

30 IDEAS PARA JUGAR Y COMPARTIR CON NUESTROS HIJOS

Para jugar en familia no se necesita mucho, basta dejarse llevar por la intuición y contagiarse de la energía, la creatividad y la alegría que tienen los niños. En este artículo te damos 30 ideas para jugar en familia.

Cuando jugamos ponemos en práctica **actitudes provechosas, como la solidaridad, el respeto y el compañerismo, y fortalecemos de manera espontánea y genuina las relaciones interpersonales.** Por eso, creemos en el poder que tiene el juego para enseñar sobre la diversidad, la empatía y el cuidado.

Desde la Coordinación de Niñez de **Comfenalco Antioquia**, en alianza con la **Corporación Juego y Niñez**, te proponemos **30 ideas para convertir tu casa en un escenario que deje huellas positivas** en el desarrollo de las niñas y los niños.

Pon a volar tu imaginación y convierte la sala de tu casa, el patio o los cuartos en escenarios que permitan contar historias y seguir el juego a tus hijos e hijas. Ojalá no sea necesario utilizar conexiones, dispositivos tecnológicos, ni elementos sofisticados de pilas, para hacerle un homenaje a la creatividad de los más jóvenes de la familia y disfrutar de un par de horas solo con ellas y ellos. ¿Estás preparado para jugar?



30 IDEAS PARA JUGAR



1

Cocinen juntos.

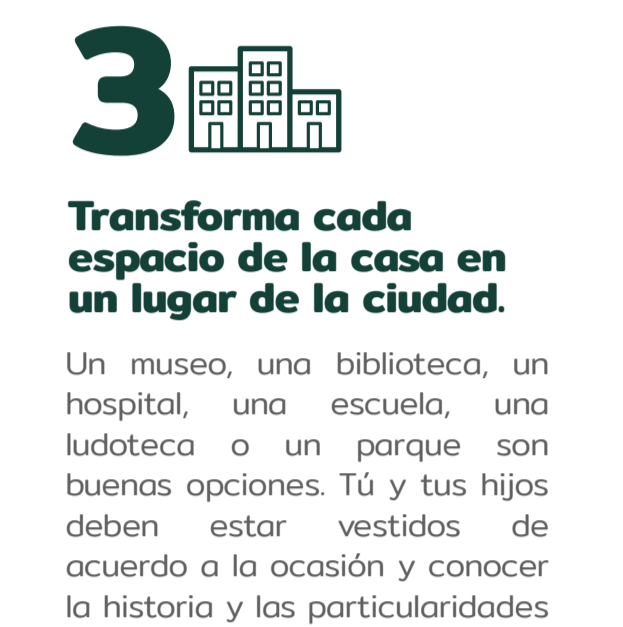
Mezclen sabores, colores y texturas para preparar tortas, cupcakes o pancakes. Usa chips de chocolate o mermeladas para dibujar en el plato las figuras favoritas de tus hijos.



2

Convierte la habitación en un supermercado o una tienda de ropa.

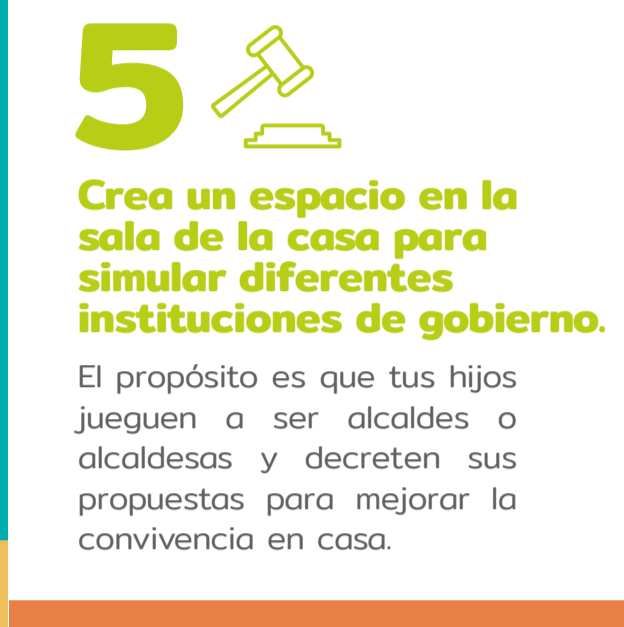
Tus hijos serán los vendedores y sus cuidadores deberán ir a comprar productos. Dibuja los billetes con los que vas a pagar, así como el nombre del local.



