

# SUPER DIVERTIGUÍA

en casa para el día de  
la niña y del niño.





Este **día de la niña y del niño** es muy especial porque lo celebramos en casa.



Qué gran oportunidad para festejar en familia este día dedicado a las personas más **curiosas, inteligentes, inquietas, creativas e imaginativas**, que están descubriendo el mundo.

**¿Sabías que hoy también se celebra el día del amor y el respeto?** Así es, y es justo eso y mucho más lo que les deseamos a todas las niñas y niños en su día especial.



**¡Festejemos jugando!**



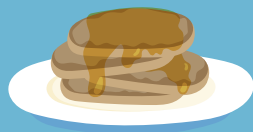
# La aventura del día comienza así:



**¡Despiértate** y sal de la cama a la hora que quieras!



Desayuna unos deliciosos panqueques y **dibuja caras con miel o mermelada.**



Prepara tu malteada favorita y muévela hasta formar un torbellino dentro del vaso **¡Ya empieza la diversión!**



A la hora del baño, puedes ahorrar agua en una cubeta y jugar con tus animalitos de plástico **¡Quedarán muy limpios!**



**Vístete con ese disfraz que tanto te gusta,** si no tienes uno, puedes hacerlo con tus prendas favoritas.



✓ Toma un tiempo para terminar los deberes escolares, **si es que tienes.**



✓ Haz un dibujo en el que retrates a las niñas y los niños de tu país celebrando este día y pídele a tu madre, padre o tutor que lo suba a las redes sociales con el **#EsTiempoDeJugar.**



✓ Crea un avión de papel y haz que vuele lo más lejos posible **¿Qué tan lejos llegó? ¿A qué país crees que se dirija?**



Puedes jugar unos minutos con un dispositivo electrónico.



# Elige uno o varios divertidos juegos para jugar en familia:

## 1

Un emocionante duelo con el Juego de gato.



## 2

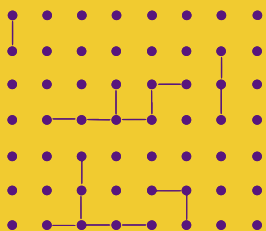
Demuestra tu ingenio con el ¡Basta!

### BASTA

LETRA	NOMBRE	CIUDAD	ANIMAL	COSA	COLOR

## 3

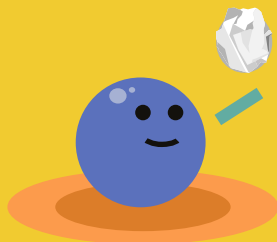
Midan su astucia con un timbiriche.



## 4

Hagan pelotas con tiras de periódico y pongan a prueba sus habilidades e imaginación jugando de manera libre.

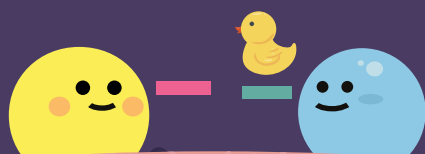
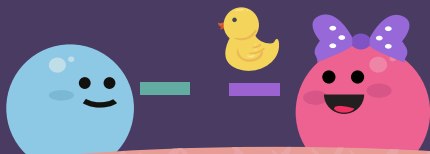
**¿Ya es hora de comer?**  
Elige tu canción favorita y lávate muy bien las manos mientras la cantas.



Una vez que hayas ayudado a poner la mesa pueden jugar pasando algún objeto que no se rompa mientras **cantan esta canción:**

Acitrón de un fandango,  
zango, zango, sabaré,  
sabaré que va pasando,  
con su triqui, triqui, tran.

Por la calle voy pasando,  
por la vía pasa el tren.  
Acitrón de un fandango,  
zango, zango, sabaré.



