



# Gobierno de Puebla

*Hacer historia. Hacer futuro.*

## VERANO DIVERTIDO

ACTIVIDADES RECREATIVAS PARA  
DIVERTIRSE Y RELAJARSE EN CASA

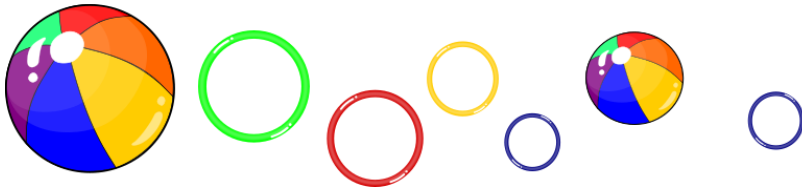


### DISCAPACIDAD INTELECTUAL

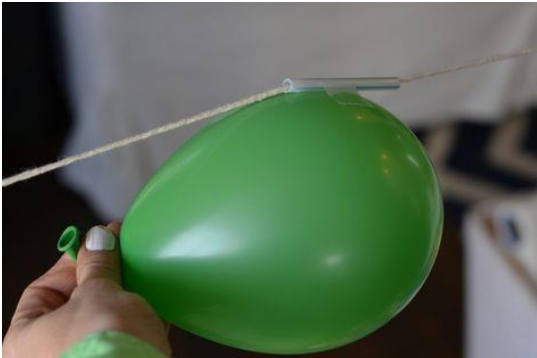
*“La vida nos brinda grandes oportunidades para aprender, hoy tenemos la posibilidad de aprender a ser disciplinados, a cuidar mejor de nosotros mismos, de valorar cuán importantes somos para que todos juntos salgamos adelante de esta prueba; así pues, aprendamos aquí y ahora a ser mejores”*



Secretaría  
de Educación



## ¡Arma tu propio cohete!



Fuente: <https://www.cultura.gob.ar/para-jugar-lejos-de-la-compu-8852/>

**Materiales:** estambre, un popote, cinta adhesiva y globos.

**Desarrollo:**

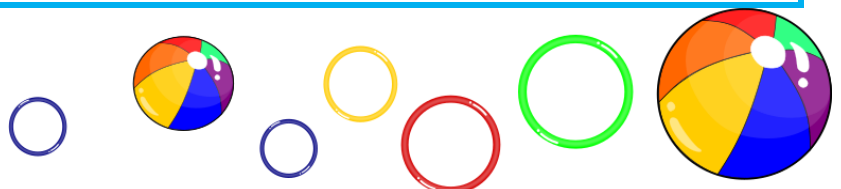
- Corta un trozo largo de lana o soga.
- Atraviesa el estambre por el popote.
- Ata cada extremo sobrante de estambre en diferentes superficies de manera que quede, como mínimo dos metros entre un extremo y otro (puede ser entre un picaporte y el respaldo de una silla). Luego infla un globo y sin anudarlo pégalo con cinta adhesiva al popote.
- Ubicarlo en uno de los extremos, soltar la boquilla y ¡a volar!

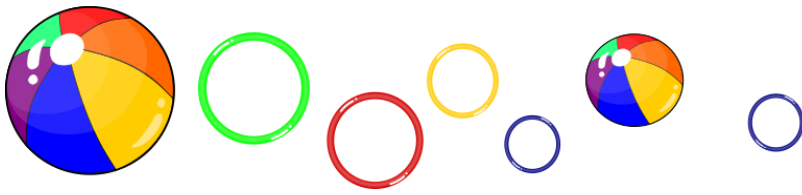
## ¡Globos con mensaje!



Fuente:  
<https://www.cultura.gob.ar/para-jugar-lejos-de-la-compu-8852/>

- **Materiales:** globos, cinta adhesiva, hilos, mensajes.
- **Desarrollo:**
- Para jugar a las adivinanzas o responder acertijos de una manera diferente, armar un cordel de globos o pegar muchos globos en una pared.
- Previamente introducir en cada globo un papel que contenga el acertijo o la adivinanza. Luego proponerle a los niños que exploten los globos con un escarbadiantes, o sentándose encima de ellos, y entonces ¡a pensar y responder!
- Los globos con mensaje también puede ser una buena opción para dividir roles y realizar trabajos colaborativos en el hogar. Introducir dentro de los globos distintas tareas como lavar los platos, hacer la cama, juntar la ropa y hacer partícipes a todos los miembros de la familia.





