

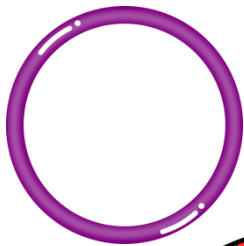


Gobierno de Puebla

Hacer historia. Hacer futuro.

VERANO DIVERTIDO

ACTIVIDADES RECREATIVAS PARA
DIVERTIRSE Y RELAJARSE EN CASA



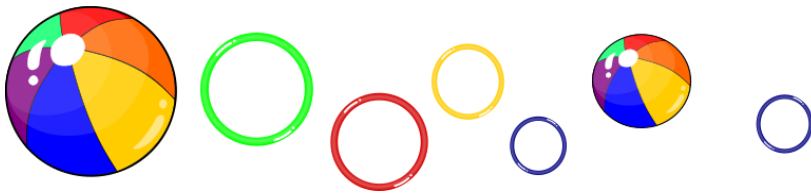
TRASTORNO DE DÉFICIT DE ATENCIÓN E HIPERACTIVIDAD

"La vida nos brinda grandes oportunidades para aprender, hoy tenemos la posibilidad de aprender a ser disciplinados, a cuidar mejor de nosotros mismos, de valorar cuán importantes somos para que todos juntos salgamos adelante de esta prueba; así pues, aprendamos aquí y ahora a ser mejores"



Secretaría
de Educación





Linterna Mágica



Materiales:

1Bolsa ziploc o un cubre hojas, 1 hoja negra, 1 hoja blanca, plumones de diferente color, tijeras, regla.

Desarrollo:

- Dibuja criaturas marinas en la bolsa de plástico. Pide ayuda de un adulto si eres pequeño. Deja volar tu imaginación mientras haces medusas, algas, conchas, etc
- Coloca un trozo de papel de construcción negro dentro de la bolsa de plástico para que las criaturas que dibujaste apenas puedan verse.
- Usa papel blanco para dibujar una linterna y su haz de luz.
- Desliza la linterna dentro de la bolsa de plástico y observa como la magia aparecerá.

Consultar el siguiente enlace:
<https://www.youtube.com/watch?v=8atMWf5GwOw&t=24s>

¡Divertidas Burbujas!

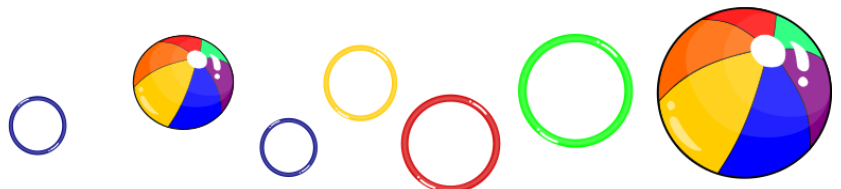


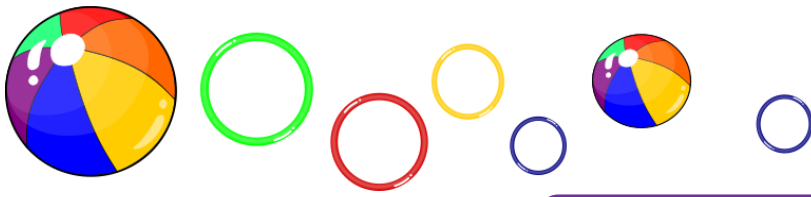
Materiales:

-Una botella plástica pequeña, un trozo de toalla, banda elástica o liga, jabón para lavar platos, agua, recipiente.

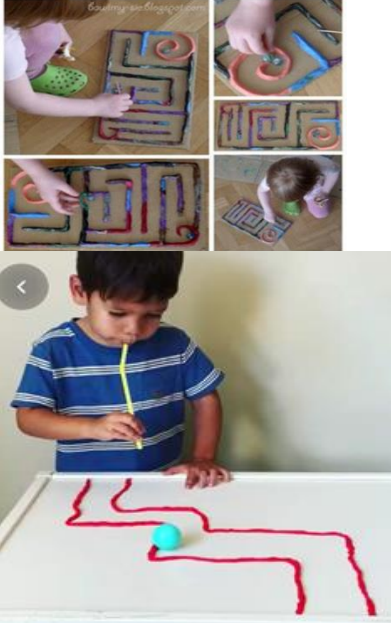
Desarrollo:

- Limpia y seca previamente la botella plástica pequeña y corta la parte inferior. Evita dejarla a la mitad, solo corta el apoyo.
- Coloca el trozo de toalla en el corte que se realizó, sujétala con la banda elástica o liga, debe quedar firme.
- Prepara agua con jabón en un recipiente. Sumerge el lado de donde está la toalla y listo puedes soplar.
- Realiza diversos diseños, tendrás largas tiras de burbujas ¡Diviértete!