3

Transforma cada espacio de la casa en un lugar de la ciudad.

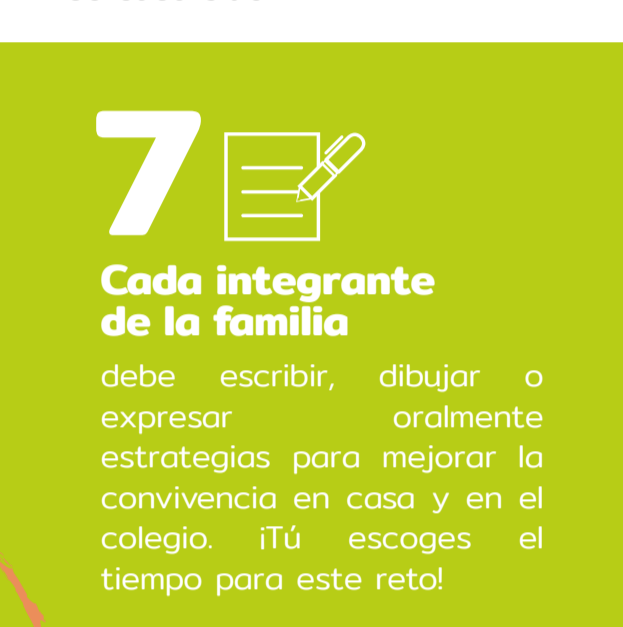
Un museo, una biblioteca, un hospital, una escuela, una ludoteca o un parque son buenas opciones. Tú y tus hijos deben estar vestidos de acuerdo a la ocasión y conocer la historia y las particularidades de cada sitio.



4

Haz del patio de tu casa una ludoteca.

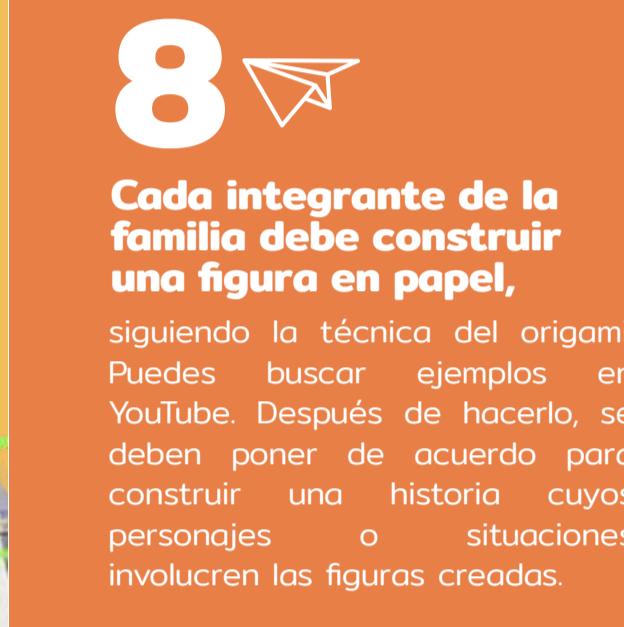
Las niñas y los niños serán los encargados de definir qué van a jugar junto a los adultos presentes.



5

Crema un espacio en la sala de la casa para simular diferentes instituciones de gobierno.

