

CUADERNILLO CON ACTIVIDADES PARA TODA LA FAMILIA

IDEAS PARA JUGAR EN CASA
EN ESTA CUARENTENA

*“Quienes solo tengan
aspiraciones individuales
jamás entenderán
una lucha colectiva”*



PROPUESTAS DE ACTIVIDADES, JUEGOS, CANCIONES,
CUENTOS Y UN MONTÓN DE COSAS MÁS PARA:

TODA LA FAMILIA (PÁG 3)



MÁS PEQUES (PÁG 9)



MÁS GRANDES (PÁG 23)



ADULTOS Y ADULTAS MAYORES (PÁG 46)

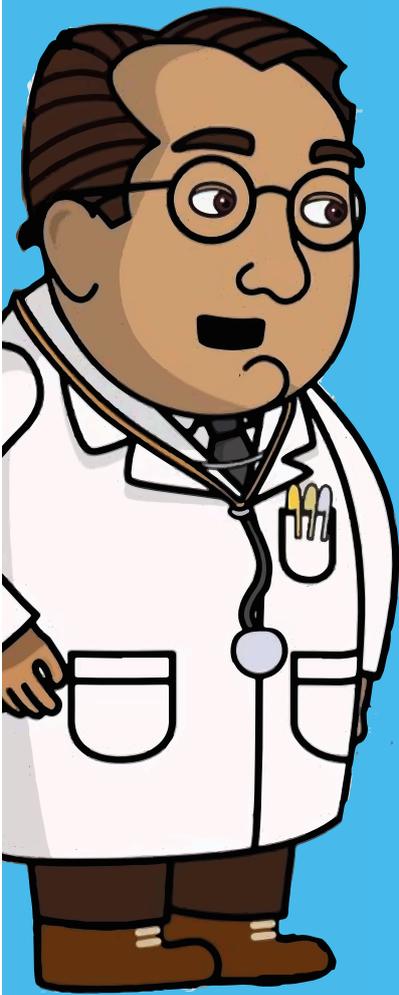


nuevo

Coronavirus COVID-19

saber para prevenir

Produce una enfermedad respiratoria leve que solo en algunos casos puede complicarse (principalmente en personas mayores). Se transmite por vía respiratoria cuando el contacto es estrecho o por contacto con superficies contaminadas.



cuidados



Lavarse las manos con jabón regularmente



Estornudar en el pliegue del codo



No llevarse las manos a los ojos y la nariz



Ventilar los ambientes



Desinfectar los objetos que se usan con frecuencia

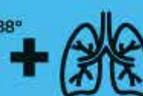
síntomas



Fiebre y tos



Fiebre y dolor de garganta



Fiebre y dificultad para respirar

Si tenés alguno de estos síntomas y estuviste en algún país de circulación del virus o en contacto con algún caso confirmado **no te automediques y consultá inmediatamente al sistema de salud.**

¿CÓMO POTENCIAR NUESTRO SISTEMA INMUNOLÓGICO?

¿ QUE DEBEMOS COMER?

verduras
leche
frutas
fideos
arroz
carne
tomar mucha agua

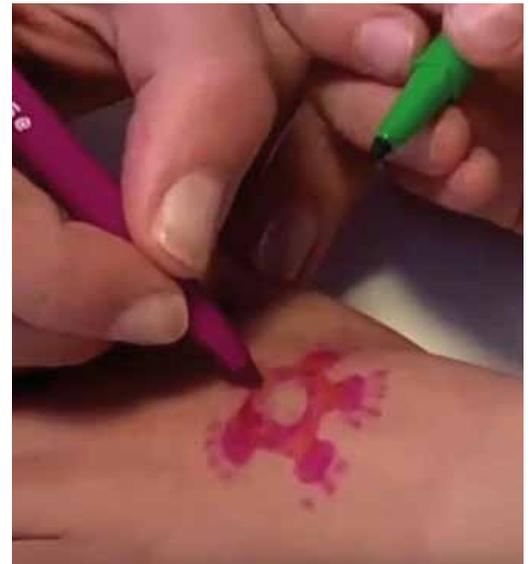
¿QUE DEBEMOS EVITAR COMER?

salchichas
gaseosas
alimentos procesados
chicos



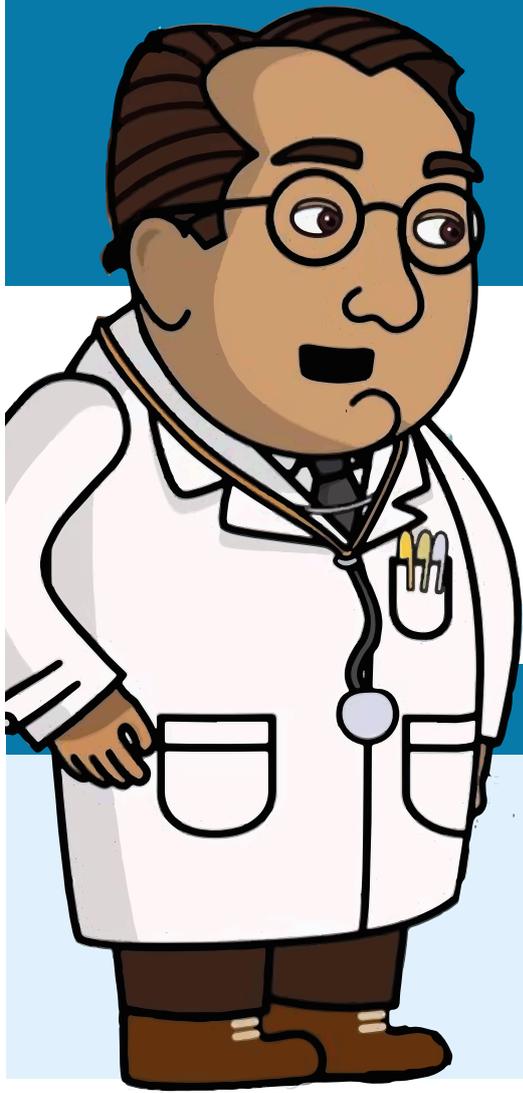
¿COMO JUGAR?

- 1 - dile algún integrante de la familia que te dibuje un coronavirus en el dorso de cada mano a la mañana
- 2 - durante el día debes borrarte el dibujo con agua y jabón icuantas más veces te laves mejor!
- 3 - si a la noche has conseguido borrar el coronavirus iganas un punto !
- 4 - si acumulas 20 puntos eres ganador/ a



- 1 En cualquier tipo de hoja dibujarán las manos de todos los integrantes de la familia y las van a decorar como a ustedes mas les guste agregando la frase: "Quédate en casa, hace como nosotros".
- 2 Luego, colocarlo en alguna ventana, puerta o reja que dé hacia la calle, así podrán compartir con los demás la importancia de quedarnos adentro.

¡Quedate en casa!



Dengue, chikungunya y zika

SI TENÉS ESTOS SÍNTOMAS, NO TE AUTOMEDIQUES Y CONSULTÁ INMEDIATAMENTE A UN MÉDICO.



Fiebre



Dolor de cabeza y
detrás de los ojos



Vómitos o dolor
abdominal



Dolor muscular y
en las articulaciones



Sarpullido

Cualquier recipiente con una mínima cantidad de agua puede ser un criadero:



- Botellas
- Latas y macetas vacías
- Tanques de agua sin tapa
- Cubiertas
- Bebederos de animales
- Floreros
- Tapitas de bebidas

NO LE HAGAS LUGAR EN TU CASA AL MOSQUITO

JUGUEMOS

- 1 Con ayuda de la familia, recorreremos el patio de casa y buscaremos recipientes que acumulen agua (tachos, tapas, baldes, neumáticos ,etc)
- 2 La persona , niño/a que encuentre más cantidad y logre tirar esa agua, será el ganador o ganadora.

YOGA PARA NIÑOS Y NIÑAS



armadillo



pinza



loto



ardilla



barco



vela



arco



arado



punte



leon



niño relajado



guerrero



árbol



montaña



perro

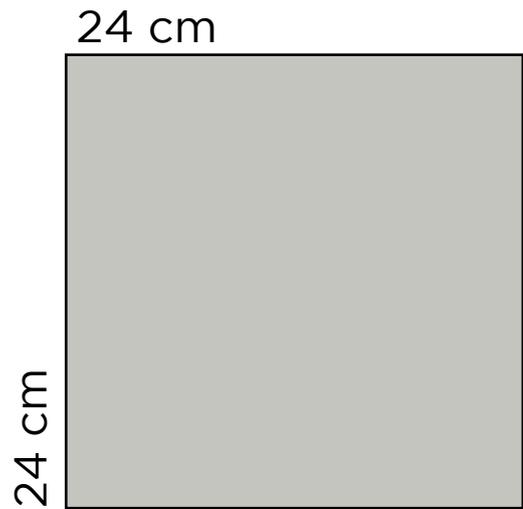


avión

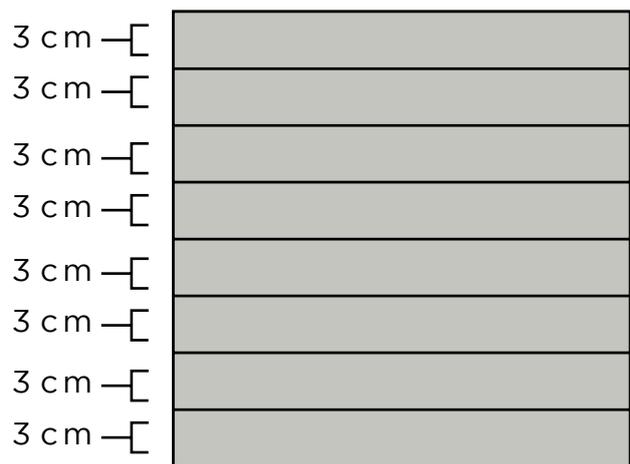
Ajedrez reciclado

Para el tablero:

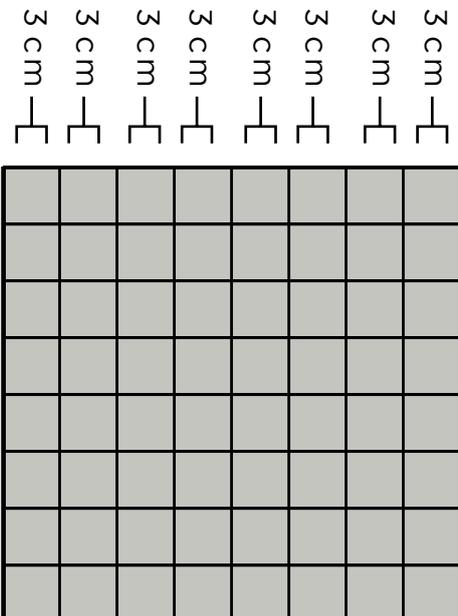
Vamos a necesitar un cartón o cartulina, al que vamos a cortar en forma de cuadrado. Este cuadrado debe medir 24 cm cada lado.



Luego vamos a trazar en el cuadrado de cartón, 8 líneas horizontales que tengan una distancia de 3cm entre sí



Ahora hacemos lo mismo, pero trazamos líneas verticales, que también tengan 3 cm de distancia entre sí. Nos quedará el cuadrado de cartón o cartulina con 64 cuadraditos de 3x3 cm cada uno.



Por último vamos a pintar con lápices de colores, fibras, témperas, o con lo que tengas en casa, los cuadraditos de manera alternativa, es decir, pintamos uno pero el de al lado no, el que sigue sí, el otro no y así sucesivamente. Nos va a quedar así:



¡Ahora nos queda hacer las piezas!

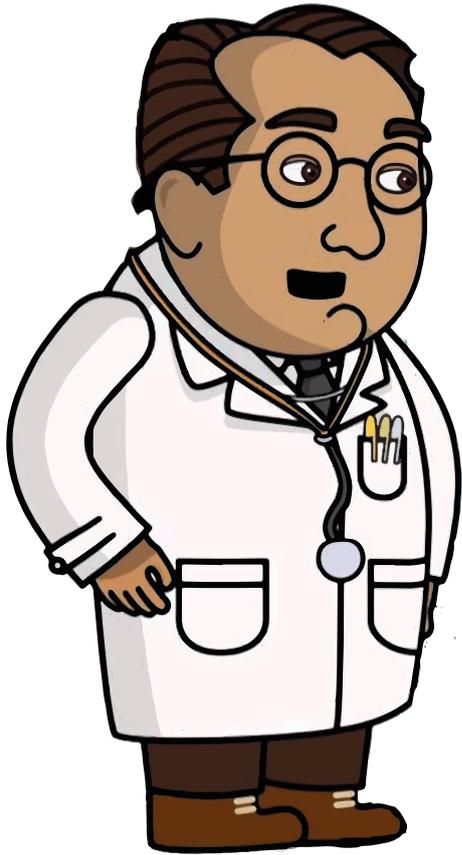
Las podemos hacer con tapitas de botellas o cartón .

Si es con cartón, recortamos 32 círculos pequeños, luego 16 de un color, y 16 de otro.

Una vez pintadas, vamos a dibujarles las figuras correspondientes a las fichas de ambos colores. (8 peones, 2 torres, 2 caballos, 2 alfil, 1 reina y 1 rey). Nos quedará así :



Adivinanzas



Soy verde,
me gusta saltar,
jugar en el charco
y también se croar
¿Quién soy?



Sale de noche,
duerme de día,
le gusta la carne
y la leche fría.
¿Quién soy?



Largo, largo,
su cuello es
y tiene manchas en la piel.
Si te digo mas,
sabrás quien es



TRABALENGUAS

**TRES GRANDES
TIGRES TRAGONES
TRAGAN TRIGO
Y SE ATRAGANTAN**

**ROSA, ROSALES
CORTÓ UNA ROSA
QUE ROSA LA ROSA
DE ROSA ROSALES**



RATITA Y MENERO

RATITA Y MENERO
RATITA Y MINERO
SALÍAN DE NOCHE
DEJABAN LOS HIJOS
HACIENDO PUCHERO

¡JA, JA, JA
QUE RISA, NOS DA!
LA RATA LLEVABA
UN MANTO DE LANA
MUY LINDO, TEJIDO
CON TELA DE ARAÑA

¡JA, JA, JA
QUE RISA NOS DA!
MINERO CALZABA
LUJOSOS ZAPATOS

PARA ANDAR EN COCHE
SIN CUERO NI TACO .
¡JA, JA, JA,
QUE RISA NOS DA!

LA LUNA Y LA VACA

María Elena Walsh

Hace mucho mucho tiempo, cuando la luna era chiquita, bajaba a la tierra todos los lunes. si, venía a jugar y hacer travesuras sin pedirle permiso al sol, quien se quedaba sentado mirándola de reojo muy enojado.

Jugaba con los gatos, los chicos, las mariposas y las ovejas. se bañaba en los arroyos y rodaba por los toboganes.

Pero un lunes..... un lunes le pasó un accidente. pobre luna, desde entonces no quiso volver más a la tierra ¿saben lo que le sucedió? como estaba cansada de tanto jugar se quedó a dormir un ratito. pero al despertar, la luna sintió algo muy raro en la cabeza, una cosa áspera,

caliente y húmeda la acariciaba, torpemente. ¿pero qué es esto? - grito la luna asustada.

Y se encontró con los ojos grandes de una vaca que ella estaba lamiendo ¡pero que barbaridad! me faltaba un pedazo. ¿no te da vergüenza vaca vacuna? la luna lloraba frotándose tristemente el pedazo de cabeza que le faltaba... la luna tristísima, se volvió al cielo. donde algunas veces se da vuelta un poquito, ustedes lo podrán ver el buen pedazo de luna que le gastó la vaca con su lengua de lija .

Y a las tres.... a las dos... y a la una se acabó el cuento de la vaca y la luna.

NANAS

pajarito que duermes
en la laguna
no despiertes al niño
que está en la cuna
a dormir va la rosa de los rosales
a dormir va mi niño
porque ya es tarde
pajarito que cantas
junto a la fuente
cállate que mi niño no se despierte

María Elena Walsh



nana del colibrí

a la nana campesina,
a la nana del colibrí,
que enseguida se termina
porque es chiquita así,
como él,
breve igual
breve piel, aleteo musical,
casi cabe en un dedal.