Laberinto de Ping Pong



Materiales:

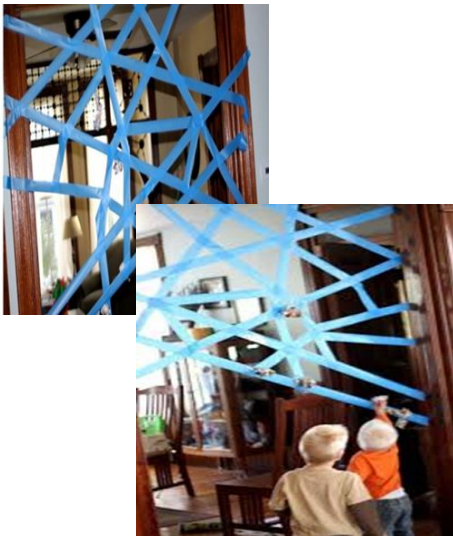
-Una base firme (mesa, cartón, madera), plastilina de cualquier color, pelota de ping pong o una bolita de unicel, popote desechable.

Desarrollo:

- Realiza sobre la base firme de tu elección varias tiras largas con la plastilina, pueden ser de un o varios colores, según tu elección.
- Elabora un laberinto cuando tengas las tiras de plastilina.
- Coloca la pelota de ping pong o la bolita de unicel al principio del laberinto, con ayuda del popote sopla para guiar la pelota entre el laberinto

Para más información consulta: <https://pin.it/4s1JTxx>

Telaraña Pegajosa

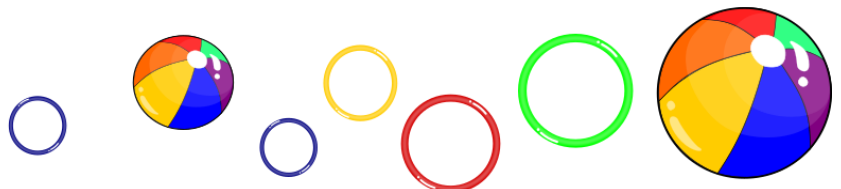


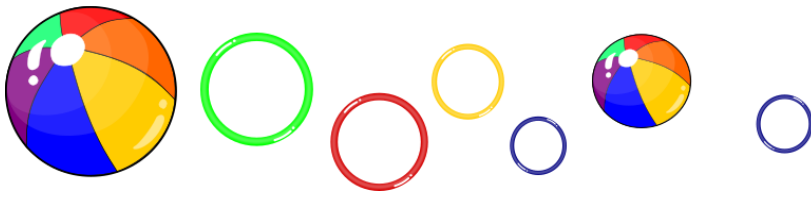
Materiales:

Para esta actividad únicamente necesitas cinta adhesiva y bolitas de papel reciclado.

Desarrollo:

- Busca el marco de una puerta de tu casa que sea seguro para jugar.
- Corta y pega con ayuda de un adulto diferentes tiras de cinta adhesiva, dando forma de una telaraña
- Elabora bolas de papel reciclado.
- ¡LANZA LAS BOLAS DE PAPEL PARA QUE SE PEGUEN! ¡A ver quien llega más alto!





El Gatito Bailarín

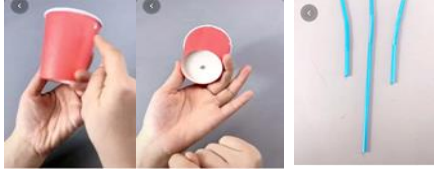


Fig. 1

Fig. 2

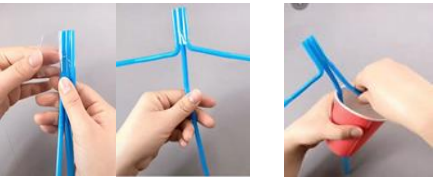


Fig. 3

Fig. 4

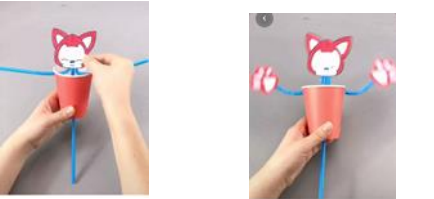


Fig. 5

Materiales:

-Vaso desechable, 3 popotes flexibles desechables, 1 hoja de color, 1 plumón.

