir los ojos.



Descripción de la actividad: Se coloca sobre la mesa o el suelo un conjunto de objetos y se cubren a la vista de los participantes. Se descubren durante un minuto, permitiendo que los observen sin tocar y luego se les tapa. Quien recuerde más, gana.



“ANIMALES”

MATERIALES:

-Contar con un cuento o inventar uno con animales.



Descripción de la actividad: Dividimos a la familia, otorgando a cada grupo el nombre de un animal y les contaremos una historia o cuento protagonizado por animales. Cada vez que sea nombrado el animal que corresponda a alguno de los grupos, emitirán el sonido correspondiente. Al principio, la historia será contada por una persona, pero después puede ser continuada por los propios niños y niñas o la misma familia como el papá o hermano.

“LOS SUEÑOS DE MI FAMILIA”

MATERIALES:

-Libreta u hojas



Descripción de la actividad: Todos los integrantes de la familia cuando se vayan a acostar, pone cerca de su cama y cuando se levanten escriben los sueños que han tenido.

Cuando ya han recopilado algunos de sus sueños, deben compartirlos con la familia, cada uno debe leerlos. Una vez que se han leído todos los sueños, se eligen los que más han gustado. Escribiremos los sueños elegidos por el grupo en otra libreta que hará la función de los sueños del grupo. Se pueden utilizar posteriormente para hacer dictados y corregir las faltas y aplicación de las reglas ortográficas que los niños y las niñas mantienen en estas edades.

“EXPRESANDO NUESTRO ENFADO DE MANERA ASERTIVA”

MATERIALES:

Utilizar situaciones o inventar algunas que se le vienen a la mente.

Descripción de la actividad: Daremos a los niños y niñas situaciones diversas que les pueda producir enfado, por ejemplo: un niño/a les ha boicoteado un juego, un compañero/a te rompe o te pinta el cuaderno, un niño/a del cole te quita tu bocadillo y se lo come. Les pondremos en grupo y tendrán que expresar qué harían ante tal situación. Después representaremos las situaciones y ayudaremos a los niños y niñas a aprender a expresar sus derechos sin necesidad de utilizar la violencia. Explícales que todos y todas tenemos derechos a ser tratados con justicia y de defender nuestros derechos de manera asertiva. Reitera que nadie tiene derecho a hacer daño a otro y, que todos y todas, tenemos el deber de controlar nuestro cuerpo y el derecho de no sufrir castigos dolorosos, abusos físicos y daños.

Nota: Este juego se puede hacer con el siguiente grupo de edad (de 10a 14años) poniendo situaciones adaptadas a su edad.



“EL JUEGO DEL TESORO”

MATERIALES:

- Un objeto o premio.



Descripción de la actividad: Para jugar deben encontrar un objeto, que además puede ser un premio para el que lo encuentre como algún dulce o un juguete o cualquier objeto para captar la atención. El juego arranca con la primera pista que les des, lo ideal es crear una serie de ellas en papel que les lleve de un rincón a otro de la casa y les mantenga entretenidos mientras buscan el tesoro.

“GIMNASIO INTERIOR PARA NIÑOS”

MATERIALES:

- Lanas,
- Colchonetas,
- Hojas,
- Cualquier objeto que sirva para captar la atención de los niños.



Descripción de la actividad: Transforma tu living en un gimnasio para niños, de esta forma, pasarán un rato divertido y además se ejercitarán. Puedes colocar una serie de hojas sobre el suelo para que los niños tengan que llegar de un punto a otro sin tocarlas. Una colchoneta o mat de yoga en el suelo puede servir para hacer volteretas, abdominales, ejercicios con las piernas, etc.

Si colocas una serie de cordeles o lana de tejer de un sitio a otro del living como si fuera una tela de araña, pueden intentar atravesarlo sin tocar con ninguna parte del cuerpo. Si lo tocan, deberán comenzar el recorrido.

