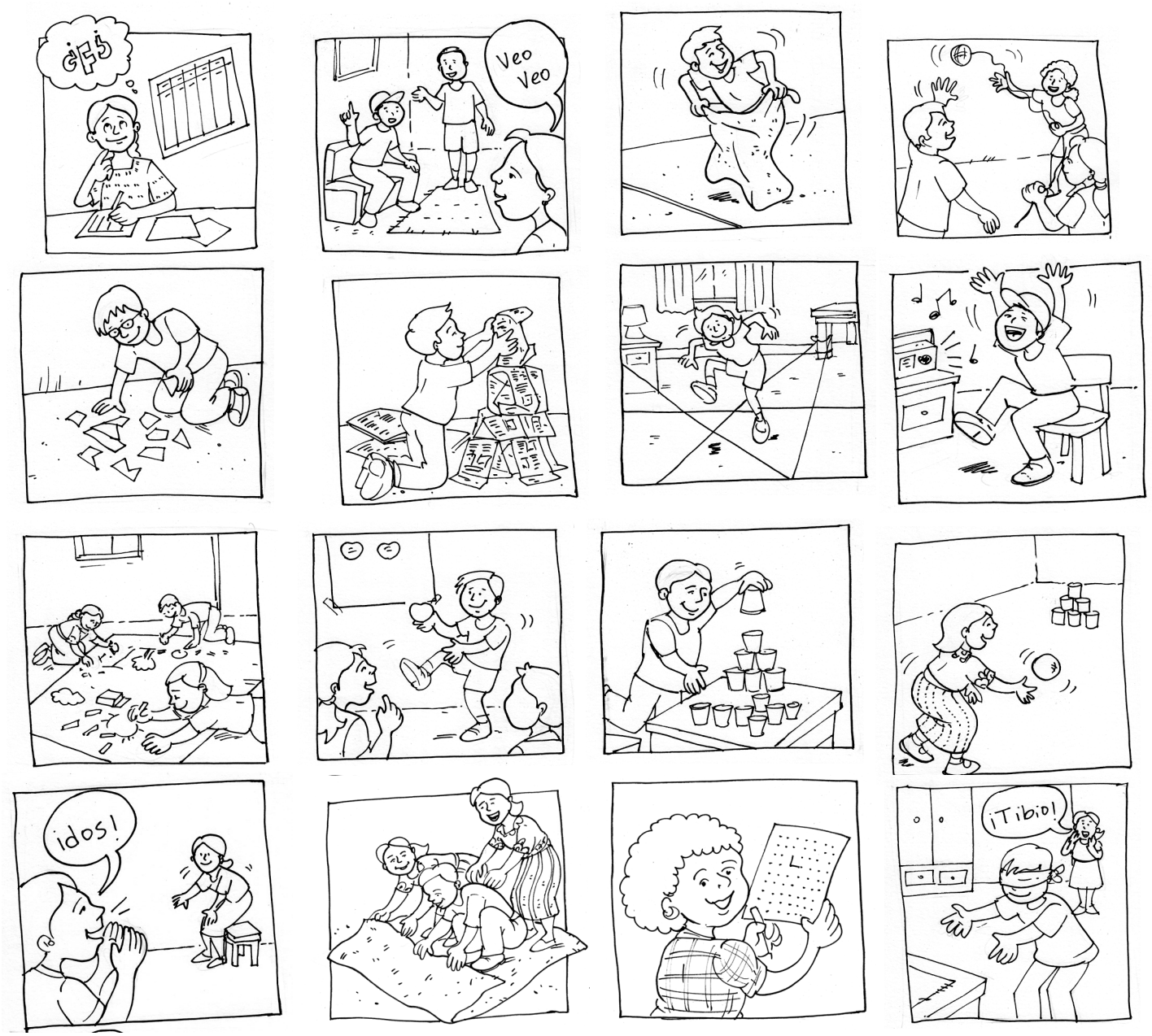
Actividades en casa 2

con los niños y las niñas



Suecia Sverige

unicef GUATEMALA

#NIÑEZYADOLESCENCIAPROTEGIDA

¡Es tiempo de quedarnos en casa!

Los niños y las niñas sabemos que estamos viviendo días diferentes. Por ahora, no vamos a la escuela o al colegio y nos toca quedarnos en casa. Pero, pueden ser días divertidos para hacer actividades y juegos que, normalmente, no los hacemos.

Antes que todo, es importante que sigamos los consejos de los adultos y no salgamos a la calle, que sigamos un horario para hacer las tareas del hogar y las que nos han dejado de parte de la escuela y colegio y… al cumplir con todo ello, ¡Tendremos tiempo para jugar!

Es por eso, que en este segundo folletito te damos algunas sugerencias de juegos y actividades que puedes hacer en tu casa. Todos son juegos que han recopilado las personas que trabajan en los sistemas municipales de protección de niños, niñas y adolescentes en diferentes departamentos como: Guatemala (Mixco), Alta Verapaz, Baja Verapaz, Jalapa, Chimaltenango, Chiquimula, Izabal, Quiché, Quetzaltenango y Totonicapán.

