



ideas para  
**JUGAR** en **FAMILIA**  
*dentro de casa*

1

# Hagamos un postre

# Helados

# de frutas

- ◉ 500g de pulpa de fruta de tu preferencia
- ◉ 3 tazas de agua hervida fría
- ◉ Azúcar al gusto
- ◉ 1 leche evaporada
- ◉ 4 yemas de huevo
- ◉ 2 tazas de leche bien helada



Licúa todo junto hasta que quede líquido y se lleva a congelar.

Puedes preparar cualquier postre con los ingredientes que tengas en casa y las frutas que más te gusten.

Practica hacer postres que incluyan Vitaminas C (naranja, limón, mandarina, camu camu, aguymanto, etc).

2

# Creando un sketch

Un sketch es una escena que puede ser actuada.

1

Piensa en una situación graciosa.

2

Crea el guion de la escena.

3

Si necesitas varios actores, incluye a los miembros de tu familia.

4

¡A la acción!

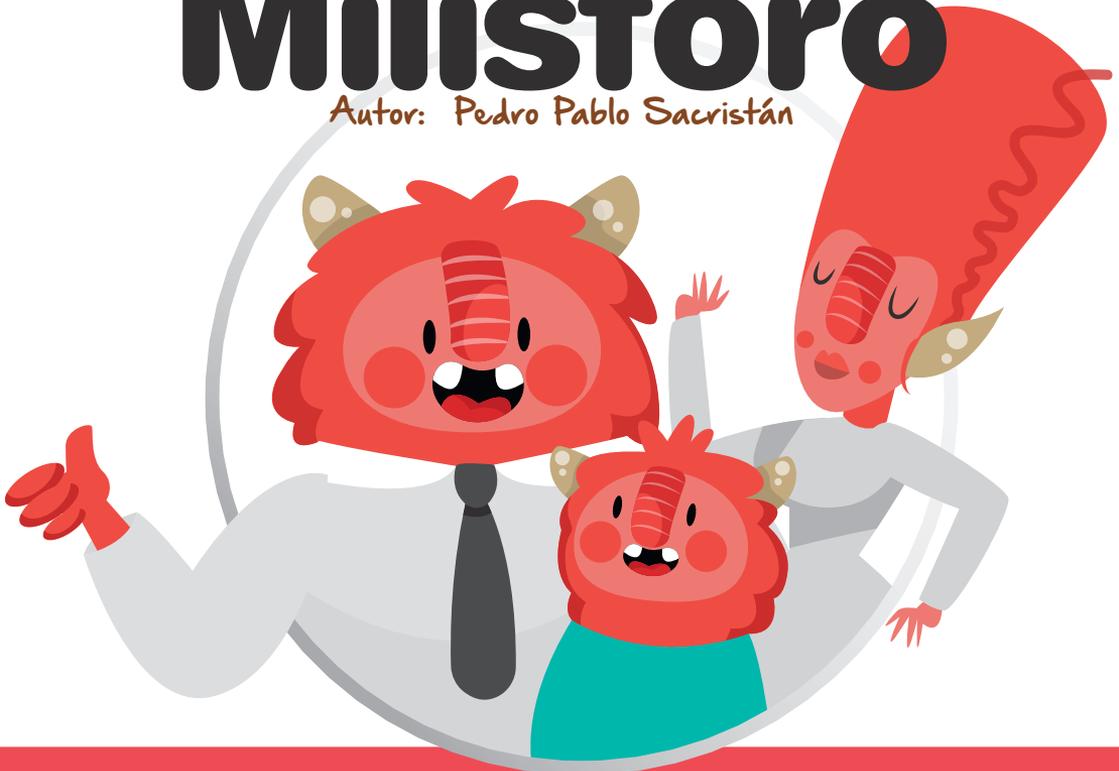


## Recreamos una historia

Después de leer tu cuento/libro favorito, elige los personajes y continúa con la historia o crea un final diferente.