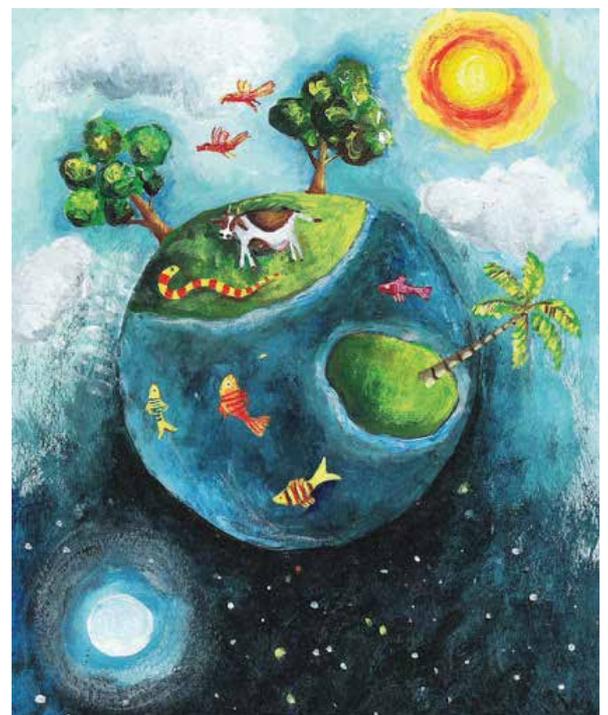
Elsa Borneman



cantemos una canción

Cinco siglos
resistiendo
cinco siglos de coraje
manteniendo siempre
la esencia.
es tu esencia y es semilla
y esta
dentro nuestro por siempre
se hace vida con el sol
y en la pachama florece.

Bruno Arias



RIMAS PARA MOVERNOS



Arte con hojas



Materiales :

Papel de diario o un mantel; papel, hojas blancas o cartulina; hojas de árboles de diferentes tamaños formas y colores; témpera o pintura de diferentes colores (pueden ser fibras o fibrones si no tienen pintura); algun platito para poner la pintura; pinceles

¿Cómo hacerlo?

- Primero, juntar muchas hojas caídas de árboles. Ponerlas dentro de una bolsa, o apiladas en el piso.
- Poner las hojas de diario o mantel sobre el lugar donde van a trabajar los chico/as.
- Colocar la tempera/pintura en el platito o las fibras que se vayan a usar. Con esos materiales, les niños deberán pintar todas las hojas que quieran.
- Con un pincel, deberán pintar las "venitas" de las hojas, donde tiene más textura. En una hoja blanca, pedazo de cartulina o lo que tengan pegar la hoja a modo de "sellado"
- Esperar a que se sequen. Pueden agregarle ojos, dibujos o lo que mas les guste.
- También pueden apoyar la hoja de árbol sobre una hoja blanca, y con una fibra marcar todo su borde.
- Al terminar, les niños deberán escribir su nombre (si es necesario, ustedes escribanlo en algún lado y que lo copien).

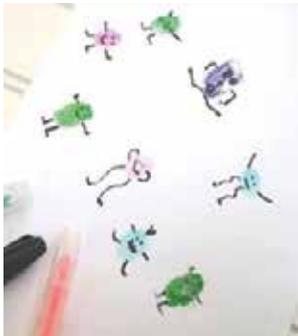
Monitos con huellas



Materiales: Fibras/marcadores o algo que sirva para pintar los dedos; hoja blanca, de color o cualquier soporte (puede ser cartón también).
Fibra o lápiz/lapicera.

¿Qué hacemos?

Pintarse la huella del dedo pulgar o el que más te guste. Apoyarlo sobre la hoja.



Con la fibra o marcador dibujarle brazos, piernas, además pueden hacerles muchas caras que expresen emociones: tristeza, alegría, enojo, cansado, etc.

¿Qué emoción siento hoy? Dibújala

Globos fantasmas



Materiales: Botella de plástico, vinagre, bicarbonato, embudo (puede hacer cortando el pico de una botella), globo.

¿Cómo lo hacemos?

- Llenamos hasta un poco menos de la mitad de la botella con vinagre.
- Por otro lado, con ayuda del embudo, colocar dentro del globo el bicarbonato.
- Luego unir la boca del globo con el pico de la botella que contiene el vinagre.
- Cuando estén bien unidos el globo con la botella, dejar caer el bicarbonato dentro de

la botella, a medida que se van mezclando ambos ingredientes comenzará a inflar el globo.

¿Qué aprendemos con esto?: Al juntar vinagre con bicarbonato, se produce una reacción química llamada dióxido de carbono y es el responsable de hacer burbujas de aire que inflan el globo.

Actividades con masa o masa de sal

¿Cómo preparar la masa de sal?

Necesitamos:

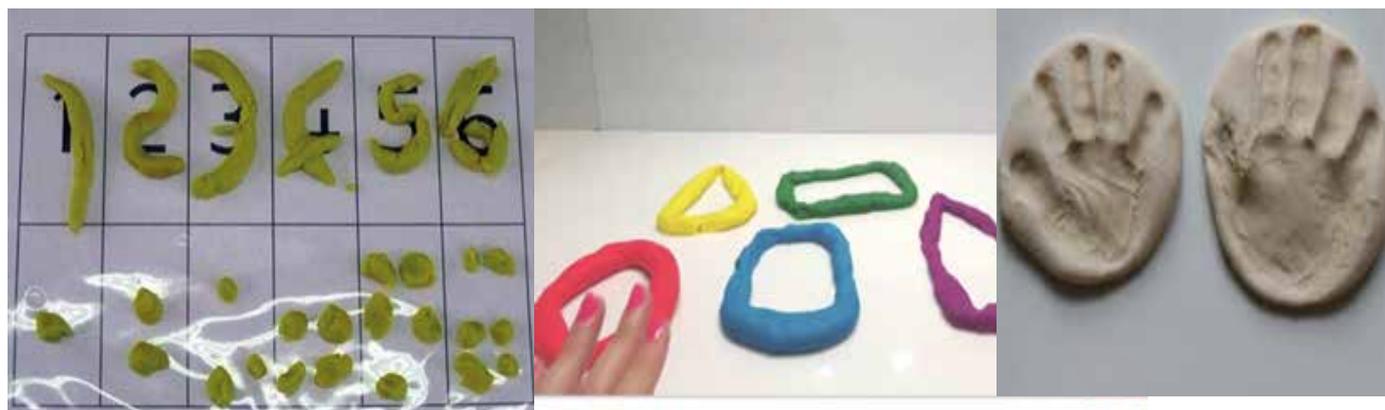
- Harina
- Sal
- agua
- Témpera o algún colorante.



Las cantidades van a variar dependiendo de cuánta masa quieras preparar, pero las medidas serán siempre: usar la mitad de sal que la que se use de harina, por ejemplo si vas a usar dos tazas de harina le pones 1 taza de sal (o un poco menos). A esta mezcla, se le va a ir agregando agua, de a poco, hasta que se haga una masa que no se desarme ni se pegotee. Por último, agregar un pico de témpera o colorante a la masa y amasar hasta que quede un color unificado en todos lados.

Con esta masa podemos realizar y trabajar diferentes actividades como pueden ser:

- Letras / vocales
- Nombre propio
- Numeración
- Figuras geométricas
- Cuerpos geométricos
- estimular la imaginación y creatividad
- Sellado



Collage con papelitos



■ recortar pequeños trocitos de papel, ya sea de diario, revistas, hojas viejas o lo que tengan. Comenzar a hacer bollitos con los mismos y dejarlos preparados para luego poder pegarlos.

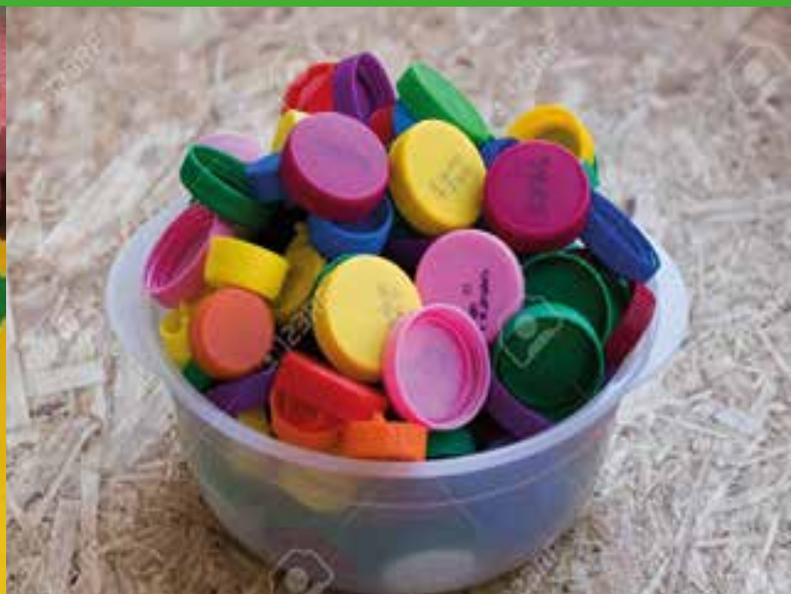
■ Pueden por un lado, dejar que les niños peguen libremente, luego rellenar algún dibujo en particular, como puede ser un corazón, círculo, cuadrado, estrella. Y para que sea un poco más difícil luego pueden ser figuras como una cara o un animal

■ La idea es que el trabajo de agarrar uno por uno y pegarlos en un lugar determinado ayuda a los niños a trabajar su motricidad fina.

■ Además, puede recortar y usar solo los trocitos de papel, elegir y pegarlos sin necesidad de hacer bolitas.

■ Para complementar el trabajo del nombre propio, también pueden rellenar las letras de su nombre, vocales y/o demás consonantes

Numeración con tapas de botellas



Materiales: Lo que vamos a necesitar son bastantes tapas de botellas, no importa el tamaño, ni el color.

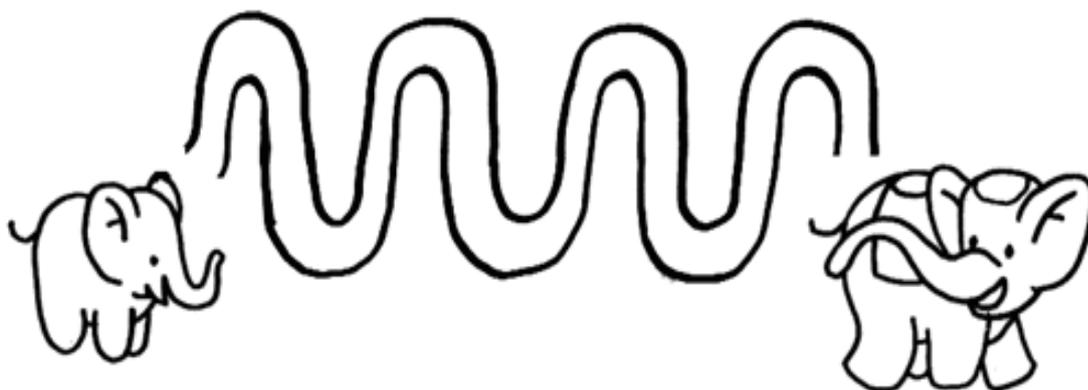
¿Cómo lo hacemos? Luego, en una hoja o algún soporte que tengan a mano, anotar la cantidad de números que el niño esté aprendiendo en ese momento. Para empezar puede ser del 1 al 10. Luego el niño deberá poner al lado la cantidad de tapas que representa ese número.

Otra opción es sumándole un dado y un recipiente.

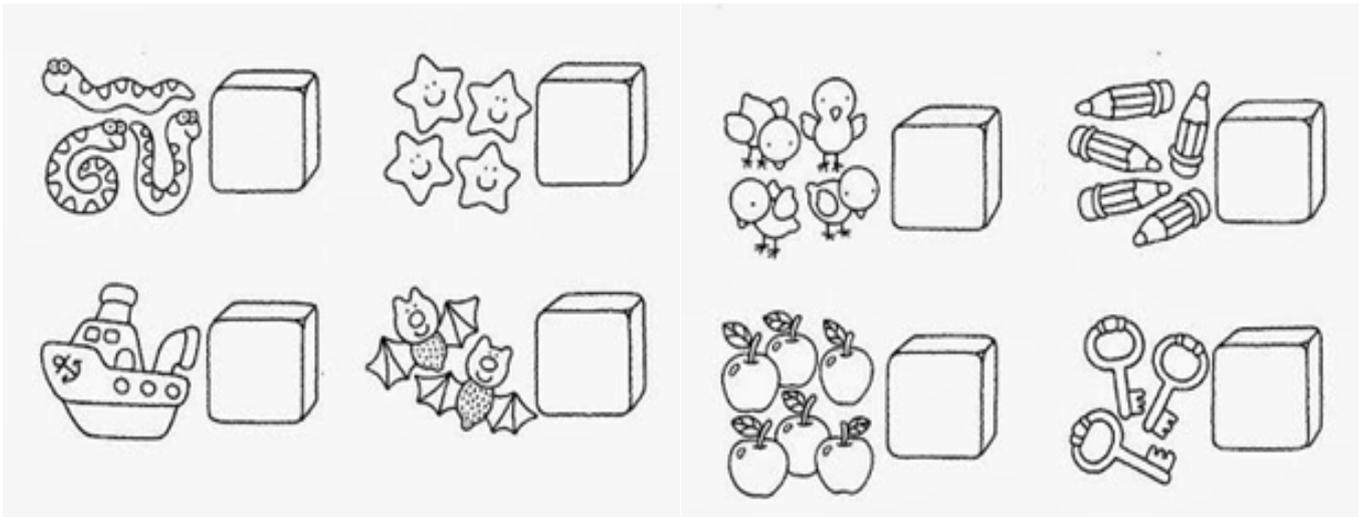
Ponemos las tapas a un costado, y tiramos el dado, de acuerdo al número o cantidad que salga serán las tapas que el niño deberá poner en el recipiente. Luego de varios tiros, contar la cantidad que se juntaron y comparar si hay más o menos que la vez anterior o jugar con un integrante de la familia a ver quién junta más o menos.

Recorridos

Para continuar el trabajo con la motricidad fina, y que los niños logren un mejor manejo de los útiles, estos ejercicios ayudarán y estimularán al cerebro para el aprendizaje.



¿Cuántos objetos cuentas? Escribirlos en las cajitas



Juegos con movimiento



El juego del espejo

Los niños y niñas en parejas, se ponen frente a frente, un participante realiza un movimiento y el otro debe imitarlo, los turnos se van alterando



Oso dormilón



¿Qué elementos se necesitan para jugar?

Ninguno.

¿Dónde tienen que ubicarse?

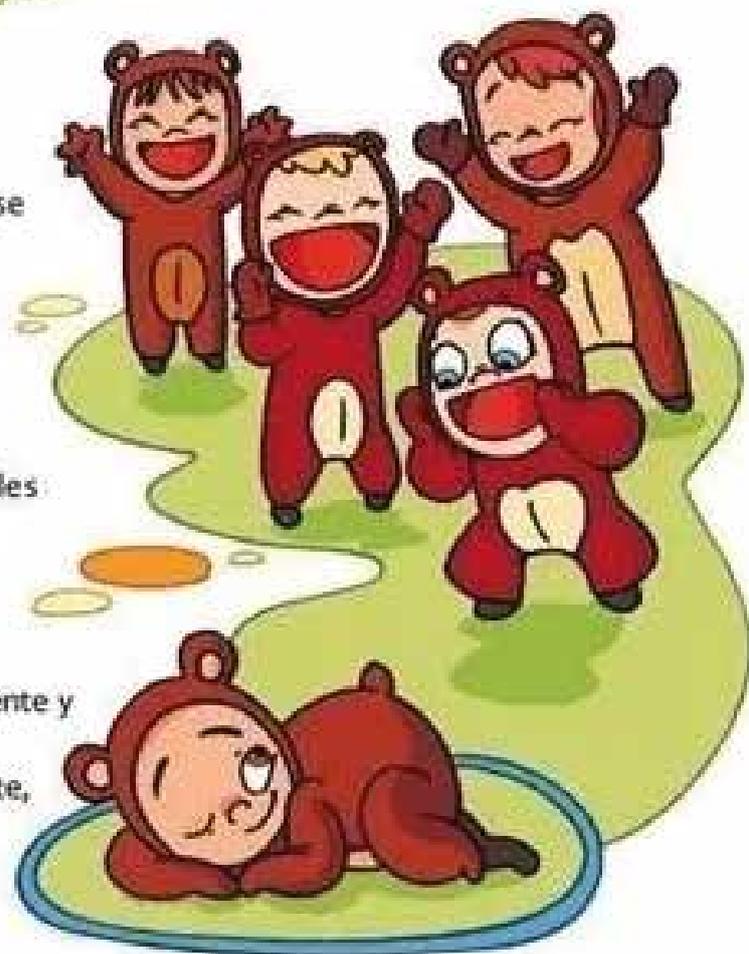
Todos los participantes (que serán los "ositos") se reúnen en un extremo del espacio de juego. Excepto uno que será el "oso dormilón" y se ubicará en un refugio frente al grupo de ositos.

