

# ¡Quedarnos en casa también es divertido!

Actividades y juegos para niños y niñas



GOBIERNO DE  
**MÉXICO**

unicef   
para cada niño

# ¡Es tiempo de quedarnos en casa!

Los niños y niñas sabemos que estamos viviendo días diferentes. Por ahora, no vamos a la escuela o colegio y nos toca quedarnos en casa. Pero, pueden ser 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 folletito te demos algunas sugerencias de juegos y actividades que puedes hacer en tu casa.





### **Preparar galletas, coctel de frutas o ensalada.**

Hacer una receta de fácil preparación con los ingredientes que tengas en casa.



### **Grabar un video utilizando el teléfono**

Puedes poner a volar tu imaginación y realizar un video, anuncio o escena.



### **Jugar voleibol con un globo**

o decir una letra del abecedario cada vez que golpeas el globo, el reto es llegar a la "z".



**Juegos de Mesa** memoria, damas chinas, lotería, rompecabezas, etc.





### Jugar a adivinar gestos o películas.

haciendo mímica para que los demás adivinen



### Frío o caliente.

Esconde un objeto y encuéntralo moviéndote por el espacio sabiendo que frío es lejos y caliente es cerca.



### Dejar mensajes por la casa.

En tiras de papel deja mensajes sorpresa por la casa, le sacarás una sonrisa a quien los encuentre.



### Redecora o arregla la habitación.

Prueba a cambiar los muebles de sitio.





### **Inventa una coreografía o baile.**

Escoger una canción de moda e inventar una coreografía.

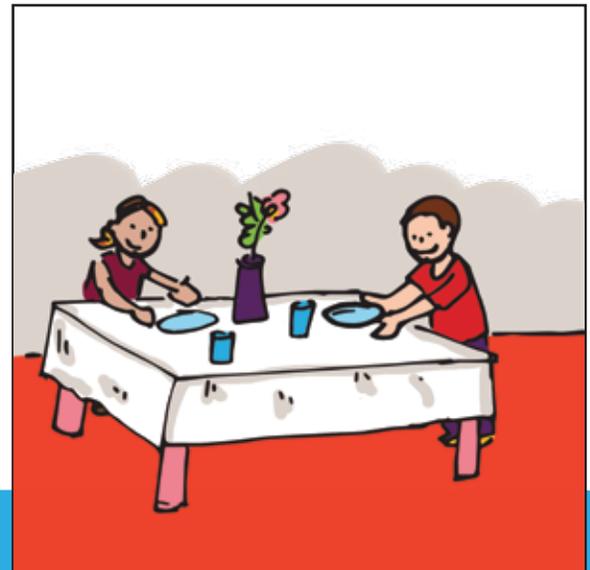


**Dibuja retratos** una persona posa y los demás le dibujan. ¿Cuál ha quedado mejor?, ¿cuál se parece más?



### **Grabar un programa de radio.**

Imaginar que se tiene un programa de radio ¿Qué le contarás a tus oyentes? ¿Qué tipo de música pondrías? Lo puedes grabar y luego oírlo.



### **Prepara una mesa especial.**

Hay tiempo para preparar una mesa bonita. Puede ser para el desayuno, almuerzo o cena.





### **Inventarse una canción.**

El desafío es componer una canción, pon a volar tu imaginación.



### **Hacer ejercicio o Yoga.**

En un espacio en casa, puedes buscar en internet una clase de baile o yoga e imitarla.



### **Desfile de disfraces.**

A crear personajes y realizar un desfile.



### **Jugar si fuera.**

Si fueras un animal ¿quién serías?  
¿por qué? ¿y si fueras un planeta,  
una comida, una prenda de ropa?





### **Escribir sobre tu árbol genealógico.**

En una hoja dibuja el árbol de tu familia tan lejos como puedas llegar.



### **Montar una cabaña.**

Con mantas y muebles construye una cabaña, en ella puedes contar historias o refaccionar.



### **Escribir un diario.**

Apunta cada día lo que has hecho, lo puedes decorar a tu gusto.



### **Aviones de papel.**

Construye aviones de papel.





### **Inventarse una poesía**

Saca el poeta que llevas dentro, y escribe una bonita poesía, no hace falta que rime.



### **Super héroes al poder.**

Cada uno elige un super poder y empieza el juego...



### **Dejar mensajes por la casa.**

Piensa en una frase. Ahora pásala a quien tengas a tu derecha, pero dila muy rápido, que le llega al último.



### **Personajes de cuento.**

Leer un cuento haciendo cada uno la voz de un personaje.