“LOS ADULTOS TAMBIÉN TIENEN SUEÑOS”

MATERIALES:

- Libreta u hojas
- Lápiz para escribir



Podemos llegar a pensar que al transformarnos en adultos los sueños se acaban, pero no siempre es así. Esta vez pedimos que l@s niñ@s preguntes a sus padres o adultos en la casa cuáles son sus sueños y qué tienen que hacer para lograrlos. Recuerda que puede ser cualquier sueño y que nunca es tarde para dejar de soñar, por eso si es que no saben que sueños tienen, ayúdalos tú a pensar en alguno.

- 1- ¿A quién le preguntaste sobre sus sueños?
- 2- ¿Cuáles son sus sueños?
- 3- ¿Qué tiene que hacer para lograrlos?





4- ¿Qué fue lo que más te gustó de esta conversación?

“LA HISTORIA DE ROBERTA”

MATERIALES:

- Libreta u hojas
- Lápiz para escribir



A continuación se presenta un micro cuento que deberán leer en familia:

Roberta va en 3° básico y se caracteriza por ser un estudiante responsable y cariñosa con la gente que la rodea. Cuando falta un compañero al colegio es la primera que se ofrece para prestarle sus cuadernos y que no quede atrasado. Además es muy cariñosa con los profesores y el personal del colegio, pero a pesar de tener todas estas cosas buenas, en el recreo nadie quiere jugar con ella, y pasa el rato conversando con los adultos. Hay veces que quiere saltar la cuerda y le dicen que no puede jugar, Roberta está muy triste y le contó a su madre lo que le sucedía, ella no sabe porque no juegan con ella y no entiende que ha hecho para no tener amigos. Roberta dice que a veces le dicen que es tonta, y hasta le han quitado la colación. Roberta necesita ayuda

. En familia deberán responder las siguientes preguntas:

- 1- ¿Qué error cometieron los compañeros de Roberta?
- 2- Si Roberta fuese tú compañera ¿Cómo podrías ayudarla?

Escríbele un final feliz a la historia de Roberta





DINÁMICAS PARA ADOLESCENTES ENTRE 12- 15AÑOS

“SILUETAS COMPARTIDAS”

MATERIALES:

- Hojas
- Lápices.



Cada persona hará un dibujo de sí mismo en una hoja reflejando cómo se siente en ese momento y cómo se percibe. A continuación, por parejas, van dibujando las siluetas los unos sobre los otros poniendo el nombre de cada persona en la silueta. Cuando todas las siluetas están hechas, se pasean por la casa y escribe mensajes positivos sobre las siluetas de los demás: cómo le ven, qué cualidades tiene, etc. Finalmente, cada participante comparará el dibujo realizado personalmente con la silueta que le han rellenado sus compañeros y compañeras analizando semejanzas, diferencias. En la puesta en común cada participante tiene la oportunidad de expresar cómo se ha sentido con la silueta que se han hecho como familia o miembros del hogar y de corregir ciertos aspectos de sí mismo que el grupo percibe y con los que él o ella no está de acuerdo. Con esta actividad trabajamos nuestra ventana de Yohari, desde la cual, construimos el conocimiento del sí mismo a través de cuatro zonas o ventanas:

- Lo que sabemos de nosotros y nosotras y todo el mundo sabe. - Lo que los demás saben de nosotros y nosotras pero que nosotros ignoramos.
- Lo que sabemos de nosotros mismos, pero nadie más sabe.
- Por último, lo que ni los otros ni nosotros sabemos de nosotros mismos. Estas zonas son dinámicas y van cambiando a lo largo de la vida, sobre todo si hacemos un trabajo de ir preguntando a los demás que opinan de nosotros y nosotras, si sabemos cómo recoger esta información y rectificamos ciertas percepciones que los demás tienen de nosotros que no queremos dar. En este caso, nuestra ventana ciega, la que desconocemos se hará cada vez más pequeña llegando a tener cada vez una mayor comprensión de nosotros mismos.

“MURAL DE VALORES”

MATERIALES:

- Hojas
- Lápices.



