



Contigo en  
la distancia  
cultura desde casa

*Infantil*



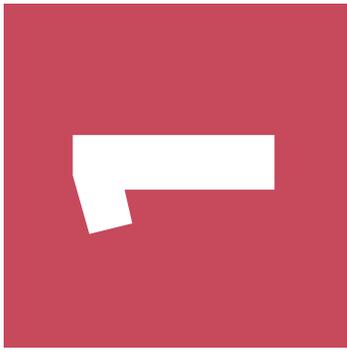
**VITAMINA**  
**Sé**  
Lo que **Sé** me fortalece

**¡aquí  
juego  
yo!**

**Ideas y actividades  
para crear, imaginar,  
jugar y reflexionar  
mientras no sales.**

Jugar es muchas cosas. No solamente es ese derecho que tienes a pasar un buen rato mientras haces cosas divertidas. Es más que eso: es una forma de relacionarte con el mundo. Tal vez no te des cuenta, pero hay juego en muchísimas cosas que haces. Podemos jugar cuando aprendemos matemáticas o historia. Mientras hacemos la comida (siempre que el huevo no acabe en el suelo, claro) o podemos jugar mientras doblamos la ropa. Inventamos historias, buscamos figuras en el techo antes de dormir o tratamos de no pisar líneas cuando caminamos. Buscamos reírnos a la menor provocación. Y es que nuestra mente todo el tiempo parece estar buscando un pretexto para jugar. Y eso es bueno.





**La gente hace estatuas a las personas que han hecho algo importante, algo bueno. ¿Tú a quién le harías una?**



**Piensa** a quién de la gente que conoces, que convive contigo o que vive donde tú vives, admiras. La puedes admirar por cómo cocina, por la forma en la que trata a los demás, porque siempre está sonriendo, por la forma en que habla, porque lee muchos libros o simplemente por cómo se peina.