Este material fue elaborado con el aporte de:

Refugio de la Niñez

Christian Narciso Rax
Dania Paola Alvarado Choc
Josefa Estela Luis Ixmalej
Edna Eunice Canahuí Mayén
Ingrid Eunice López
Héctor Geovani Choc Tzub
Gloria Elvira Pérez López
Jennifer Eunice Dardón Cerna
Lorena Adelaida Pérez Pérez
Rubén Dario Cú Caal
Sandra Dalila Laj Rodríguez
Virginia Aracely Juárez
Allan Vásquez
Herlinda Caníz Gutiérrez
Ilsi Paola Barrios García
Fredy Antonio Pastor
Eva Virginia Gutiérrez
Flor Adriana Mejía Sop
Silvia Zulama Lorenzo Gónzalez
Ilsy Juana Pérez Rodríguez

Fundación Sobrevivientes

Brenda Amalia Cañas Márques
María del Rosario Caracun Coc
Yolanda Silvia Jerónimo López
Jorge Mario Montúfar De La Cruz
Moisés Orlando Díaz Gálvez
Norma Estela Sánchez
Cintya Arely Estupinián Lima
Fredy Orlando Nájera Berríos
María Magdalena Fajardo Andrade
Krisel Mazziel Hernández Cordón
Erick David Aguilar
Dalia Carolina Pérez Tax
Dalia Hortencia Chuy Chojoj

Misioneros de San Carlos Scalabrinianos

Gerson Daniel Herrera López
Rudy Amílcar Pérez Orozco
Advín Altoveli Orozco Fuentes
Nancy Fabiola Pérez Orozco
Selva Yesenia Ramírez Guillén
Taña Mintoy Velásquez Serrano
Ircy Mariela Petz Ordóñez
Wendy Fermina Laynez
Dina Gricelda Chan Patá
Judith Liliana Morales Mátzar
Brenda Maribel Juracán Choguaj
Jorge Armando Tumax Ixcaqui

Alta Verapaz

1. ¡Basta!

En una hoja se escribe en la parte de arriba: nombre, color, país, cosa y flor. Después, una persona deberá decir el abecedario para sí mismo. Alguien más dirá "¡basta!" y quien está diciendo el abecedario parará y dirá en qué letra se detuvo. En la hoja, todos deberán escribir en cada columna, lo que se pide, que inicie con esa letra. Se cuenta cuántas palabras fueron correctas y se suman los puntos y gana el que tenga más puntos. Y así sucesivamente se juega con las letras del abecedario que

2. Veo veo

Uno de miembros de la familia empieza a decir que mira algo y lo describe y el resto de familia empieza a mencionar las cosas que considera que sean esas. Por ejemplo: "Veo veo algo de color azul con puntos" (taza) y quien adivine gana.

3. Hacer figuras de papel

Con cualquier tipo de papel hacer figuras como: un avión, barco, sapo o un gorro.

4. Lotería

Con cartones con diferentes figuras y objetos (como granos de maíz o frijol) para colocar sobre las imágenes que quien dirige va mencionando, la persona que complete 5 figuras o el cartón completo grita "¡lotería!" y gana.

5. Encostalados

Se forman en una línea de salida, al dar la orden de salida salen saltando los participantes dentro del costal, el primero en llegar a la meta saltando dentro del costal gana.

6. Saltemos la cuerda

Actividad que sirve además de jugar para ejercitarse. Dos personas se ponen a los extremos y una persona salta. Se debe contar cuántos saltos logran realizar sin enredarse en la cuerda.

7. Lugares peligrosos y seguros para las niñas, niños y adolescentes de mi comunidad

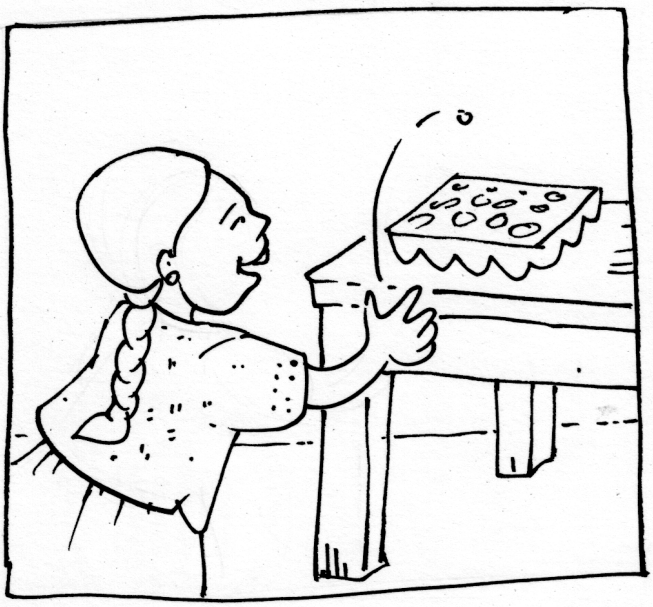
Consiste en proponer una adivinanza por parte de un participante. Debe dar una pista del lugar o de la letra por la que empieza el nombre del lugar. Quien lo adivine, debe preguntar a los demás participantes si el lugar identificado es seguro o peligroso para los niños, niñas y adolescentes y por qué. Esta persona será la siguiente en proponer la adivinanza. Por medio de este juego los participantes deben pensar en aquellos lugares peligrosos o seguros para la niñez y adolescencia en la comunidad.

