Contigo en la Distancia

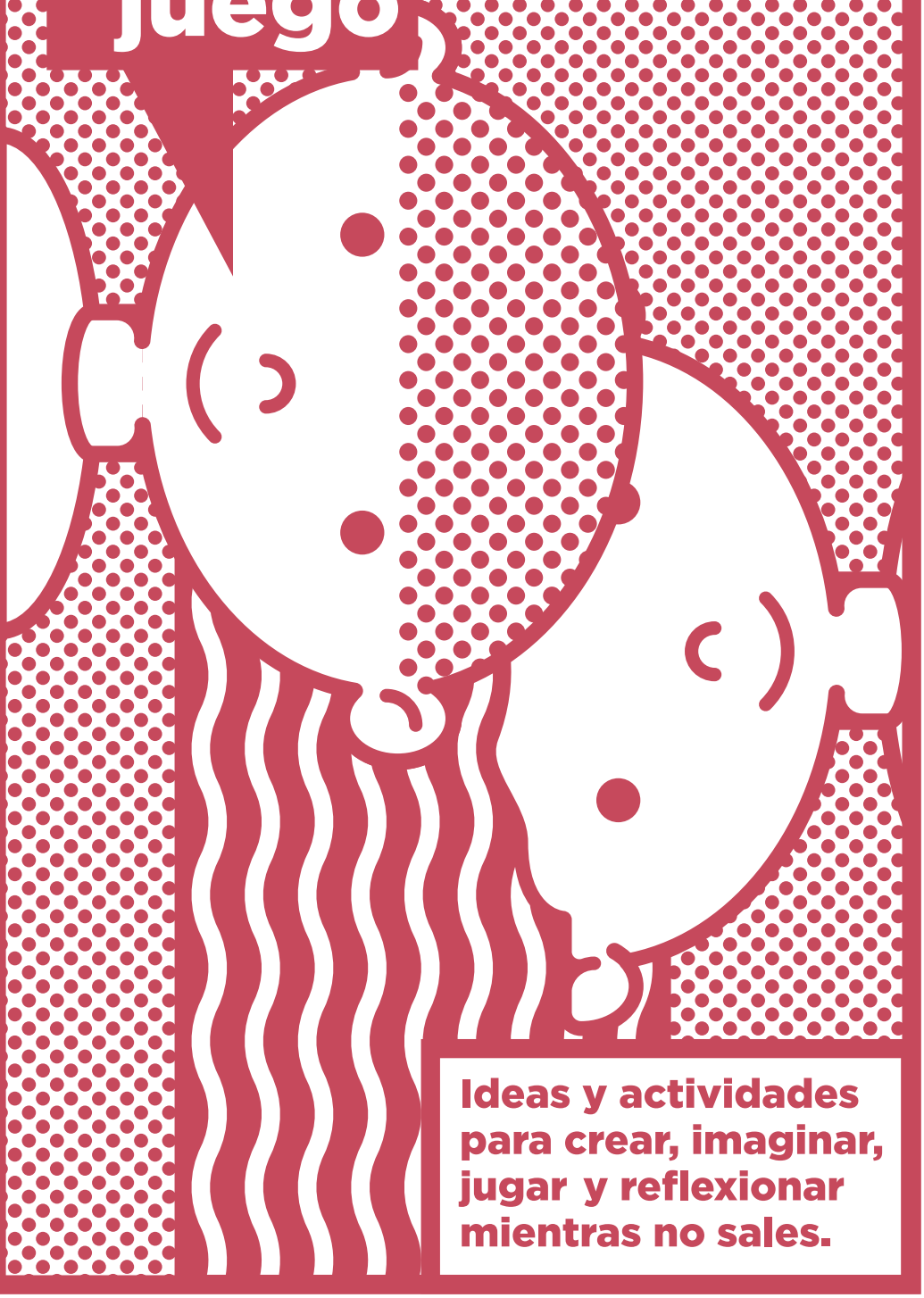
cultura desde casa

Infantil

pienso luego juego

VITAMINA Sé

Lo que Sé me fortalece

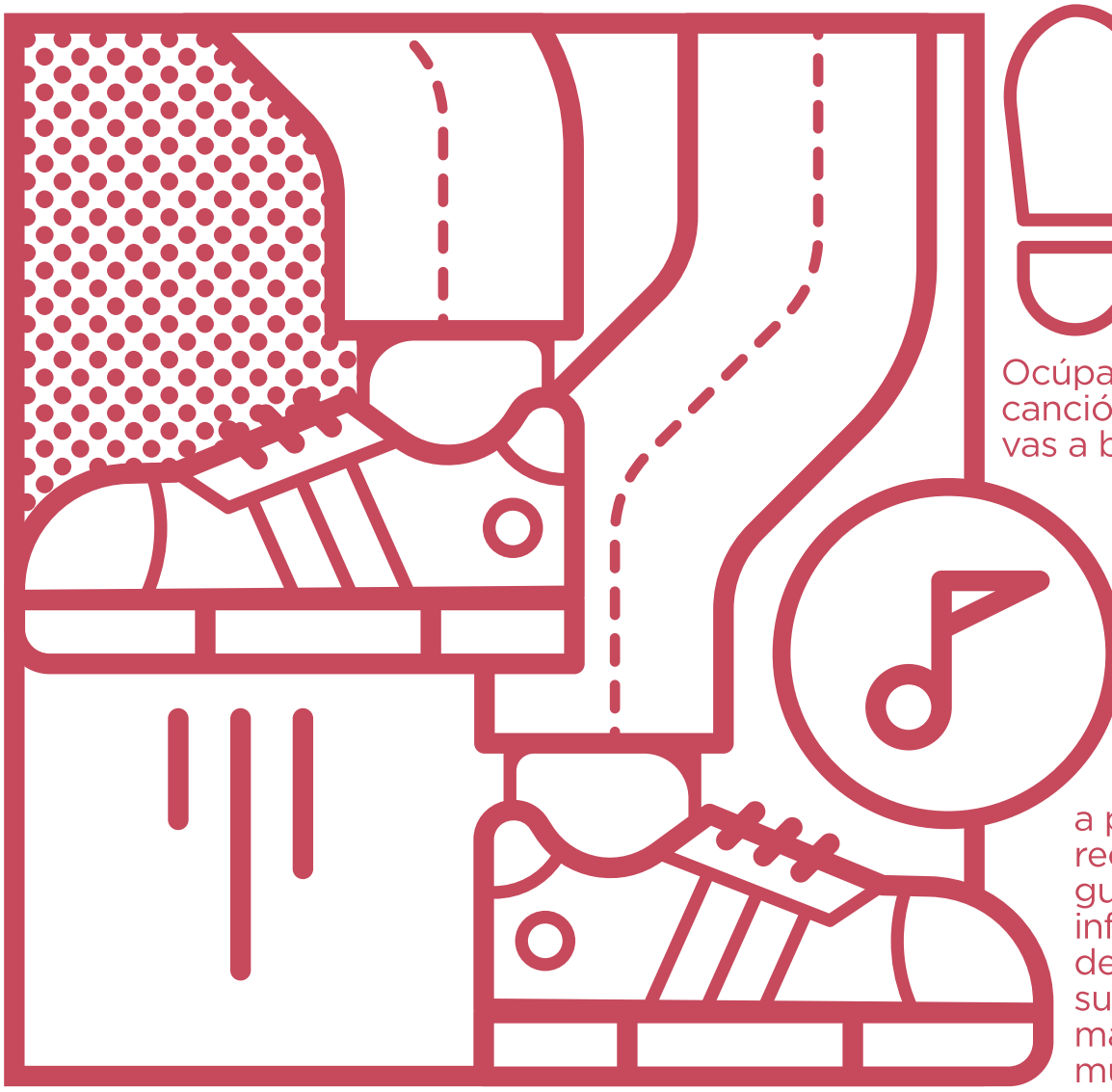


Ideas y actividades para crear, imaginar, jugar y reflexionar mientras no sales.

Estar mucho tiempo en casa hace que sucedan algunas cosas que de otra manera no sucederían. Una de ellas es lo que pensamos. Y cómo lo pensamos. De pronto se nos ocurren cosas que no habíamos pensado porque, aunque nuestro cuerpo esté en el mismo lugar, nuestra mente suele salir a pasear, e imagina, se hace preguntas y tiene ganas de ponerse a jugar. ¿Te has fijado que pensar se parece mucho a jugar? Sí: nuestro cerebro se parece a alguien que siempre está queriendo descubrir cosas nuevas y divertirse con ellas. Es decir: se parece a ti. Y eso es bueno. Porque aunque estemos en un lugar, siempre encontraremos una hoja, una pared, un amigo o una lámpara que nos inviten a pensar y jugar.

1 Malpaso

¿Vale la pena hacer las cosas que no hacemos muy bien? ¿Solo los expertos merecen disfrutarlas?