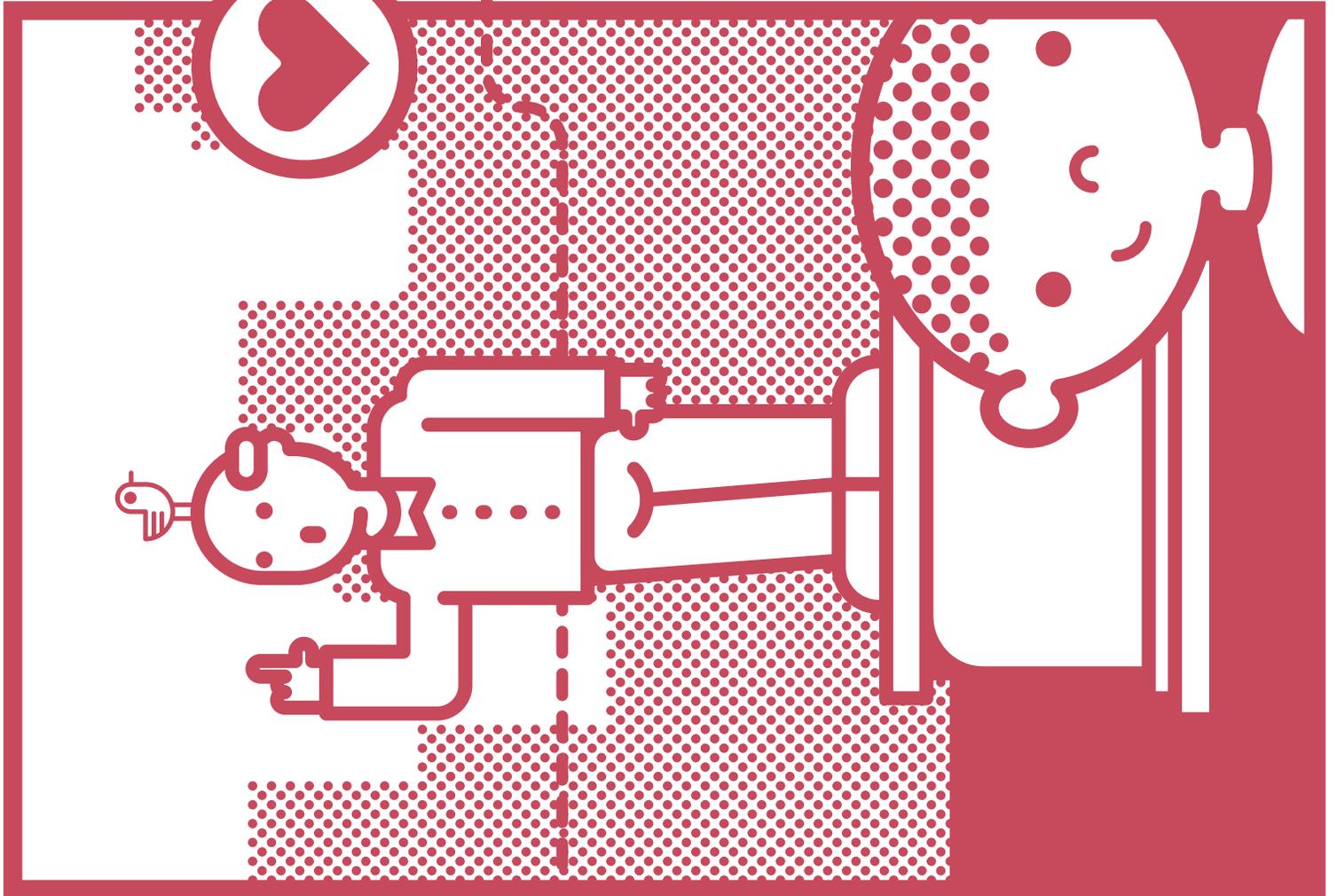


**Escribe** todas esas cosas que te hacen admirarla. Descríbela como si escribieras la biografía de un héroe reconocido.



**Dibuja** su estatua en una hoja. Piensa cómo se vería en una de las calles principales de tu colonia. ¿Cómo iría vestida? ¿Qué postura tendría? ¿Qué cosas llevaría en la mano o estarían junto a ella, que te ayudaran a explicar por qué merece una estatua?

# Mi estatua favorita



# 2

# La Letra

¿Cuántas cosas puedes ver ahora mismo que empiecen con la letra L?