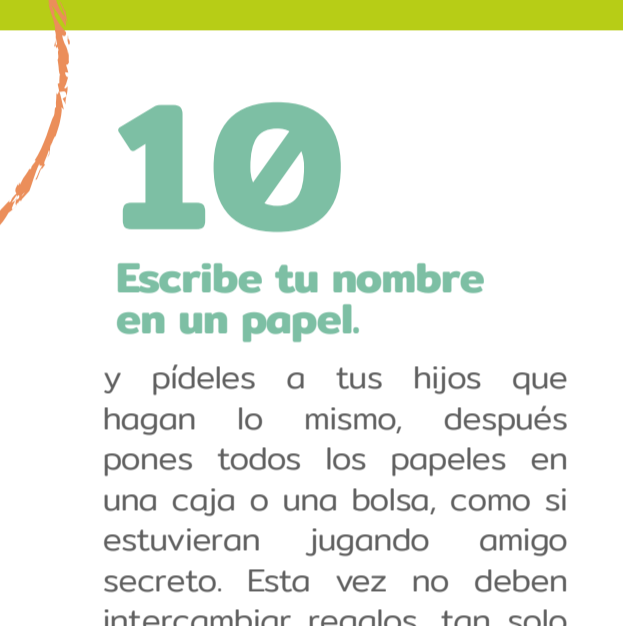
El propósito es que tus hijos jueguen a ser alcaldes o alcaldesas y decreten sus propuestas para mejorar la convivencia en casa.



6

Súmate al reto preguntón.

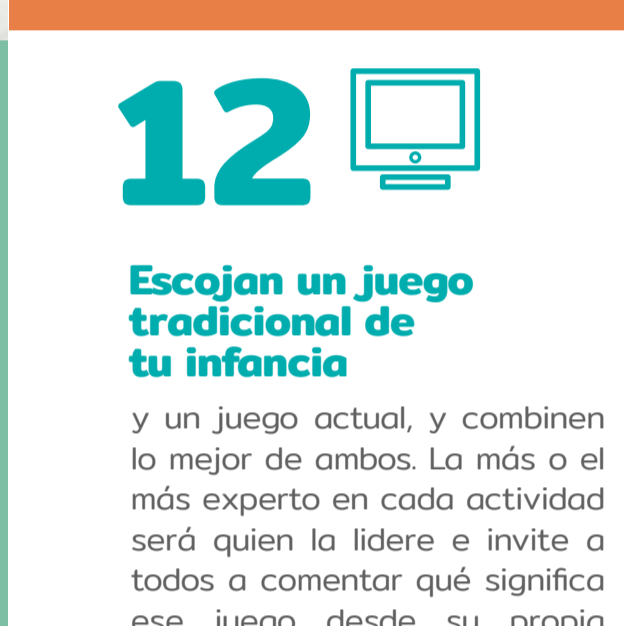
Durante una hora, cada miembro de la familia deberá expresar cuáles son las 5 cosas que más admira y le fascinan de cada uno de los que están participando.



7

Cada integrante de la familia debe escribir, dibujar o expresar oralmente estrategias para mejorar la convivencia en casa y en el colegio. ¡Tú escoges el tiempo para este reto!

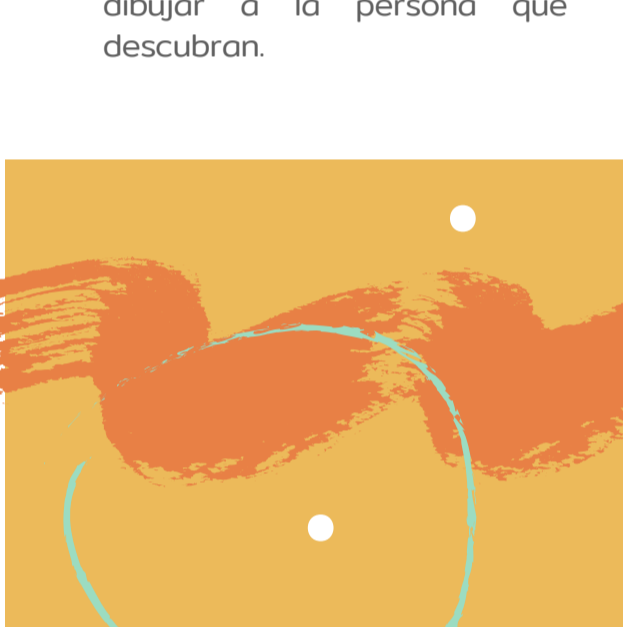
debe escribir, dibujar o expresar oralmente estrategias para mejorar la convivencia en casa y en el colegio. ¡Tú escoges el tiempo para este reto!



