



Contigo en
la distancia
cultura desde casa

Infantil

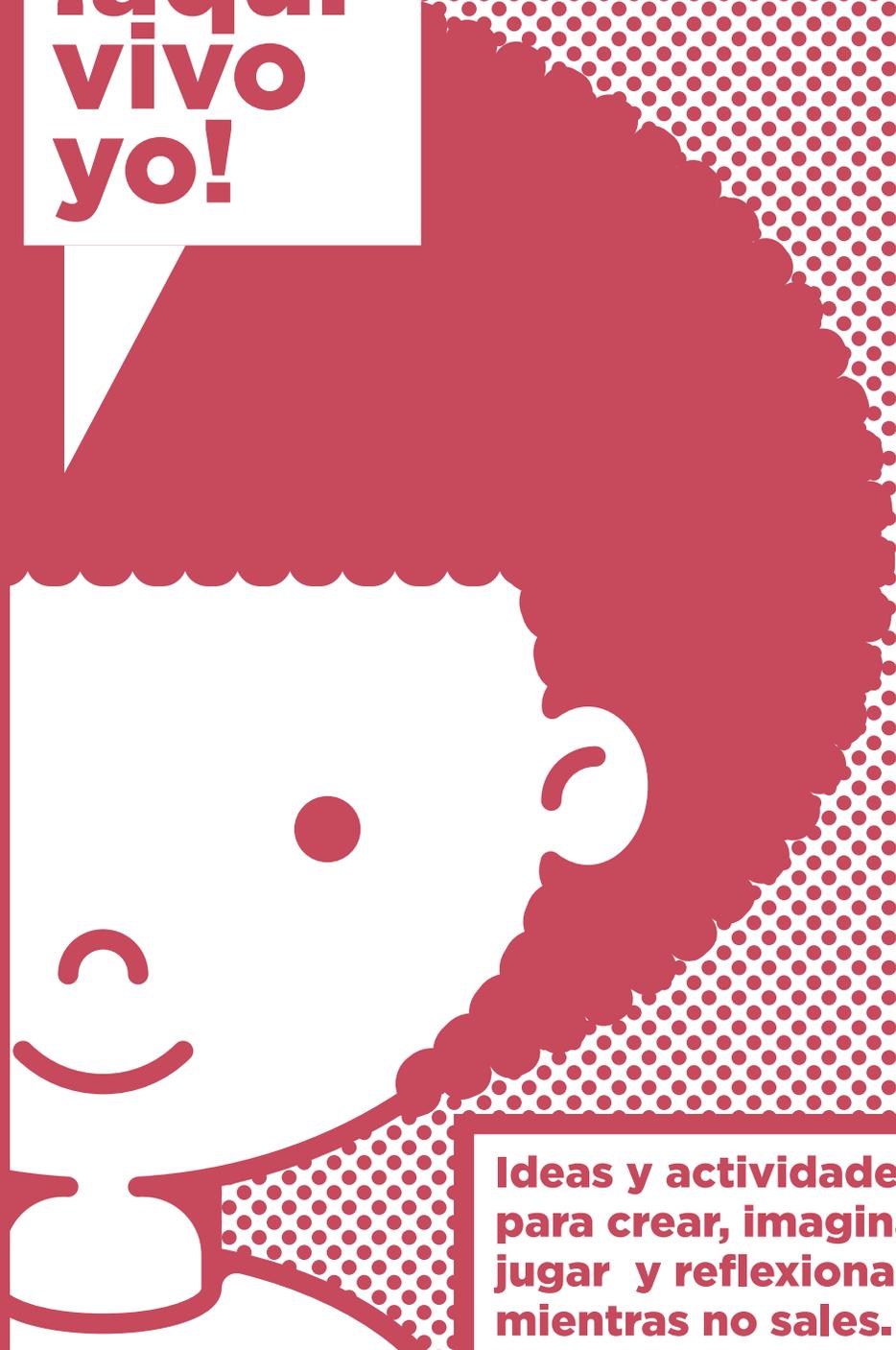


**¡aquí
vivo
yo!**

VITAMINA



Lo que **Sé** me fortalece



**Ideas y actividades
para crear, imaginar,
jugar y reflexionar
mientras no sales.**

No solo vivimos en un lugar, también lo habitamos. Es decir: quienes vivimos en él le damos una vida que de otra forma no tendría. Lo llenamos con risas, sueños, llantos, anécdotas, carcajadas, recuerdos y afectos. En él hay objetos que tienen una historia que también es tuya. Personas que te quieren y a las que quieres de muchas maneras. Pero además, aunque no lo creas, hay muchas cosas por descubrir en él. De hecho: hay mucho por hacer si le ponemos un poco de imaginación. Aquí te dejamos algunas ideas de actividades y juegos para los que no necesitas salir del lugar donde vives y para los que tampoco necesitarás materiales complicados o mucha ciencia. Porque de lo que se trata es de que disfrutes el tiempo que estás en él. ¿Juegas?



1

A



Encuentra un lugar en donde vives desde el que se puedan escuchar varios ambientes a la vez: la calle, la cocina, el baño o los cantos de la vecina.



B