## Trivial personalizado

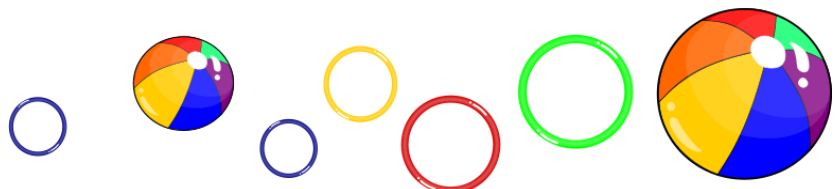


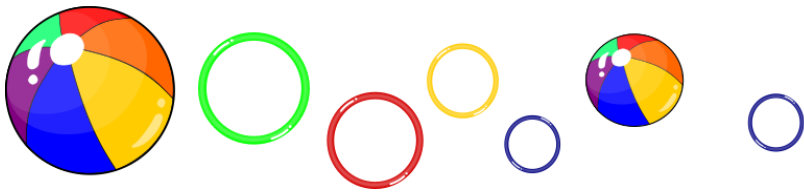
<https://www.redcenit.com/5-juegos-familiares-para-romper-con-la-monotonia-de-la-cuarentena/>

- **Materiales:** hoja de papel y lápiz.

### Desarrollo:

- Formula con ayuda de los mayores, preguntas y respuestas orientadas a los miembros de casa, siendo el ganador el que más conozca los demás.
- Escribe las preguntas en papeles y repártelas entre los miembros. Algunos ejemplos que pueden servir de inspiración son: *¿Cuál es la comida favorita de \_\_\_\_\_? ¿Cuál es el juego favorito de \_\_\_\_\_? ¿Qué es lo que más molesta a \_\_\_\_\_? ¿Qué animal sería \_\_\_\_\_? ¿En qué película le gustaría salir a \_\_\_\_\_?*
- También pueden plantear preguntas más generales que impliquen a todos los participantes y todos puedan contestar o votar para buscar un consenso, por ejemplo: *¿Quién es la persona que más tarde se levanta en fin de semana? ¿Quién es la persona que mejor cocina? ¿Quién es la persona que más le gusta leer? ¿Quién saldría de casa sin paraguas un día que llueve? ¿Quién haría más rápido un puzzle? ¿Quién sería capaz de ver 3 películas en un día?*
- La finalidad de este “trivial” es el autoconocimiento familiar y pasar un tiempo entretenido y divertido juntos. Una buena recomendación es que los hijos sean partícipes de las preguntas, escribiéndolas o pidiendo que otras personas las escriba.





## Laberinto



**Materiales:** cinta adhesiva.

**Desarrollo:**

- Observa la imagen y con cinta de adhesiva diseña un laberinto en el suelo, que tu hijo deberá recorrer.
- Puedes variar la actividad llevando un balón en los pies, en cuatro patas, simplemente caminando, poniendo obstáculos, esto es a tu gusto.