8

Cada integrante de la familia debe construir una figura en papel,

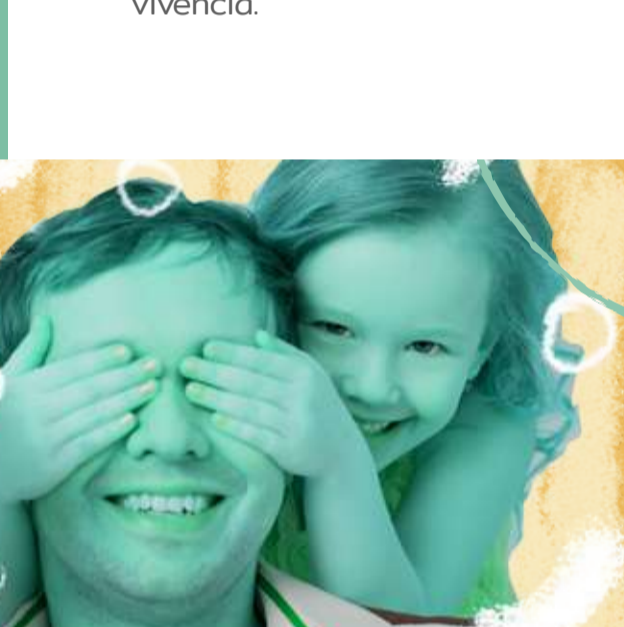
siguiendo la técnica del origami. Puedes buscar ejemplos en YouTube. Después de hacerlo, se deben poner de acuerdo para construir una historia cuyos personajes o situaciones involucren las figuras creadas.



9

Define y adecúa un espacio en la casa

en el que puedan dejar una carpa, colchonetas o juguetes para encontrarse una vez a la semana para jugar, divertirse y decirse palabras de afecto, amor y respeto.



10

Escribe tu nombre en un papel.

y pídeles a tus hijos que hagan lo mismo, después pones todos los papeles en una caja o una bolsa, como si estuvieran jugando amigo secreto. Esta vez no deben intercambiar regalos, tan solo dibujar a la persona que descubran.



11

Haz el ejercicio

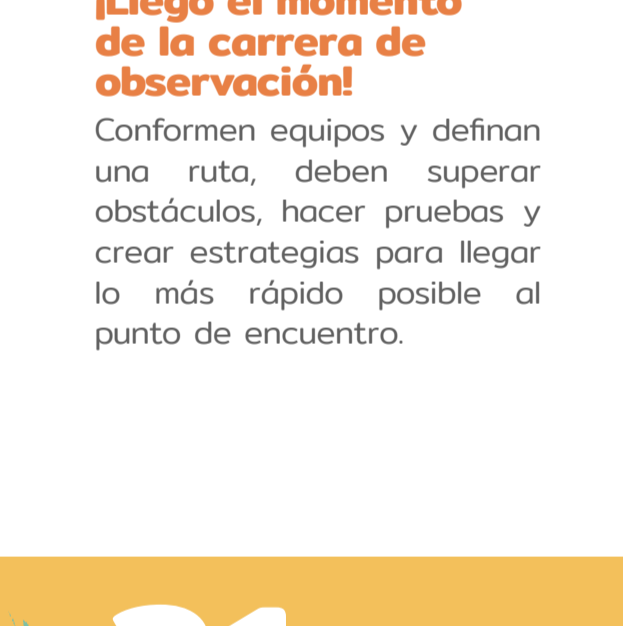
anterior y busca el dibujo de la persona que te tocó, luego exprésale de manera amorosa lo que te gustaría que hiciera de una manera diferente.