Ponte cómodo y **cierra los ojos** durante 5 minutos. ¿O qué tal durante 10? La cosa es que te des el tiempo suficiente para escuchar todos los sonidos posibles. Hasta los más lejanos. No es fácil, pero cosas más difíciles has hecho.



Haz una lista de todos los sonidos que escuchaste. ¿Cuántos fueron? ¿100? ¿2 mil?

En ojos cerrados se oyen moscas

A que no habías puesto atención a todos, todos, todos los sonidos que se escuchan en tu casa.

Música, voces, tuberías, perros ladrando, pasos. Todos esos son sonidos a los que estamos acostumbrados. Pero, ¿crees poder captar sonidos tan pequeños y lejanos, como el vuelo de una mosca?

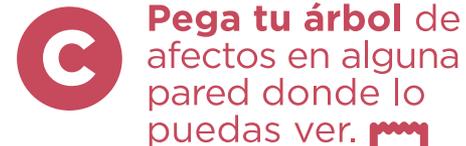
2



Consigue una hoja y dibújate en el centro de ella. Al rededor también dibuja las caras de todas esas personas, animales, flores y objetos a los que quieres y que te quieren. Serán como una familia, pero más grande.



Une con líneas las caras de quienes, a su vez, se quieren entre ellos. Tu cara tendrá líneas por todos lados.



Pega tu árbol de afectos en alguna pared donde lo puedas ver.



Mi árbol de afectos

¿Hay algo más grande que una familia? Sí. Y es esa larga lista de todos los seres a los que queremos y que nos quieren. ¿Puedes contarlos?