## Lanzamiento de aviones

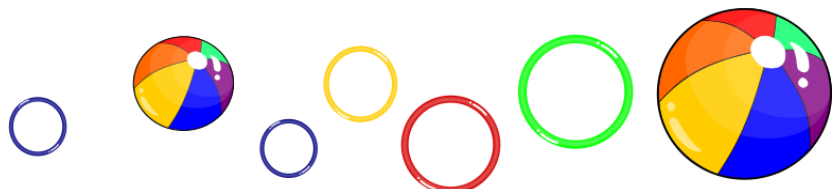


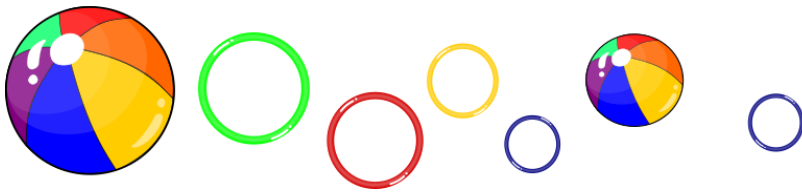
Fuente: How Does She

**Materiales:** cartulina o cartón o bolsa de basura, avioncitos de papel.

**Desarrollo:**

- He aquí un juego para niños en casa que combina el tiro al blanco con el lanzamiento de avioncitos de papel.
- Con una cartulina o un cartón, puedes preparar un tablero con agujeros por el que los pequeños deberán hacer pasar sus aviones.
- Dale un puntaje a cada agujero, y colgar el tablero en una puerta, como en la imagen.
- Varía el juego, con aviones de papel, pelotas de diferentes tamaños y decora el tablero a tu gusto.





## Carrera de pompones



Fuente: Thinking.IQ  
PagingFunMums

**Materiales:** pompones (o bolitas de papel) y un poco de masking para marcar en la mesa la línea de salida y la línea de meta.

**Desarrollo:**

- Se puede jugar de dos maneras, según el espacio que tengas.
- Si la mesa es amplia se puede correr una carrera entre dos o más participantes, si es más pequeña jugará un participante a la vez, y ganará quien consiga llevar más pompones más allá de la línea de meta, solo soplando por el popote y sin usar las manos.
- Otra variación del juego se trata de una carrera donde cada participante deberá empujar su pelotita hasta uno de los vasos pegados al borde de la mesa, soplando a través de un tubo de cartón. Gana el primero que logra meter la pelotita al vaso.

## El juego de las pantimedias

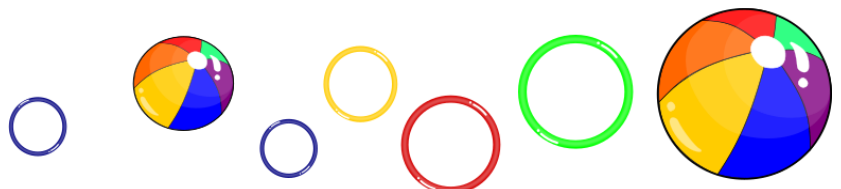


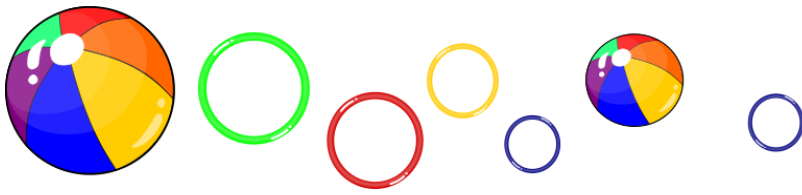
Fuente: Kitty Groups

**Materiales:** una pelota pequeña y unas pantimedias.

**Desarrollo:**

- Pon la pelota dentro de una de las piernas de la pantimedia y luego ponernos la pantimedia en la cabeza. (Observa la imagen)
- Sin usar las manos, solo moviendo la cabeza, hay que derribar el mayor número de botellas en un minuto, también puedes poner peluches.





## Pizarrón de arena

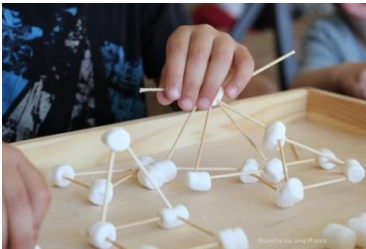


**Materiales:** Bandeja o caja de cartón, arena o harina.

**Desarrollo:**

- En una bandeja o caja de cartón, vacía un poco de harina de maíz o de trigo.
- Propón al niño que dibuje con el dedo, quizá puede reproducir las letras del alfabeto o los números.
- Varía la actividad ocupando la mano derecha, la mano izquierda, con los ojos, etc.