12

Escojan un juego tradicional de tu infancia

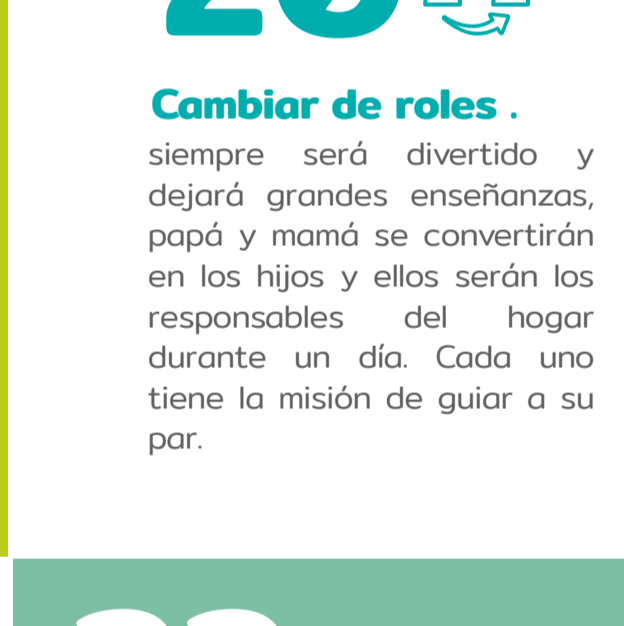
y un juego actual, y combinen lo mejor de ambos. La más o el más experto en cada actividad será quien la lidere e invite a todos a comentar qué significa ese juego desde su propia vivencia.



13

Durante cinco minutos, cada integrante de la familia

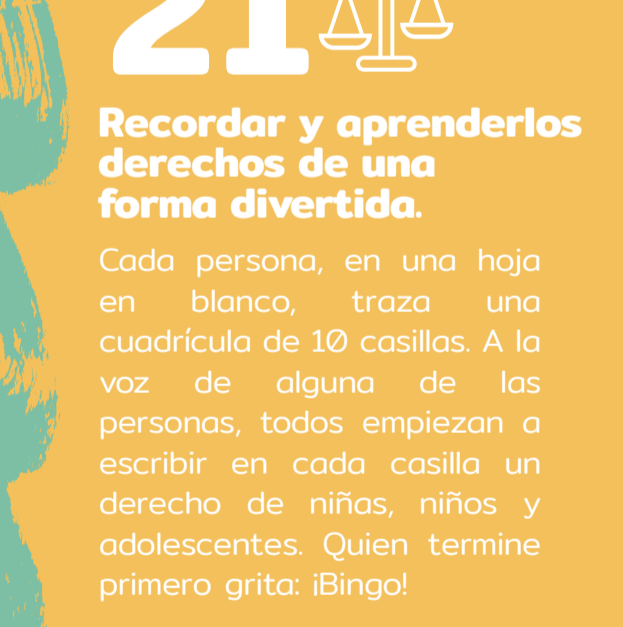
debe contar algo que pasó en el día o alguna anécdota. Para hacerlo más emocionante pueden narrarlo con señas, gestos o disfraces.



14

Te proponemos

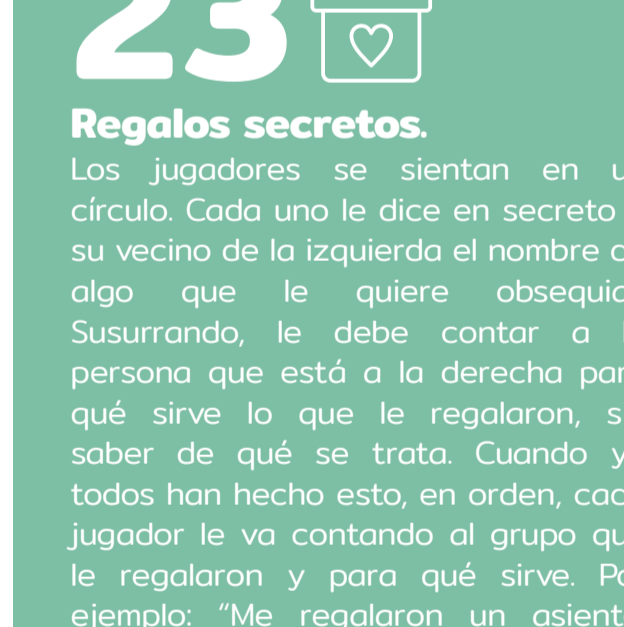
jugar mímica para adivinar personajes, situaciones o palabras.