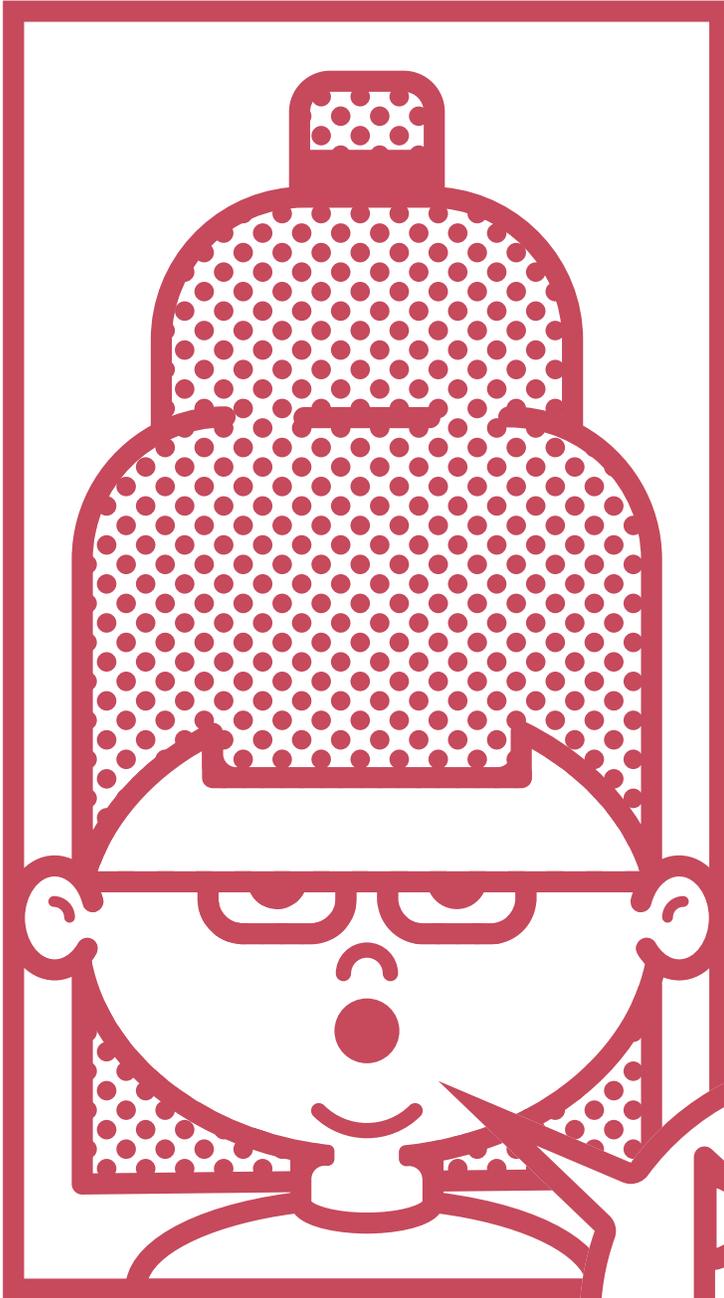
Tal vez escuchaste hablar del árbol genealógico: esa representación donde aparecen nietos, abuelos, hijos. Este árbol es distinto.



3

¡Qué buena entrevista!

Probablemente alguna persona a la que estimas esté esperando a que alguien lo entreviste. Hazlo tú, porque con seguridad vas a tener muy buenas preguntas y ella muy buenas respuestas.



Ubica a alguien mayor entre las personas con las que vives. ¿Mayor? Bueno, puede ser de cualquier edad, pero te vas a sorprender de cuántas cosas tienen los grandes para contar.



Haz una lista de lo que quisieras saber de ella. Qué le gusta, cómo ve el mundo. Qué sueña. O algunos recuerdos: cómo era la vida cuando tenía tu edad o qué cosas hacía que hoy ya no hace.



Pídele que te dedique un poco de su tiempo y hazle esas preguntas que antes anotaste. Pon atención a las respuestas porque de ellas pueden salir más preguntas.

