



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.



VERANO
PLANES PARA JUGAR

Apaga las Pantallas y Enciende
EL LODO

El lodo ofrece oportunidades sin fin a la hora de jugar con la familia.

El lodo es un material simple, cotidiano – desaseado pero se puede encontrar relativamente fácil. Las familias lo pueden transformar en un material de juego para originar horas de placer y creatividad.

Cuando las familias juegan, los niños y niñas aprenden habilidades como la cooperación, tomando turnos, solución de problemas, y muchas más. Y, claro, jugar juntos es muy divertido para todos.

Puedes agregar valor al juego hablando acerca de lo que estás haciendo: “Estoy vaciando a cucharadas el lodo de esta tina.” “El lodo se siente pegajoso y fresco.” Has preguntas sencillas como: “¿Cuántas cucharadas necesito para llenar este cuenco?” “¿Qué pasa si añadimos mas agua?”

Observa a los pequeños mientras éstos juegan. Esto te puede ayudar para averiguar en qué están trabajando, lo cual te puede indicar qué decir o qué hacer.

SIGNIFICANCIA DE ESTE JUEGO—VALOR ECONÓMICO

Jugar con lodo—un material económico—pueden ofrecer una experiencia más profunda y más creativa que muchos de los otros jugos que se venden hoy en día.



IDEAS PARA JUGAR CON LODO CON LA FAMILIA DURANTE EL VERANO

DIA INTERNACIONAL DEL LODO



El Día Internacional del Lodo se celebra cada año a fines de junio, auspiciado por El Foro Mundial del Cuidado y Educación Infantil. Comenzó en el año 2011 en Nepal, y su misión es conectar a los niños

alrededor del mundo a través de la tierra. ¡Jugando con Lodo! Entérese mas en:

www.worldforumfoundation.org/working-groups/nature/international-mud-day/



ARTE CON LODO

• Impresiones de Manos usando Lodo.

Busca un lugar con tierra. Añade agua y mezcla con un palo o una cuchara hasta que se convierta en líquido. Has impresiones de tus manos sobre papel grueso o en la banqueta.



• Pinta con Lodo Húmedo.

Utiliza tus dedos, brochas para pintar, o “imprime” con trituradores de papas u otros utensilios de cocina.

• Lodo Elegante.

Añade brillantina al lodo y crea algo con ello.

¿QUE DICEN LOS EXPERTOS?

Jugar con lodo ofrece experiencias y sensaciones únicas al tacto, las cuales ayudan al desarrollo del cerebro del niño. Las investigaciones muestran que cuando los niños juegan con lodo o tierra, éstos desarrollan un sistema inmunológico mas fuerte que puede ayudar a tener una mejor salud en su vida adulta. Ciertos microorganismos que se encuentran en la tierra activan las neuronas en el cerebro los cuales producen serotonina, un antidepresivo natural. Jugar con tierra, hace que los niños rían mas teniendo por resultado, niños mas felices.—*Kaboom*

PROYECTOS CON LODO

• Pistas de Lodo para Carros y Camiones.

¡Qué cosa más divertida poder juntar camiones de la basura, carros, excavadoras y otros vehículos para jugar con ellos en la tierra o el lodo!

- **Pozo de Lodo.** Si no te es fácil tener lodo al alcance, puedes crear tu propio pozo de lodo utilizando una piscina de plástico o una palangana. ¡Llénela con tierra para macetas, añade agua, y disfruta!



- **Cocina de Lodo.** Monta una cocina de lodo afuera. Utilizando cajas de cartón, un pedazo de madera, o tal vez usando un viejo juego de cocina. Crea una estufa, un lava platos, un horno, una mesa, y cualquier otra cosa en la que puedas pensar. Equípala con ollas y sartenes, bols, cucharas, y lodo. Para más ideas, visita www.muddyfaces.co.uk. Este sitio tiene, inclusive, recetas de cocina para hacer sopa de lodo, guiso de lodo, panquecitos de lodo (saca un molde viejo de panquecitos), torta de cumpleaños de lodo, y por supuesto, ¡tartas de lodo!



CONSEJO TRUCE PARA JUGAR CON LA FAMILIA

Desarrollar un ritual de apagar la pantalla para la familia. Aquí tiene algunas ideas:

- Contar todas las pantallas prendidas mientras las apaga.
- Ver si puede apagar todas las pantallas en un minuto o menos.
- Tener a la mano una caja o cesta en la cual colocar todas las pantallas portátiles durante la hora de jugar con la familia.

