



IDEAS PARA CONECTAR ESTE FIN DE SEMANA

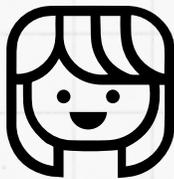
30 DÍAS

EN CASA

La guía para sobrevivir,
conectar, aprender y divertirse en familia.



POR



NARAN
XADUL

Y COMIENZOS_CONSCIENTES



#YoMeQuedoEnCasa





NARAN
XADUL

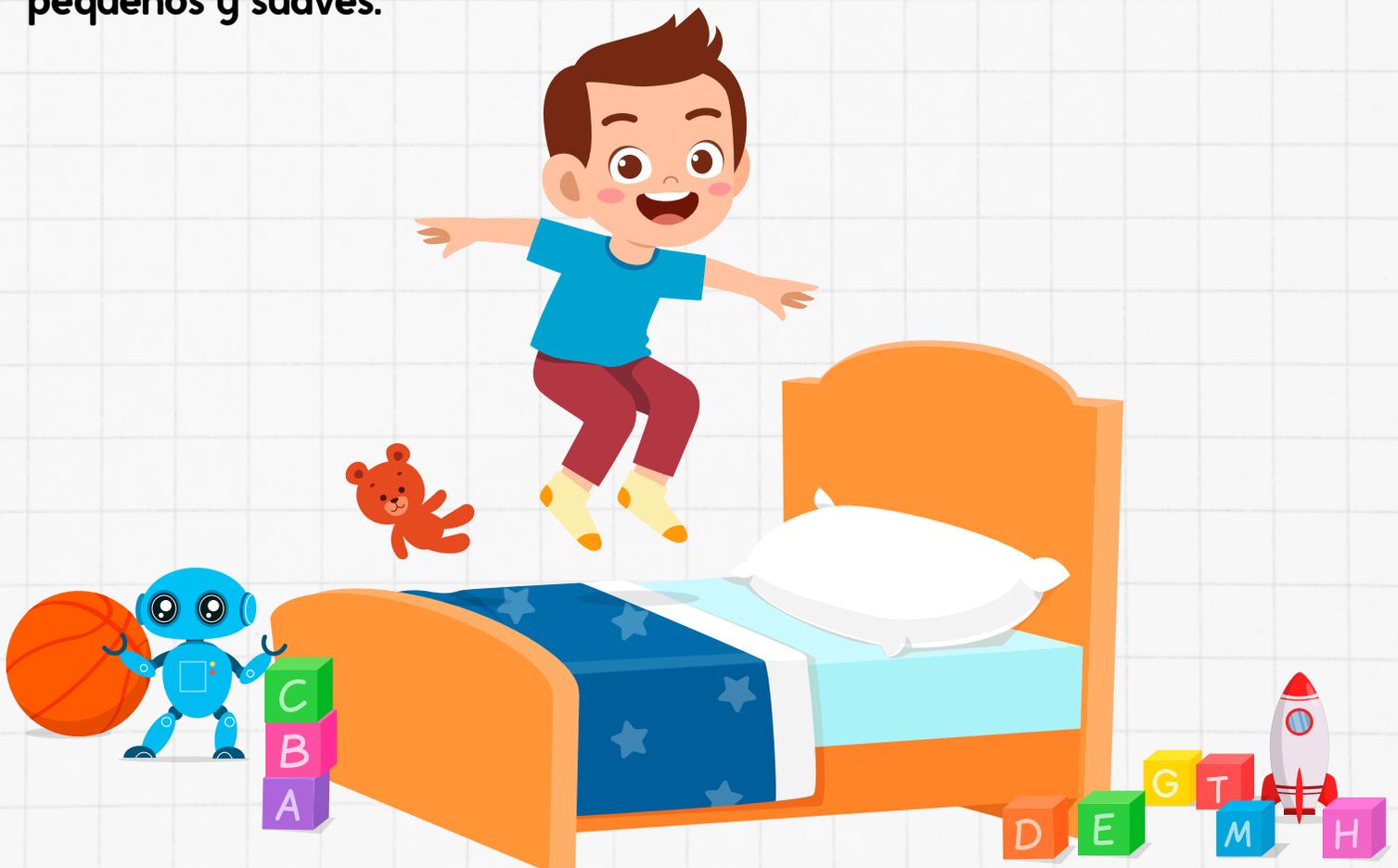
EN LA MAÑANA:

ANTES DE TENDER LA CAMA: ¡A JUGAR!

El juego físico rudo es una gran manera de descargar energía y emociones. Para que sea exitoso y no acabe en pelea es importante establecer las reglas del juego antes.

Checa algunos consejos para poner reglas **AQUI**

En la mañana aprovechando que aún no tienden las camas elijan almohadas suaves para reír un rato con almohadazos. También pueden aprovechar la cama, cobijas, sábanas, peluches y colchas para hacer castillos. Finalmente, otra gran idea para niños pequeños es utilizar la sábana como paracaídas pidiendo a los peques que se coloquen debajo de ella mientras la subes y bajas con ayuda de una pareja o bien que la tomen entre todos y le vayan agregando pelotas, peluches o juguetes pequeños y suaves.