¿Y se juega así!

El oso dormilón conversa con los ositos diciéndoles que necesita descansar y les pide que por favor hagan silencio. Los ositos prometen quedarse callados. Entonces el oso se retira a su refugio y simula descansar.

El grupo de ositos comienza a acercarse lentamente y trata de despertar al oso, gritando: "¡Oso dormilooooón!", "¡Oso dormilooooón!". Finalmente, el oso dormilón despierta y comienza a perseguirlos. Los ositos corren por todo el espacio para no ser atrapados.

El osito que es alcanzado y atrapado por el oso dormilón, lo acompaña a su refugio, duerme junto a él y lo ayuda a atrapar a otros ositos. Al atrapar a otro niño, el osito es liberado. El nuevo osito atrapado lo reemplaza.



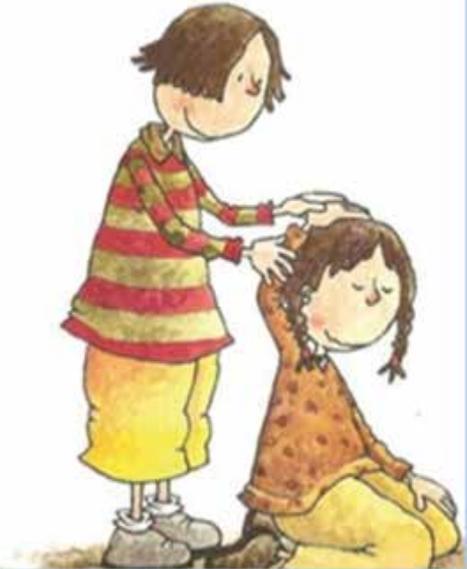
¿Y qué tal si...?

Para ponerle aún más emoción al juego, el oso dormilón puede simular que se despierta varias veces... pero se vuelve a dormir, se acomoda, se despereza. En algún momento puede levantarse y hacer un gesto de silencio con su dedo en la boca ("¡Shhhhh!"). Hasta que finalmente se despierta y comienza a correr a los ositos, al grito de "¿Quién me despertó?".

El muñeco de trapo

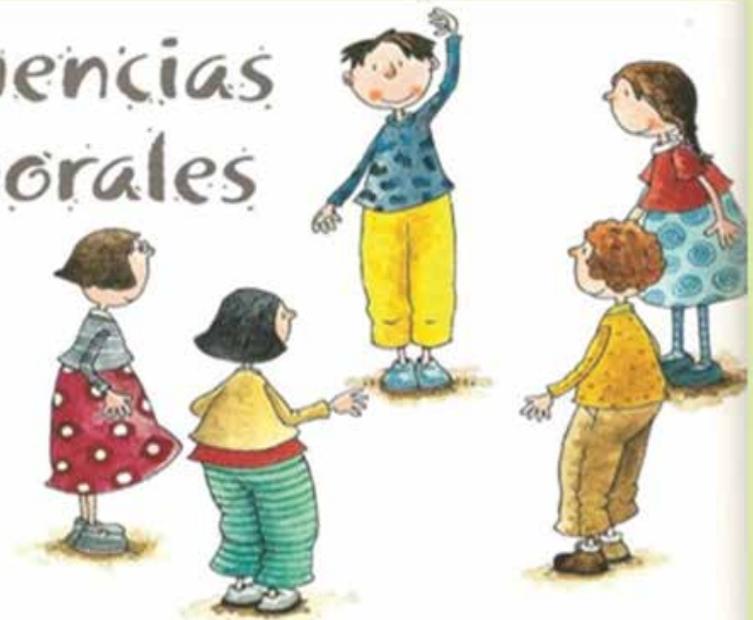
Edad 6-10 años
 Número de jugadores Ilimitado, por parejas
 Orientaciones pedagógicas Adaptar el tono muscular

- Los niños se organizan por parejas y uno de los dos se coloca en el suelo sentado, con los ojos cerrados y relajando al máximo el cuerpo, como si se tratara de un muñeco de trapo.
- Su pareja manipula el cuerpo del muñeco a su antojo, por ejemplo le coloca la cabeza hacia delante, el brazo cruzado por encima de la cabeza, etcétera.
- El niño que representa al muñeco tiene que sentir y fijarse en las distintas posiciones que va adoptando su cuerpo.
- Cambian de pareja y el niño que hacía de muñeco ahora intenta reproducir con los ojos abiertos y con el cuerpo de su compañero los mismos movimientos que él ha vivido.



Secuencias corporales

Secuencias corporales
 Secuencias corporales
 Secuencias corporales



- Los niños se disponen en círculo, de pie, mirando hacia el interior.

- Uno de los niños realiza un movimiento con una parte de su cuerpo.

Edad 6-10 años

Número de jugadores Ilimitado

Orientaciones pedagógicas Memorizar secuencias corporales y aumentar la capacidad de atención y concentración

- El jugador de su lado mueve otra parte del cuerpo y así, sucesivamente, hasta llegar a cuatro movimientos corporales distintos.

- El quinto jugador tiene que repetir el movimiento del primero, y los siguientes niños tienen que completar la secuencia corporal que han creado los cuatro primeros jugadores.

JUEGO: "COLOR, COLOR"



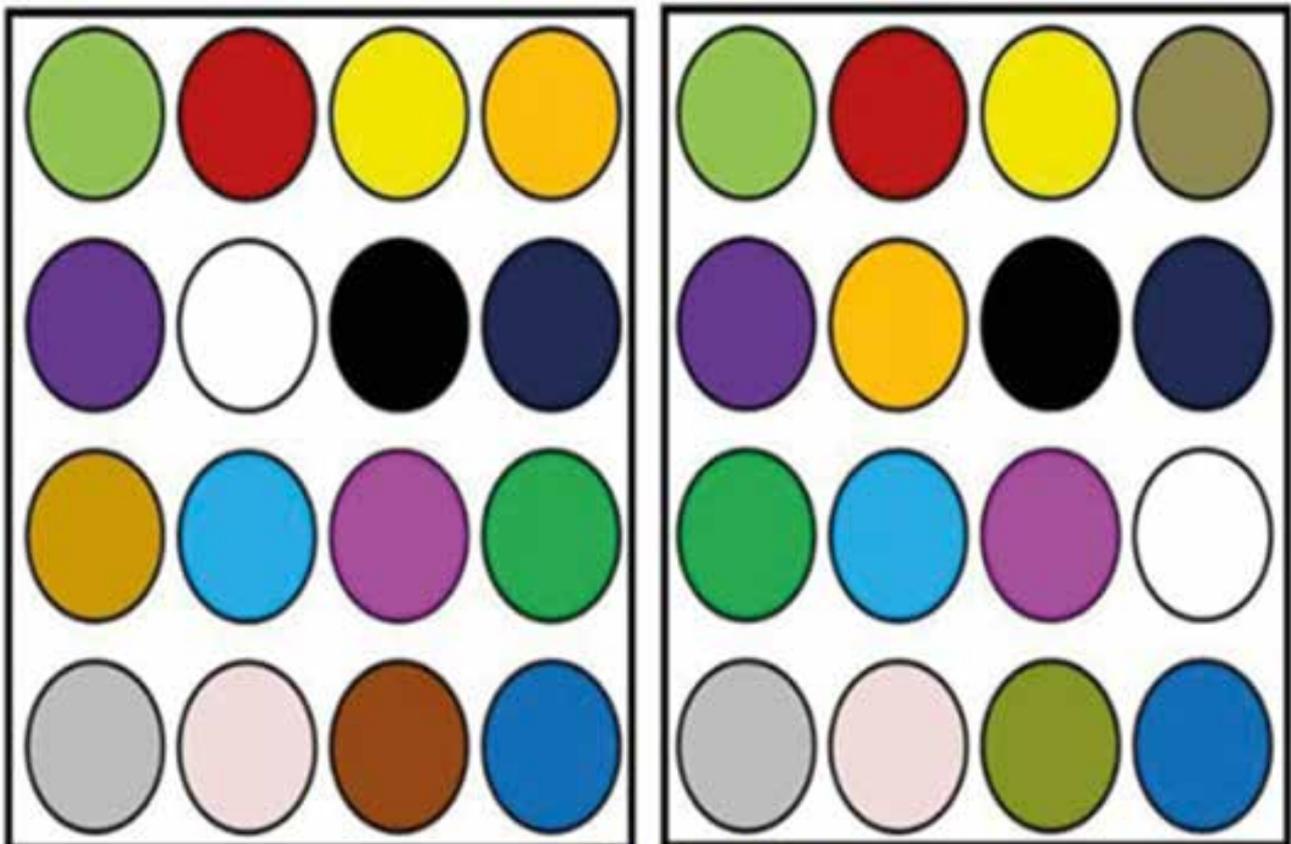
- Les niños deben rodear a uno del grupo
- Ese dice "color, color" (nombra un color) los demás niños deben correr a buscar un objeto de ese color antes de que los atrape



Fuga de vocales

C_n _l t__mp_ c_mpr_nd_s
q__ s_l_ q___n _s c_p_z d_
_m_rt_ c_n t_s d_f_ct_s,
s_n pr_t_nd_r c_mb__rt_,
p__d_ br_nd_rt_ t_d_
l_ f_l_c_d_d.

ENCUENTRA LAS 5 DIFERENCIAS



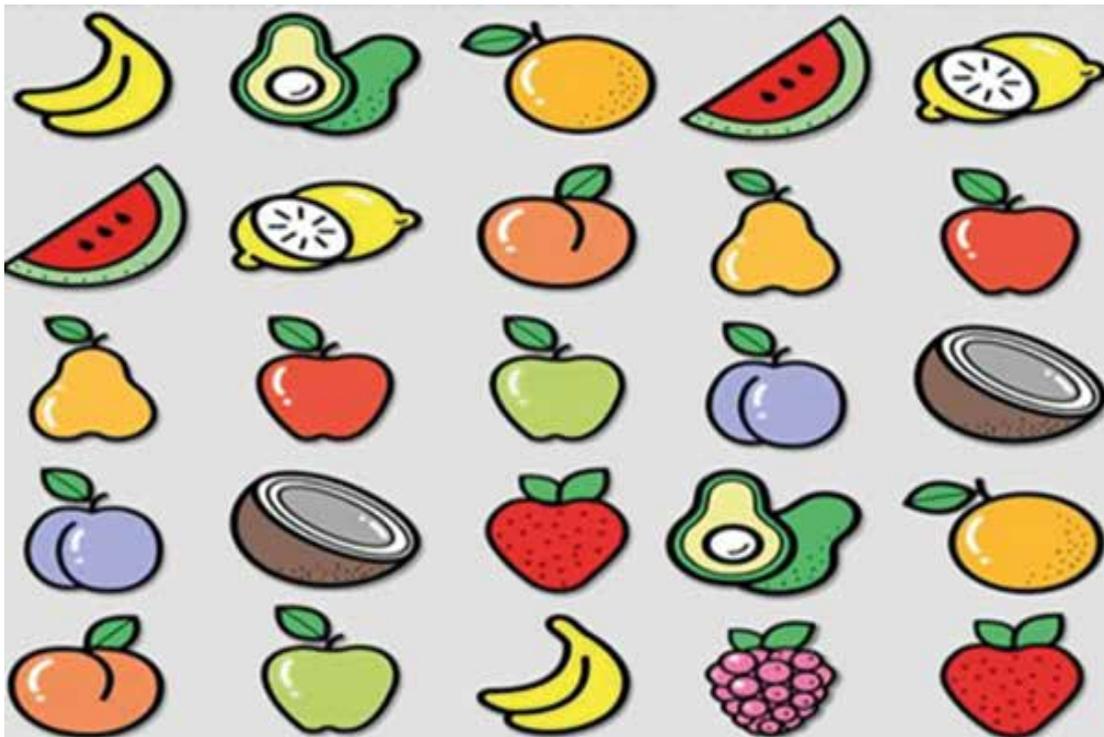
Sopa de letras Colores

Encuentra estos 6 Colores

ROJO . VERDE . AMARILLO . AZUL . NEGRO . BLANCO

A	Z	U	L	N	E	J	O	M
M	B	N	M	H	G	F	R	T
A	U	V	E	R	D	E	U	I
R	N	A	H	J	K	L	J	R
I	M	L	B	N	E	G	R	O
L	V	L	D	T	H	B	Y	J
L	A	I	G	Y	T	R	O	O
O	B	L	A	N	C	O	E	R
V	W	R	U	N	I	O	P	K

ENCUENTRA EL QUE NO ESTÁ REPETIDO



2. Busque las palabras en la sopa de letras.

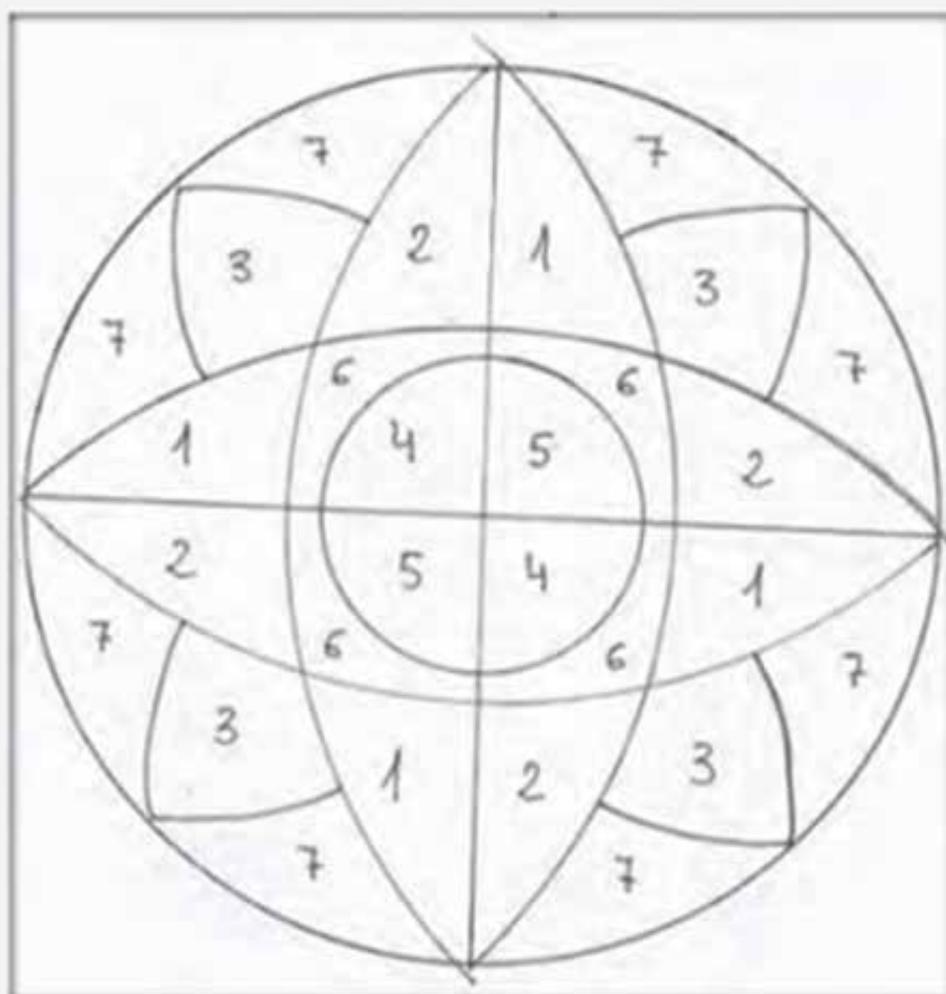
Cristales – Hielo – Alba – Beso – Añicos – Ceniza – Añorar – Ridículo – Salto
– Rosa – Aguacero – Guisar – Sanar – Negar – Orgullo – Silencio – Amar



3. ¿Qué es lo contrario de...?