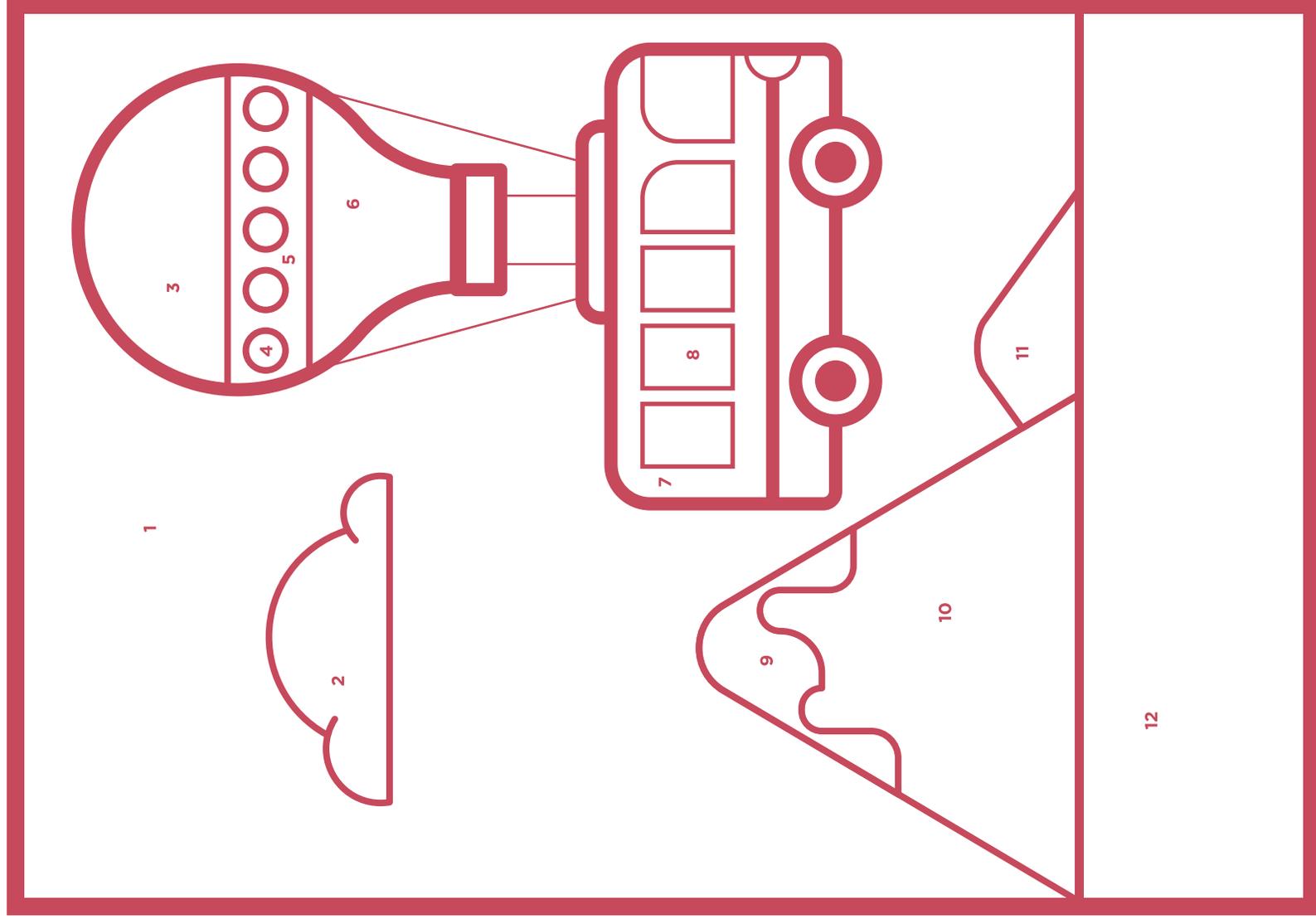
Si donde vives no hay a quien puedas entrevistar, recuerda que puedes organizar una entrevista telefónica. Los dos se van a divertir.

Colorea

Utiliza los colores que indican los números.
Tal vez te lleses una sorpresa. 