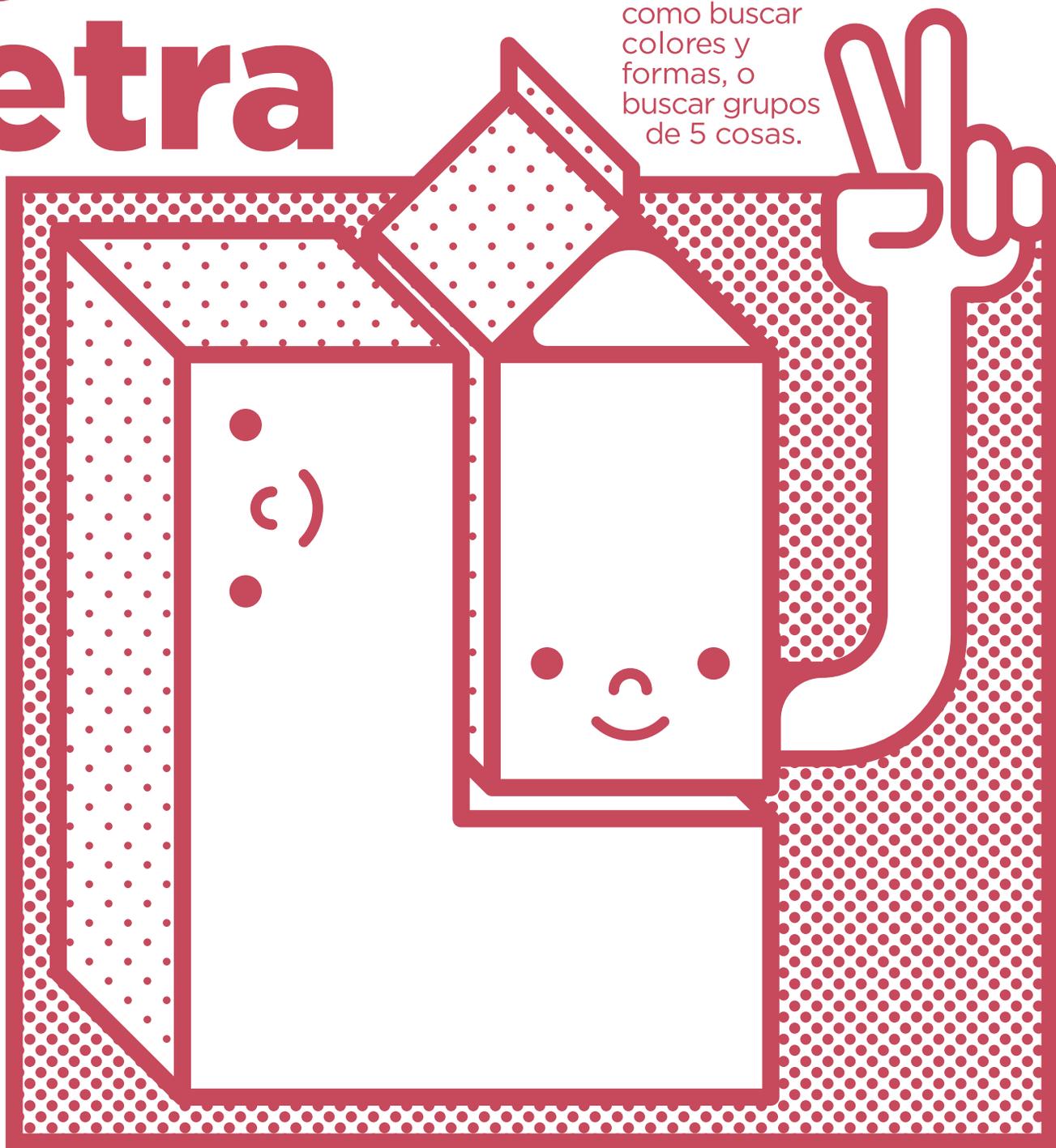
Este juego parece muy simple: tienes que **encontrar**, entre las muchas cosas que hay en el lugar donde estás, todas las que empiecen con la letra L. No te confíes: de primera vista parece no haber tantas, pero si observas bien, las cosas que ves pueden contener a su vez otras, como un dado tiene lados o una boca tiene lengua.



**Anota** todas esas cosas que empiezan con L en una lista. ¿Cuántas encontrarás? ¿10? ¿50? ¿mil?



La verdad es que nos gustó la letra L, pero puedes repetir el juego con otras letras o **inventar** un juego parecido, pero con otros retos, como buscar colores y formas, o buscar grupos de 5 cosas.



# 3

Quando escribimos lo que sentimos otros pueden leerlos, y qué bueno. Pero también se vale escribir solamente para nosotros, para reconocer lo que pasa por nuestra cabeza. A veces necesitamos tan solo decirnos las cosas a nosotros mismos.

## Carta misteriosa



**A** **Escribe** una carta dirigida a ti mismo! Sí, así es: no pienses en que alguien más la leerá, solo preocúpate por decir cómo te sientes en este momento y por qué. Qué piensas de la vida, qué te hace feliz, qué te pone triste y esas cosas.