A

Elige la canción que más te guste en la vida. Ocúpate de que sea una canción movida, porque vas a bailar con ella.

B

Investiga pasos de baile. Puedes preguntarle a algunos amigos y conocidos. Incluso a personas mayores: recuerda que han guardado muchísima información a lo largo de la vida y, con suerte, han bailado más y conoce muchos más pasos.

C

Pues bien, ahora es tu turno: **imagina e inventa** un paso que nunca nadie antes haya bailado. Puedes combinar los pasos que recopilaste en tu investigación. Recuerda que no todo es absolutamente nuevo, que siempre es resultado de lo que vimos o vivimos antes, de agregar cosas que nos gustan, de darle vueltas. Todo eso lo vuelve original y divertido.

D

Ensaya. **Equivócate** y vuelve a intentar. Recuerda que no eres un experto y no tienes por qué serlo. Si algún paso que inventaste no te gusta, busca por otro lado. Así, una y otra vez, hasta que tengas tu "original y no tan bonito **malpaso** de baile que nunca nadie antes bailó" o hasta que alguien acabe gritando "¡ya para con esa musiquita!"

2

La persona que hizo por primera vez este famoso origami ----------→ ¿lo pensó así desde el principio? ¿O tuvo que intentarlo una y otra y otra y otra vez antes de darlo por terminado? ¿O nació sabiendo hacer origamis? ¿O tuvo que experimentar mucho antes de que le gustara?

Vampiroflexia

A

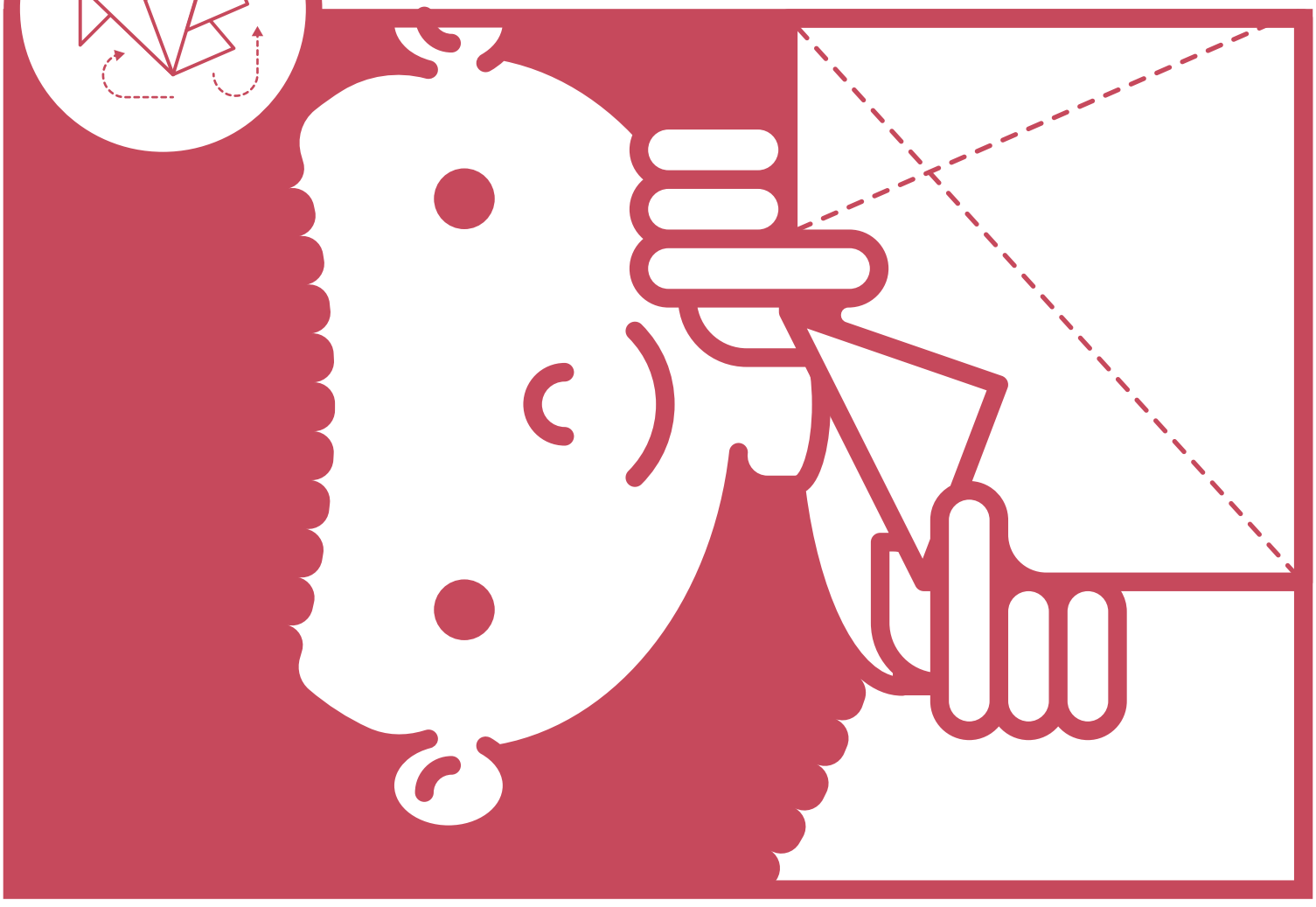
Consigue algunas hojas de papel. Puede ser usado o reciclado. De hecho, es mejor que lo sea, porque vas a experimentar y a usar muchas hojas.