- | | |
|--------------------|---------------------|
| • Alto → _____ | • Dulce → _____ |
| • Grande → _____ | • Opaco → _____ |
| • Contento → _____ | • Legal → _____ |
| • Vida → _____ | • Tranquilo → _____ |
| • Cálido → _____ | • Leal → _____ |
| • Oscuro → _____ | • Amable → _____ |
| • Sabroso → _____ | • Pobre → _____ |
| • Rugoso → _____ | • Rápido → _____ |

5. ¡Saque los colores! Coloree el siguiente mándala siguiendo las indicaciones que se dan a continuación.



1→ ROJO

2→ AZUL

3→ VERDE

4→ NARANJA

5→ AMARILLO

6→ MORADO

7→ ROSA

¿Quién es quién?

La mujer de mi hermano es mi _____

El hermano de mi madre es mi _____

El padre de mi abuela es mi _____

La suegra de mi padre es mi _____

El marido de mi hija es mi _____

3. Localice y coloree todas las RANAS que encuentre en el recuadro.



a) ¿Cuántas ranas ha coloreado? _____

b) ¿Qué otros animales había en el recuadro?

Los objetos se han perdido



Lavavajillas

Calentador

Utensilio

Tazas

Toallas

Alfombras

Cerámica

Robot

Nevera

Cocina

Cuchillo

Tenedor

Cuchara

Grifo

3. ¡Preste atención! Haga un círculo cada vez que aparezca esta estrella ★ :

+	★	◆	★	▲	★
★	◆	★	★	★	▲
★	+	★	+	★	◆
+	★	★	★	★	▲
★	▲	★	◆	★	★

4. Escriba la palabra contraria a...

Oscuro _____

Abierto _____

Alto _____

Fácil _____

Frío _____

Duro _____

Caro _____

Largo _____

Rápido _____

3. Relacione cada alimento con su correspondiente sabor:

Pastel	Picante
Café	Ácido
Limón	Salado
Anchoa	Dulce
Guindilla	Amargo

Ahora sin mirar el ejercicio anterior, intente recordar cuál era el alimento de cada sabor:

- El _____ es DULCE
- El _____ es AMARGO
- La _____ es SALADA
- La _____ es PICANTE
- El _____ es ÁCIDO

Juegos didácticos



Armamos 2 abecedarios, uno en un cartón y otro en tapitas o con círculos de cartón. Luego vamos nombrando oralmente cada letra y uniendo con la que corresponde.



Otra variante es armar palabras con las letras del juego anterior o usar sílabas (Por ejemplo: AR-ER-IR-MA-ME-MO-BE-PRI-CO, y todas las que se te ocurra para formar palabras)



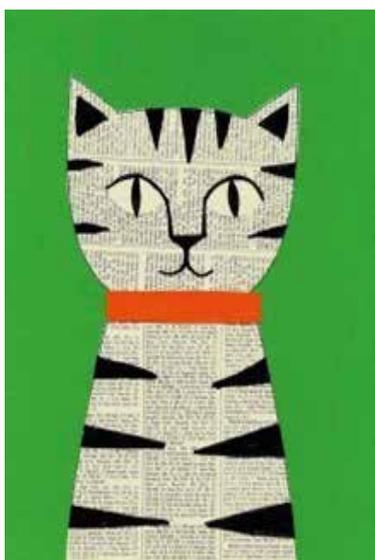
¡Para aprender las tablas jugando!

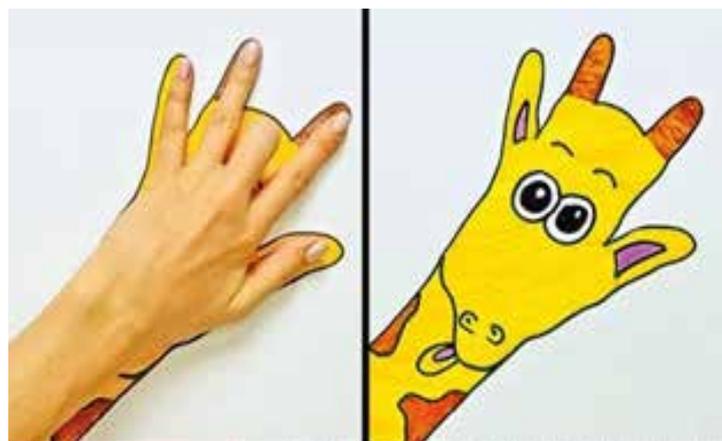
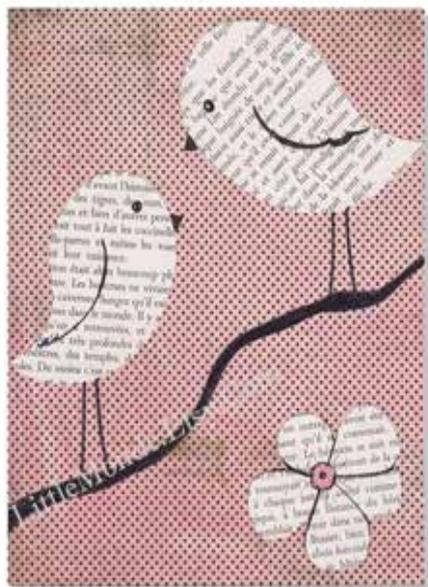
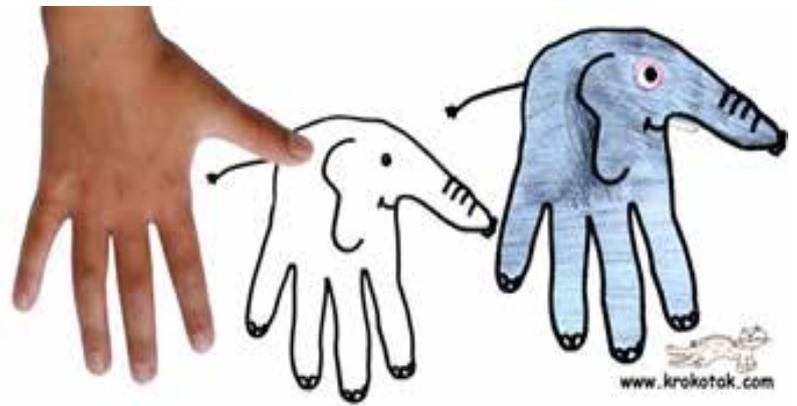
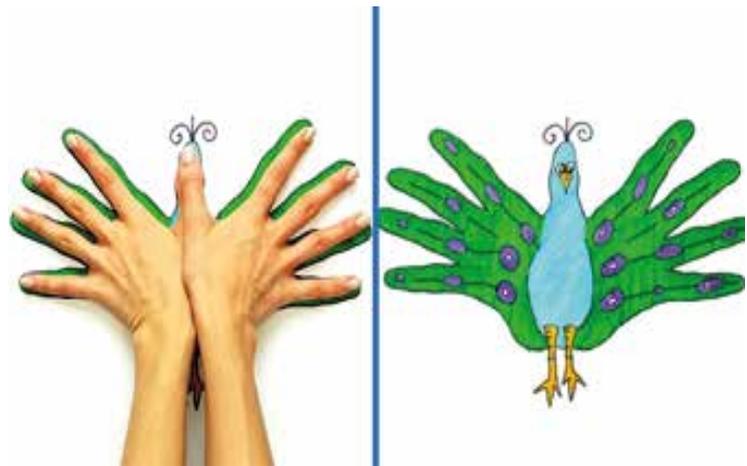
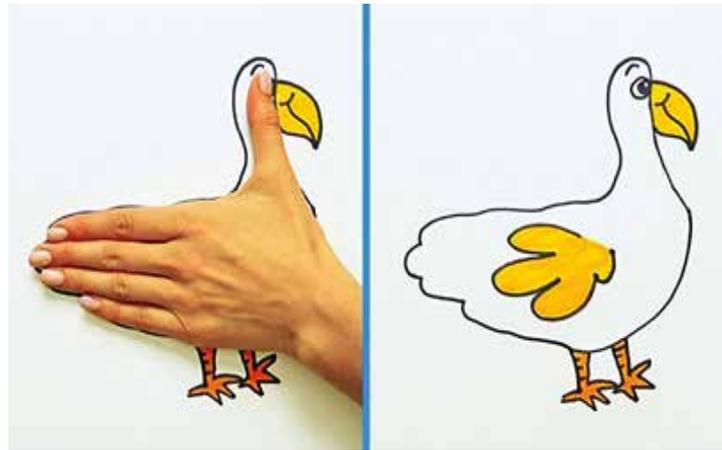
DIBUJOS Y CREACIONES ARTÍSTICAS

Para copiar, colorear y animarse a dibujar con diferentes materiales (diario, tela, lana):

Con los animales que creaste podés armar muchas historias.

Ponele un nombre a cada animal, escribí dónde y con quién vive. Ahora podés imaginar algo que le guste mucho hacer al personaje y otra cosa que deteste hacer.







Con tela, cartulina, papel de diarios o revistas arma estos personajes y podés ir mezclando, el pelo, los ojos, la sonrisa e ir formando muchos rostros diferentes.



Copia esa cara en una hoja. Luego con témperas o acuarelas las vas esparciendo soplando del sorbete. También se puede hacer un sorbete enrollando papel, tiene que quedar aire en el medio para que puedas soplar y que salga por el otro lado. Sino también se puede soplar directamente sobre la hoja.

Juegos de dramatización y teatro

Acá hay varias ideas para armar un escenario para tu propia obra de teatro de títeres. Podés utilizar una caja y decorarla. Alguna tela o sábana puede ser tu telón





Obra de títeres para ensayar

Acá les dejamos un guión para que ensayen con los personajes que crearon y su caja de títeres.

“El cuento de la Bella Durmiente - Una versión diferente” **José Luis García.**

Adaptado por educadoras del MTE

(Son tres personajes: el presentador, el príncipe y la princesa)

(Se abre el telón del teatro y estamos en mitad de un bosque, bonito, claro. No olvidemos que los bosques son bonitos y que los zapatos se ponen en los pies; si no dejamos esto claro, no podremos seguir avanzando con claridad; sobre todo por el problema de los zapatos).

(En el bonito bosque podemos ver a un señor, con sus zapatos, durmiendo como sólo pueden hacerlo los señores con bigote).
(Suena un trueno terrible y el señor despierta con un grito)

PRESENTADOR: ¡Buenas tardes! Presten mucha atención que comienza del cuento de la Bella Durmiente. Pero una versión diferente....

(Entra el Príncipe Azul).

PRÍNCIPE: ¡Oh, princesa, vengo a despertarte de tu amargo sueño!

PRESENTADOR: ¿Perdón?

PRÍNCIPE: ¿Dónde está la dulce princesa?

PRESENTADOR: No sabría decirle... ¿Y usted es...?

PRÍNCIPE: El Príncipe Azul.

PRESENTADOR: Ya.

PRÍNCIPE: Te encontraré en tus sueños, princesa soñada.
(Sale el Príncipe).

PRESENTADOR: Esto es un lío, vaya que sí.

(Sale tras el Príncipe).

(Se cierra el telón).

(Se abre el telón y estamos en otro punto del bosque, y a un lado de la escena está la Bella Durmiente en un lecho de hojas y flores. La princesa duerme, faltaría más).

(Entra el Presentador).

PRESENTADOR: Todo controlado; aquí está la Bella Durmiente.
(Entra el Príncipe).

PRÍNCIPE: Oh, dulce princesa; vengo a rescatarte de tu agónico sueño.

Te besaré, oh, princesa; y nos amaremos para siempre.

PRESENTADOR: La verdad que me quedaré aquí para ver el resto...

(El Príncipe se acerca hasta donde duerme la Princesa y le da un beso en los labios).

PRINCESA:

(Que abre los ojos).

¿Pero, qué...?

(Y sin pensárselo dos veces le da un sonoro bofetón al Príncipe, que se tambalea por la escena del puro golpe).

PRÍNCIPE: Princesa, yo te amo...
(Le oímos balbucir).

PRINCESA: ¿Tú estás loco, o qué?, ¿nos conocemos de algo?
(La Princesa se sienta en su lecho).

PRÍNCIPE: ¡Estás embrujada!, pero con otro beso te liberaré.
(Se acerca hasta la Princesa dispuesto a besarla de nuevo, pero ella le da otro sonoro cachetón, que lo deja bailando en escena).

PRINCESA: Siempre la misma historia, el príncipe que rescata a la princesa.

(Se pone en pie).

A mí no hace falta que me rescates!

(Mira al Presentador, que mira, asombrado por los sucesos recientes).

Y tú, ¿también quieres liberarme de algo?

PRESENTADOR: No, perdón; yo sólo soy un bulto; pura escenografía.

PRINCESA: Es que ese bigote que llevas es horroroso, la verdad.
(Sale de escena).

PRÍNCIPE: Princesa, ¿a dónde vas? Te rescataré, quieras o no quieras.

(Sale a buscar a la princesa).

PRESENTADOR: Yo no haría eso...

PRINCESA.-

(En off, detrás de escena).

¿Tú otra vez?

(Se oye un golpe tremendo, que recuerda un poco al trueno que despertó al Presentador al principio de todo).

(El Príncipe entra tambaleándose en escena).

PRÍNCIPE: Me encantan las mujeres con carácter.
(Dicho esto, cae al suelo).

PRESENTADOR.-

(Se acerca hasta el caído).

¿Se encuentra usted bien?

(Sin respuesta).

¿Puede oírme?

(sin respuesta).

Ahora han cambiado las cosas...

(Arrastra al Príncipe hasta el lecho en el que estaba la Princesa durmiendo, y lo deja ahí).

Así son las cosas y de esta manera se las hemos contado...

Teníamos una Bella Princesa y terminamos con Príncipe desmayado...

Tal vez, dentro de algunos siglos, alguien vendrá y lo despertará.