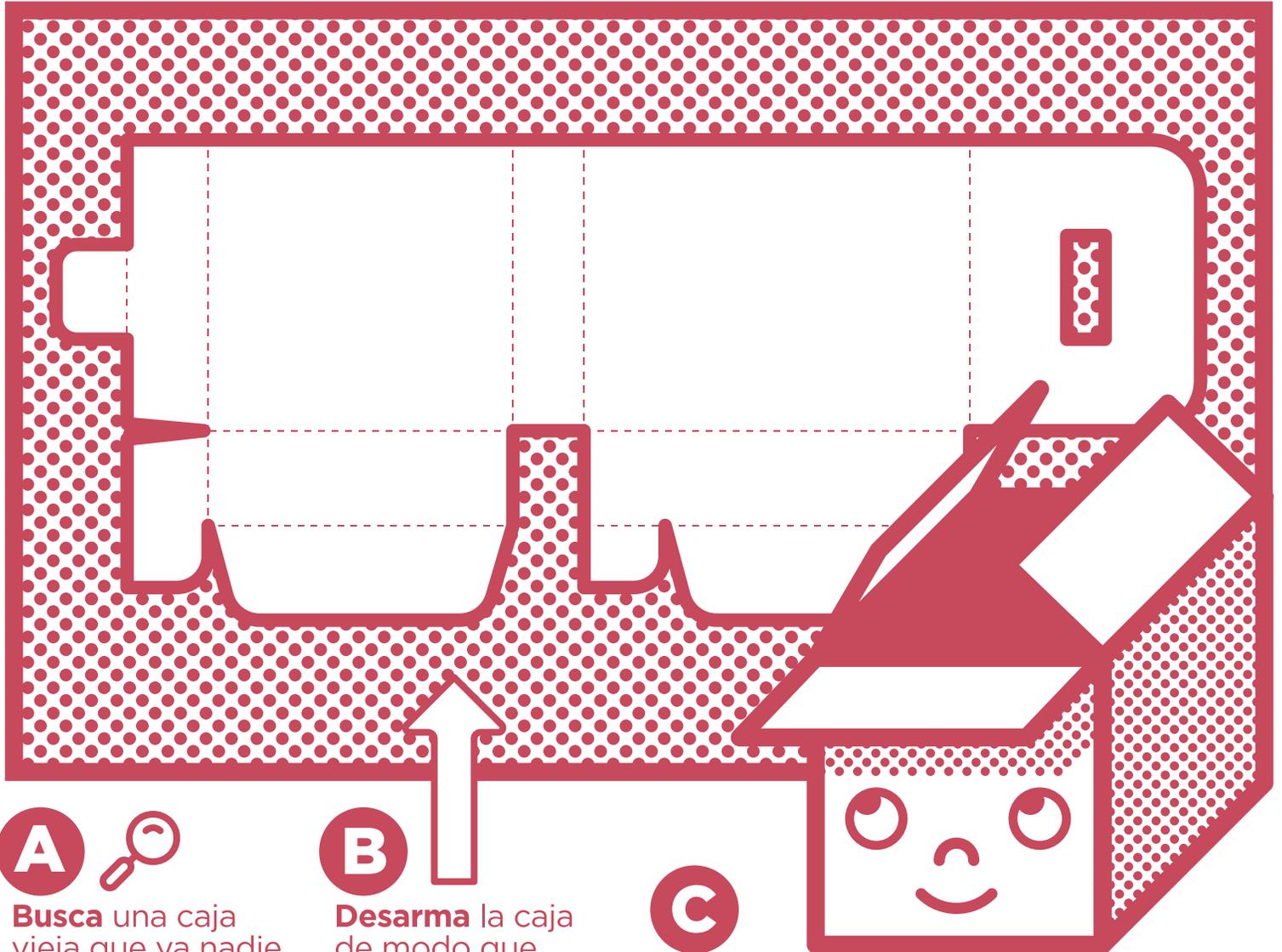


**B** **Moja** la carta. Sí: mójala y después tirla a la basura, de modo que nadie pueda leer lo que escribiste. ¿De qué sirvió, entonces? Bueno: tú fuiste tu propio lector, ¡y eso también es bueno!