B

Inventa tu propio origami. No se trata de diseñar uno perfecto, sino de ir descubriendo formas en el papel.

C

Relájate. Verás que te queda una cosa un poco rara. ¡No importa!, por eso hemos llamado así a esta actividad: si te queda algo monstruoso, entonces lo hiciste bien.



3

Tener un nombre no es cualquier cosa. A partir de él podemos saber quiénes somos. No es lo mismo decir “la niña de pelos chinos” que decir “Julia”. No es lo mismo decir “ese niño” que decir “Juan Valentín Miguel Alfredo”.

Y, para divertirnos, también podemos ponerles nombre a los objetos. ¿Te has fijado que podrían pasar por personas?

A

Observa todos los objetos que hay en el lugar donde vives. Imagina su “personalidad”. ¿Crees que la tengan? ¿Son enojones, tiernos, estresados, tristes o divertidos?

B

Escribe en hojas los nombres que has decidido para cada objeto y colócalas cerca de ellos. Tal vez alguien pregunte "¿Y por qué le pusiste ese nombre a la lavadora?". Algún día descubrirán que se llama Silvia porque cuando se mueve parece que va silbando.

Si las cosas fueran personas

4

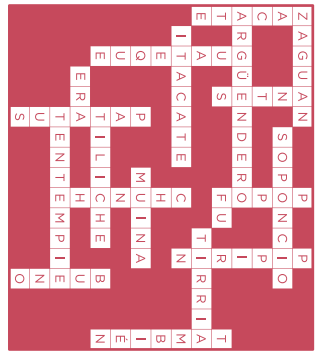
Abuegrama

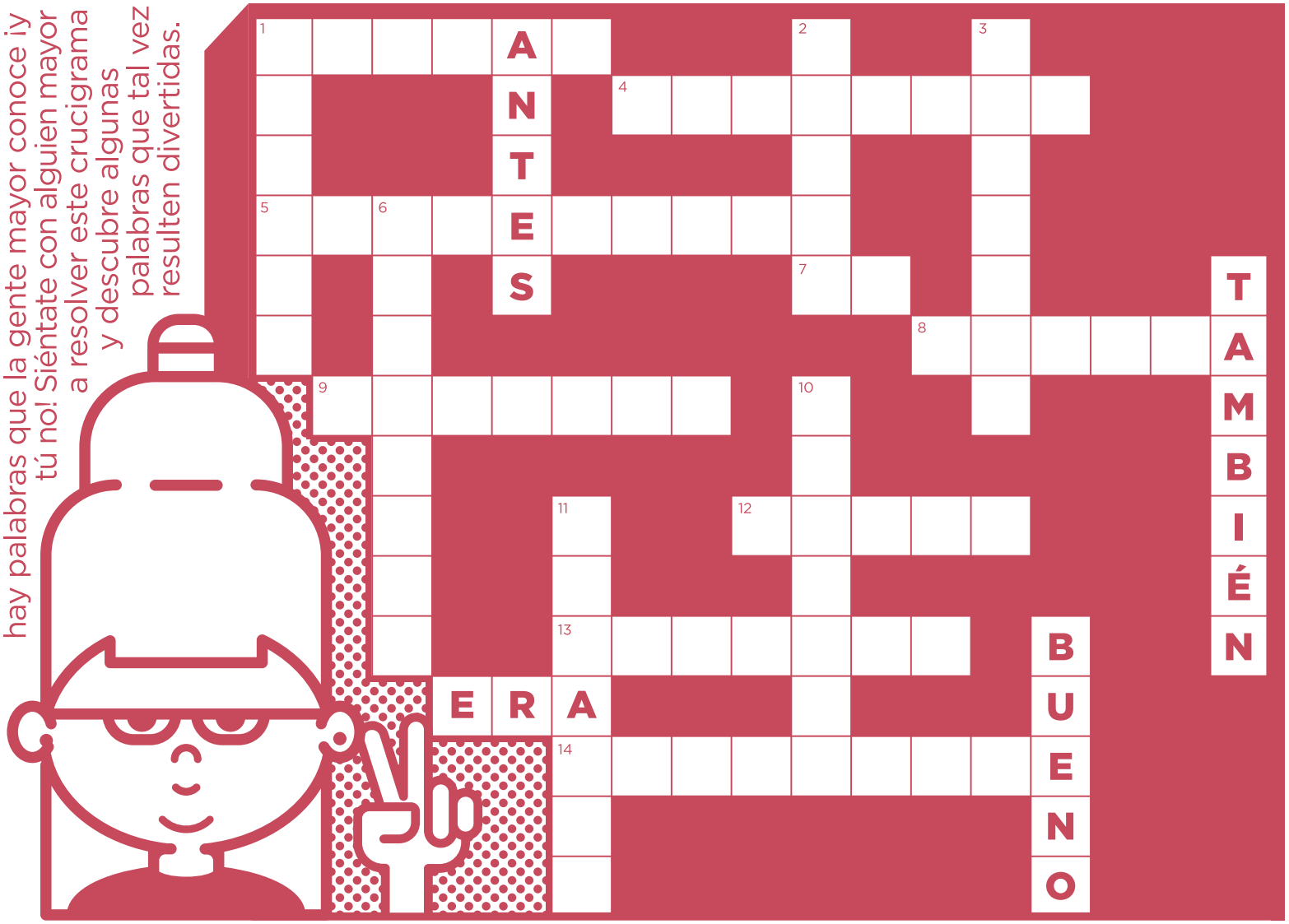
¿Crees que algunos adultos están poco informados porque hay expresiones que tú usas mucho y que ellos no conocen?

Pues bien, te tenemos una noticia: también hay palabras que la gente mayor conoce ¡y tú no! Siéntate con alguien mayor a resolver este crucigrama y descubre algunas palabras que tal vez resulten divertidas.

Horizontales: 1. El espacio que está en la entrada de una casa. **4.** Desmayo por un susto o una angustia muy grande. **5.** Chismoso. Que crea problemas con lo que dice. **7.** Ni ___, ni fa. **8.** Sentimiento de antipatía hacia alguien. **9.** Comida para llevar. **12.** Enojo. **13.** Cosa inútil o que tiene muy poco valor. **14.** Pequeña cantidad de alimento que se come entre comidas para soportar el hambre.