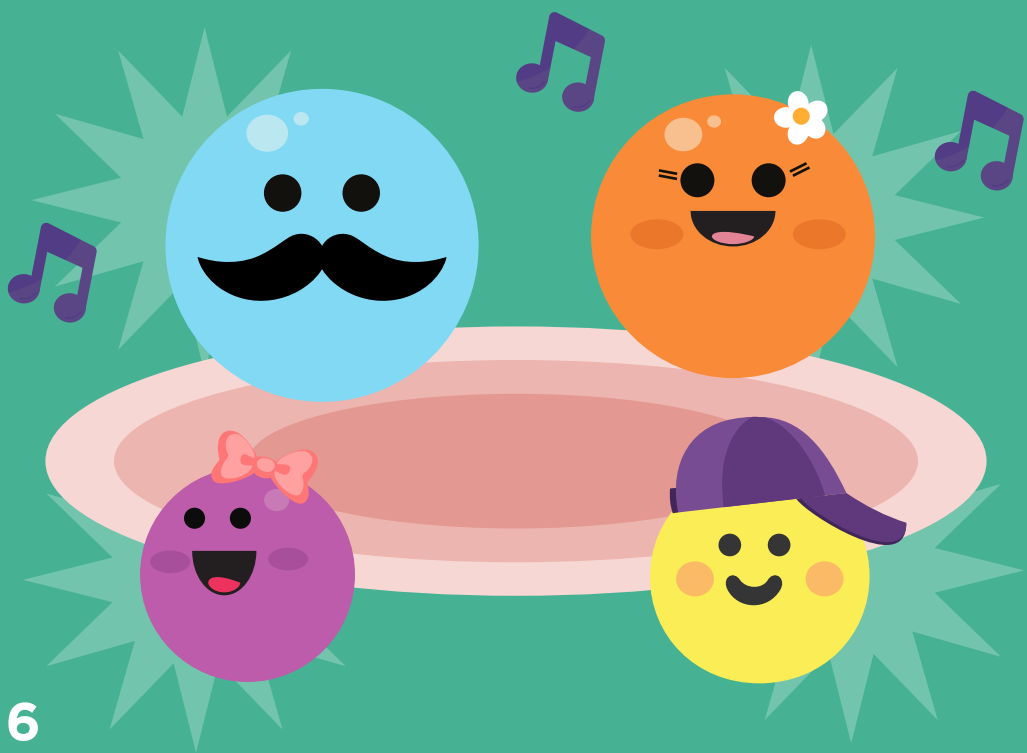

Antonio tenía una flauta,  
con ella se divertía,  
y vamos a dar la lata,  
a la casa de su tía.  
Con su triqui, triqui, tran.

**¿Terminamos?**  
**Apoya a levantar la mesa.**



# DIVERTI ACTIVIDADES

Ahora que tienes la tarde libre para jugar, ¿Qué tal estas divertiactividades que puedes realizar con tu familia?



# Juego con globos

## “GLOBO EN EL AIRE”

Este juego es fácil y muy divertido. Lo único que tienes que hacer es mantener el globo en el aire el mayor tiempo posible y que éste no toque el suelo.

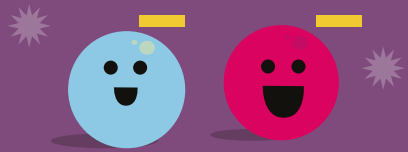
### Materiales:

**1 Globo** del color que quieras.



### Participantes:

**2 integrantes:** uno será el equipo rojo y el otro, el equipo azul.



### Instrucciones:

1- Infla un globo hasta que tenga una tamaño considerable. Ten cuidado de no inflar mucho porque se puede reventar. Si se revienta, no te preocupes; infla otro.

2- Colóquense un jugador frente al otro.

3- Con el juego de piedra, papel o tijeras elijan quién pone el globo en el aire.

4- ¡A jugar!



Para aumentar la diversión, sumen un integrante por equipo, tómense de la mano y que el globo siga en el aire.

**Gana quien no deja caer el globo y quien se divierta más.**



# “BAILE CON GLOBOS”

Este juego es muy movido y activará todo tu cuerpo. pon tu música favorita y elige una pareja porque el baile con globos va a empezar.