15

Busca un trozo de cartón,

haz un dibujo y luego córtalo en varias partes para construir un rompecabezas que puedan armar juntos.



16

Crean carros

con cajas de cartón reciclables; los pueden hacer a gran escala y meterse dentro de ellos.



17

¿Qué tal si juegan al tesoro escondido?

Cada uno debe elegir un objeto y esconderlo en algún lugar de la casa, luego deben diseñar una serie de pistas para que sea más sencillo encontrarlo.



18

¡Llegó el momento de la carrera de observación!

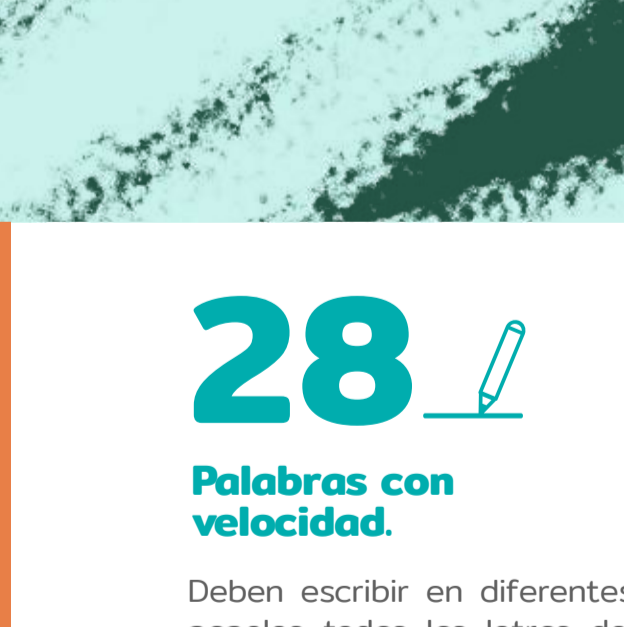
Conformen equipos y definan una ruta, deben superar obstáculos, hacer pruebas y crear estrategias para llegar lo más rápido posible al punto de encuentro.



19

Jugar stop con sentido.

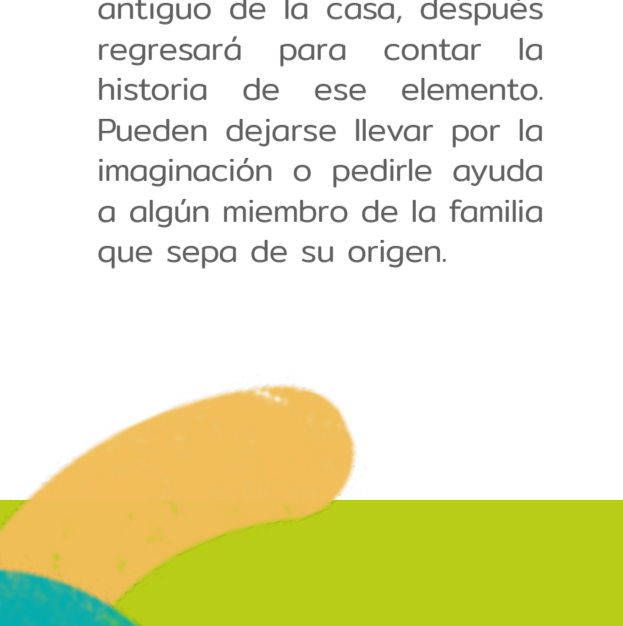
Además de las columnas tradicionales, como letra, objeto, comida, ciudad y animal, te proponemos añadir tres secciones, en las que se incluyan palabras amorosas, habilidades y capacidades de los integrantes de la familia.