### **Hacer un collage.**

Saca las revistas y periódicos viejos y desarrolla un paisaje o un personaje divertido.



### **Siembra una planta.**

En un frasco con algodón o en tierra siembra una planta... y a esperar a que crezca.



### **Escribir una carta.**

Escoger a una persona especial y escríbele una carta. Le gustará recibirla.



### **Hacer un día de campo en algún lugar de la casa.**

Prepara una refacción, saca un mantel y simula un día de campo.





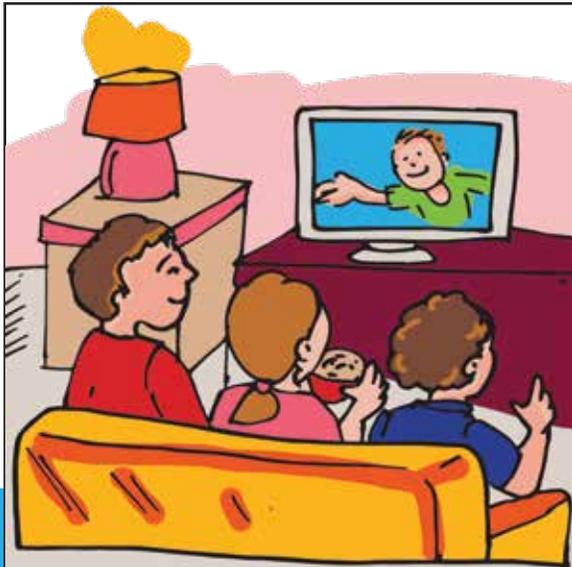
### **Títeres con calcetas.**

Busca calcetas o calcetines viejos para construir títeres con botones, marcadores, retazos de tela, etc.



### **Hacer un karaoke.**

Escoge un objeto como micrófono y a cantar...



### **Cine en casa.**

Prepara entradas, prepara poporops y a disfrutar de una película.



### **Escondite.**

Identifica los mejores lugares para esconderte en casa, un miembro de la familia cuenta de 1 a 10 y a buscar...





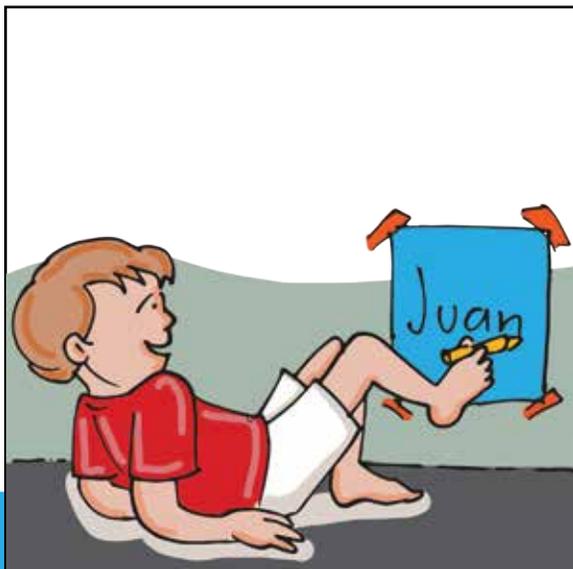
### Lo que me gusta de ti.

Cuenta en voz alta o escribe lo que más te gusta de los miembros de tu familia.



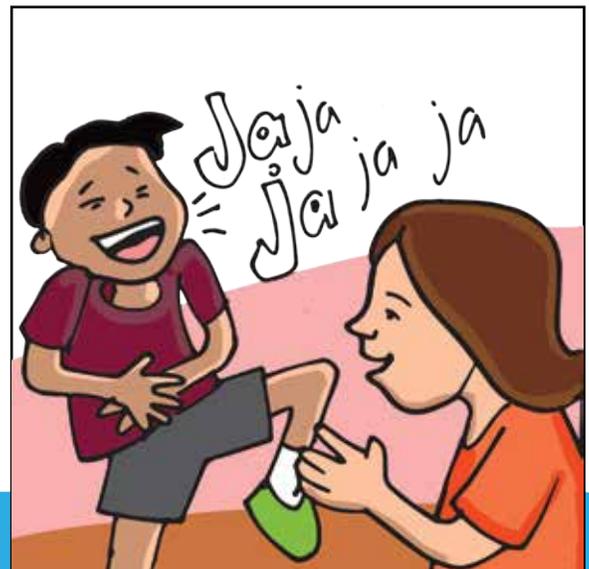
### Trabalenguas.

¿Cuál es el trabalenguas más difícil que conoces? ¿Lo puedes decir más rápido?