Cada integrante de la familia reflexionará sobre una hoja lo siguiente:

- En una esquina ¿Qué es importante para mí? ¿Qué es lo que me hace único? ¿Cuáles son mis puntos fuertes y débiles? ¿Quién y qué ha hecho de mí lo que soy?
- En otra esquina ¿Cuáles son mis amistades preferentes (individuos o grupos)? ¿Quiénes son mis héroes, mis modelos? ¿Qué tipo de diferencia tengo y con quién? ¿Cómo se arreglan estas diferencias?



- En el centro ¿Cuál es mi papel en la sociedad hoy y mañana? ¿Qué influencia podría ejercer en ella? ¿En qué medida depende mi existencia de la sociedad? Los participantes primero responden como creen que responderían los del otro grupo. Después responden a las preguntas. Haremos una puesta en común y observaremos lo que piensan los participantes de sí mismos.

“SENTIMIENTOS COMPARTIDOS”

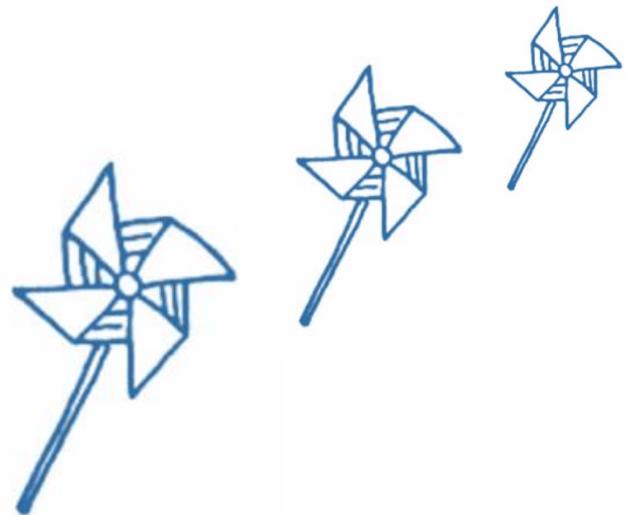
MATERIALES:

- Hojas
- Lápices.

Se reparten las hojas y cada cual las rellena individualmente. Después se pasa a plenaria. Con ello se trata de aprender a compartir sentimientos en base a completar una lista de frases.

Frases: - Cuando estoy callado en un grupo me siento

- Cuando estoy con una persona y no me habla me siento
- Cuando me enfado con alguien me siento
- Cuando alguien se enfada conmigo me siento
- Cuando critico a alguien me siento
- Cuando alguien que está conmigo llora me siento
- Cuando digo un cumplido a alguien me siento
- Cuando me dicen un cumplido me siento
- Cuando soy injusto me siento
- Cuando alguien es injusto conmigo me siento



“ENTRE VARIAS ALTERNATIVAS”

MATERIALES:

- Hojas
- Lápices.

Se trata de guiar a su hija/o a elegir entre varias alternativas intentando buscar argumentos a favor y en contra de cada elección. Lo podemos hacer primero a nivel individual y luego en grupo. Para ello daremos listados con frases que impliquen elegir entre varias alternativas, por ejemplo:

- Si alguien me provoca en público. Yo me peleo con él, le pregunto qué le pasa, ni siquiera le miro.
- Si alguien me ridiculiza Yo. me quedo callado, me lanzo a él o ella, me pongo a gritarle, quiero esconderme



- Si alguien me pide algo que a mí no me apetece hacer Yo. Lo hago, evito hacerlo, le comento las razones que tengo para no hacerlo
- Cuando alguien me critica Yo. Me siento herido, siento que nadie me quiere, me siento desconcertado, me siento culpable, rechazado, me siento muy bien.
- Si tengo que elegir entre varias alternativas que me gustan mucho Yo. Me pongo nervioso, elijo al azar, analizo los pros y los contras de cada alternativa.

Cuando finalicen se hace una puesta en común diciendo qué planteamientos tenemos en común, qué diferencias y las ventajas e inconvenientes de la elección de cada alternativa.