4

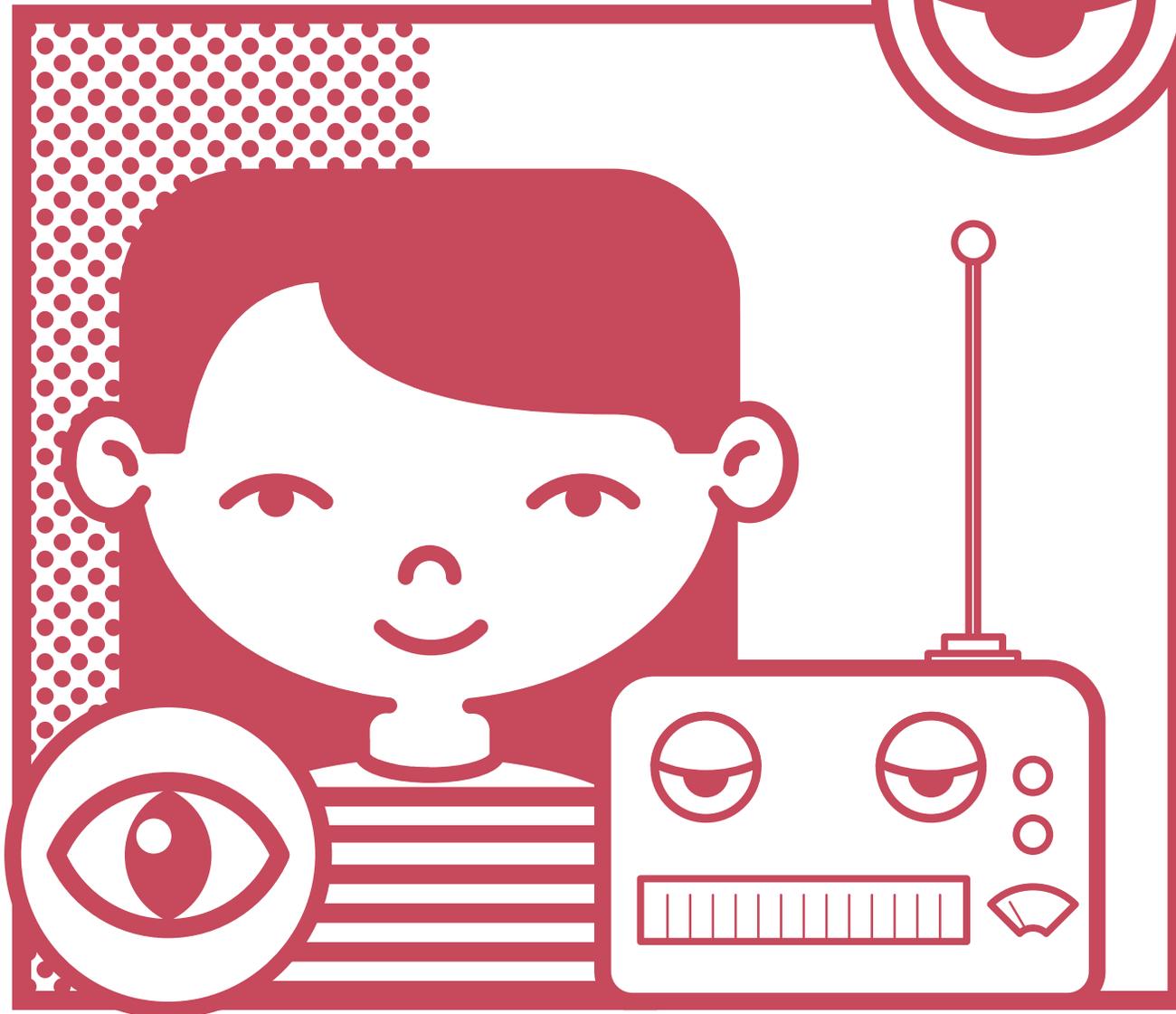
1. El color más raro que se te ocurra para un cielo.
2. Cualquier color, menos blanco.
3. El color más raro que hayas visto en tu larga vida.
4. Cualquier color, menos ese que estás pensando. Mucho menos tu color favorito.
5. Qué importa qué color elijas.
6. Cierra los ojos y toma un color sin saber cuál es.
7. El color que menos utilices.
8. Tu color favorito.
9. El primer color que veas al levantar los ojos.
10. El color que tenga el nombre más feo.
11. Prohibido utilizar aquí color verde o café.
12. Un color que no has utilizado hoy. **Tal vez te parezca un poco raro esto de elegir colores de forma azarosa, pero a veces salirse de la rutina es divertido.**



5

Ojos y más ojos

¿Te has fijado que hay muchos objetos en donde vives que tienen un poco la forma de una cara, y que solamente necesitan de una pequeña ayuda tuya para cobrar vida?