Desarrollo:

-Realiza 3 perforaciones al vaso desechable; una en la parte superior del lado izquierdo, otra del lado derecho y por último una perforación en la base del vaso (figura 1)

-Recorta a la mitad dos de los popotes, quedando 1 popote largo y dos más pequeños. (Figura 2)

-Une los tres popotes con diurex, quedando en fila, los popotes pequeños quedarán en los extremos. (Figura 3)

-Mete los extremos de los popotes en las perforaciones del vaso, el popote de en medio se meterá en la perforación de la base del vaso (Figura 4).

-Pega la carita y manos del gatito, en los extremos de cada popote (Figura 5).

-Jala el popote de en medio para hacer bailar al gatito y ahora sí ¡Que comience la fiesta!

consulta: <https://pin.it/64IFzyC>

Aros Musicales



Materiales: Aros.

Desarrollo:

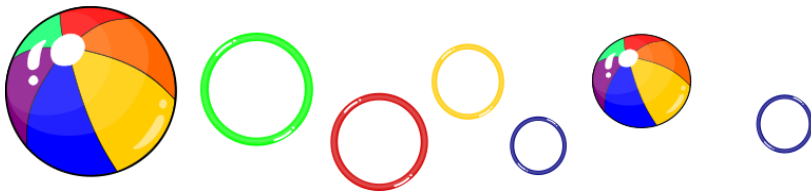
-Distribuye los aros en un espacio abierto.

-Reproduce música, comenta a los jugadores que se muevan por el espacio. Al detener la música indica a cada participante ir al centro de un aro.

-Elimina un aro por cada ronda, de tal forma que siempre quede un participante sin aro. Repite misma dinámica.

-Gana quien quede con el último aro.





Mezcla Divertida

1.



2.



3.



Materiales:

-Vasos, agua teñida con colorante vegetal, toallitas de papel

Desarrollo:

-Alinea varios vasos, alternando vasos llenos de agua teñida y vacíos, conéctalos con puntas de servilletas de papel.

-Deja que las toallitas de papel absorban el agua por un tiempo; para que fluya desde los vasos llenos hasta los vasos vacíos, alcanzando un nivel del agua igual en todos los vasos.

Para más información el siguiente enlace:

https://www.youtube.com/watch?time_continue=6&v=k7lxbjXSaPk&feature=emb_logo

Bolsa Antifugaz



Materiales:

-Bolsa transparente, lapiceros muy afilados, agua

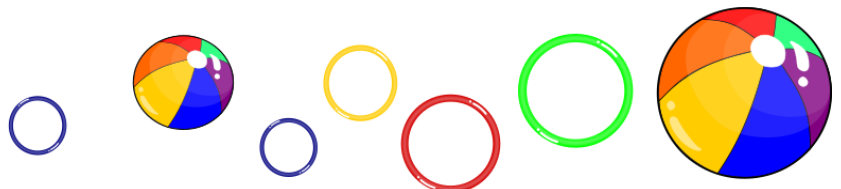
Desarrollo:

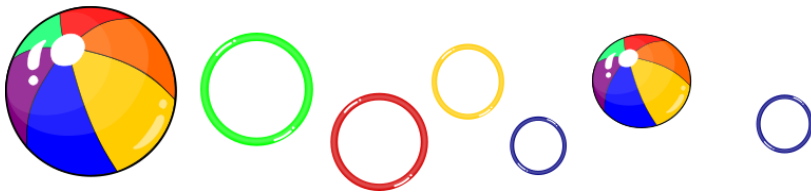
-Llena la bolsa de agua. Bastará con un poquito más de la mitad.

-Sujeta fuerte la bola ha llegado el momento de la verdad. ¿Conseguirás atravesar la bolsa de agua con unos lapiceros de parte a parte sin que se derrame ni una sola gota de agua?

-Agarra el lapicero e introdúcelos sin miedo en la bolsa. Hazlo lentamente, y podrás observar cómo el mismo lapicero 'tapona' el agujero recién creado por el lapicero en la bolsa y no se vierte nada de agua.

-Repite el procedimiento con otro lapicero, ¡Verás cómo funciona con todos!