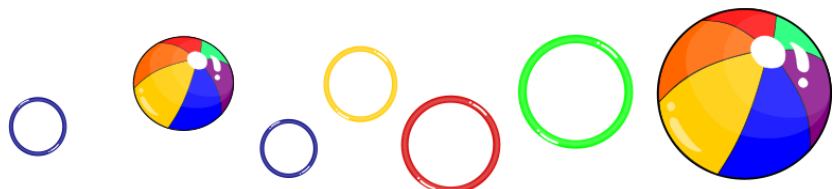
## ¡A construir!

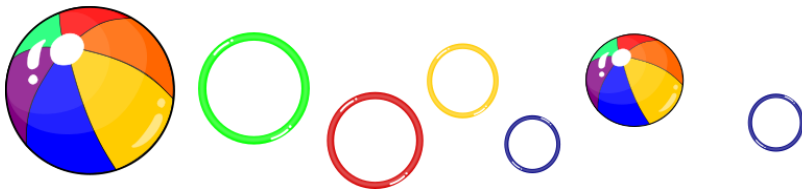


**Materiales:** palillos, plastilina.

**Desarrollo:**

- Estas son algunas ideas para construir monstruos, edificios y juegos de puntería.
- Une cada palillo con una bolita de plastilina para construir torres, edificios, monstruos, personajes, objetos, etc.





## Experimento: Arcoíris



### ARCOÍRIS DE CAMELO

Experimenta una explosión de colores con los Famosos Skittles o M&M's. Para esta actividad solo necesitas unos cuantos dulces, un plato y un poco de agua. Crea diferentes patrones o utiliza tus colores preferidos. ¡Te encantará el lindo resultado y aprenderás acerca de la solubilidad!

Cuando viertes agua en el centro del plato, notarás cómo los colores de cada dulce recorren el plato hasta llegar al centro. Esto se debe a que estos dulces contienen colorantes y azúcar. Estos dos ingredientes se disuelven rápidamente en el agua.

Este concepto científico se conoce como solubilidad.



Coloca los caramelos en el plato. Luego, vierte agua en el centro del plato.



El colorante se derrite hasta llegar al centro del plato creando un arcoíris de colores.

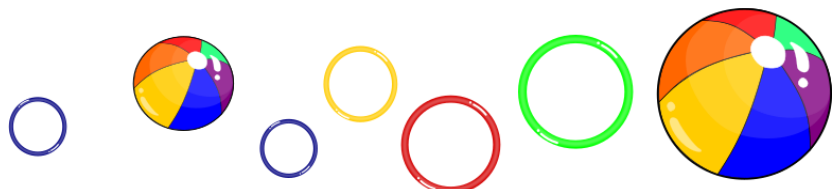
### Materiales:

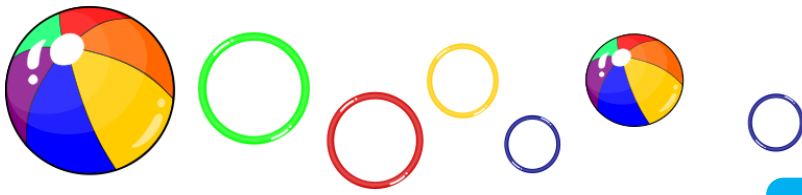
- Un plato (preferiblemente blanco)
- Caramelos con cubierta azucarada (como Sparkies o M&M's)
- Agua

### Procedimiento:

- Acomoda los caramelos en el borde del plato. Puedes ordenarlos creando los colores del arcoíris, diferentes patrones o según el orden que prefieras.
- Vierte agua en el centro del plato hasta cubrir los caramelos hasta la mitad. Si estos se mueven, colócalos en su lugar rápidamente.
- Espera unos pocos segundos y observa con detenimiento lo que sucede.

Fuente: <https://arbolabc.com/experimentos-caseros-para-ni%C3%B1os/arcoiris-dulce>





## Experimento: Dibujo con vida

Con un rotulador borrable, haz un dibujo sencillo en el plato o recipiente de vidrio. Lentamente, vierte un poco de agua y observa qué pasa.



En cuestión de segundos verás cómo tu dibujo puede "moverse" en el plato. ¡Inténtalo, te sorprenderá!