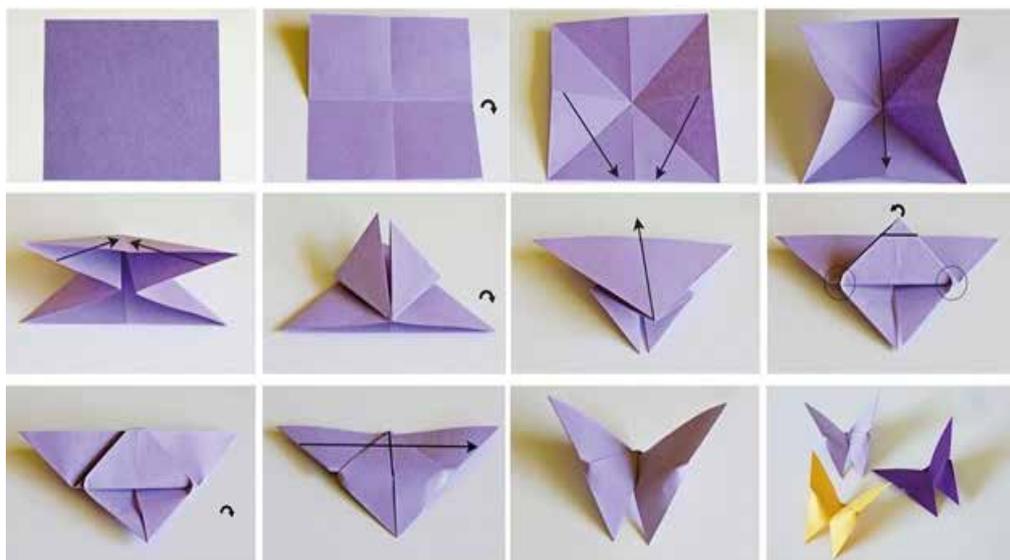
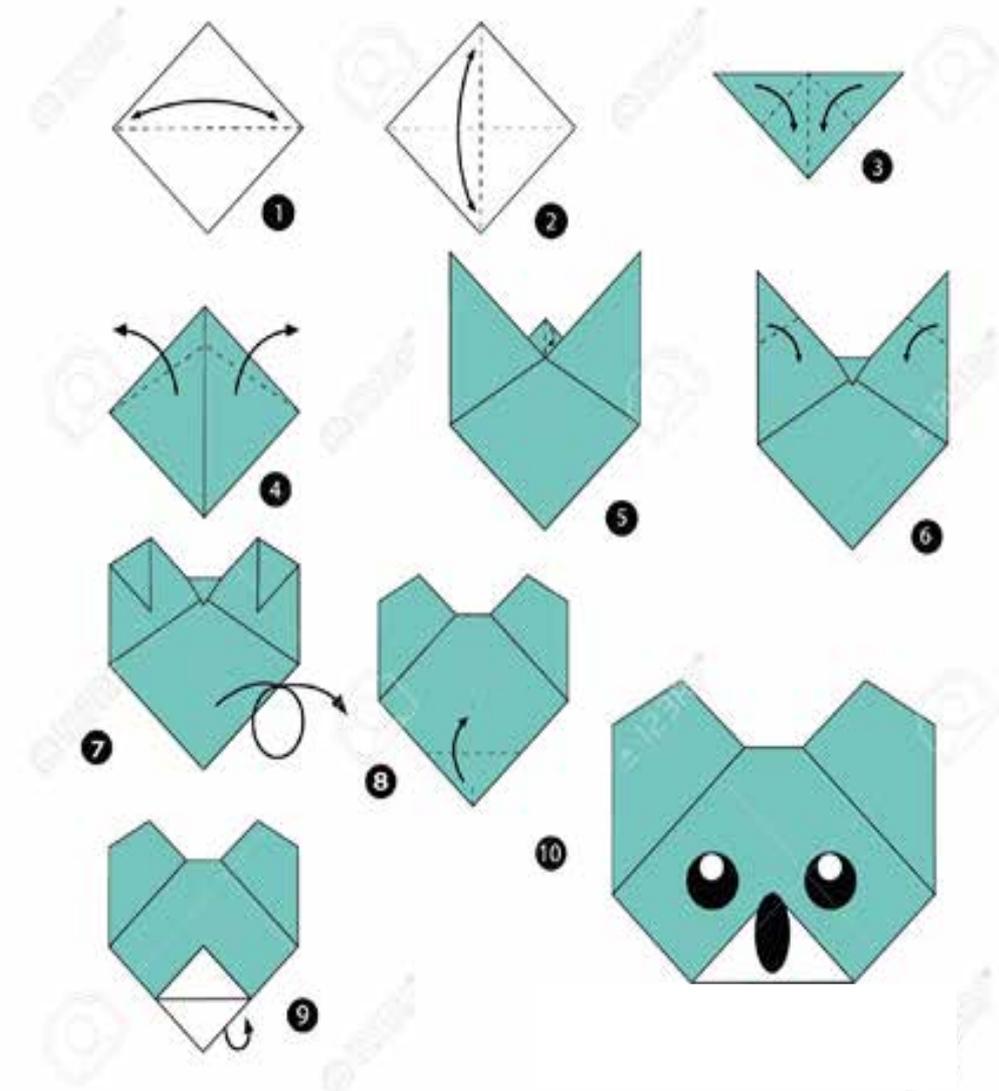
No sabemos si con un beso o con un buen despertador...

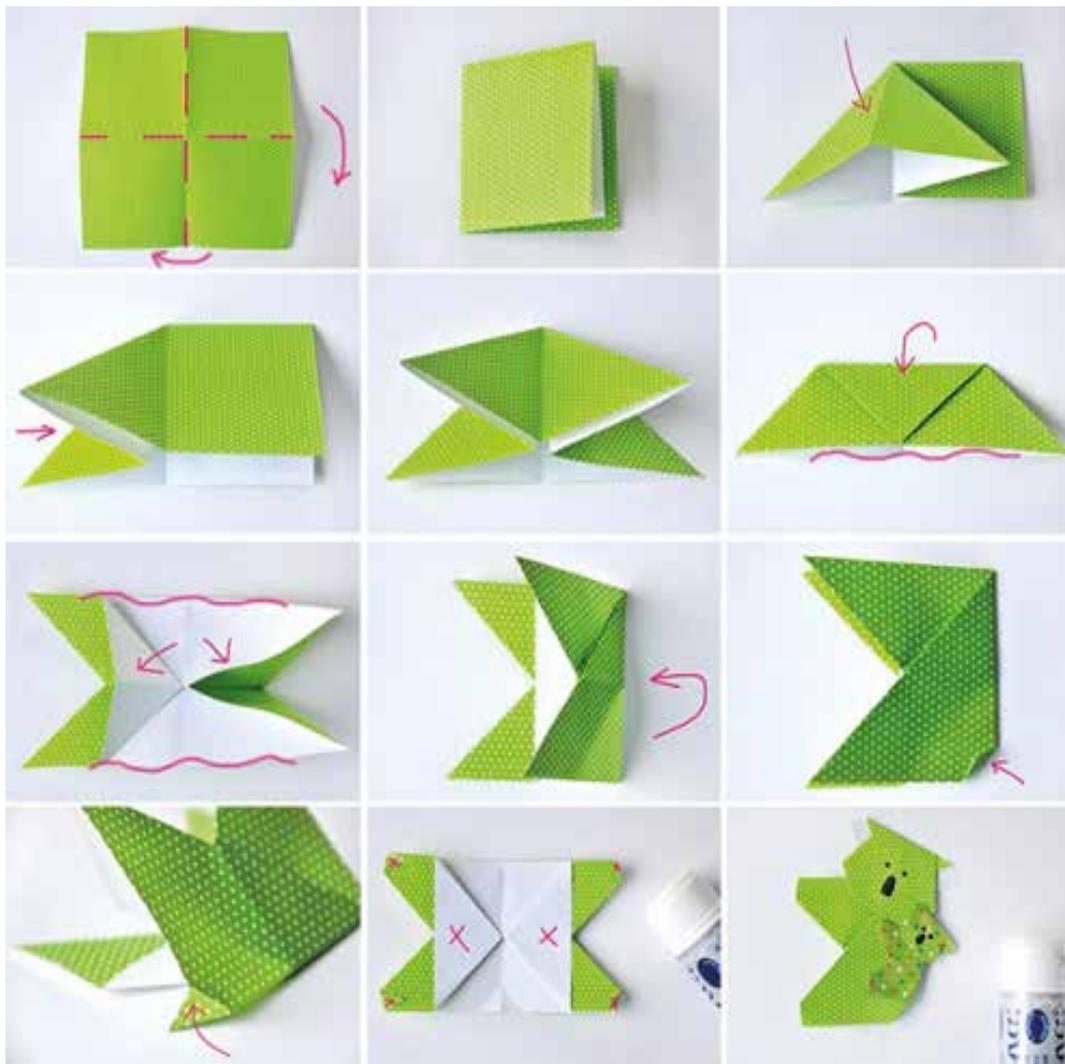
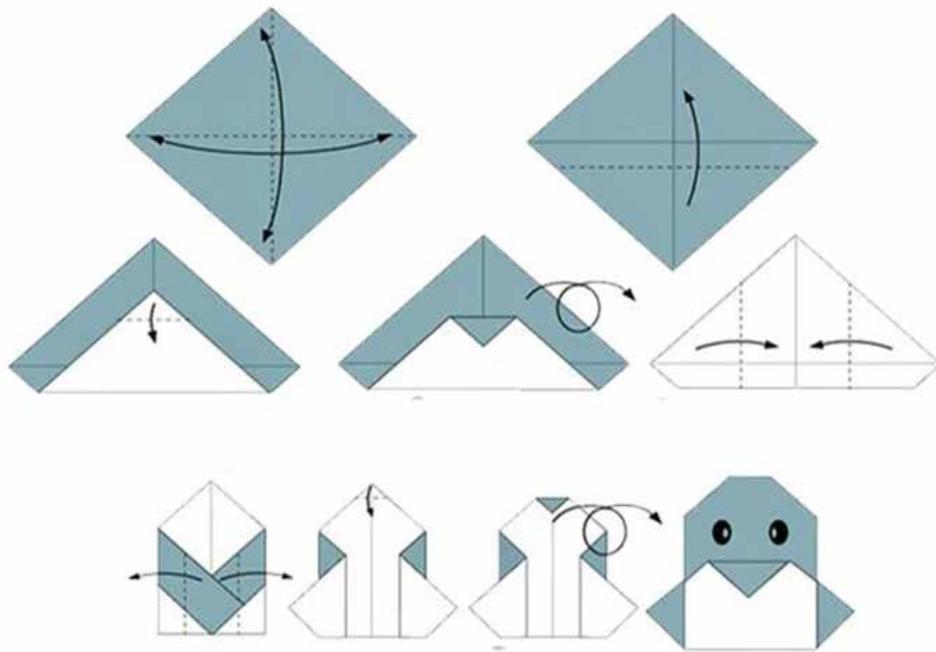
(Sale el Presentador).

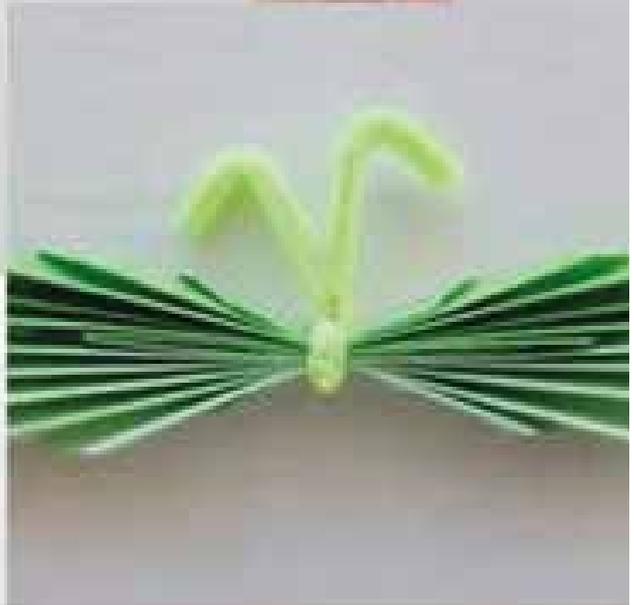
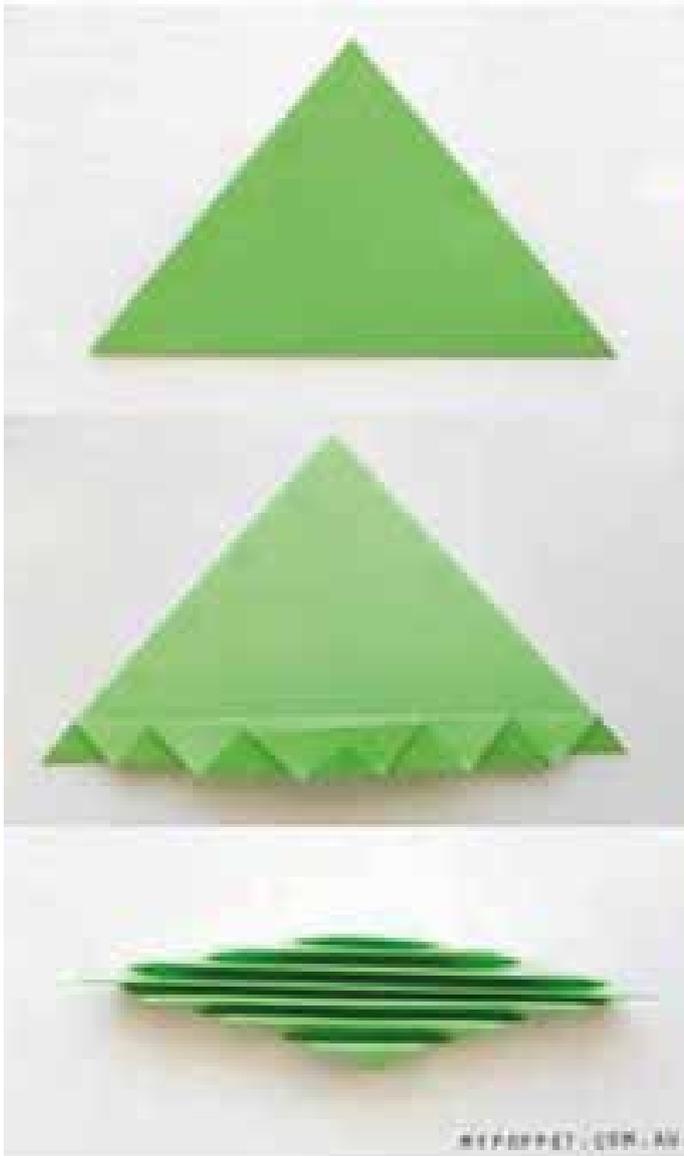
(Se cierran las cortinas).

FIN

Origami





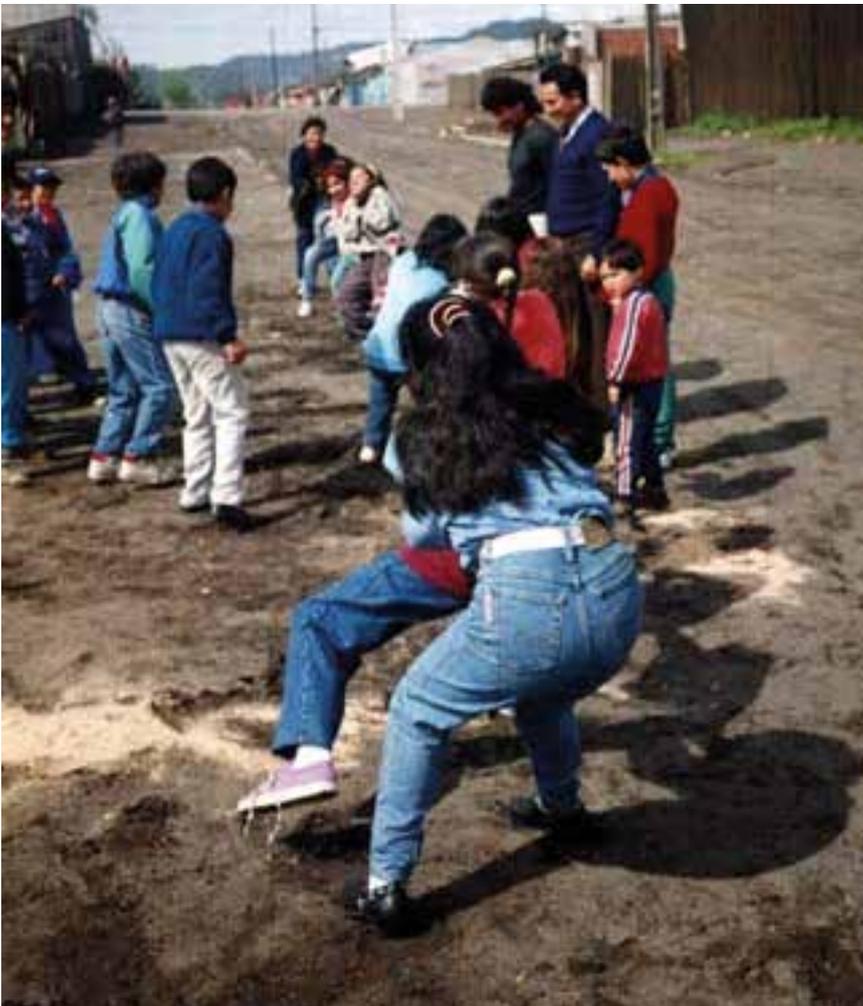


Juegos de competencia



1

Hay que lograr llevar una pelota en una cuchara sin que se caiga. Podemos primero llevar la cuchara en la mano caminando, después saltando en un pie, luego sostener la cuchara con la boca.



2

Tirar la soga de cada lado. ¿Qué grupo tiene más fuerza? Mucho cuidado de no lastimarnos en este juego!!

Juegos de puntería



Podés usar vasos o latitas para poner en forma de pirámide y usar pelotitas hechas con papel de diario o revistas o lo que tengas en casa. Luego desde lejos la idea es que emboques en cada recipiente la mayor cantidad de pelotitas. .



Necesitas 10 cartones de papel higiénico. Podes pintarlos y colorearlos como se ve en la foto o como vos quieras. El juego consta en ir metiendo en orden las pelotitas, primero el 1, luego el 2, el 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10. Y luego volver a comenzar pero al revés: 10, 9, 8, 7...



Varias opciones para armar juegos de puntería con colores. La meta es embocar cada pelotita en el agujero de su color



Balero Tiburón



Materiales:



Juegos de mesa reciclado



TA-TE-TI:

Se pueden usar botones, legumbres o lo que se te ocurra

Partido de fútbol:

Necesitas una caja para armar la cancha. 4 palitos o sorbetes que deberás poner en cada extremo de la caja y 10 broches de ropa que serán lxs jugadores. La pelota puede ser de papel o la que tengas.