# 4

# Cajabrijes

¿Las cosas pueden tener vida? ¿Una caja se puede convertir en un personaje?



**A**

**Busca** una caja vieja que ya nadie use. Aunque no lo parezca, todavía puede tener una utilidad. Si la caja es un poco rara, alargada, con muchos dobleces o incluso si está rota, no importa, tal vez eso te pueda servir más para lo que harás.



**B**

**Desarma** la caja de modo que quede una cosa extendida como esta de aquí arriba. Notarás que tiene un lado impreso y del otro lado no hay nada, tan solo el color de la caja. Pues bien: ese lado es el que vas a utilizar para dibujar en él.



**C**



**Observa** muy bien. ¿De qué tiene forma? ¿Parece que tiene brazos? ¿Pies? ¿Alas? ¿Tiene la forma de una persona? ¿De un monstruo? ¿De un animal extraño?



**D**

Ahora **dibuja** en la caja a ese ser extraño que viste en ella y comprueba que cualquier objeto puede tener vida.

# 5

# De adelante para atrás

La memoria es una cosa rara. ¿Te has fijado que a veces nos acordamos de todo y a veces todo se no olvida? A veces las cosas que sucedieron hace mucho tiempo parecen más cercanas a las que acaban de suceder.

Otras veces nos preguntan “¿quién rompió la lámpara?” y decimos “no me acuerdo”.

Unos dicen que los peces tienen una memoria muy corta. O sea que si viven en una pecera y vuelven a pasar por el mismo lugar dos minutos después, es nuevo para ellos.

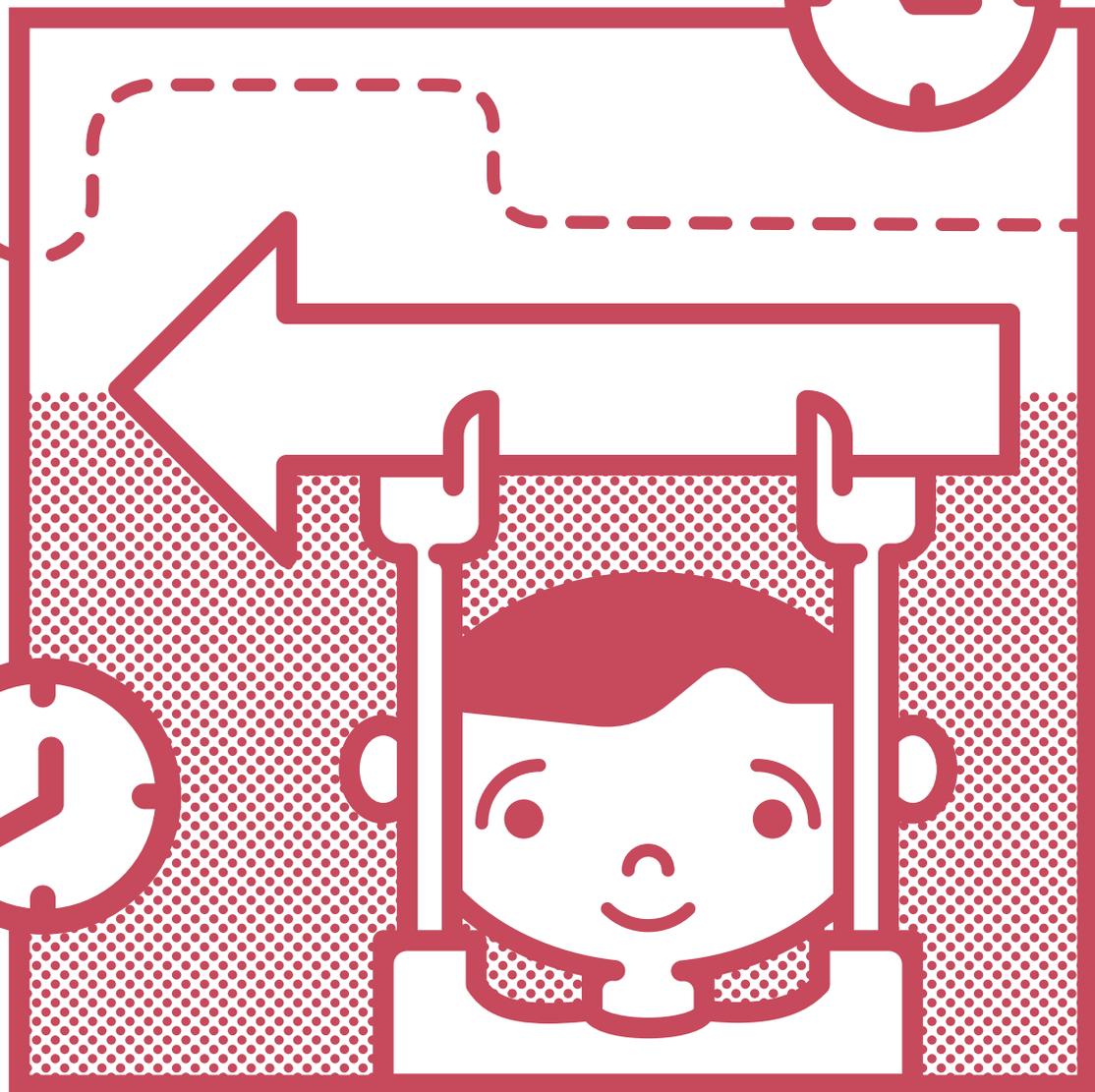
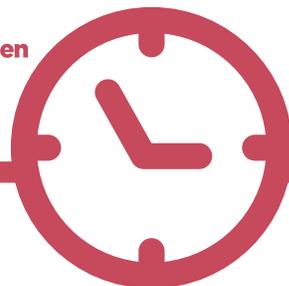
Pero bueno, como casi todo en la vida, la memoria es algo con lo que se puede jugar.