8. La telaraña de los derechos y deberes de los niños, niñas y adolescentes

Hacemos un círculo, luego uno de los participantes inicia el juego mencionando un derecho de los niños, niñas y adolescentes. Seguidamente, sin soltar la punta del hilo, debe lanzar la bola de lana a otro participante que no esté a su lado y éste deberá mencionar el deber que corresponde al derecho ya mencionado. Así sucesivamente con cada participante hasta formar una telaraña.

9. Tiro de suerte

Necesitamos: 1 cartón de huevos, 2 canicas, tapitas, monedas (objetos pequeños que puedan diferenciarse por participante). En cada uno de los espacios del cartón se deberá colocar la puntuación que tendrán, cada participante deberá lanzar tratando de anotar



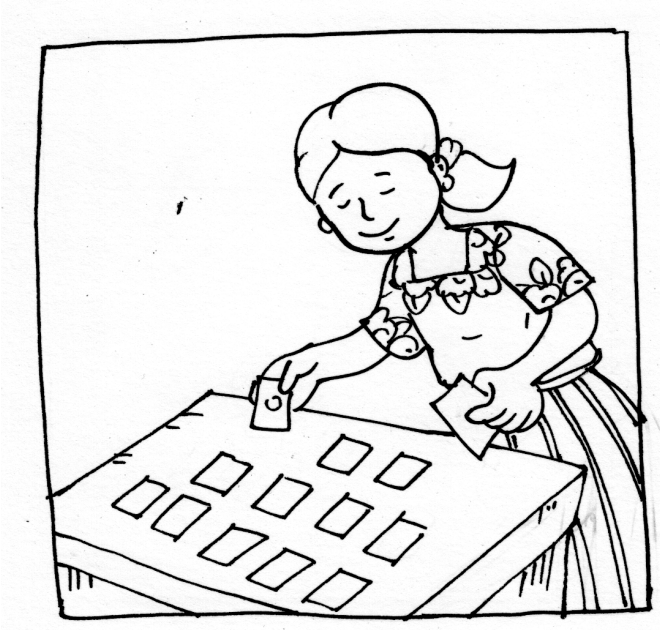
Baja Verapaz

10. Movimientos de interacción y coordinación (desarrollando área cognitiva)

Vamos a contar 1, 2, 3, tomando en cuenta que al decir cada número deberemos mover un pie, así:

1: pie derecho
2: pie izquierdo
3: pie derecho

Luego podemos agregar una canción, y seguimos moviendo cada pie al ritmo, por ejemplo: "Campanero Campanero, ¿donde estás?, ¿donde estás? toca la campana, toca la campana, din don da, din don dan…"



11. Juegos de memoria

Se trata de tener varias tarjetas con imágenes de animales domésticos, plantas ornamentales o medicinales. Cada imagen debe estar en dos tarjetas. Volteamos todas las tarjetas (la imagen para abajo) y las revolvemos. Cada participante tiene un turno para levantar dos tarjetas y ver si coinciden o son la misma figura. El reto es juntar la mayor cantidad de parejas posible.

12. Rompecabezas

Podemos usar una imagen grande (puede ser animales o plantas) pegada en un cartón y cortarla en, al menos, 10 piezas. Luego, revolvemos las piezas y debemos armar la figura.

13. Rally de juegos

No se realizarán equipos. Cada integrante de la familia deberá hacer cada actividad sugerida, un integrante adulto es el que dará las instrucciones del juego.

- Hacer una adivinanza
- Llenar un vaso con agua
- Tomar un fresco
- Hacer un dibujo de lo que más les guste.

14. Torres de papel

A cada integrante de la familia se le hace entrega de 10 hojas de periódico. Cada uno debe elaborar una torre más grande con el material entregado.

15. Los primeros collares de pasta

El niño o niña, debe enhebrar una cuerda a través de la pasta seca, pieza tras pieza, puede decorar con tempera o marcadores, hasta formar un collar.

16. Pizarra de arena (maíz, harina)

Tomamos una bandeja o caja de cartón de pizza y la llenamos de harina de maíz o de trigo. Cada niña o niño dibuja con el dedo, hasta podemos reproducir las letras del alfabeto o los números.

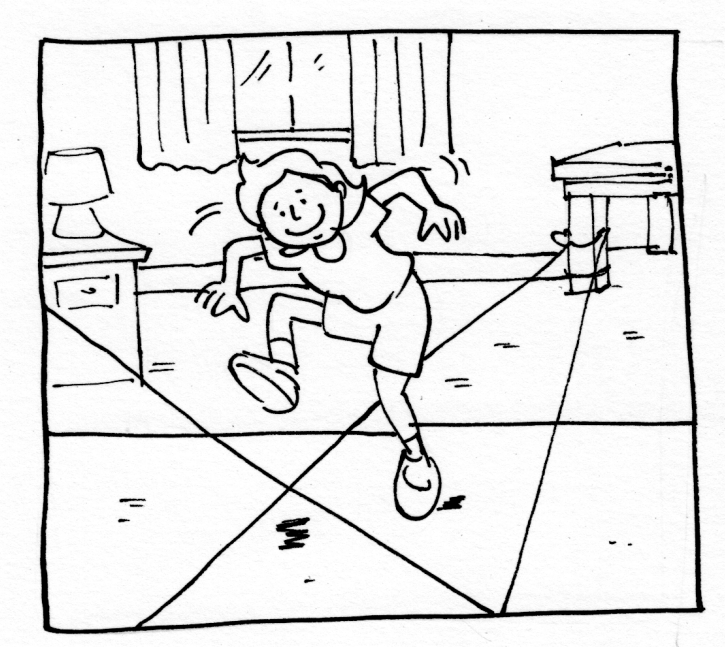
17. Sillas Musicales

Necesitamos una silla menos del número total de participantes, quienes caminarán o bailarán dando vueltas alrededor de las sillas de la música. Cuanto ésta pare, cada uno de los participantes buscará sentarse, el o la participante que quede sin silla, hará una penitencia y será eliminado.

