

ACTIVIDADES

PARA HACER



EN FAMILIA

Actividades para hacer en familia

Concurso de meriendas

Esta tarde hay... ¡concurso de [meriendas](#)! Ganará el que la haga más saludable, en menos tiempo y, también, manche menos la cocina o la deje toda recogida.

Hacer deporte juntos

Vamos a buscar una actividad que podamos compartir con los peques, por ejemplo la natación, el fútbol o montar en bicicleta.

Concurso de talentos

Organizaremos en casa nuestra propia versión de Got Talent. Y es que no todos tienen que ser intérprete, quizás en casa hay también un malabarista o un bailarín. ¡[Descubrid vuestro talento](#)!

Leer juntos

Una buena oportunidad para disfrutar juntos es leer un cuento, así se fomentará el interés de los niños y niñas por la lectura, a la vez que se comparte un mundo nuevo y mágico a su lado. ¿Y si se vuelve a leer una de nuestras historias preferidas de cuando eramos pequeño con ellos?

Crear historias

Vamos a escribir juntos un cuento, dibujar uno o sencillamente, a recrear una historia utilizando muñecos.

Jugar a juegos de mesa

Vamos a sentarnos con los peques a hacer un puzzle, a jugar al Monopoly, al dominó o a las cartas y mientras ¡conversamos con ellos!

Bailar y a cantar

El baile y el canto son liberadores. Vamos a poner música y a dejarnos llevar. Disfrutar del sonido y el movimiento

Cocinar en familia

A los peques suele divertirles cocinar. Cocinar aún lo mejor de los experimentos, jugar con masa, ensuciarseAdemás, puede ser una buena oportunidad no sólo para conversar y divertirse sino también para enseñarles a los peques la importancia de comer frutas y verduras, cómo cortar con cuchillo o la imperiosa necesidad de mantener la higiene personal ¡y en la cocina.

Mirar una peli en familia

sentarnos junto a los peques, mirar la película y comentar la historia, interesándonos por sus opiniones y pensamientos sobre la misma.

Ver fotos

A los peques suele gustarles mirar fotografías y si es con papá y mamá, ¡aún más! Podemos aprovechar para contarles historias sobre sus abuelos o sobre ti cuando eras pequeño, ¡seguro os lo pasaréis pipa!

Hacer manualidades en familia

Guarda los tubos de cartón del papel higiénico y ¡verás qué fácil se divierten los peques! Si les das tijera y papeles de colores, crearán un sinfín de animales y monstruos ¡en un abrir y cerrar de ojos! ¿Sabías que una lata puede transformarse en un lapicero? ¿Y una caja puede ser un avión o un coche? Las opciones son múltiples, con un poco de imaginación y las cosas que tenemos en casa, puedes crear muchas manualidades para hacer con los peques: máscaras, pintar piñas, hacer origami...

Dibujar ¡a dos!

Dibujamos algo y dejamos que él o ella continúe el dibujo. Nos dejaremos llevar juntos por la imaginación y cuando esté lista la obra la colocaremos en algún lugar destacado de la casa.

Disfrazarse y jugar

Nos disfrazaremos con ellos y jugaremos corriendo, saltando y sin miedo al ridículo.

Jugar a videojuegos juntos

Jugaremos con ellos y así podremos conocer qué juegos les gustan y cuánto tiempo pasan con la consola.

Desafíos culinarios

Vamos a poner en una bandeja distintos ingredientes y, sin ninguna guía, deberemos pensar qué puede salir de todo eso. ¿Te animas?

Hacer un recetario

En casa existen [unas recetas](#) que van pasando de generación en generación de manera oral. ¡Es el momento de plasmarlas en un papel y dejar constancia de ellas!

Cueva de almohadas

¿Cuántas camas hay en tu casa? Tantas como haya así será el número de almohadas de las que podéis disponer para crearos vuestro propio [rincón de la paz](#) y la relajación. ¡Estará genial!

Clases de yoga

Se trata de una [disciplina oriental](#) en la que la persona conecta consigo misma. Permite relajarse y liberar estrés y ansiedad.

Crear y reciclar

Vasos de plásticos, cajas de zapatos, [hueveras](#), rollos de papel higiénico... No se tira nada a la basura porque de todo ello pueden salir grandes ideas. Una cuna para las muñecas, un avión de papel, un castillo... ¡Imaginación al poder!

Hacer un árbol genealógico.

Intenta recopilar la mayor cantidad de información sobre los miembros de la familia como te sea posible en un árbol genealógico. Esta es una excelente oportunidad para visitar a tus padres a fin de que tus hijos puedan preguntarles ellos mismos sobre sus propios padres y sus abuelos.

Hacer un árbol genealógico es una excelente manera de unir a toda la familia, a la vez que permite impartir valores familiares importantes, como el linaje y el traspaso de la historia familiar.

Tomar fotografías familiares.

En la actualidad, la mayoría de los dispositivos electrónicos (tabletas, teléfonos inteligentes) vienen equipados con cámaras digitales. Aprovecha esta ventaja y haz una sesión fotográfica con toda la familia. Haz que todos participen; escojan un tema, hagan poses graciosas, añadan accesorios, usen algo de maquillaje y, principalmente, ¡diviértanse! No olvides los divertidos filtros y los efectos de posproducción que puedes incorporarles a las fotografías digitales. Esta es una gran oportunidad para presentarles a tus hijos las virtudes de la tecnología.

DIBUJOS PARA COLOREAR EN FAMILIA