Laberinto:

Con la tapa de la caja que te quedó del juego anterior, puedes armar un laberinto. Tienes que pegar tiritas de papel o cartón para simular las paredes del laberinto. En la foto de la izquierda el laberinto tiene agujeritos para que sea más divertido llegar!

PARA ADULTOS Y ADULTAS MAYORES



Rodea con círculos todos los números que encuentres como este:

7

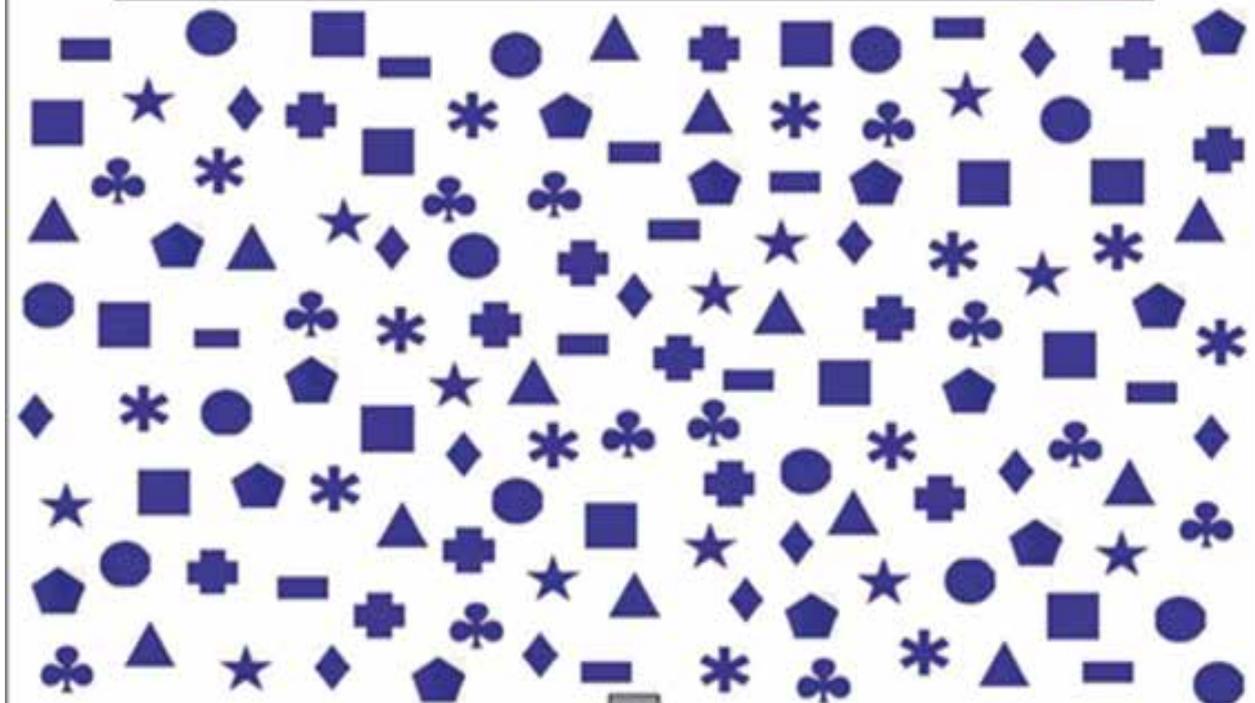
6	1	7	5	0	4	9	8	0	7	6	8	9	8	0
4	9	0	3	2	1	7	5	2	8	4	3	5	7	3
7	5	2	8	6	8	5	1	4	5	1	0	2	3	9
9	2	8	1	7	3	4	6	9	2	9	7	4	6	4
3	0	3	9	8	9	2	3	7	6	3	6	0	2	1
8	7	6	2	3	7	6	9	8	3	5	2	1	5	8
1	6	1	0	4	0	1	2	1	9	7	9	8	1	5
0	3	4	7	9	5	8	0	5	4	0	4	7	9	2
5	8	5	6	1	2	3	7	3	1	2	1	6	4	6
2	4	9	4	5	6	0	4	6	0	8	5	3	0	7

www.tallerescognitiva.com

04

Cuaderno de introducción y ejemplos

Rodea con círculos todos los símbolos que encuentres como estos:



Ordena los pasos a dar para **comprar el pan**. Escribe el número debajo de cada dibujo:



Ordena esta lista que está relacionada con **montar en taxi**:

- Subir al taxi.
- Dar el alto a un taxi.
- Pagar el viaje.
- Bajar del taxi.
- Decir el destino al taxista.

Tacha con una **X** el objeto que sobra:

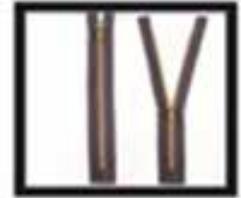


18

Tacha con una **X** el objeto que sobra:



Fíjate qué objetos hay y en qué lugar se encuentran. Luego tendrás que recordarlos.



Recuerda qué objetos había y en qué lugar se encontraban. Rellena los cuadros correspondientes escribiendo el nombre del objeto.



Señala cuál de las dos imágenes de abajo es igual de grande que la de arriba.



Señala cuál de las tres imágenes de la derecha es igual de grande que la imagen de la izquierda.



1. Complete las siguientes palabras con las letras que les faltan:



_LÉFONO

AUT_BÚS

ATÓ_

ANI_ERSARIO

ALTAMO_TES

ÁRB_L

_NTAÑA

PELO_A

A_INO

RADIA_OR

E_TANA

J_EGO

AELL_

CALA_ACÍN

2. ¡Preste atención! Marque con una cruz cada vez que aparezca el símbolo :

4. ¿Son reales estas palabras? Escriba sí o no al lado de cada una de ellas.

Estancu _____

Curva _____

Jilguero _____

Fregadero _____

Fuelle _____

Detergente _____

Chocrizo _____

Desben _____

Cheyen _____

Basira _____

Tacha con una ~~X~~ la palabra que sobra:

Rugoso

Áspero

Tenaz

Liso

Suave

Enredo

Lío

Confusión

Carácter

Embrollo

5. ¡Las palabras se han perdido! Busque las palabras del cuadro siguiente:

Tenedor - Cuchara - Cazo - Olla - Sartén - Espumadera
Cafetera - Vaso - Jarra - Tazón

F	A	G	J	U	O	P	N	M	H	I	C	U	C	T
E	V	N	T	R	O	W	E	C	U	C	H	A	R	A
C	A	F	E	T	E	R	A	Y	P	A	A	X	O	Z
W	I	B	N	N	X	Z	X	M	N	S	U	P	D	O
A	F	C	E	V	V	A	S	O	B	E	O	I	L	N
L	A	V	D	E	Y	T	E	L	C	C	N	I	O	J
G	R	I	O	W	I	R	V	L	I	H	E	K	I	K
D	R	U	R	S	P	W	T	A	U	A	T	T	C	A
B	A	R	O	D	S	V	L	S	R	R	R	Y	A	R
Y	J	R	P	F	R	C	I	E	T	I	A	E	Z	R
U	O	A	E	I	T	P	U	B	U	T	S	Q	O	E
T	I	W	E	S	P	U	M	A	D	E	R	A	M	Y

¿Qué tienen en común este grupo de palabras?

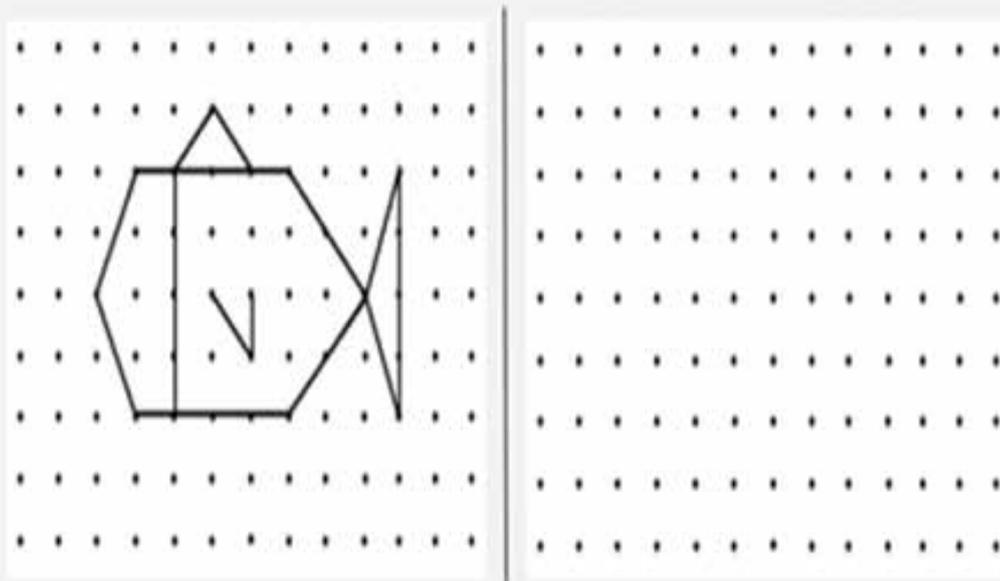
¿Se le ocurre alguna que se podría añadir?



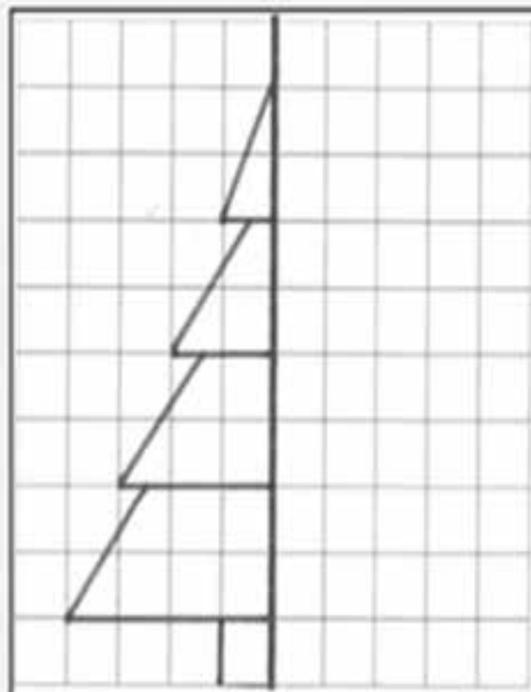
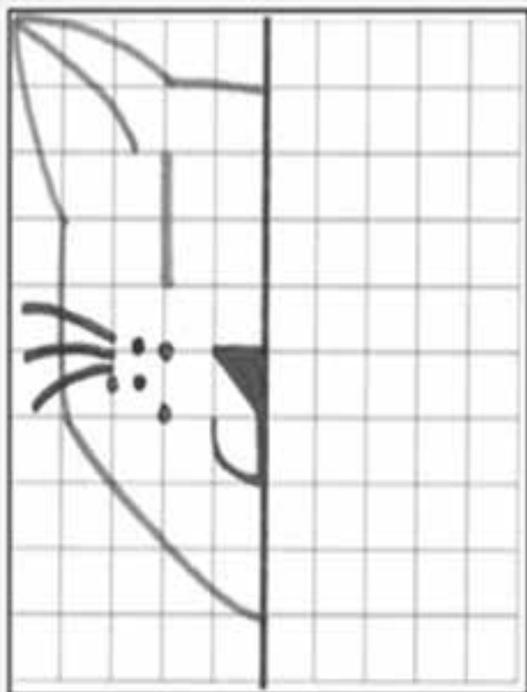
1. ¡Palabras encadenadas! Escriba al menos 8 palabras más que empiecen por la última letra de la palabra anterior:

CASA - ARMARIO - ORIGEN - NEVERA -

2. ¡A dibujar! Copie el dibujo sobre los puntos de abajo:



2. Dibuje la mitad que falta de las siguientes figuras:



¿Qué es? _____

¿Qué es? _____

3. ¡Busquemos el intruso! De las siguientes series de dibujos, rodee con un círculo o tache aquel que NO pertenezca al grupo.



¿Qué tienen en común?



¿Qué tienen en común?

5. Relacione, mediante una línea, estos refranes y dichos populares, para que tengan sentido:

A palabras necias

merece perdón

Perro ladrador

corazón que no siente

Ojos que no ven

oídos sordos

No hay mal

lo que puedas hacer hoy

A buen entendedor

poco mordedor

No dejes para mañana

no entran moscas

En boca cerrada

que por bien no venga

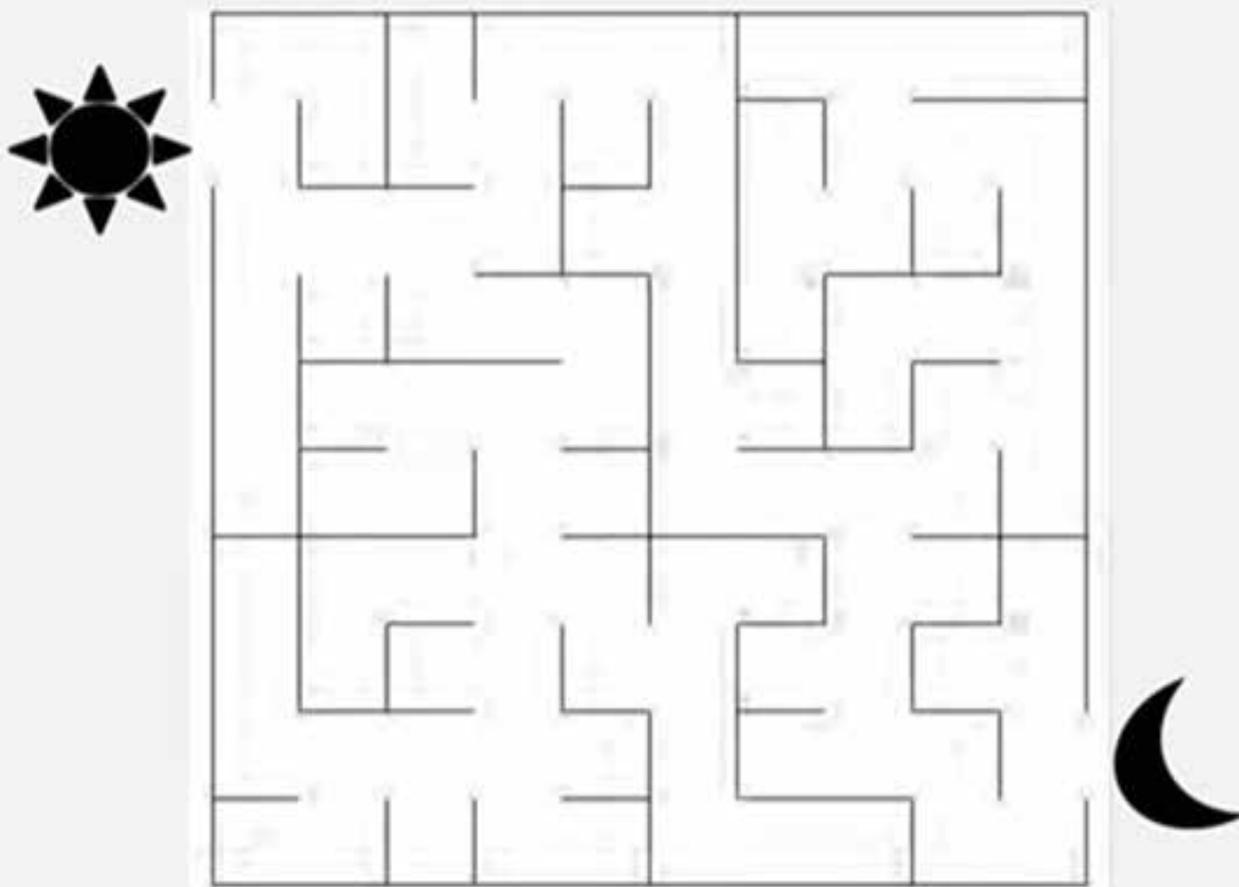
Ladrón que roba a ladrón

pocas palabras basta

El que mucho abarca

poco aprieta

4. ¡Ayude al sol a encontrar a la luna!



5. Escriba qué podemos encontrar en una nevera:

5. ¡Vamos a dibujar! Siga la secuencia de números en orden y complete el dibujo que se presenta a continuación.



- ¿Qué animal es el que aparece en el dibujo? _____

- ¿Le gusta este animal? _____

¿Por qué? _____

- ¿Qué sabe de ellos?

