

HOLA PADRES,

El tiempo en familia es una de las mejores maneras de crear vínculos familiares fuertes y cariñosos. Cuanto más tiempo puedan pasar en familia jugando o trabajando juntos, más fuertes serán sus relaciones familiares. Pasar una noche jugando en familia puede ayudar a los niños a pensar estratégicamente, a resolver problemas de forma creativa y a desarrollar habilidades sociales, como seguir las reglas, respetar los turnos y ganar o perder con elegancia. También es una oportunidad para que los niños se relacionen con sus hermanos, padres y otros miembros de la familia. En este boletín, ofrecemos juegos divertidos que puedes practicar con tu familia para fomentar la comunicación y conectar a los miembros de la familia entre sí.

ACTIVIDADES BEBÉS (3 – 18 MESES)

ROCK AND ROLL

MATERIALES:

- Pelota de ejercicio
- Música

DIRECCIONES:

- Coloca a tu hijo/a encima de la pelota de ejercicios, con la barriga hacia abajo.
- Haga rodar suavemente a su hijo/a en diferentes direcciones mientras lo sujeta firmemente con ambas manos para que no se resbale.
- También puedes sentarte encima de la pelota de ejercicios con tu hijo/a sentado en tu regazo. Sujeta a tu hijo/a con firmeza y rebota con él.
- Escucha música o canta rimas mientras juegas con tu hijo/a.
- Si su hijo/a puede caminar, anímelo a empujar la pelota con usted de un lado a otro o a perseguirla.

[Pulse aquí](#) para ver más actividades.

NIÑOS PEQUEÑOS (19 MESES – 2.5 AÑOS)

DIVERSIÓN EN PARACAÍDAS

MATERIALES:

- Una sábana grande
- Diferentes tipos de pelotas

DIRECCIONES:

- Extiende una sábana grande y haz que todos sujeten los bordes con ambas manos.
- Trabajando juntos, levántenla lentamente por encima de la cabeza y digan: "¡Arriba, arriba, arriba!", luego bájala y di: "¡Abajo, abajo, abajo!"
- Cuando digan: "¡Abajo, abajo, abajo!", todos pueden soltar la sábana y apresurarse bajo ella.
- También pueden meterse debajo de la sábana mientras siguen sujetando sus esquinas.
- Luego pon las pelotas sobre la sábana. Haz que todos agiten la sábana de arriba abajo intentando no perder ninguna pelota.

[Pulse aquí](#) para ver más actividades.

NIÑOS EN EDAD PREESCOLAR (2.5 – 5 AÑOS)

RELEVO DE COOPERACIÓN

MATERIALES:

- Pelota de playa o juguete de peluche

DIRECCIONES:

- Busca una zona abierta para jugar a este juego.
- Divide a los jugadores en equipos de dos.
- Los equipos se turnarán para llevar la pelota juntos a través del área de juego y de vuelta.
- Primero, lleven la pelota juntos con ambas manos, luego con una sola mano y después sin manos.
- Anima a los miembros de tu familia a pensar en otras formas de llevar el balón sin usar las manos. Por ejemplo: utilizando los hombros, las caderas, los codos, la barriga, etc.

[Pulse aquí](#) para ver más actividades en familia.

JK/SK (4 – 6 AÑOS)

IR A LOS BOLOS

MATERIALES:

- 10 botellas de plástico
- Pintura de diferentes colores
- Agua
- Pelota

DIRECCIONES:

- Echa pequeñas cantidades de pintura de diferentes colores en cada botella. Si la pintura es espesa, puedes diluirla con agua.
- Vuelve a poner los tapones a todas las botellas y asegúrate de que están bien sujetas.
- Agita enérgicamente cada frasco para repartir la pintura por toda la botella.
- Cuando todos los frascos estén cubiertos de pintura, retira los tapones y deja que los frascos de pintura se sequen durante la noche.
- Vuelve a tapar las botellas y empieza a jugar a los bolos con tu familia.
- Coloca las botellas en forma de bolos y haz rodar por turnos la bola hacia los bolos.
- La persona que derribe más bolos ganará la partida.

[Pulse aquí](#) para ver más actividades.

NIÑOS EN EDAD ESCOLAR (6 – 12 AÑOS)

PICTIONARY TELEFÓNICO

MATERIALES:

- Pila de papel
- Lápices

DIRECCIONES:

- Invita a los miembros de tu familia a sentarse en círculo.
- Da a cada jugador una pila de papeles.
- Todos comienzan escribiendo una frase en la hoja superior. Puede ser algo al azar, verdadero, abstracto o una cita de una película, canción o libro. Por ejemplo, "Los niños bailaron alrededor del gran roble".
- Cuando hayan terminado, los jugadores pasarán sus pilas de papeles a la persona de su derecha.
- Los jugadores leerán la frase que se les ha pasado, la colocarán en la parte inferior de la pila y dibujarán en el papel superior una interpretación visual de la frase.
- Ahora, pasa la pila de papeles a la persona de su derecha.
- Mira el dibujo, mueve el papel al fondo de la pila y escribe una frase que describa el dibujo. No mire la frase original.
- Repite estos pasos, pasando los papeles a la derecha hasta que los montones de papel vuelvan a sus propietarios originales.
- Extiende todas las hojas de papel en orden y comprueba si puedes contar una historia con las frases y las imágenes.
- Haz que cada jugador cuente su historia.

[Pulse aquí](#) para ver más actividades.



Immigration, Refugees
and Citizenship Canada

Immigration, Réfugiés
et Citoyenneté Canada

CONSEJO PARA HOY

- Escoge una noche y una hora que funcionen para toda la familia.
- Elige juegos apropiados para la edad de todos los miembros de la familia.
- Apaga toda la tecnología.
- Sonríe, relájate y diviértete.
- Sé paciente y no esperes la perfección.