20

Cambiar de roles.

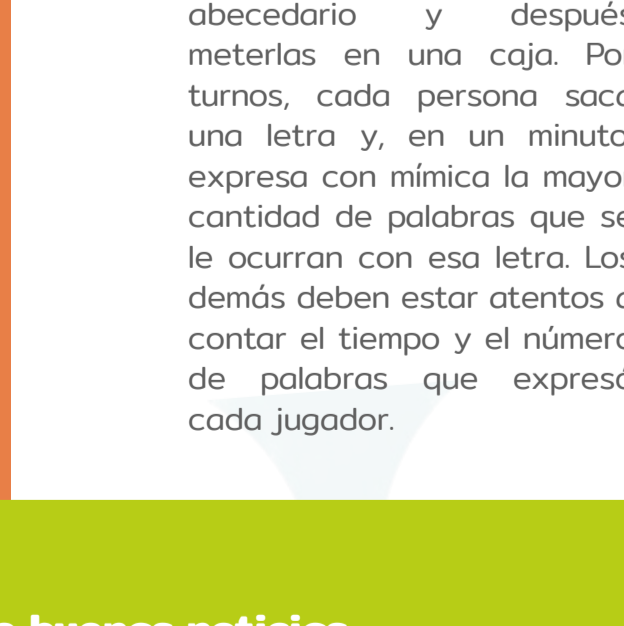
siempre será divertido y dejará grandes enseñanzas, papá y mamá se convertirán en los hijos y ellos serán los responsables del hogar durante un día. Cada uno tiene la misión de guiar a su par.



21

Recordar y aprenderlos derechos de una forma divertida.

Cada persona, en una hoja en blanco, traza una cuadrícula de 10 casillas. A la voz de alguna de las personas, todos empiezan a escribir en cada casilla un derecho de niños, niñas y adolescentes. Quien termine primero grita: ¡Bingo!



22

¡Pon a prueba la creatividad!

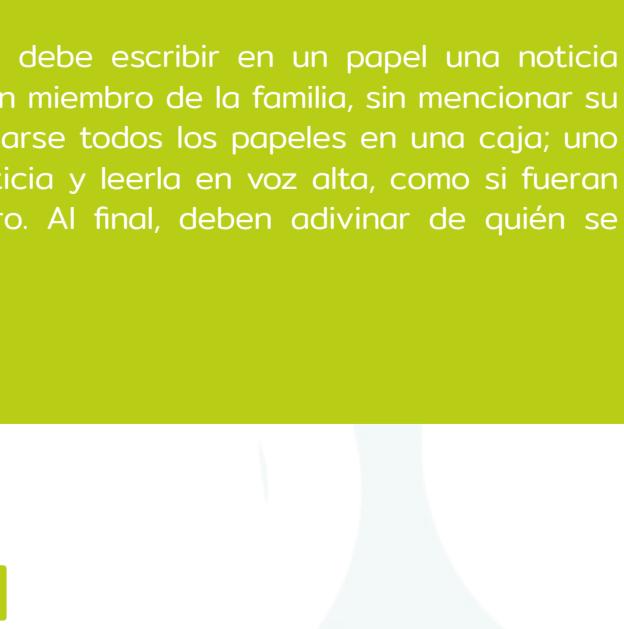
Deben formar una fila, la persona del inicio toma una hoja, hace un dibujo en solo un minuto y se lo pasa al siguiente jugador. Este continúa el dibujo también durante un minuto, y de esa manera siguen hasta llegar al último de la formación. Luego vuelven al primero para una ronda más. Al terminar pueden interpretar el dibujo que hicieron en familia.



23

Regalos secretos.

Los jugadores se sientan en un círculo. Cada uno le dice en secreto a su vecino de la izquierda el nombre de algo que le quiere obsequiar. Susurrando, le debe contar a la persona que está a la derecha para que sirva lo que le regalaron, sin saber de qué se trata. Cuando ya todos han hecho esto, en orden, cada jugador le va contando al grupo qué le regalaron y para qué sirve. Por ejemplo: "Me regalaban un asiento, para salir corriendo", "Me regalaban un pañuelo, para vestirme".