### Dibujas con los pies.

¿Eres capaz de escribir tu nombre con un pie o dibujar una casa?



### Contar chistes.

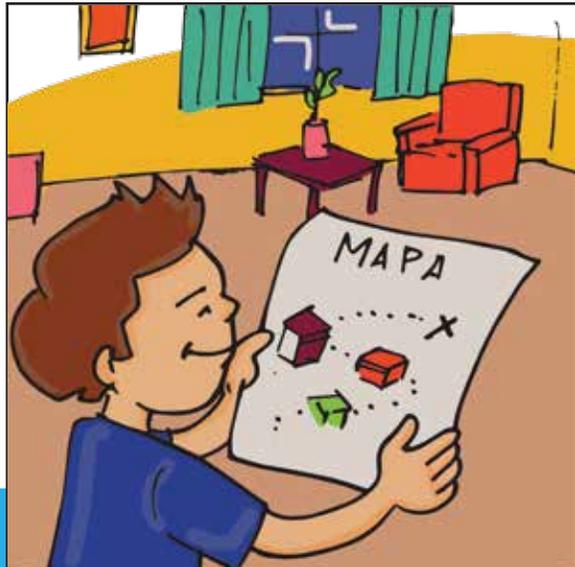
A compartir los mejores chistes...





### **Equilibrista.**

Con una cinta o lana, camina por encima como si fueras un equilibrista. No es tan fácil como parece.



### **Búsqueda del tesoro.**

Esconde un objeto y sitúalo en un plano de tu casa, y a buscar el tesoro.



### **Dibujo colectivo.**

Dibuja cualquier garabato en un papel y el siguiente tiene que utilizarlo para dibujar algo con sentido.



### **Las canciones de tu infancia.**

Recuerda tus canciones preferidas.





### Basta!

En una hoja escribe arriba en columnas: nombre, color, país, cosa y flor. Alguien dice el abecedario para sí mismo. Alguien dirá "¡basta!" y quien dice el abecedario parará y dirá la letra en que se detuvo. En la hoja, todos escriben en cada columna, iniciando con esa letra. Cuenten las palabras correctas y sumen los puntos y ganará el de más puntaje. Así sucesivamente.



### Veo veo

Unos de los miembros de la familia dice que mira algo, lo describe y los demás mencionan las cosas que creen que puedan ser esas. Gana quien adivina que es.



### Rompecabezas

Pega una imagen grande (de animales o plantas) y recórtala al menos en 10 piezas. Revuelve las piezas y arma la figura.



### Movimientos de interacción y coordinación

Contemos 1, 2, 3, moviendo cada pie alternados. Agregar una canción y mover cada pie al ritmo. Ej. "Campanero Campanero, ¿donde estás? ¿donde estás? toca la campana, toca la campana din don dan, din don dan, ..."





### **Torres de papel.**

A cada integrante de la familia se le hace entrega de 10 hojas de periódico. Cada uno elaborará la torre más grande que pueda con el material entregado.



### **Sillas musicales.**

Necesitaremos una silla menos del total de participantes que darán vueltas caminando o bailando alrededor de las sillas de la música. Cuando ésta pare, cada participante buscará sentarse, el o la participante que quede sin silla hará una penitencia y será eliminado.



### **¿Adivina que es?**

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



### **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.



### 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 todas las que puedan. Se deben de organizar por equipos para ver quién gana.



### Avioncito.

Dibuja un avión en el piso. El jugador se para frente a la casilla 1 y avienta una bolsa con arena o un papel mojado en ella. Salta con 1 pie a la casilla 2 y 3 sin pisar las líneas de los extremos. En la 4 y 5 deberá pararse con un pie en cada una, luego un pie en la 6 y nuevamente con 2 en la 7 y 8, con un pie en la 9 y dos pies en la 10. Gira de un salto y regresa de igual manera. Al llegar a la casilla 2 deberá recoger la bolsa de arena y saltar fuera. Así, continuar con la numeración lanzando la bolsa y saltando.



### Gato o tres en línea.

Necesitas una hoja y un lápiz o crayola. Haz 2 líneas verticales y 2 horizontales formando una cuadrícula de 9 espacios. Por turnos cada jugador dibujará una "X" o "O" llenando los espacios. Gana el que haga una línea vertical, horizontal o diagonal o se llega a un empate.



### Haz una torre de vasos plásticos.

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





Esta es una adaptación gráfica al cuadernillo de Actividades con los niños y niñas de UNICEF Guatemala.



GOBIERNO DE  
**MÉXICO**

unicef   
para cada niño