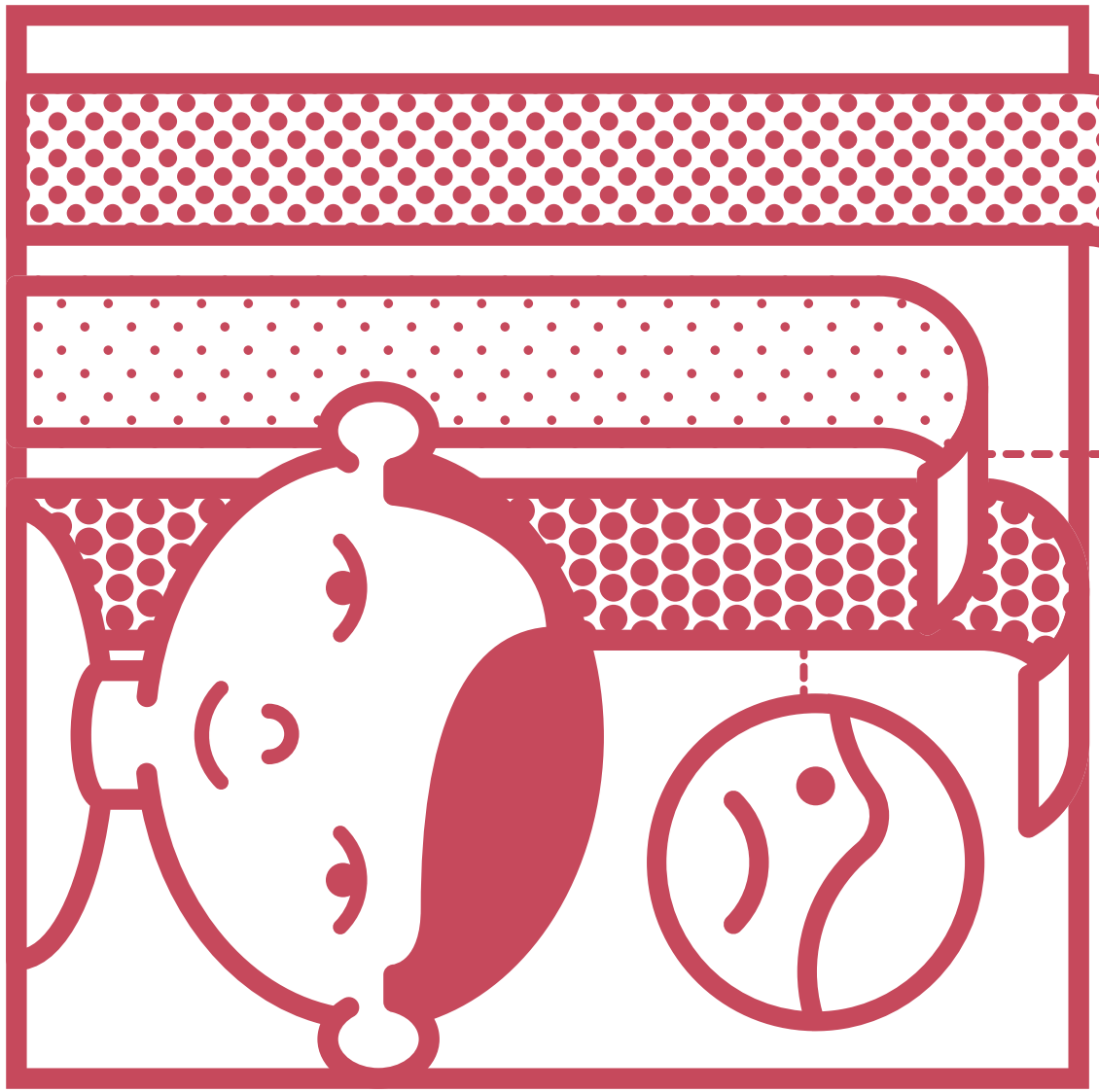
Verticales: 1. Hierba que se usa comúnmente para lavar. **2.** Gente "de alta sociedad". **3.** Alimento. **6.** Reunión muy alegre en la que se canta y se baila. **10.** Cualquier cosa o artefacto cuyo nombre no conocemos. **11.** Ataque repentino causado por una impresión muy fuerte.





5 Mi día en colores

No siempre estamos de buenas. No siempre estamos de malas.



No tiene nada de malo cambiar de humor de un momento a otro. Todos tenemos episodios tristes, alegres, serios, de ansiedad, de risa loca o de silencio.

A

Imagina y piensa: ¿Las emociones podrían tener un color? ¿Hay un tono para lo que es triste o un color para la furia? ¿Si dices "me siento un poco azul" alguien entendería? ¿Qué significa si algo "es gris" o si "es colorido"?

B

Prepara algunos lápices o recorta papeles de colores.

C

Divide una hoja en 16 cuadros. Es decir: dóblala 4 veces. Numera los cuadros. Cada uno será una hora, desde que te levantas hasta que te acuestas. Luego observa cómo te sientes a lo largo del día. Cada que pase una hora, ponle el color que defina mejor cómo te sentiste. ¿Qué colores tendrás al final? ¿Serán muchos, será uno? ¿Cuál te gustará más?

6 ¡No digas no!

De lo que se trata es de jugar a evitar decir cierta palabra a lo largo del día. Puede ser "no" pero también puede ser cualquier otra. La cosa es jugar y ponernos muy vivos.

Es divertido porque te sorprenderás de la cantidad de veces que usamos una palabra a lo largo del día. Para este juego sirven las palabras cortas y que se usan para muchas cosas, como "no", "y" o "qué".

A

Pon atención a todas, pero todas, todas las conversaciones que suceden en el lugar donde vives. Anótate un punto cada que alguien diga la palabra "no".

B

Provoca a los demás para que usen esa palabra. Por ejemplo, les puedes preguntar: "¿alguna vez has comido gusanos con chile piquín y un poco de mocos para el desayuno?"