Chimaltenango

18. La telaraña

Se trata de colocar una pita alrededor de un espacio de la casa, se amarra a una esquina de la pata de una cama, de una mesa, que pasa por la puerta de una habitación, a la puerta de un mueble, et. creando un enredo, de manera que no haya espacio por donde pueda pasar una persona. La idea consiste en que cada persona debe pasar por cada espacio que quedó hasta llegar de un punto a otro sin tocar la pita, en caso de tocarla, debe regresar al punto de inicio. Gana quien llegue primero al otro lado de la habitación sin tocar la pita.



19. Recreando mi imaginación

Se unen varios papelógrafos a la vez, creando un lienzo lo más grande posible que puede ser de 5 m. x 6 m. La idea es todos los participantes pinten y dibujen figuras según su creatividad. Puede ser con pinturas naturales (café, rosa de Jamaica, flores entre otros).

Chiquimula

21. Lunada de talentos familiar

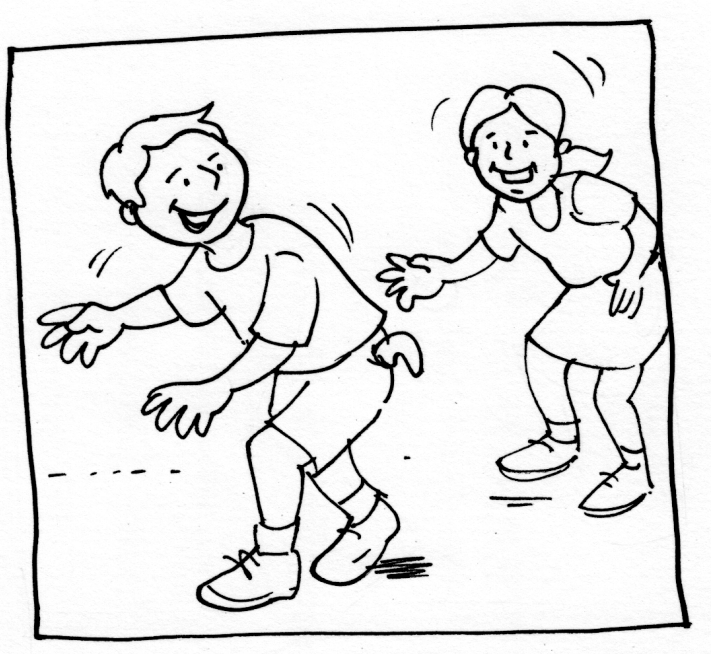
La desarrollamos por la noche, después de cenar y se solicita a cada uno de los miembros que prepare una explosión de talentos, considerando las aptitudes de los miembros de familia, puede ser: cantos, dramas, modelaje, chistes, adivinanzas, etc.

21. ¿Adivina que es?

Preparamos 6 cajas de cartón o bolsas con objetos dentro de diversa índole (calcetines, vasos, papel, ropa, frutas, cereal entre otros) con el objetivo de que los miembros de la familia identifiquen los objetos que están dentro de la caja, al finalizar quien más objetos identifique es quien gana.

22. Recuperando la bandera

Se hacen filas con el número de integrantes de los equipos y, al último miembro, se le da un pañuelo. Debe colocárselo en la bolsa del pantalón y los demás deben recuperarlo utilizando únicamente la mano derecha y puede ser recuperado por el integrante que encabeza la fila.



23. Derriba la torre

El objetivo consiste con colocar una torre de vasos plásticos empilada con una base de inicial de 6 vasos para terminar con uno. Colocamos la torre a una distancia de 6 metros, ponemos una línea de masking tape y, con una pelota de plástico, debemos botar todos los vasos de la torre, quien bote la torre en menos tiempo, será el equipo ganador.

24. Traslada el globo

Se le entrega un globo a cada equipo. Deben inflarlo y trasladarlo sin usar las manos, desde un punto hacia otro. El equipo que logre trasladar el globo hacia el otro extremo es el ganador.