**Relájate** porque vas a tener que hacer mucha, mucha, mucha, mucha memoria.



**Comienza a recordar** lo que hiciste hace un minuto. Después recuerda qué hiciste, digamos, diez minutos antes. Y, antes de eso, ¿qué hiciste? ¿Y antes? Cada que trates de recordar algo que hiciste antes, la cosa parecerá más difícil de recordar. Pero será divertido. ¿Hasta dónde crees que puedas llegar?



Ahora sí: **escribe** todo lo que has hecho los últimos minutos ¿horas? ¿días? ¿semanas? ¿meses? ¿años? Pero lo tienes que hacer desde este preciso momento **hacia atrás**. Puedes usar la frase “**pero antes**” para conectar tus recuerdos. Por ejemplo: “Me desperté, pero antes dormí toda la noche, pero antes me fui a acostar, pero antes me rasqué, pero antes me lavé los dientes, pero antes cené, pero antes Chacho se sacó sangre por picarse la nariz, pero antes llovió fuerte, pero antes hice un dibujo medio feo pero me gustó...” ¡Uff!

# 6

## Pequeño catálogo de animales inexistentes

¿Existen todos los animales que deberían existir? Seguramente si nunca hubieras visto un elefante, un pulpo o una jirafa, y alguien te los describiera, dirías “¡Órale, ese animal es imposible!” y tendrías algo de razón: vaya que son raros. Bonitos, pero raros. Pues aquí lo que tienes que hacer es imaginar cómo serían esos animales de los que te daremos solo el nombre. ¿Tendrán alas? ¿Seis patas? ¿Cuello largo?

Menostodonte

Oso pasocorto

Marcíalogo

Cazalluvia

Guaguancolo

Comemontes

