

Contingencia Coronavirus

Actividades en casa



Sugerencia de actividades

Juegos de cartas/naipes:

- Carioca
- 26
- Revoltijo
- Uno
- Canasta
- Póker
- Solitario
- 21
- Rápido/nervioso



Sugerencia de actividades

Juegos de mesa/en grupo:

- Bingo
- Ludo
- Monopoly
- Adivina quién
- Catán
- Twister
- Pictionary
- Trivia/Preguntados
- Dominó
- Operando
- La olla
- Ajedrez
- Damas
- Dixit
- Scrabble
- Ataque
- Rompecabezas/Puzzles
- Sopas de letras
- Sudokus
- Crucigramas
- Dobble

***Poner atención que cada juego sea adecuado para la edad del/la niño/a**



Sugerencia de actividades

Otras actividades:

- Pintar
- Dibujar
- Escribir
- Hacer collares/pulseras de mostacillas
- Jugar a la pinta
- Jugar a las escondidas
- Pintar con los dedos
- Recortar/armar collages
- Leer
- Construir un fuerte
- Jugar con legos
- Plantar un poroto
- Cantar karaoke
- Tocar algún instrumento musical
- Cocinar
- Construir con bloques
- Inventar una canción o un poema
- Hacer ropa para muñecas con papel o material reciclado
- Armar una pista de autos
- Bailar
- Jugar a Simón dice
- Comenzar un diario de vida
- Coser ropa
- Tejer
- Bordar
- Hacer origamis



Sugerencia de actividades

Actividades de expresión:

La expresión corporal y de emociones, permite liberar tensiones, expresar sentimientos y fortalecer otras formas de comunicación.



- Crear títeres de dedos o con calcetines viejos.
- Maquillaje teatral (envejecido, expresiones faciales, animales, etc.)
- Expresarse corporalmente al ritmo de la música.
- Construcción de marionetas con material reciclado.
- Disfrazarse.
- Montar una obra de teatro en casa.
- Montar una obra de títeres en casa.
- Cantar.
- Imitar voces, explorar tonos de voz.
- Contar un cuento de manera expresiva.
- Grabar videos chistosos.
- Hacer un noticiero.
- Grabar un programa de radio.
- Jugar al “espejo”, imitando las expresiones y movimientos del otro.



Sugerencia de actividades

“Me gustaría escribir pero no sé cómo...”

- Comienza contando una historia de algo que ya conoces. Ej: tus vacaciones.
- Inicio de la historia: entrega ubicación en espacio y tiempo, ¿qué hiciste? ¿saliste a algún lugar? ¿qué personajes aparecen?
- Desarrollo: Cuenta alguna anécdota, situaciones que te parezcan relevantes, detalles que inviten al lector a sentirse dentro de la historia, ¿qué pasó después?
- Fin: Trata de dar un cierre al relato, puedes concluir algo, hacer una reflexión, contar una última anécdota o simplemente contar que llegó la entrada a clases. ¿Cómo terminaron las vacaciones?
- Está lleno de tips en internet, también puedes pedir ayuda a tu profesora de lenguaje.
- Todo está listo para que seas un/a gran escritor/a.
 Ya queremos leerte 😊



Sugerencia de actividades

Un poco de autoconciencia...

Una mente tranquila da espacio para la creatividad, nuevos aprendizajes y relaciones más positivas.

Si tu mente fuese una habitación, ¿Qué habría en su interior? Dibuja en una hoja en blanco lo que imaginas.



Sugerencia de actividades

Miremos el lado positivo de esto, es un buen momento de pausa y desconexión para soñar.

¿Qué cosas te hacen volar?



Dibuja unas alas en una hoja y escribe alrededor de ellas todo lo que te hace querer volar hacia tus sueños.



Sugerencia de actividades

-No olvides que mantenerse activo/a físicamente es muy importante.
 -A pesar de no tener mucho espacio donde moverse igual puedes hacer ejercicio para cuidar tu salud y tener un estilo de vida saludable.

Algunas ideas:

- Yoga
- Pilates
- Baile entretenido
- Zumba
- Juego/movimiento libre
- Saltar la cuerda
- Meditación
- Subir y bajar escaleras
- Inventar coreografías
- Arte marcial (formas)



RECUERDA

1

Ten actitud de ayuda



2

Haz cosas que te gusten y ten paciencia para lo que no te guste

3

Cree en ti

Puedes lograr cualquier cosa que te propongas



4

Enfócate en lo bueno

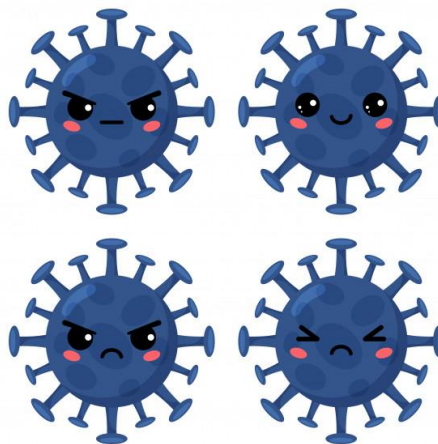


5

Sé valiente y generoso/a

*Si puedes, imprime este recuadro y tenlo en un lugar visible para que sea más fácil de recordar. Invita a tu familia a firmar entre todos este compromiso.





Información elaborada por equipo de Formación Colegio Arturo Toro Amor, consultando documento “Almando” elaborado por Giancarla Marisio. 2020.



www.sip.cl



[sipreddecolegios](https://www.facebook.com/sipreddecolegios)



[sip_colegios](https://www.instagram.com/sip_colegios)



[sip_colegios](https://twitter.com/sip_colegios)



[SIP - Red de Colegios](https://www.youtube.com/SIP-ReddeColegios)