## Materiales:

1 Globo de cualquier color.

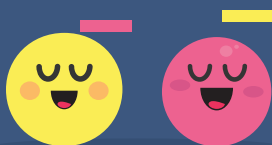
## Participantes:

Los que sean siempre y cuando se formen **en parejas**.

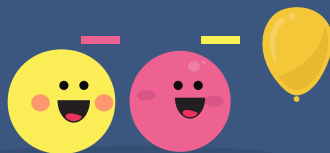
Música de tu agrado

## Instrucciones:

- 1 Formen una pareja de baile



- 2 Inflen un globo por pareja.



- 3 Colóquense de espaldas y que el globo quede entre los dos tocando sus espaldas.



- 4 Al iniciar la música, bailen al ritmo de la misma pero sin que el globo toque el suelo.



Si ya son expertas y expertos en el baile, ahora traten de colocarse el globo entre su estómago. Sin tocarlo y sin que caiga al suelo. Cuando ya lo tengan entre sus barrigas, **ireviéntenlo chocando sus panzas!**

**Bailen hasta el anochecer o hasta que caiga o revienten el globo.**

# RALLY FAMILIAR

¡Tu hogar puede ser la arena perfecta para un rally super-megadivertidísimo! Júntense mamá, papá, hermana, hermano, prima, primo, tía o tío; incluso hasta la mascota.

El rally familiar es un juego muy entretenido en el que se buscan, se siguen pistas y se realizan diversas actividades.

## Integrantes:

La familia o un grupo de amigas y amigos.

## ¿Cómo se juega?

Elige de entre todas las habitaciones de la casa, **5 estaciones**. Asígnale un número a cada estación. **El conteo va del 1 al 5**.



En cada estación coloca una pista que guíe a la siguiente estación y una actividad a realizar.

Comienza el juego dando indicios de cuál es la primera estación donde se tenga que buscar la primera actividad.



Quien llegue primero a la última estación y realice la actividad debe gritar: **¡Lo logré!** y obtendrá un premio. Puede ser una golosina, una fruta, un chocolate; cualquier bocadillo delicioso.

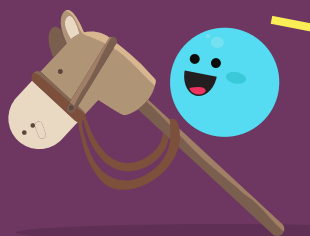


Si tienes algún problema pensando algunas actividades, aquí te sugerimos algunas:

- Bailar la pelusa
- Bailar un ritmo hawaiano
- Hacer sonidos de animales
- Brincar la cuerda por unos segundos
- Realizar algunos ejercicios
- Imitar a algún personaje de película o caricatura
- Bailar con la mascota

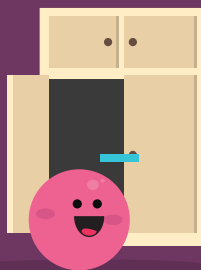


**Cualquier cosa que consideres divertida y placentera.**



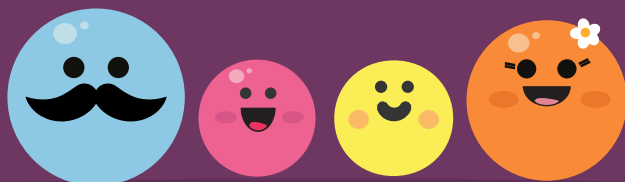
También, si gustas, te recomendamos algunos lugares donde colocar las pistas y las actividades.

- La alacena
- El bote de la ropa sucia
- El cuarto de lavado
- Los cajones de los calcetines
- El armario
- Alguna maceta dentro o fuera en el patio



**Cualquier espacio dentro de la casa que sea seguro y accesible para todas y todos.**

Al final, dense el abrazo del mundo mundial o celebren con una porra a toda la familia, pero eso sí: una tiene que hacerse para las niñas y los niños de la casa.