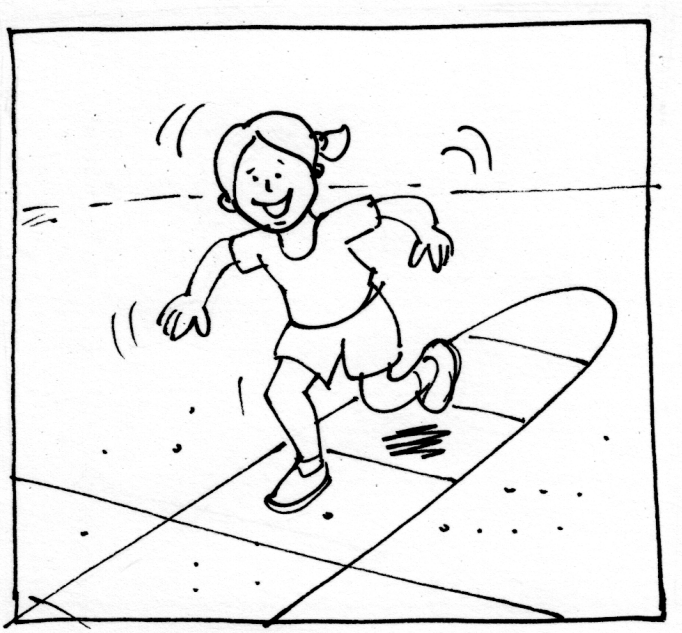
Izabal

25. Avioncito

Consiste en dibujar un avión en el piso. El primer jugador se para frente a la casilla #1, avienta dentro de ella una bolsa con arena o un papel de baño mojado y luego salta con un pie hasta caer en la segunda y tercera casilla sin pisar las líneas de los extremos.

En la casilla 4 y 5 deberá pararse con un pie en cada casilla, luego con un pie en la 6 y nuevamente con los dos en la 7 y 8, luego con un pie en la 9 y con los dos dentro de la casilla 10.

Gira de un salto y regresa de igual manera, cuando esté en la casilla 2 deberá sostenerse y recoger la bolsa con arena que se encuentra en la casilla 1.



Jalapa

26. Armar una torre de vasos plásticos

Se hacen 2 grupos y cada grupo o individuo arma su torre de vasos plásticos.

27. ¿Qué le dijo la pulga al piojo?

Se hacen dos equipos y un equipo son *pulgas* y el otro equipo son *piojos*. Las pulgas le cantan al piojo: ¡¡¿Que le dijo la pulga al piojo? ¡¡que le pique, que le pique y el piojo le contesto!!

El equipo de los piojos deben de estar de acuerdo para cantar un pedazo de una canción juntos y rápidamente le regresa el reto al otro equipo. Pierde el equipo que no cante la canción.

Mixco

28. El árbol de mi familia

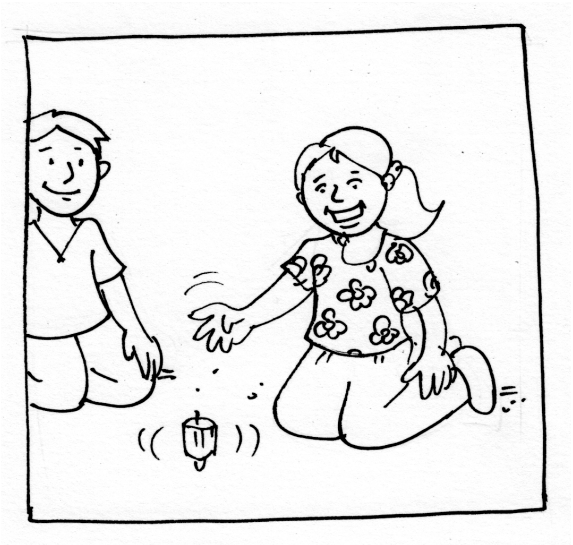
Se dibuja un árbol en una cartulina, se hacen manzanas de colores. Dependiendo el número de integrantes de la familia, a cada uno se le entrega 3 manzanas de papel de un solo color, en cada una se da respuesta a las siguientes preguntas:

- ¿Qué es lo que más me gusta hacer en mis tiempos libres?
- ¿Qué me gusta más de mi familia?
- Mi mayor deseo en mi vida es:

Cada persona, por separado, escribe sus respuestas y antes de pegarla en el árbol hace una mímica de la respuesta y los demás integrantes de la familia tienen que adivinarla. Quien adivine más respuestas gana.

29. Encontrando el tesoro perdido de la familia.

En una caja de cartón, cada integrante coloca un objeto valioso o significativo para él o ella, puede ser un juguete, una prenda de vestir, una foto, un libro, etc. Se nombrará a uno de ellos el *Guardián del Tesoro*. Esa persona tiene que esconder la caja dentro de la casa, a manera que sea difícil de encontrar, para esto se les venda los ojos a todos los demás participantes. Cuando el tesoro esté escondido, todos inician la búsqueda y el guardián o la guardiana, va diciendo frío, tibio o caliente… dependiendo la cercanía al tesoro. Quien encuentra el tesoro gana y puede poner una penitencia a los demás, incluso al *Guardián del Tesoro*.



