



Verano-Otoño-Invierno-Primavera

Planes para Juegos

A menudo, a las familias activas les resulta difícil encontrar tiempo para jugar, especialmente con las distracciones de las pantallas y la tecnología.

TRUCE ofrece ideas - sin pantallas - que resultan atractivas para toda la familia durante las diferentes estaciones del año - sin importar las edades - todos pueden jugar juntos.



PRIMAVERA PLANES PARA JUGAR CON LA FAMILIA

Apaga las Pantallas y Enciende LA JARDINERÍA

La jardinería ofrece oportunidades para jugar con la familia – en el interior y exterior de tu casa.

Los niños pequeños parecen estar hechizados durante el proceso de plantar semillas en la tierra, lo cual es algo muy divertido. Y luego, es asombroso ver cómo crece lo que han plantado en flores de colores o algo para comer. Hay muchas oportunidades de aprendizaje cuando toda la familia disfruta la jardinería, desde separar y contar las semillas, hasta observar cómo crecen las plantas. Y claro, la jardinería es, simplemente, divertida para todos.



Mientras plantan juntos, has comentarios de lo que estás haciendo: “Para sembrar esta semilla estoy cavando un hoyo tan profundo como mi dedo.” “Estoy arrancando la mala hierba para que quepan los rábanos.” Has preguntas como: “¿Sabes por qué necesitamos regar el jardín?” “¿Cuántos tipos de semillas estamos plantando?” Observa a los pequeños cuando estén jugando en el jardín para averiguar qué es lo que están investigando, y así poder hacer las preguntas adecuadas.

IDEAS PARA JUGAR CON LAS FAMILIA EN EL JARDIN DURANTE LA PRIMAVERA

LA JARDINERIA Y LA CIENCIA

- **Experimento de Jardinería.** Ayuda a los pequeños a plantar semillas idénticas en dos macetas. Coloca una maceta cerca de la ventana. Recuérdales que tienen que regarla todos los días. Coloca la otra maceta en un lugar oscuro y no le prestes atención. Pregúntale a los pequeños que predigan qué es lo pasará con las plantas. Podrías hacerlo mas complicado, plantando semillas en cuatro macetas-dos cerca de la ventana y dos en la oscuridad, regando solo una de ellas en cada sitio.
- **Lombrices y Mariquitas.** Observen juntos a las lombrices y mariquitas que están viviendo en tu jardín. Utiliza una lupa para observarlas mas de cerca. Has comentarios acerca de cómo éstas criaturas ayudan a tu jardín.
- **Fertilizante.** En un contenedor con tapa, comienza a crear fertilizante. Deposita los sobrantes de frutas y verduras, cáscaras, residuos de café y té, cascarnes de huevo, etc. Observa lo que pasa. ¿Cómo se ve? ¿A qué huele? Revuélvelo de vez en cuando. Cuando se vea negro y desmoronadizo, añádelo como fertilizante en tu jardín.



¿QUE DICEN LOS EXPERTOS?

Los educadores reconocen que los niños aprenden un vocabulario importante cuando están jugando y conversando activamente con los miembros de su familia.

PROYECTOS DE JARDINARÍA

- **Jardín con Resultados Rápidos.** Para mantener a los pequeños interesados en la jardinería, asegúrate de que haya resultados rápidos. Planta una combinación de semillas, brotes y plantas ya crecidas. Selecciona semillas que den resultados rápidos, como rábanos, enredaderas, pepinos, zinnias, y calabacines. Planta tu jardín ya sea en macetas para cultivar adentro o en el porche, en los escalones frente a tu casa, o bien en una pequeña parcela. Puedes chequear si hay jardines comunes disponibles en tu comunidad.

- **Un Jardín en una Caja de Zapatos.** Aunque no tengas acceso a una parcela, tu familia aun puede crear un jardín en el interior de tu casa. Consigue una caja de plástico del tamaño de una caja de zapatos. Llénela con tierra. Planta semillas, ya sea que las compres o las obtengas de los alimentos que consumes (manzanas, pepinos, etc.).



Colócala cerca de una ventana, riégala regularmente y observa lo que pasa.

- **Diviértete con Semillas.** Clasifica semillas por tamaño, figura o color. Adivina en qué crecerán. Colecciónalas de la comida que consumes (aguacates, naranjas, pepinos, manzanas, pimientos, etc.). Seca las semillas y siébralas.



- **Cultiva una Casa de Juego.** Planta girasoles en un círculo, dejando un hueco que sirva como apertura. Cuando crezcan, éstos puede convertirse en un escondite para los pequeños.

- **Calabazas de Halloween.** Cosecha tus propias calabazas a tiempo para Halloween! Las calabazas necesitan mucho espacio, pero no son difíciles de cultivar. Los pequeños pueden ayudar a cavar un montículo y cavar hoyos para las semillas. Observa cómo cambian, de ser unas pequeñas calabazas verdes, a calabazas grandes y naranjas que se pueden tallar en linternas.



UN CONSEJO PARA LOS JUEGOS FAMILIARES

A continuación le damos unas ideas para crear una costumbre sin pantallas:



- Cuente todas las pantallas encendidas cuando las esté apagando.
- Mire si es posible apagar todas las pantallas en un minuto o menos.
- Tenga a mano una canasta o un compartimiento donde usted pueda guardar las pantallas portátiles durante los juegos familiares.



- **Planta una Hada o un Jardín de Rocas.** En un contenedor lleno de tierra, acomoda rocas y plantas pequeñas, tal vez, una rana o una hada vive ahí.