Copia mi Dibujo



- En esta actividad pueden participar los integrantes de la familia
- Utiliza dos hojas por pareja y plumones.
 - Deberá colocar cada pareja una de las hojas blanca en la espalda de su compañero, fijada con diurex y otra hoja se colocará en la pared.
 - Dibujara uno de los integrantes del equipo sobre la hoja colocada en la espalda y quien tiene la hoja en la espalda tendrá que imitar lo que cree que este dibujando en su espalda. El dibujo deberá ser realizado a la par y paso a paso.
 - Gana la pareja que imite mejor el dibujo de su compañero.

Pie Grande

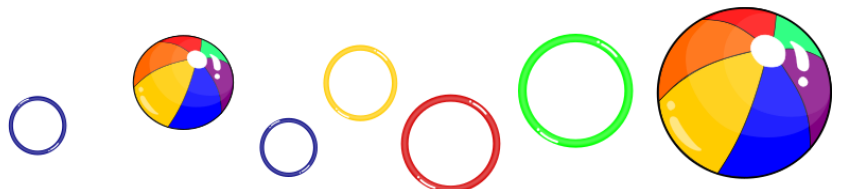


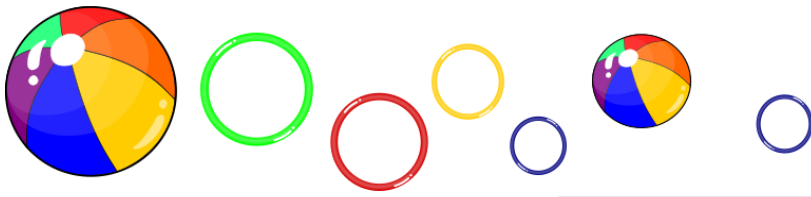
Materiales:

- Cartón, marcador, pintura, tijera, cinta adhesiva.

Desarrollo:

- Traza formas de pie grandes en cartón y usa tijeras para cortarlas.
- Recorta tiras de 3 por 15 cm, las cuales deberá servir como cinturón para colocar tu pie sobre el pie grande. Las correas deben cruzarse entre sí con la parte inferior del pie. Verifica que ajusten. Usa cinta adhesiva en la parte inferior para asegurar los extremos de la correa y al pie de cartón
- Pinta tu gusto las piezas de cartón.
- Una vez que todos integrantes tengan sus pies grandes, realiza una competencia cuando todos los integrantes tengan sus pies de cartón, ganador será quien llegue primero de un extremo a otro, coloca obstáculos.





Arte Africano



En esta actividad:

- Crea tu fondo al atardecer. Toma tres pedazos de papel de color, rojo, naranja y amarillo. Arranca tiras de papel del papel amarillo y naranja, pégalas sobre el rojo, alternando los colores.
- Organiza diferentes juguetes cuando el fondo este completo y seco, esta parte de la actividad se realiza al exterior. Coloca los juguetes de animales de tal forma que se observe su sombra.
- Traza los contornos de las sombras cuando estén organizados de la forma que quieras, luego pinta las formas con pintura negra.
- ¡Genial!, ahora es una foto que puedes enmarcar.

Altos, muy Altos



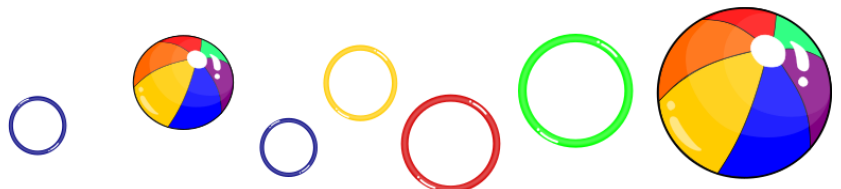
Materiales:

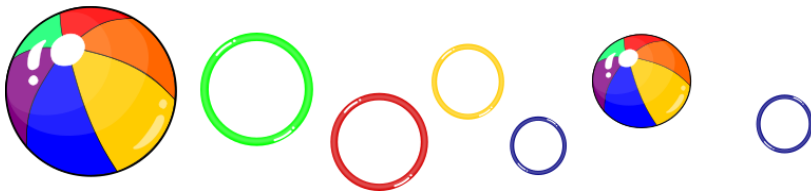
-Dos latas de leche en polvo medianas, un clavo y un martillo para agujerear las latas, cuerda, tijeras, cinta adhesiva aislante para proteger cualquier superficie cortante, material para decorar.

Desarrollo:

Con ayuda de un adulto

- Lava las latas, quita las pegatinas, la superficie debe estar bien limpia y lisa.
- Marca con Co altura del niño y atraviésalos por los agujeros. Para hacer esto más divertido en el patio de tu casa pon obstáculos en el recorrido.