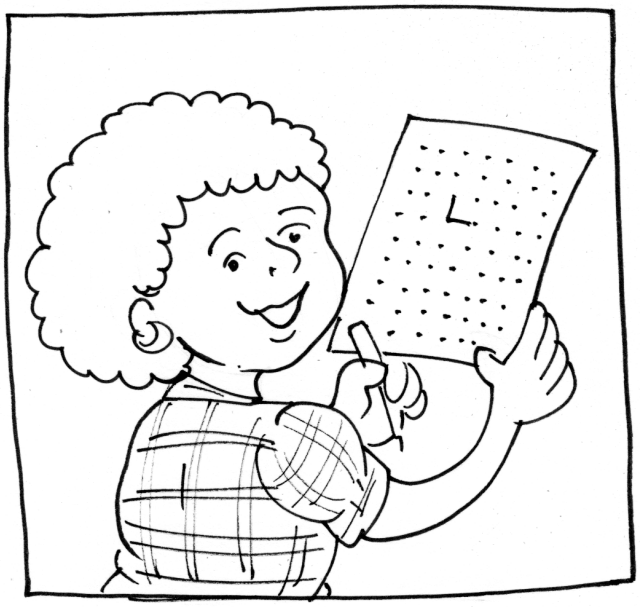
30. Juego de la perinola

Para este juego se necesita una perinola, del tamaño que sea. Cada integrante del grupo tira la perinola y realiza la penitencia que quede, puede ser "toma uno, toma dos, todos ponen, etc. Para hacer emocionante el juego se puede jugar con dulces, galletas o frutas.

31. Totito o tres en raya o tres en línea

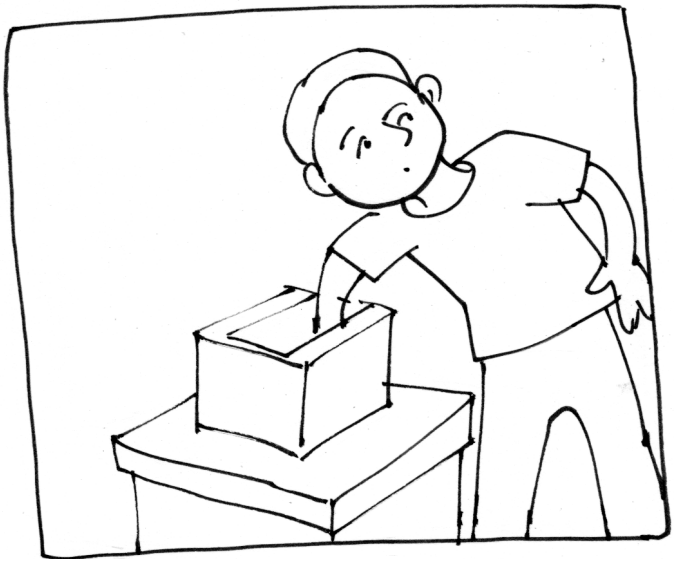
Para este juego se necesita una hoja, lápiz, o crayón de cera o madera. En un papel se hacen dos líneas horizontales y dos verticales formando una cuadricula de nueve espacios. Por turnos, cada jugador debe dibujar una X o un 0 intentado hacer una línea horizontal, vertical o diagonal. Cuando todos los espacios están llenos se termina la partida que puede terminar con un ganador o bien en empate, que suele ser lo más habitual una vez que se conozca más mecánica del juego.

Quetzaltenango



32. Totito Chino

En una hoja en se trazamos 10 filas de 10 puntos separados por un centímetro aproximadamente. Cada participante, por turno, trazará una línea recta entre dos puntos, en vertical u horizontal (no se permite en diagonal). Cuando un participante logre cerrar una "casilla o cuadrado" colocará su inicial o un símbolo que lo distinga. Gana el jugador que tiene más casillas con su nombre o marca.



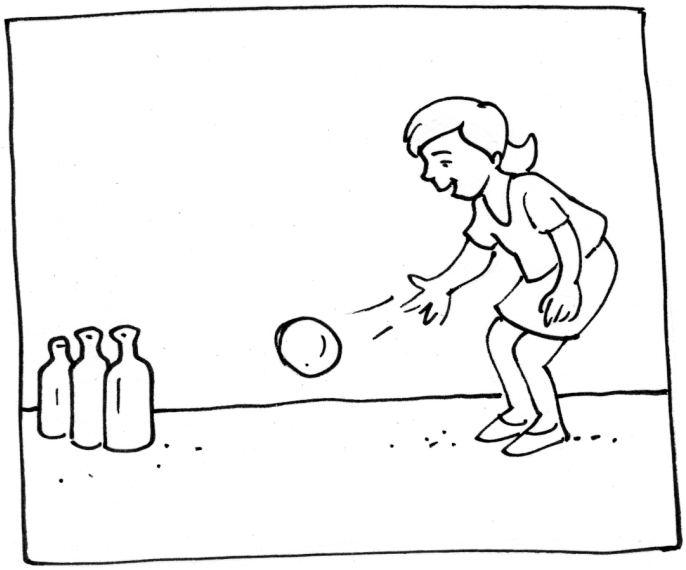
33. Mímica

En tarjetas de papel o cartulina se escriben acciones cotidianas (oír música, leer el periódico, lavar la ropa, etc.), una por tarjeta. Se elige una persona que hará de "mimo" quien representará *sin hablar* y *usando únicamente gestos*, cada uno de los verbos escritos en las tarjetas. Gana quien adivina más palabras.

34. Botellas caídas

Llenamos varias *botellas vacías* con un poco de arena y las colocamos a unos 5 metros de las y los jugadores. Con una pelota tendrán que derribar todos los que puedan.

Se deben de organizar por equipos para ver quién gana.