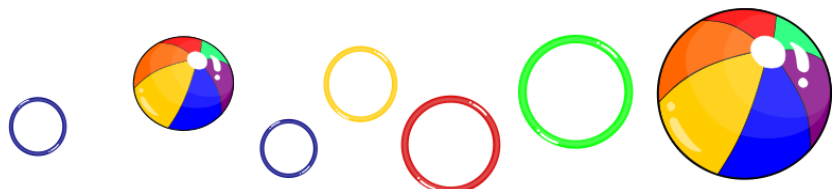


### Materiales:

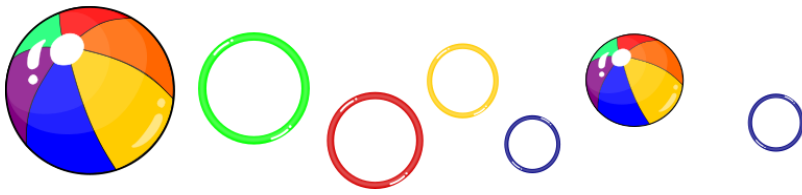
- Plumón borrable (para pizarra blanca)
- Vaso con agua a temperatura ambiente
- Un plato de porcelana o recipiente de vidrio

### Procedimiento:

- Con el plumón borrable, haz un dibujo sencillo en el plato o recipiente de vidrio. Por ejemplo, una figura de palo, corazones o estrellas.
- Lentamente, vierte un poco de agua en el plato o en el recipiente de vidrio para levantar el dibujo del plato.
- Por último, agita el plato para hacer que el dibujo se mueva y observa con detenimiento lo que sucede.







## Burbujas gigantes

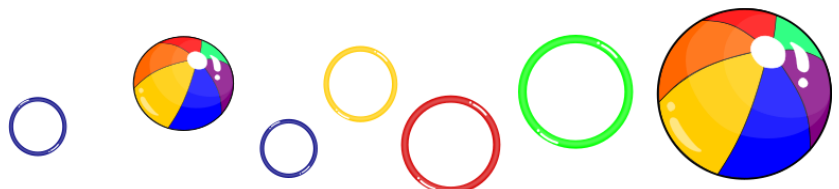


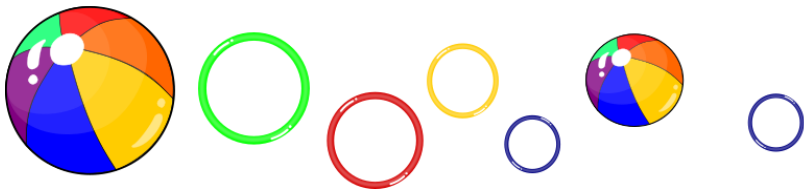
Fuente:  
<https://www.cultura.gob.ar/para-jugar-lejos-de-la-compu-8852/>

**Materiales:** 2 palos o ramas de igual tamaño, estambre grueso, jabón líquido, agua, cubeta, azúcar.

**Procedimiento:**

- Cortar un trozo del estambre grueso (para atar matambre) o una cuerda fina que sea tres veces más larga que la longitud de los palos.
- Atar la cuerda para formar un "aro" donde la parte de arriba sea más corta que la de abajo. (Observa la imagen)
- Por otro lado, poner en una cubeta una mezcla compuesta por diez vasos de agua (si está tibia, mejor), un vaso de jabón líquido (no abusar con el jabón de lo contrario la mezcla quedará muy espesa) y una cucharada grande de azúcar. Mezclar y dejar reposar una hora.
- Cuando la mezcla esté lista, sumergir el hilo en la mezcla y a practicar hasta que aparezcan dragones, serpientes, y todo un universo de figuras.