Dibuja y recorta un montón de ojos. Procura que sean de muchas formas, expresiones y tamaños.



Consigue cinta adherible y **ponla detrás de los ojos** que dibujaste, de modo que puedan pegarse en cualquier lugar.



Ponle ojos a aquellos objetos que parecen necesitarlos: ¿una silla? ¿un zapato? ¿un excusado? ¿una botella? Te sorprenderá ver cuántos objetos se convierten en personajes con solo agregar un par de ojos.



Algunos objetos parecen tener ya algunas partes de una cara (la boca o la nariz, por ejemplo). Esos son los más divertidos.

6

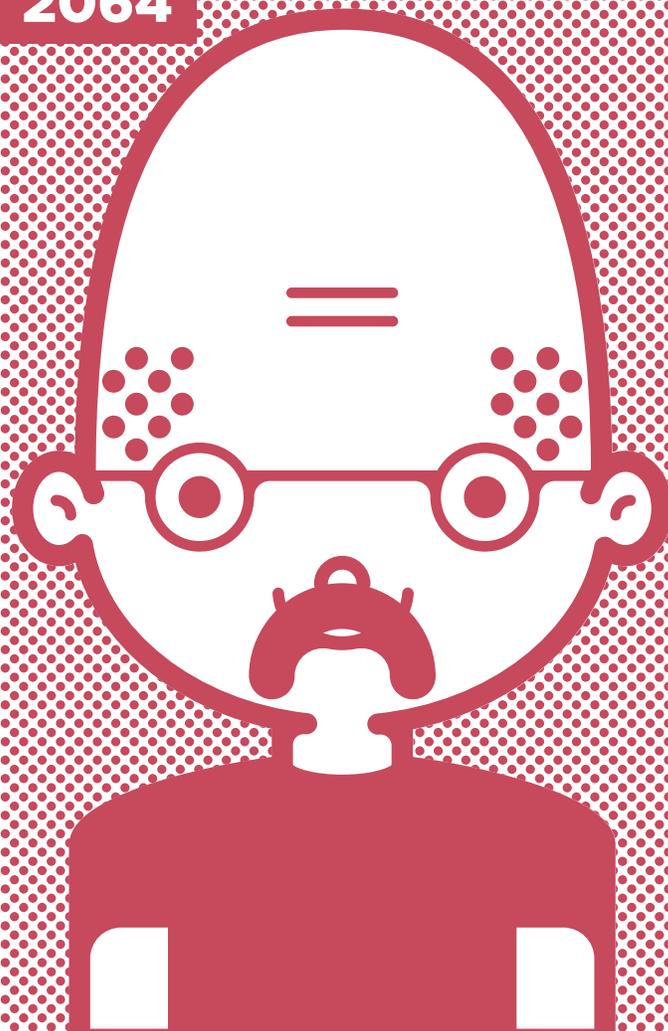
Autorretrato del futuro

¿Cómo serás de grande?

2020



2064



A



Mírate al espejo. Observa tus rasgos. ¿Eres de nariz grande? ¿De cuello largo? ¿Cómo es tu cabello? ¿Tienes ojos grandes o pequeños?

B



Mira fotos viejas de personas más grandes. **Observa** cómo cambian los rasgos de nuestra cara cuando crecemos. ¿Cómo te imaginas que serás de grande?

¿Tendrás canas?
¿Mucho o poco pelo?
¿Serás alto o más bien bajito? ¿Usarás lentes? **Una de las cosas que más nos intrigan es el futuro. Porque todo lo que no conocemos nos incomoda. Por eso jugar a imaginar el futuro es divertido, porque de pronto no nos resulta algo tan desconocido.**

C



Dibuja con lápiz y colores el retrato de esa persona que al parecer serás de grande. Seguro en algo se parecerá a ti, pero en algunas cosas será diferente.