# ABRAZO DEL MUNDO

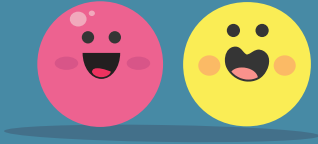
Con este ocurrente abrazo, demostrarás tu cariño y unión al mover los dedos de tu mano para “abrazar” o atrapar al Gordo.

## Integrantes:

Miembros de la familia o amistades.

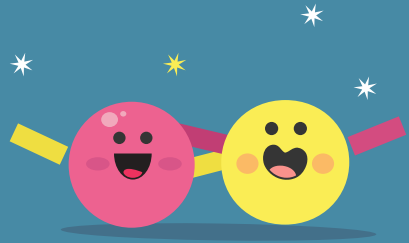
## ¿Cómo se juega?

Formen varias parejas



A la cuenta de tres, traten de **“abrazar”** o atrapar al Gordo del otro.

Enganchen sus manos dejando el dedo pulgar libre. **A ese dedo le llamaremos Gordo.**

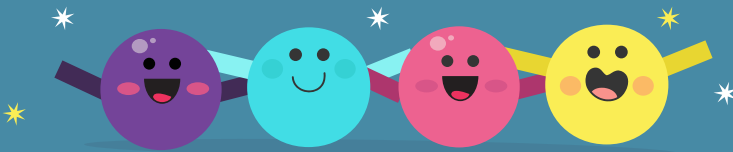


Pónganse de acuerdo para ver cuántos **“abrazos”** son suficientes para terminar el juego.

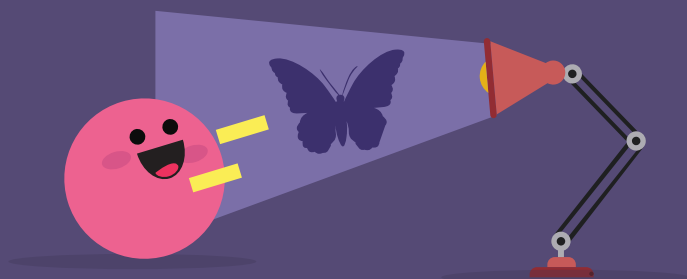
Cambien la mecánica un poco y usen la mano izquierda también.

Una variante sorpresiva puede ser que usen el índice para tratar de pescar al Gordo para darle su abrazo.

**Los “abrazos” deben darse entre todas y todos los que participen, para que así el abrazo sea un verdadero abrazo del mundo mundial.**



**Ya se está oscureciendo**, mientras los padres preparan la cama, niñas y niños pueden jugar con una lámpara formando **animalitos con las sombras de sus manos**.



**Mientras toman la cena juegan a “La última letra”.**

Alguien inicia nombrando un elemento que haya en la mesa, por ejemplo, **“azúcar”** y la persona que sigue debe nombrar algo que empiece con la última letra de **“azúcar”** como **“rosas”**. Sigán en juego hasta que alguien pierda **¿Jugamos otra vez?**



**¿Se divirtieron en la cena?** Quizás puedan repetir este juego mañana, por ahora, levanten la mesa juntos.



# ¡Es hora de ir a la cama!

La madre, el padre o cuidador, puede contarle a las niñas y niños un cuento lindo y esperanzador.

Si no tienen uno, ¡**invéntalo!**



## ¡Beso y a dormir!

### Que tengan dulces sueños.





Visita nuestra página [www.estiempodejugar.com](http://www.estiempodejugar.com) donde encontrarás más juegos, actividades y desafíos para nutrir tu diversión todos los días.

## #EsTiempoDeJugar

 @estiempodejugarmx

 estiemcodejugar

 @estiempodjugar

**FUNDACIÓN  
PLACEMAKING  
MÉXICO**



**MOV**

MOVILIZATORIO

Conectando para el cambio