35. Vuelta a la chamarra

Colocamos la chamarra en el suelo y nos subimos encima todas las personas que quepamos en la mitad del espacio. Luego, debemos darles la vuelta a la cara de la chamarra sin que nadie se salga de ella. El o la encargada cuenta el tiempo que tarda cada grupo en lograrlo.

Al terminar reflexionamos sobre ¿cómo hemos trabajado en equipo?, ¿cómo se ha comportado cada uno y cada una? y ¿qué tipo de comunicación hemos tenido durante el juego?

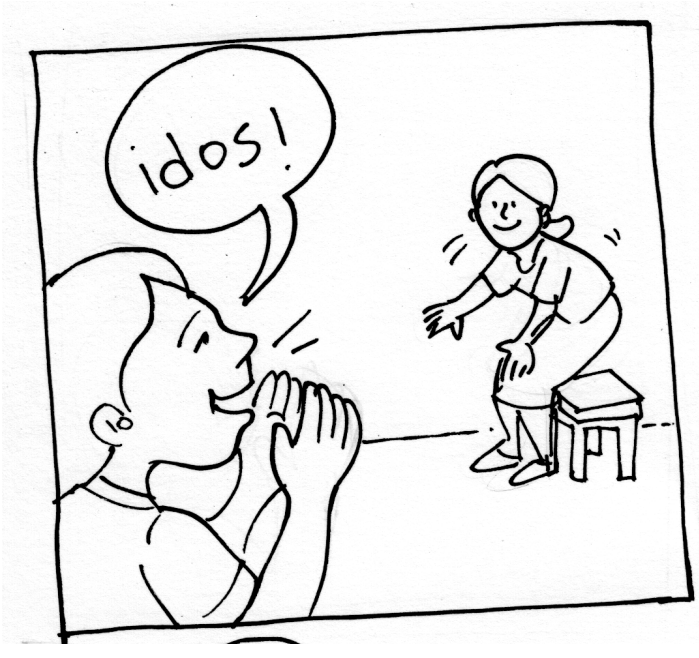
36. Llegó carta

En un grupo de 4 personas se colocan en fila y una persona guía el juego:

A uno por uno les orienta diciendo: "Llegó carta para Tonito y dice: debes de dar 5 saltos como conejo". La persona participante debe realizar esta acción. Posteriormente, quien guía dice: "llegó carta para Danielito y dice: Haz 5 pasos largos donde llego el conejo"… Así sucesivamente hasta terminar con la ronda de participantes.

37. Juego de números

Vamos a usar los números de 1 a 5, a cada número le asignaremos una actividad que deben de realizar: al oír el numero 1 vamos a ponernos de pie; al escuchar el numero 2 debemos sentarnos; al escuchar el número 3, nos pondremos de pie y daremos una vuelta; con el número 4, tendremos que hacer silencio; y el número 5, permitirá el poder volver a hacer todas las actividades antes realizadas.



38. “La ruleta de mis derechos”

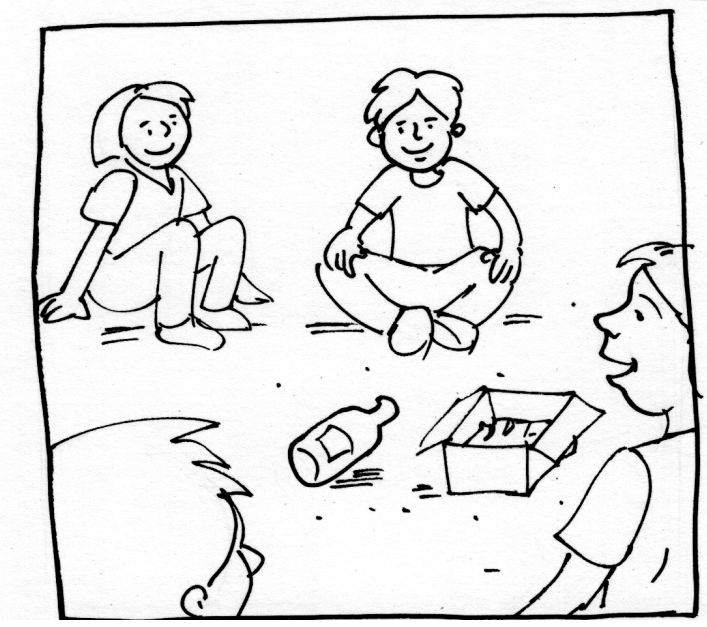
El juego consiste en que cada miembro de la familia tiene que girar la ruleta. Por ejemplo: si cae la flecha en el *derecho a la educación* entonces busca tres objetos dentro de la casa que se relacionen con ese derecho (un lápiz, un cuaderno, marcadores, crayones) y para eso se les dará un determinado tiempo para el reto. Los demás miembros van haciendo la misma dinámica. Pero si cae en el mismo derecho deberán buscar otros objetos que no se hayan repetido.

39. Mímicas divertidas

En la bolsa o caja, introducimos varias tarjetas con figuras de diferentes animales. Cada una y uno iremos pasando de forma ordenada y por turnos. Al llegar nuestro turno, sacaremos una tarjeta al azar para hacer la mímica y el sonido del animal que haya salido en la tarjeta seleccionada. Es importante que todos terminemos imitando la mímica que nos tocó al mismo tiempo.

