



"Actividades en el hogar: comparto con mi familia".

Objetivos:

Brindar apoyo a los apoderados y estudiantes de PK a 4° básico del establecimiento, para que puedan potenciar la comunicación y conexión entre sí, a través de actividades corporales, en este periodo de cuarentena.

Materiales:

- Música:
"El baile de los animales" (el reino infantil) <https://www.youtube.com/watch?v=pgzXRKtg6ik>
Chu Chu Wa (Tripayasos ft Los Chicharrines) <https://www.youtube.com/watch?v=hcaNE3Y4HAK>
tiburón bebé (tripayasos) <https://www.youtube.com/watch?v=A65mF6dSXkE>
soy una serpiente (Duo Tiempo del sol) <https://www.youtube.com/watch?v=WUol0rMWxAc>
El baile del chocolate (perro chocolate) <https://www.youtube.com/watch?v=5UfYHJ4ReMA>
congelao (cachureos) <https://www.youtube.com/watch?v=Smlhl79r8Qw>
- Crema de manos o de cuerpo.

Actividades:

1. Bailemos juntos:

Se buscará un lugar en el hogar donde tengan un espacio para poder moverse con facilidad, luego de ello el apoderado/a colocará música recomendada o de su gusto, en un círculo el apoderado realizará algunos pasos de baile, estos pueden ser creados por ellos mismos o pueden seguir las indicaciones de las canciones sugeridas, la idea es que los participantes realicen el mismo paso, como el juego "monito mayor".

Después, puede señalar a uno de los participantes y él o ella tendrá que crear un paso nuevo de baile, y así sucesivamente se van cambiando los pasos dependiendo de la persona que sea "monito mayor".

2. Mímica:

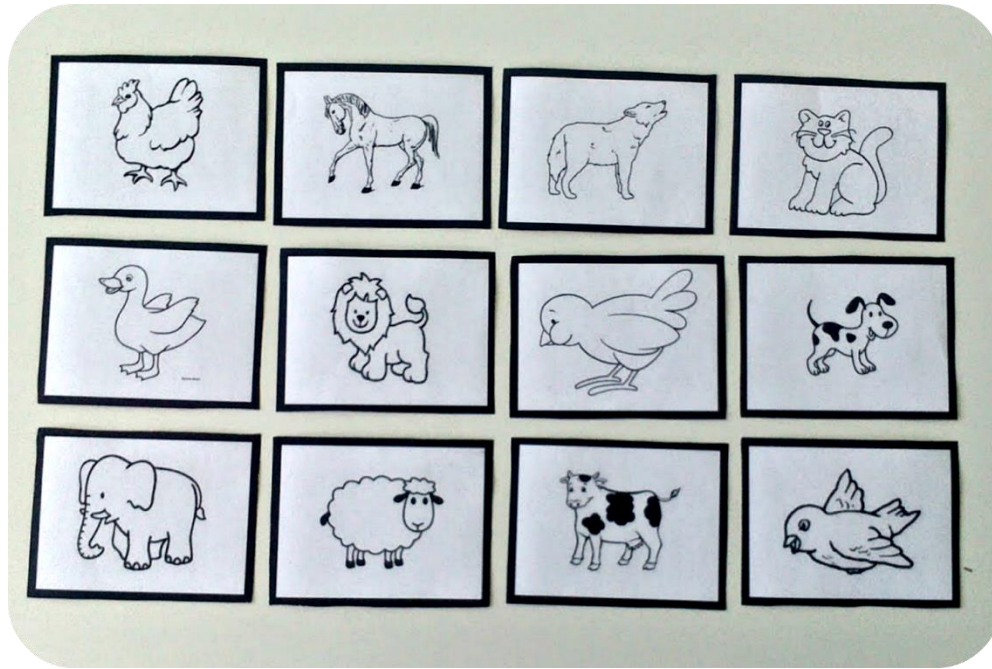
El cuidador/a bajará el volumen de la música o la apagará, y les dirá que ahora van a jugar a las mímicas (representar una acción, personaje, animal o cosa sin hablar, solo con gestos), en el caso de los niños de PK a 1ro básico, ellos podrán realizar sonidos sin decir el nombre del animal. Para los estudiantes de 2° a 4° básico, pueden realizar mímicas con otra temática que les interesen (personajes de películas, medios de transportes, deportes, entre otros). Entonces, el apoderado les mostrará un ejemplo: moverá sus brazos hacia su cabeza, se rascará la cabeza, el cuerpo, saltará, se agachará un poco, se golpeará el pecho imitando a



un gorila o mono. Sino adivinan los niños, se imitará el sonido “ua aa uaaa” como lo hacen esos animales.

De esa manera, los niños/as tendrán que adivinar el animal que representa la persona que esta delante de ellos, luego uno de los niños realizará la mímica de otro animal y así sucesivamente irán rotando, se pueden ayudar entre sí, la idea es que puedan jugar juntos y divertirse.

Sugerencias de animales: mono, elefante, conejo, perro, gato, canguro, gallo, chancho, tortuga, serpiente, pato, oveja, lobo, pájaro, caballo, león, entre otros.



3. Masaje mutuo:

El apoderado/a les indicará a los niños/as que se sienten en el suelo en un círculo, el tomará la crema y se echará en el dedo, luego les mencionará que cierren los ojos, y les harán algún dibujo positivo en la cara, este dibujo puede ser un corazón, un sol, flor, unos bigotes de gato, una estrella, entre otros. Luego de realizar el dibujo, el apoderado, continuará masajeando con la crema las manos de los niños.

Es importante que se sienten en parejas o en triada (tres personas), para que cada persona realice esta acción, de esa manera todos están en la misma actividad y se relajan; a continuación, se les pedirá a las personas que tengan los ojos cerrados que los abran, se miren en un espejo y después, ellos tomen un poco de crema y dibujen en la cara de su compañero cosas positivas, masajeen las manos de éste y finalmente, le digan que abran los ojos.

*El líder o monitor de la actividad puede ser un adulto o adolescente que lea las indicaciones, busque las canciones y ayude a los más pequeños a realizar las actividades.

Se despide, Ana María Robledo, Psicóloga de convivencia escolar.