Salvando Ando



Invita a tu familia a participar a esta divertida actividad:

- Entrega un fideo de piscina a cada participante.
- Comienza el juego con todos sosteniendo un fideo de piscina o palos es escoba hacia arriba y todos parados en un círculo a unos pocos centímetros de distancia.
- Cuenta "1,2,3 !" y todos los participantes soltaran sus fideos o palos de escoba y se moverán en sentido de las agujas del reloj hasta el próximo fideo. No deberán dejar caer los fideos o palos.

Túnel de Números



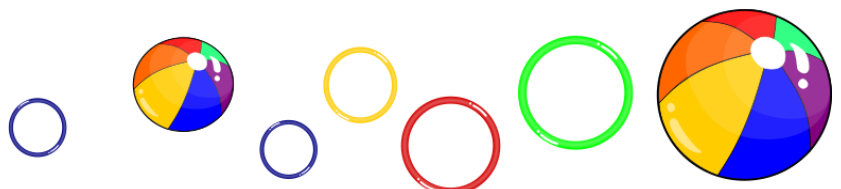
Materiales:

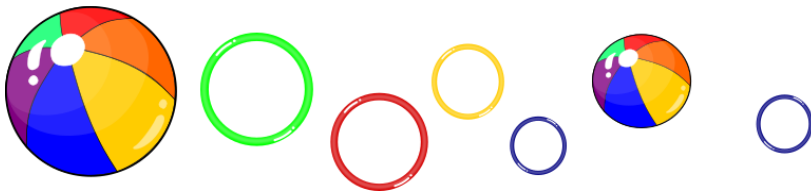
- Rollos de toallas de papel vacías, tijeras, 1 caja poco profunda, 1 Pom Pom, pegamento, marcador permanente.

Desarrollo:

- Corta los rollos de toallas de papel vacías en secciones de 1.5 pulgadas. (10 piezas)
- Colócalas al azar dentro del contenedor de cartón. Dejar suficiente espacio para que el pompón pueda rodar entre las piezas.
- Levanta cada pieza y coloca una pequeña gota de pegamento debajo de ella y vuelve a colocarla en el mismo lugar dentro del recipiente.
- Deja secar aproximadamente una hora. Una vez seco, escribe los números del 1 al 10 en la parte superior de las piezas en orden aleatorio.

- Adecuaciones: Etiqueta los rollos con letras, formas o colores según la edad de los niños o para favorecer diferentes habilidades.





Ruta de Pies y Manos



Este juego consiste en los siguiente:

- Dibuja en papel, varias figuras de los pies y manos, usa las partes de tu cuerpo como moldes para reproducirlas varias veces
- Reproduce 12 copias de cada una de las plantillas de los pies y 10 copias de cada una de las plantillas de las manos, en total deben tener 44 copias. Si deseas que el circuito sea largo.
- Forra de ser posible las hojas con papel contac o plástico, así podrás utilizarlo varias veces evitando su deterioro.
- Ordena las hojas en filas de tres, a modo que quede un circuito extenso de 15 filas de pies y manos.
- ¡Disfruta de este grandioso juego!

Dado Yoga

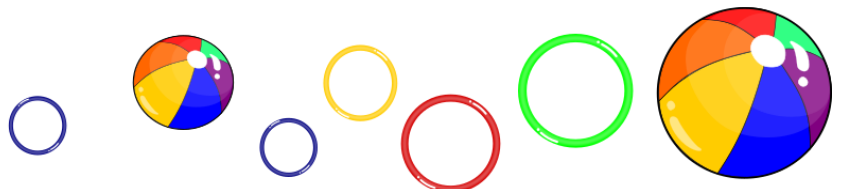


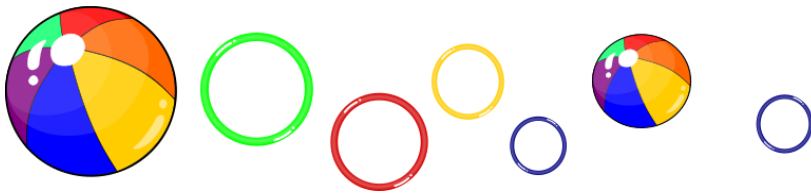
Materiales:

-Dado Gigante, hoja de postura. Descarga en el siguiente enlace: <https://www.aulasysendas.es/el-dado-yoga>

Desarrollo:

- Motiva a participar a los integrantes de la familia, uno de ellos será quien lance el dado y deberá hacer la postura que le toque, el resto de los integrantes imitara la postura, quien no logre realizar la postura deberá lanzar el dado y ejecutar la nueva postura.
- Gana aquel que logre hacer todas las posturas, sin importar si termina en primer o último lugar,





Frasco de la Calma



Materiales:

-1 bote de cristal o plástico, diamantina del color (se recomienda azul y tonos claros), aceite para bebé, agua templada, colorante alimentario, 1 cuchara sopera y otra de postre.