## Adivina el personaje



- Cada jugador piensa en un personaje, sin decirlo en voz alta. Los demás tienen que hacerle preguntas para descubrir quién es. Una variante es invertir la ecuación: a cada jugador se le asigna un personaje y todos los demás saben quién es, pero el propio jugador no.
- Puede tener el nombre del personaje escrito en un papel y pegado en la frente, y hace preguntas (¿soy una mujer?, ¿existió en el mundo real?, ¿tengo súper poderes?, etc.) hasta descubrir de qué personaje se trata

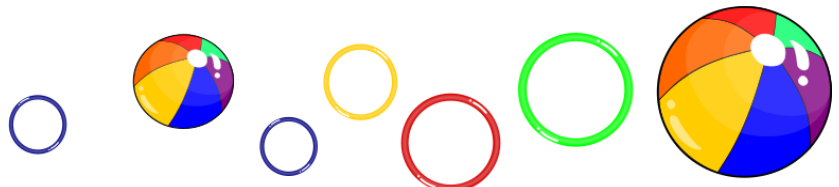
## Juego de puntería

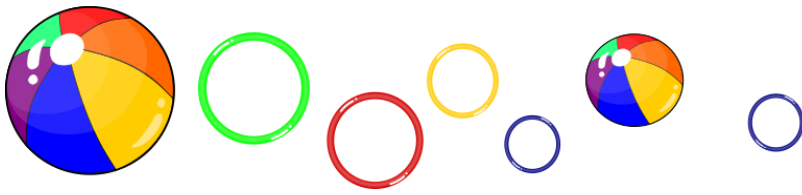


<https://www.cultura.gob.ar/para-jugar-lejos-de-la-compu-8852/>

**Materiales:** caja de cartón, estambre, vasos desechables, taparrosas.

- A los vasitos desechables realizarle un agujero sobre la base e introducirle el estambre y atarlo de manera que puedan quedar colgando del estambre.
- Tomar cualquier caja de cartón mediana y realizarles agujeros en la parte superior para colgar de ellas los vasitos.
- Disponer de taparrosas sobre la mesa o sobre el piso, depende donde apoyemos la caja, y a afilar la puntería.





## Por el agujero



**Materiales:** bote de leche/caja que agujerearemos o tubos de papel higiénico agujereados y popotes.

**Procedimiento:**

- Insertar los popotes por los agujeros del tubo.
- Si domina los colores podemos pintar cada agujero de un color para que clasifique los popotes por colores.

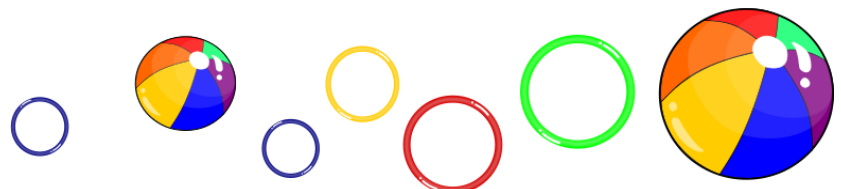
## Tuberías

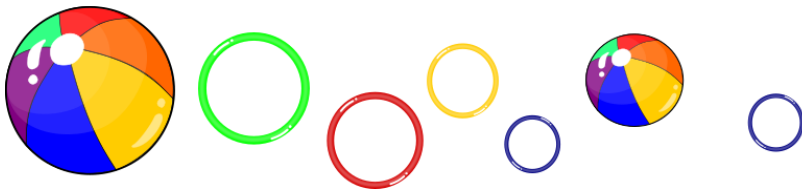


- **Materiales:** Tubos de papel higiénico o de cocina, vasos de plástico o de papel, cinta adhesiva, pelotas, pompones, etc.

**Desarrollo:**

- Insertar las pelotas por los tubos.
- Podemos pintarlos de colores para que clasifiquen las pelotas/pompones por colores o no.
- Es divertido hacer diferentes circuitos y colocar los rollos en diferentes posiciones para que vean las diferentes maneras de caer de los objetos.