40. El baile de la botella

Todos nos sentamos en el piso formando un círculo. En el centro se ubicará una botella plástica o de vidrio y una caja de cartón que contendrá tarjetas con diversas acciones y/o penitencias. Por turno cada integrante de la familia hace girar la botella. Cuando ésta termine de girar, a la persona que la boca de la botella señale, tendrá que sacar una tarjeta de la caja y realizar la acción que corresponda (canción cuentos, poemas, rimas, adivinanzas entre otros).



Quiché

41. Ponle la cola a la vaquita

Primero, colocamos un cartel con la imagen grande de una vaquita en la pared. Necesitamos tener preparadas varias colitas listas para ser colocadas. Al primer participante, se le vendan los ojos, se le entrega en las manos una colita y se le dan las indicaciones a dónde dirigirse para colocarla. Cada participante tiene tres oportunidades para tratar de colocar la cola en el lugar correcto.

Podemos jugar con distintas variaciones, por ejemplo: ponerle el cuerno al unicornio, las antenas a la mariposa, etc.

Tem - Silla

K'a'am –cuerda

Xajäb – zapatos

k'olaj – pelota

k'olib'äl – cubeta

k'olib'äl pwäq – billetera

wuj – papel

k'utul ajlab'äl – calculadora

ka'yeb'äl – linterna

che' – paleta

kantela – candela

jorön – agua

kaxlan po't – blusa

kaxlanwa – pan

kaxon – caja

kayeb'äl – prensa

ki'risab'äl – azúcar

kinäq' – frijol

kolöb' – lazo

kotz'i'j – flor

Wuj re tz'ib'ab'al – cuaderno

Tz'ib'ab'al – lápiz

Totonicapán

42. Le ajawinel qu to' (El rey pide)

El juego del rey pide es una dinámica muy divertida que puede realizarle con todos los integrantes de la familia. Si en la familia existe un miembro con discapacidad y/o una persona de la tercera edad, ellos pueden asumir el rol del rey y el resto de los miembros de la familia forman dos equipos. El rey debe realizar un listado de objetos que estén al alcance de dentro de la casa luego ubicarse en una silla y los dos equipos eligen un nombre y se forman en filas.

El rey dirige el juego, pide en voz alta los objetos que desea en k'iche'. por ejemplo:

Jun *mesebal* (una escoba)…

Cada equipo tratará de conseguir el objeto mencionado, con el fin de hacerlo llegar el más rápido posible frente al rey. Solo se recibe el objeto del primer grupo que lo entregue. Al final, ganará el equipo que haya encontrado más objetos.

43. Ka' kayej le wuj (la lotería versión k'iche')

La lotería es un juego de mesa, consiste en contar con una variedad de figuras determinadas en cartones, en un cartón grande una serie imágenes conocidas descritas en k'iche'. Cada miembro de la familia debe tener un cartón y una persona debe dirigir el juego como *El Gritón o La Gritona*. Esta persona va sacando las figuras y las nombra en alto. Las personas jugadoras que tengan la figura en su cartón, ponen un maíz o frijol sobre la imagen nombrada. Al final, gana quien complete el cartón con todas las imágenes nombradas.

Algunas figuras que se pueden usar:

Le Tz´i´ - el perro
Le Ama' ak' – el gallo
Le Lej – la tortilla
Le mesbal – la escoba
Le chakach – la canasta
Le su´t – la servilleta
Le Wakax – la vaca
Le Patux – el pato
Le Xajäb – los zapatos
Le k'olaj – la pelota
Le k'olib'äl – la cubeta
Le oj- el aguacate
Le ch'e – el árbol
Le k'el – el pájaro
Le k'oy – el mono
Le k'um – el ayote
Le limet – la botella
Le i'k – la luna
Le ak'al – el niño
Le k'uch - el pavo
Le pu'i – el sombrero
Le roxox – la rosa
Le ch'akat – la almohada
Le T'u'y – la olla
Le Xaru' – el jarro
Le Xot – el comal
Le Ikaj – el hacha

44. La ruleta de preguntas y respuestas

Para este juego, se requiere contar con una ruleta grande (puede ser de cartón), se divide de 32 espacios coloridos con imágenes atractivas y contextualizadas, para tener un diseño llamativo, y en cada espacio colocar el alfabeto en k'iche': a, ä, b', ch, ch', e, ë, i, ï, j, k, k', l, m, n, o, ö, p, q, q', r, s, t, t', tz, tz', u, ü, w, x, y, '

Podemos usar tarjetas que contenga temas de interés ejemplo: "animales", "nombre de colores", "nombre de objetos", "nombres de utensilios de cocina", "frutas", "objetos de casa" etc. Los miembros de la familia deben formar dos equipos, todos los miembros deben participar. Los equipos se turnan en girar la ruleta y cada equipo debe tener las mismas tarjetas a la mano.

Cuando el primer equipo gire la ruleta, el otro equipo va pensando qué tarjeta mostrar. Si la flecha de la ruleta marca la letra o alfabeto **"Tz",** el segundo equipo mostró la tarjeta "animales" el primer equipo en conjunto en menos de 30 segundos deben mencionar un animal que empiece con la letra marcada ejemplo; **Tz´i´ (perro),** y si en

Unicef, Guatemala, 2020