NARAN
XADUL

EN LA TARDE:

PASEANDO POR LA CASA

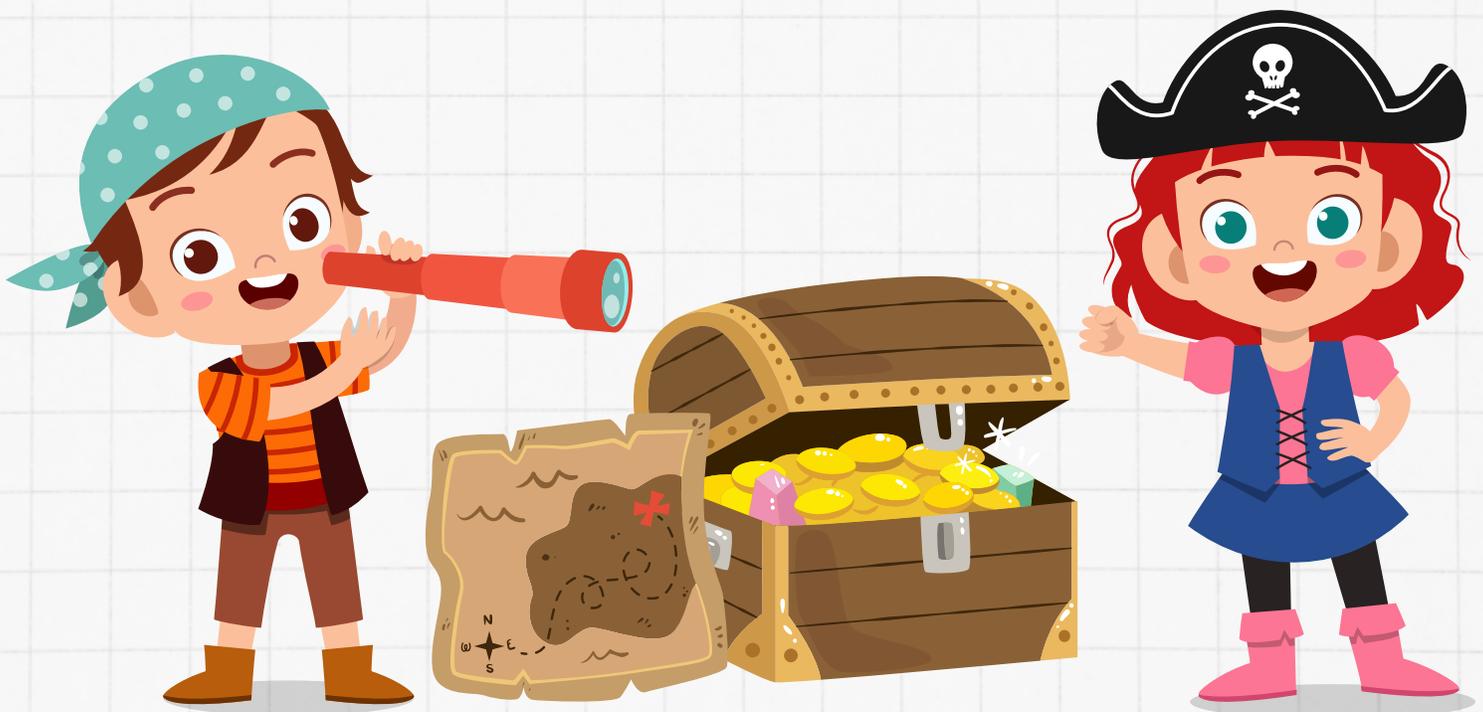
El distanciamiento social nos dice que hay que mantenernos con una distancia de 2.5 metros de los demás pero es válido pasear por la casa.

Búsqueda de tesoro con una lista en la que pidas que ponga una marca cuando vean:

- Un objeto circular
- Un objeto de color azul, verde y blanco
- Un objeto que tenga el número 5.

Se puede hacer esta misma actividad en el jardín.

También puedes jugar con los más pequeños a caminar de puntas, con pasos de gigante, brincando como rana o como un oso enojado.





NARAN
XADUL

EN LA NOCHE:

FIESTA DE BAILE

Entre todos escojan canciones y hagan una lista. Pueden apagar las luces y prender linternas o luces de colores. Puedes elegir canciones con pasos establecidos, las favoritas de tus hijos o algunas canciones que te gustaban a ti de pequeño. Para ideas checa esta playlist de Spotify.

ESCÚCHALO AQUÍ



DOMINGO



NARAN
XADUL

DESAYUNO CINEMA

Y si haces un cine en casa en el que en lugar de servir palomitas, dulces y refresco se sirvan mini hotcakes con varias salsas para sopear (dulce de leche, chocolate, leche condensada, compota de frutas), brochetas de frutas y chocolate caliente o jugo.

Escojan una película entre todos y quédense en pijama el día entero.





NARAN
XADUL

TARDE DE CUENTOS Y TEATRO

¿Y si le cuentas a tus peques un para de libros o cuentos clásicos (Caperucita Roja, El Patito Feo, Los tres cochinitos o el favorito de tus peques) y luego les pides que hagan una obra de teatro con el mismo cuento (en caso de los niños pequeños pueden hacer la obra de teatro tú y papá con peluches o marionetas agregando momentos graciosos).





NARAN
XADUL

NOCHE DE PIZZA

Puedes hacer tu propia pizza y utilizar los diferentes verduras para hacerles caritas y a la vez introducir a tus peques a nuevas verduras como aceituna, elote, champiñón o pimiento.