¡AHORA ANÍMESE Y COLORÉELO A SU GUSTO!

2. ¿Qué letra falta?

No por mucho m__drugar __m__nece m__s tempr__no _____

A Di__s r__gand__ y c__n el maz__ dand__ _____

Más val__ pájaro __n mano qu__ ci__ntos volando _____

M__drid es l__ c__pital de Esp__ñ__ _____

En __anarias ha__e buen __lima todo el año _____

Lo__ perro__ ladran y lo__ gato__ maúllan _____

3. ¡Nos vamos al supermercado! Ordene del 1 al 8 lo que haría para llevar la compra a casa

_____ Colocar los productos en la cinta

_____ Pagar la compra

_____ Colocar los productos en el carro

1 Hacer una lista de la compra

_____ Meter la compra en el carrito

_____ Transportar la compra a casa

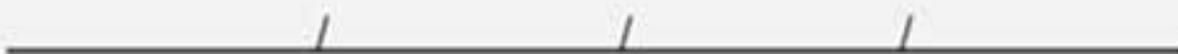
8 Colocar la compra

_____ Llegar al supermercado

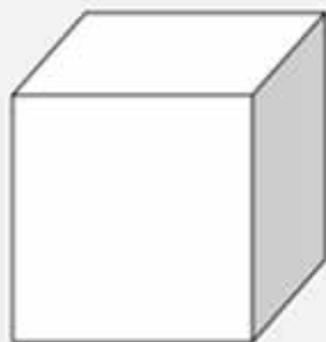


5. ¿Hacia dónde apunta la flecha?

Arriba / Abajo / Derecha / Izquierda



4. ¡A dibujar! Copie las siguientes formas a su lado



5. Observe la imagen y conteste a las preguntas



¿Qué frutas ve?

¿Cuántas frutas diferentes hay? _____

¿Cuántas manzanas verdes hay? _____

¿Cuánto vale la picota? _____



1. Rodee las figuras que siendo iguales vayan seguidas.



¿Cuántos lados tiene la figura que más se repite? _____

2. Una las siguientes palabras para formar palabras compuestas.

SACA

TELA

BOCA

SORDO

ASI

ABRE

PELI

MEDIO

MUDO

ROJO

LATAS

CORCHOS

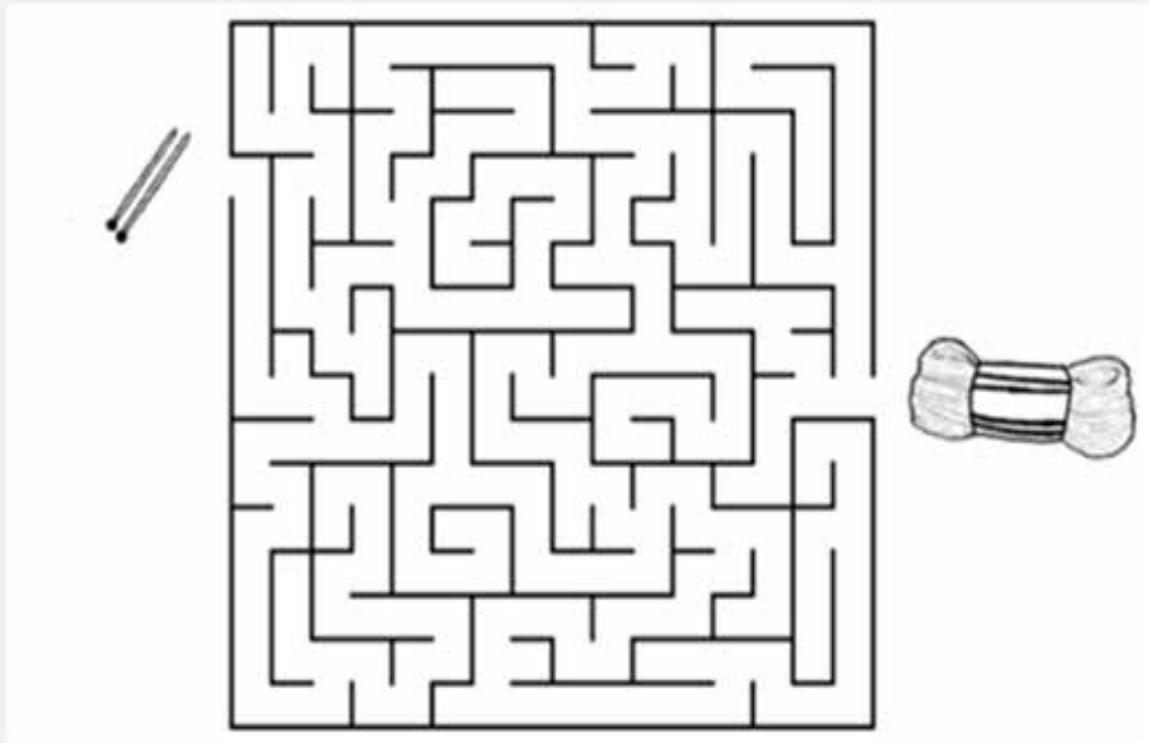
DÍA

MISMO

ARAÑA

CALLE

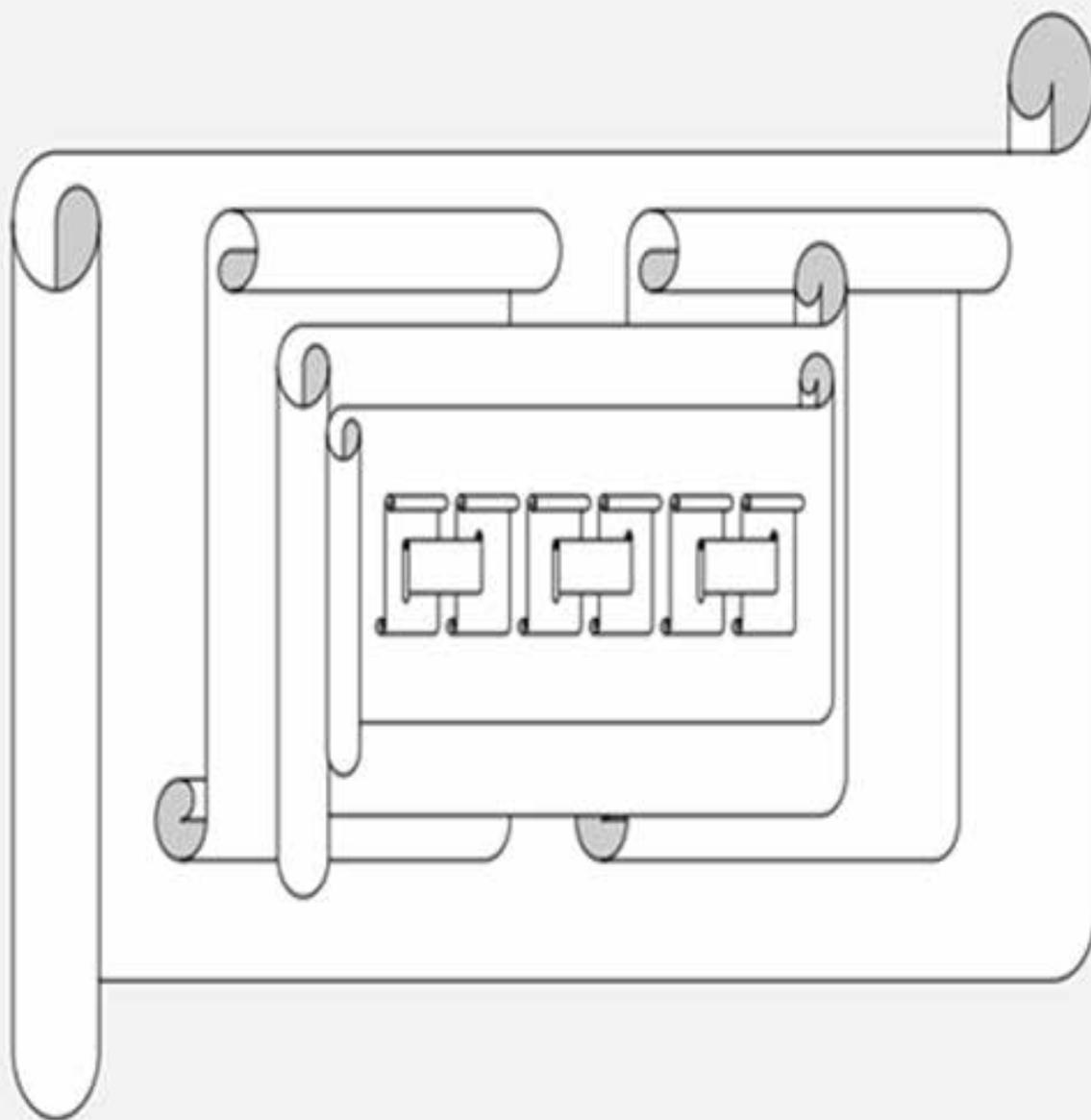
3. Encuentre el camino que ha de realizarse para comenzar a tejer.



4. Escriba todas las palabras que se le ocurran que empiecen por la letra "d".

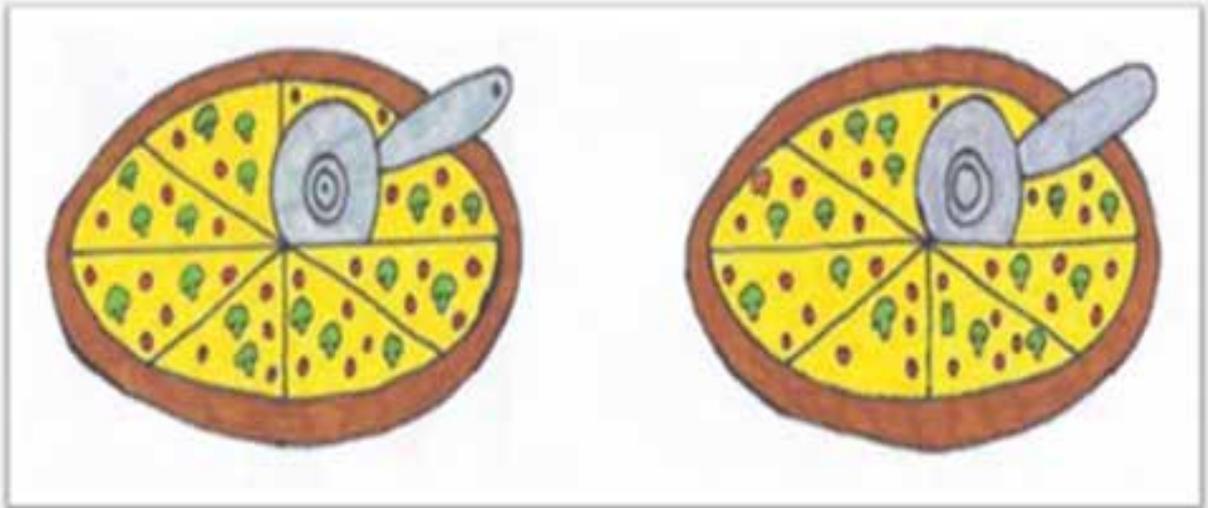
5. ¡Hogar dulce hogar! Describa la localidad en la que nació, ¿continúa estando igual hoy en día?

4. Cuente el número de pergaminos que hay en esta imagen.

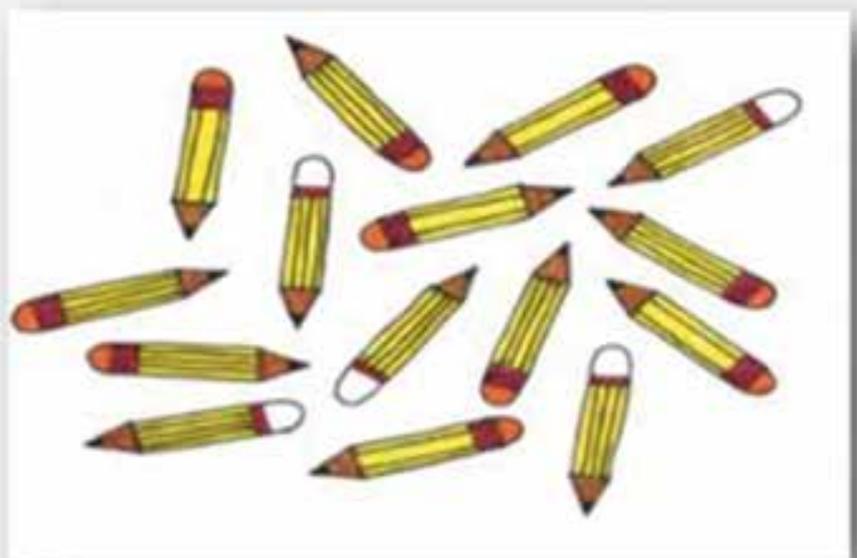
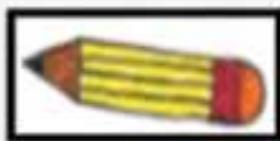


¿Cuántos hay? _____

3. Encuentre las 7 diferencias entre ambos dibujos y señálelas con cruces en uno de los dibujos.



4. ¿Igual o diferente? Busque los que son iguales al modelo, rodéelos y conteste las siguientes preguntas.



- ¿Cuántos lápices son iguales a los del modelo? _____
- ¿Cuántos lápices son diferentes al modelo? _____

1. Escriba 7 cosas que sean de color azul:



2. ¡Figuras escondidas! ¿Qué se encuentra detrás de cada una de estas siluetas?

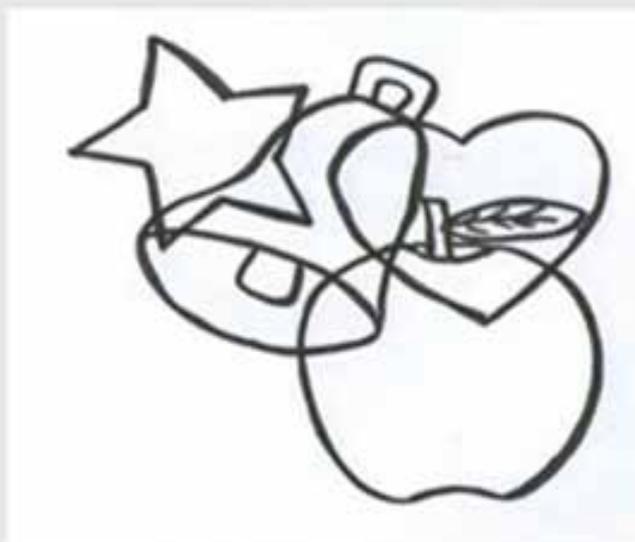


3. ¿Qué podría ocurrir si...?

- Un coche se salta un semáforo en rojo

- Un chico olvida ponerse crema en la playa

4. ¿Qué objetos puede diferenciar en el siguiente dibujo? Escríbalos.



1. _____
2. _____
3. _____
4. _____

5. Escriba una palabra que signifique lo mismo que...

SALIR

Marcharse

CAMINAR

DAR

HERMOSO

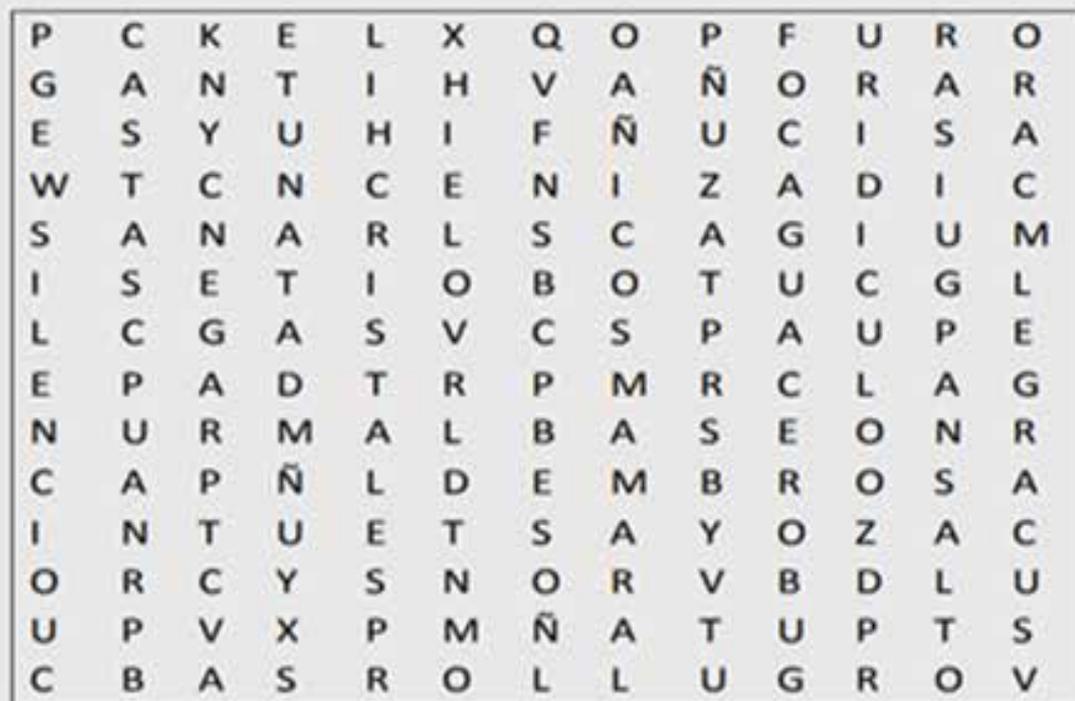
HABLAR

ACABAR

INTERROGAR

2. Busque las palabras en la sopa de letras.

Cristales – Hielo – Alba – Beso – Añicos – Ceniza – Añorar – Ridículo – Salto
– Rosa – Aguacero – Guisar – Sanar – Negar – Orgullo – Silencio – Amar



3. ¿Qué es lo contrario de...?