Desarrollo:

- Vierte agua templada o caliente en el bote de cristal. Si el niño es muy pequeño, utiliza una botella de plástico, será más seguro.
- Añade dos cucharadas soperas de aceite para bebé o glicerina al agua.
- Agrega dos o tres gotas del colorante elegido por el niño para darle color al agua.
- Rellena la botella con más agua o ponle más de diamantina si no es suficiente.
- Coloca la tapa y cierra con fuerza para que el agua no se salga al remover la botella.
- ¡Listo! La puedes usar en cualquier momento.

Mi Rompecabezas

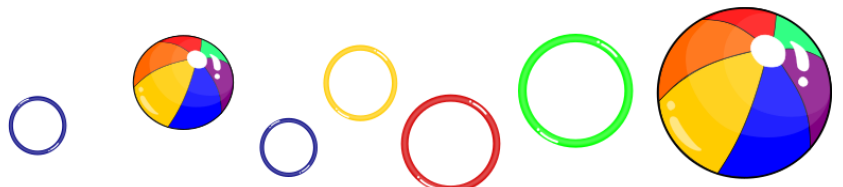


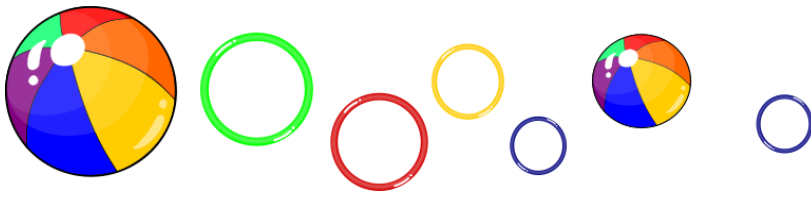
Materiales:

-Palitos de paleta, pintura acrílica, una foto tuya, cúter, pegamento.

Desarrollo:

- Pinta los palitos del color que más te guste, deja secar
- Coloca los palitos en una línea, al tamaño de la foto.
- Imprime la foto y aplica el pegamento detrás.
- Pega la foto a los palitos.
- Voltea la foto pegada a los palitos, con ayuda de un adulto corta la foto entre todos los palitos.
- Elabora rompecabezas de cada integrante de tu familia y arma cada uno.





Trompo Fantástico



Materiales:

-1 CD que ya no utilicen, 1 canica, 1 cartulina blanca, 3 monedas, cinta adhesiva, tijeras, marcadores de colores.

Desarrollo:

- Traza círculos en la cartulina, usar un tazón de cocina.
- Recorta los círculos y coloréalos con tus marcadores haciendo diferentes patrones que se verán geniales mientras giras
- Corta una pequeña hendidura en el centro de los círculos, un poco más pequeña que una moneda.
- Empuja la moneda en cada ranura, aproximadamente a la mitad.
- Coloca cinta alrededor de los bordes de la ranura por donde sale la moneda.

Tablero de Colores



Materiales:

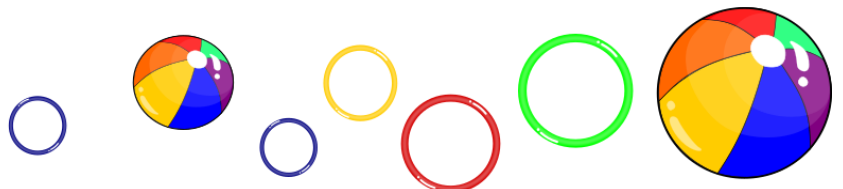
16 vasos (4 amarillos, 6 rosas, 6 azules), cinta adhesiva
3 hojas de color (amarilla, rosa y azul).

Desarrollo :

Traza en el piso de tu casa dos tableros que contenga 9 cada uno. Coloca en cada celda los vasos, divididos de la siguiente manera (dos vasos amarillos, 3 rosas y 3 azules, para cada jugador)
Traza con las hojas círculos, ubicándolos en medio de los dos tableros, indicando como deberán quedar ubicados los vasos en el tablero.

Para más información consultar el siguiente enlace:

<https://pin.it/6ajxhbg>





Gobierno de Puebla
Hacer historia. Hacer futuro.