“LA BÚSQUEDA DEL YO”

MATERIALES:

-Imaginación

Cada participante imagina un objeto que cumpla cada una de las siguientes características:

- Algo que me haga feliz
- Algo que me entristece
- Algo que me recuerde a mí mismo
- Algo que es como yo
- Algo que resuma cómo me siento

Después exponemos lo que hemos expresado ante la familia o con quien realice la actividad.



“ASÍ PODRÍA PEDIR DISCULPAS”

MATERIALES:

-Imaginación

La actividad consiste en que cada miembro de la familia contestara la siguiente pregunta: ¿De cuántas maneras eres capaz de disculparte? Y al azar podrían responder situaciones como las siguientes (lo ideal es que inventen unas ustedes):

- Una amiga te confía un secreto y tú traicionas su confianza. ¿Cómo te disculparías?
- Un amigo te ha prestado una mochila para irte de viaje. Tú has sido descuidado y la has roto. ¿Cómo te disculparías?
- En un partido de futbol, tras realizar una jugada, no has podido reprimirte y has insultado a un compañero. ¿Cómo te disculparías?



“HORA DE ACTUAR”

MATERIALES:

- Imaginación
- Frases escritas



Cada integrante de la familia deberá tomar un papel al azar en donde estén escritas frases como las siguientes:

- Has prestado un cómic a una amiga y ésta te lo devuelve roto.
- Has quedado con tus amigos y amigas a las seis de la tarde, son las seis y media cuando ellos llegan.
- Te han cobrado más de lo que deberían al comprar en el supermercado.

La dinámica se da en que debe elegir a otro compañero para actuar y el resto de la familia debe decidir si le creen que esa sería su reacción o no.

“GUÍAME CUANDO NO VEO”

MATERIALES:

- Imaginación
- Vendas para los ojos



- La mitad del grupo tienen los ojos vendados y la otra mitad son guías. Los que no pueden ver deben dejarse llevar por sus compañeros guías, recorriendo la sala o el entorno de la sala. Luego de cinco minutos se cambian de rol. Al final del ejercicio guía y quienes no podían ver se sientan a conversar sobre la experiencia de confiar en el otro: es fácil o difícil, cómo se sintieron más cómodos si como guía o sin poder ver, etc

“TELARAÑA”

MATERIALES:

- Lanas
- Espacio para la telaraña.

Se trata de que todas las personas participantes pasen a través de una telaraña sin tocarla. Utilizando una lana, construir una telaraña entre dos extremos de unos dos metros de ancho. Conviene hacerla dejando muchos espacios de varios tamaños, los más grandes por encima de un metro. El grupo debe pasar por la telaraña sin tocarla, es decir, sin tocar las cuerdas. Podemos plantearle al grupo que están atrapados en una cueva o una prisión y que la única salida es a través de esta valla electrificada. Hay que buscar la solución para pasar los primeros con la ayuda de los demás. Luego uno a uno van saliendo hasta llegar al otro lado. Evaluar entre todos: ¿cómo se tomaron las decisiones? y ¿qué tipo de estrategia se siguió?

“SILLAS COOPERATIVAS”

MATERIALES:

- Una silla por participante
- Reproductor musical



El juego consiste en colocar las sillas y cada participante se pondrá delante de una. El que dirige el juego tiene que conectar la música. En ese momento todos los participantes empiezan a dar vueltas alrededor de las sillas. Cuando se apaga la música todo el mundo tiene que subir encima de alguna. Después se quita una silla y se continúa el juego. Los participantes siguen dando vueltas hasta que se pare la música. Cuando se detiene tienen que subir todos encima de las sillas, no puede quedar ninguno con los pies en el suelo. El juego sigue siempre la misma dinámica. Es importante que todo el mundo suba encima de las sillas. El juego se acaba cuando es imposible que suban todos en las sillas que quedan. Lo importante es ver si todos se ayudan entre sí, y que no dejen a nadie discriminado porque si no pierden todos.