## Misiones



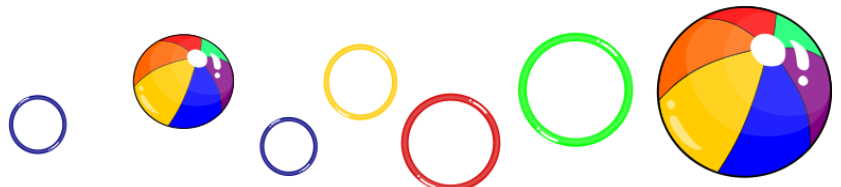
- Este juego pondrá a prueba las dotes de explorador de nuestros hijos. Les daremos una lista de categorías.
- Dichas categorías serán cualidades de algunos objetos que tengamos por casa, por ejemplo "tiene cuatro patas", "es verde", "sirve para enfriar", "es suave", "desprende luz".
- Deberán buscar por casa objetos que cumplan con cada categoría, al menos 5.
- Al principio encontrarán fácilmente esos objetos, por ejemplo en la categoría "tiene cuatro patas" pueden decir "silla", "mesa", "cama". Después tendrán que esforzarse para encontrar esas cualidades en otros objetos o muebles, ¡como las patas del microondas e incluso una mascota!

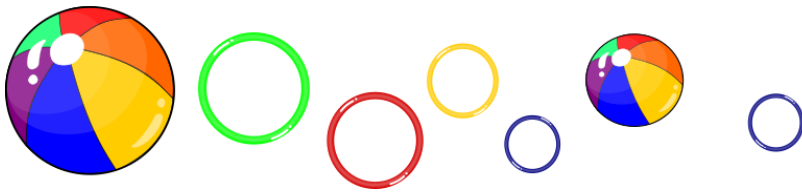
## Palabras encadenadas



[https://www.eldiario.es/consumoclaro/madres\\_y\\_padres/Doce-juegos-ninos-entretenidos-cuarentena\\_0\\_1008599433.html](https://www.eldiario.es/consumoclaro/madres_y_padres/Doce-juegos-ninos-entretenidos-cuarentena_0_1008599433.html)

- El primer jugador dice una palabra y luego los demás, por turnos, tienen que decir otras palabras que estén "encadenadas" a la anterior. ¿Cómo se encadenan? Pues cada una debe empezar con la última letra o la última sílaba (esto se acuerda antes de empezar) de la anterior. Ejemplo de palabras encadenadas por sílabas: tomate, teléfono, nocivo, vocal, calcio, etc.
- También se pueden hacer "canciones encadenadas", que son aquellas en las que se modifica una parte de la letra (como la de los elefantes que se balancean sobre la tela de una araña) o se añade un nuevo elemento en cada repetición (como la de la chivita que no quiere salir de ahí).





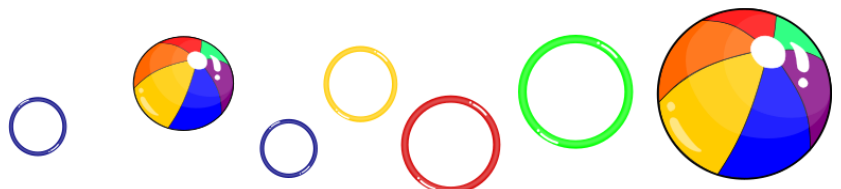
## ¿Qué película es?

- Se dividen en dos equipos y, por turnos y solo con gestos y movimientos del cuerpo –sin hablar–, cada jugador debe hacer que sus compañeros acierten el título de una película (pero también se pueden representar otras frases o ideas, aunque el juego se llame "de las películas").

## Inventemos personajes



- Esta es la actividad donde se tiene que sacar todo el armario a relucir.
- Escribe unos personajes muy característicos, por ejemplo “una abuela de 90 años, que además no escucha muy bien”, “un perro muy ladrador”, “una actriz muy famosa” o “un personaje de Aladdín”. Una vez sepamos qué personaje nos toca interpretar, comenzaremos su construcción (vestuario, maquillaje, peinado y lo más importante, la actitud).
- Es un juego muy divertido que puede implicar a toda la familia.
- Además, mientras estamos jugando podemos realizar “video llamadas” con familiares para que vea nuestra “gran obra”. La actividad es perfecta para pasar una tarde llena de risas, eso sí, luego habrá que recoger todo lo que se haya utilizado.





**Gobierno de Puebla**  
*Hacer historia. Hacer futuro.*