- Alto → _____
- Grande → _____
- Contento → _____
- Vida → _____
- Cálido → _____
- Oscuro → _____
- Sabroso → _____
- Rugoso → _____
- Dulce → _____
- Opaco → _____
- Legal → _____
- Tranquilo → _____
- Leal → _____
- Amable → _____
- Pobre → _____
- Rápido → _____

1. Una cada uno de los dibujos con la pareja que le corresponda, y después responde a las preguntas.

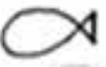


¿Qué tienen en común todos los objetos?

¿En qué estación del año nos podemos poner esas prendas?

2. Fijese en el número que corresponde a cada uno de los símbolos y luego rellene el cuadro inferior.

				
1	2	3	4	5

1. ¿Dónde trabajan? Una con flechas a cada una de estas personas con su profesión

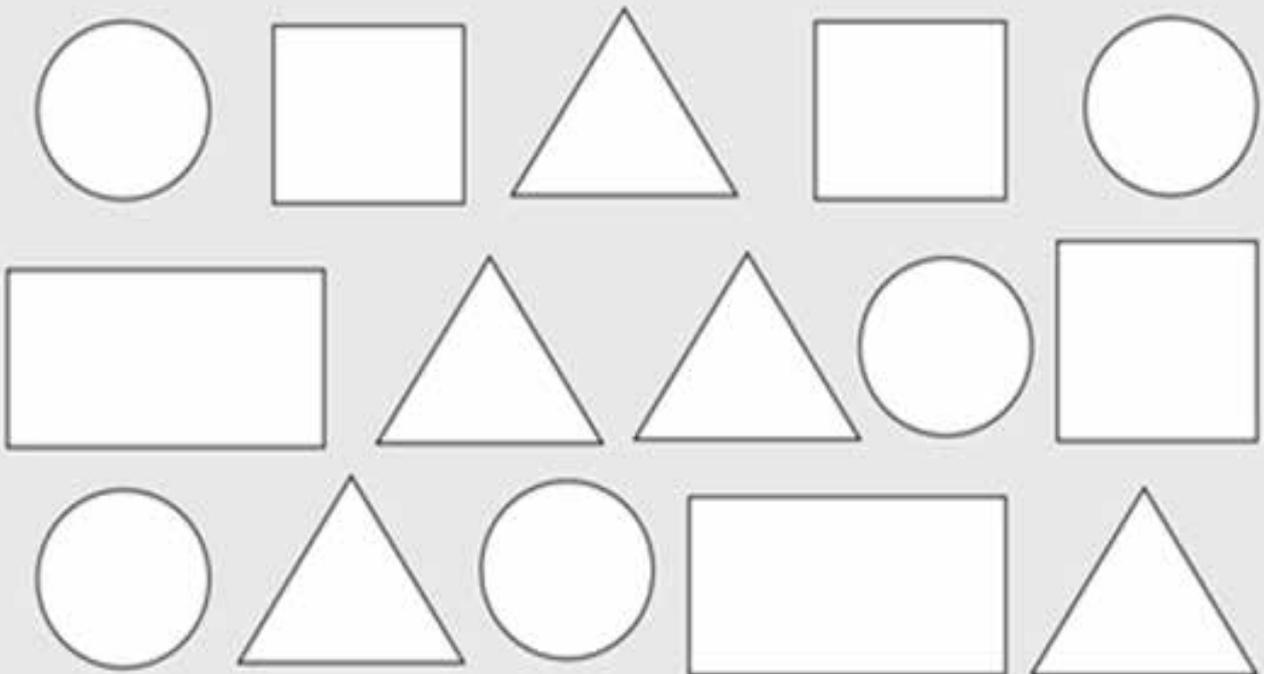
Profesor	Hospital
Marinero	Construcción
Médico	Barco
Obrero	Colegio
Jornalero	Televisión
Abogado	Juzgados
Presentador	Campo



2. ¡A pintar! A esta caja de bombones le falta color:

Pinte de color azul los círculos - Pinte de rojo los cuadrados

Pinte de verde los triángulos - No pinte los rectángulos



3. Repita las siguientes frases

- Las vacas pastan a las dos
- Mírame sin mirar, mírame mientras me muevo, no me mire que me muero
- Dos que van corriendo llegan tarde a misa y otros dos llegan a tiempo sin ir deprisa
- Corre, corre por el cerro tras el carro
- El pirata barbirrojo barrió rápidamente la cubierta del galeón
- El que mucho abarca poco aprieta

4. ¡Bingo! Tache en el cartón los números que sean iguales a estos:

11, 41, 21, 18, 40, 73, 15, 66, 81, 88, 29, 78, 5, 3, 67, 80, 7, 17, 53, 71, 63, 54, 77, 85, 35, 37, 75, 42, 83, 70, 57, 29, 13, 24, 36,

5	11			42	51			81
	18		33	49			74	88
7		27	37			66	75	

1. Encuentre los siguientes nombres de animales:

Cerdo – Conejo – Elefante – Gato – León – Oso – Perro – Ratón – Tortuga –
Vaca – Rana - Oveja



2. ¡Ha llegado el verano! Escriba 7 cosas que puedan encontrarse en la playa:



2. ¡FÍJESE BIEN! ¿Cuántas caras hay de cara perro? Cuente las caras que hay de cada uno y anótelo.



MONA

CRISPIN

COCO

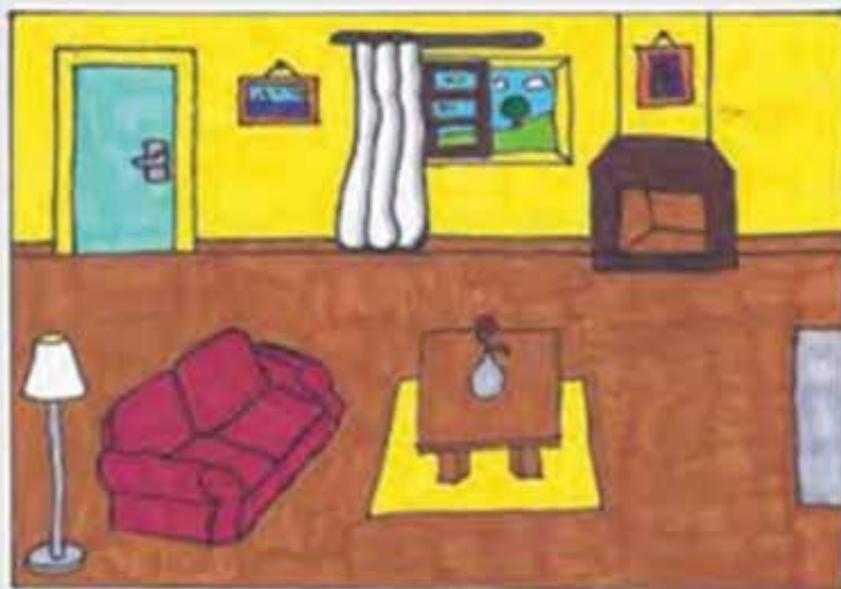


COCO: _____

CRISPIN: _____

MONA: _____

5. ¡Enlazando conocimientos! Observe el dibujo que se presenta a continuación y una con cada objeto la palabra que lo describe.



SOFÁ
CHIMENEA
LÁMPARA
CORTINA
CUADRO
MESITA
JARRÓN
PAISAJE

6. ¿De qué profesión estamos hablando? Una con flechas cada profesión con su definición:

1. Mecánico

a) Persona que traduce de una lengua a otra, en especial si se dedica a ello profesionalmente.

2. Ingeniero

b) Profesionales que se ocupan de la construcción, montaje y mantenimiento de los equipos industriales y maquinarias.

3. Cirujano

c) Persona que dirige un barco o una aeronave.

4. Piloto

d) Persona que se dedica al diseño y construcción de aeronaves, pistas de aterrizaje, hangares, etc.

5. Traductor

e) Médico capaz de prevenir, diagnosticar y curar enfermedades ejerciendo la cirugía.

ACTIVIDADES DE PSICOMOTRICIDAD



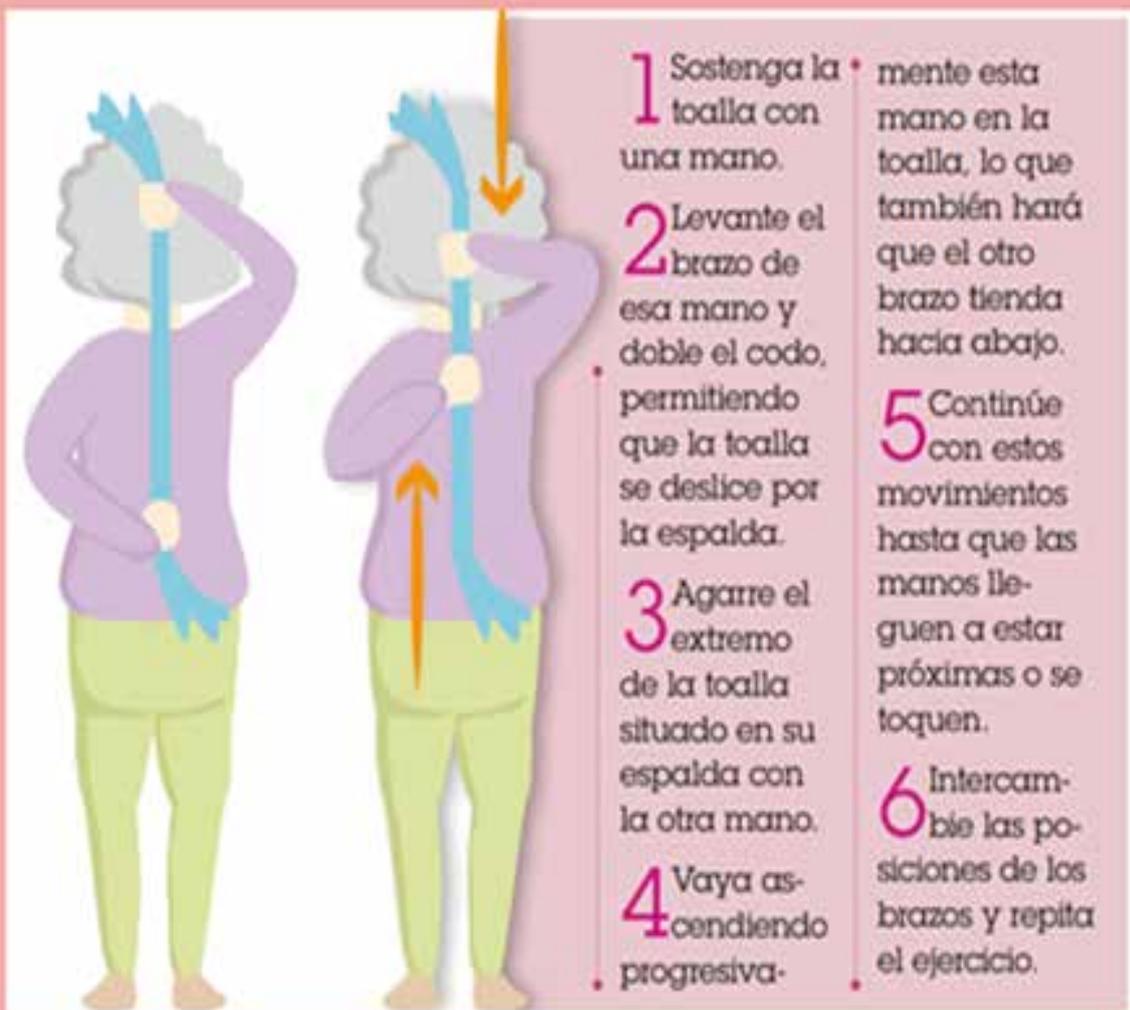
Ejercicios de fortalecimiento

LEVANTAR LOS BRAZOS



- 1 Siéntese en una silla con la espalda derecha y apoyada sobre el respaldo.
- 2 Apoye los pies en el suelo, distanciados y alineados con los hombros.
- 3 Mantenga los brazos derechos a ambos lados, con las palmas de las manos hacia adentro y con las pesas.
- 4 Comience a levantar los brazos hacia los costados, hasta llegar a la altura de los hombros.
- 5 Mantenga esta posición.
- 6 Baje lentamente los brazos.

ESTIRAMIENTO DE LOS TRÍCEPS





EXTENSIÓN DEL TRÍCEPS

FLEXIONES VERTICALES DE ASIENTO (alternativa)

1 Siéntese en una silla con brazos, tenga las rodillas flexionadas, los pies separados y bien apoyados en el suelo.

2 Inclínese un poco hacia delante, manteniendo la espalda y los hombros rectos.

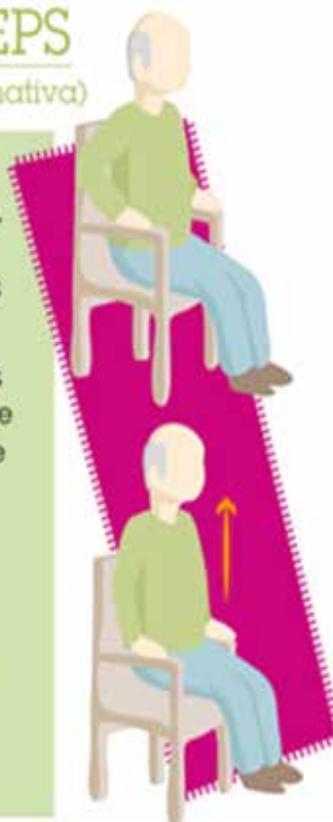
3 Agárrese con sus manos firmemente a los brazos de la silla e inspire.

4 Ponga los pies debajo de la silla, eleve los talones y deje el peso sobre los dedos.

5 Impúlsese con los brazos y levántese al mismo tiempo que espira.

6 Manténgase en esta posición al menos 1 segundo.

7 Vuelva a sentarse lentamente al mismo tiempo que inspira.



LEVANTAMIENTO LATERAL DE LA PIERNA

Para realizar este ejercicio, al igual que con los anteriores, a medida que esté seguro irá progresando.



1 Póngase de pie, detrás de una mesa o respaldo de una silla, con los pies ligeramente separados.

2 Agárrese al inicio con la mano, luego con los dedos para no perder el equilibrio y por último, suéltese. Si está seguro, realice el ejercicio con los ojos cerrados.

3 Permanecer con la espalda y las rodillas rectas durante todo el ejercicio.

4 Levante lentamente la pierna hacia el lateral, hasta situarla a 15 ó 20 cm. del suelo.

5 Aguante en esta postura.

6 Baje lentamente la pierna hasta llegar a su posición original.

7 Repítalo con la otra pierna.

8 A medida que progrese, añada las modificaciones oportunas.

“EN TIEMPOS DE INCERTIDUMBRE Y DESESPERANZA ES IMPRESCINDIBLE GESTAR PROYECTOS COLECTIVOS DESDE DONDE PLANIFICAR LA ESPERANZA JUNTO A OTROS”