24

¡Vamos a jugar a la tempestad!

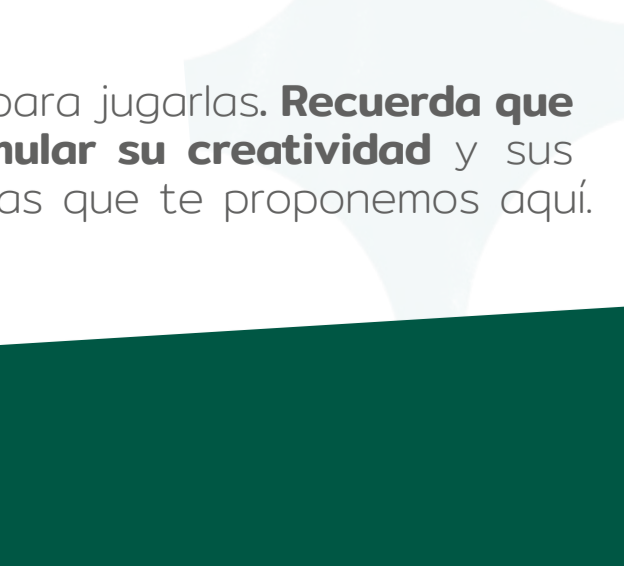
Todos se deben sentar en un círculo, el director del juego se ubica en la mitad y los demás siguen sus instrucciones: "Un barco en medio del mar viaja a rumbo desconocido. Cuando yo diga: 'Ola a la derecha', todos los jugadores deben cambiar un puesto hacia la derecha, girando en círculo, siempre hacia la derecha. Cuando yo diga: 'Ola a la izquierda', todos los jugadores cambian un puesto hacia la izquierda".



25

Bailar y conocer los gustos de la familia.

Todos los miembros de la casa deben escribir en un papel el nombre de una canción que les guste para bailar. Después, alguno debe elegir un papel y buscar la canción en YouTube, para que la familia cree una coreografía.



26

¡Historiadores creativos!

Cada persona debe buscar en 5 minutos un objeto muy antiguo de la casa, después regresará a ese elemento. Pueden dejarse llevar por la imaginación o pedirte ayuda a algún miembro de la familia que sepa de su origen.

27

Es el momento de proyectar los sueños

y para eso cada integrante de la familia debe plasmar en una hoja y con colores llamativos un sueño que tenga por cumplir. Luego se lo cuentan a los demás y ubican las hojas de manera que se forme una colcha de retazos en la que se tejen los sueños de la familia. Este tejido se puede pegar y poner en un lugar visible de la casa.

28

Palabras con velocidad.

Deben escribir en diferentes papeles todas las letras del abecedario y después meterlas en una caja. Por turnos, cada persona saca una letra y, en un minuto, expresa con mímica la mayor cantidad de palabras que se le ocurran con esa letra. Los demás deben estar atentos a contar el tiempo y el número de palabras que expresó cada jugador.

29

Los superhéroes están en casa.

Cada miembro de la familia debe dibujar a otro integrante y atribuirle un superpoder que lo identifique; también le puede atribuir un nombre. Al final, todos conocerán los superpoderes que hay en casa.

30

Corresponsales de buenas noticias.

Cada integrante de la familia debe escribir en un papel una noticia amorosa y respetuosa sobre un miembro de la familia, sin mencionar su nombre. Después deben guardarse todos los papeles en una caja; uno por uno, deben tomar una noticia y leerla en voz alta, como si fueran corresponsales de un noticiero. Al final, deben adivinar de quién se trataba cada nota.

¿QUÉ TAL TE PARECIERON ESTAS ACTIVIDADES?

Ten en cuenta la edad y los gustos de tus hijos para jugarlas. **Recuerda** que para afianzar su desarrollo es importante estimular su creatividad y sus habilidades motrices a partir de acciones como las que te proponemos aquí.