# El Malvado Milisforo

Autor: Pedro Pablo Sacristán



**H**ubo una vez un villano tan malvado, llamado Milisforo, que ideó un plan para acabar con todas las cosas importantes del mundo.

Ayudado por sus grandes máquinas e inventos, consiguió arruinar a todos, pues inventó una poción que quitaba las ganas de trabajar.

También hizo que la gente no quisiera estar junta, pues a todos los infectó con un gas tan maloliente que cualquiera prefería quedarse en casa antes que encontrarse con alguien.

Cuando el mundo entero estuvo completamente patas arriba, comprobó que solo le quedaba una cosa por destruir para dominarlo completamente: las familias. Y es que, a pesar de todos sus inventos malvados, de sus gases y pociones, las familias seguían estando juntas. Y lo que más le fastidiaba era que todas resistían, sin importar cuántas personas había en cada una, donde vivían, o a qué se dedicaban.

Lo intentó haciendo las casas más pequeñas, pero las familias se apretaban en menos sitio. También destruyó la comida, pero igualmente las familias compartían lo poco que tenían. Y así continuó con sus maldades contra lo último que se le resistía en la tierra, pero nada dio resultado.

Hasta que finalmente descubrió cuál era la fuerza de todas las familias: todos se querían, y no había forma de cambiar eso. Y aunque trató de inventar algo para destruir el amor, Milisforo no los consiguió. Triste y contrariado por no haber podido dominar el mundo, se rindió y dejó que todo volviera a la normalidad.

Acabó tan deprimido el malvado Milisforo, que sólo se le ocurrió ir a llorar a casa de sus padres y contarles lo ocurrido. Y a pesar de todas las maldades que había hecho, corrieron a abrazarle, le perdonaron y le animaron a ser más bueno. Y es que, ¡hasta en la propia familia del malo más malo, todos se quieren y perdonan todo!

*¿No es una suerte tener una familia? Crea un final diferente, ¿cómo te gustaría que terminara tu cuento?*

## Haciendo mascarillas caseras

# Spa en casa

La miel es un excelente aliado para rejuvenecer la piel de cualquier parte del cuerpo, ya que nos aporta brillo. Para preparar esta mascarilla necesitamos:



01 cucharada de miel.



02 cucharadas de avena.

- ⦿ Mezclamos los ingredientes y lo aplicamos sobre el rostro.
- ⦿ Deja actuar por 15 minutos y enjuaga.
- ⦿ Puedes hacer diversas mezclas y divertirte con tod@s.

# Jugar voleibol

- ◉ Elige un lugar dentro de casa.

- ◉ Arma dos equipos.



- ◉ Jueguen a quien se les cae tres veces, el globo/ pelota, mientras los van eliminando.

- ◉ El equipo que se quede primero sin miembros pierde.

## Esconder mensajes por la casa



# Mapa del tesoro

- ⦿ Realiza tus pistas (por ejemplo: ordenar el cuarto, lavarse las manos por 20 segundos, etc.)
- ⦿ Cada pista estará escondida en lugares de la casa que usarán para el recorrido.
- ⦿ Finalmente, el objetivo es encontrar el tesoro, que puede ser un postre favorito.

Redecorar un  
ambiente de tu casa

# Haz tus propias macetas

Podemos hacer macetas con latas, plásticos,  
cajas de huevos. Usa tu imaginación.

1

Elige una botella  
plástica, lata de leche u  
otro objeto que no uses.



2

Corta con ayuda de una  
persona adulta y decórala  
usando tu creatividad.



# Inventar una coreografía

- ◉ Escoge la canción que más te gusta.
- ◉ Inventa nuevos pasos mientras cantas.

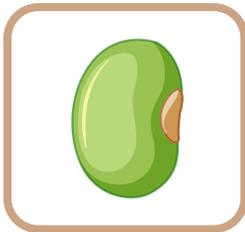


# ¡¡Plantemos Frejoles!!

Puedes plantar tu fruta o vegetal favorito.  
Elige las pepas de lo que comas.



Algodón



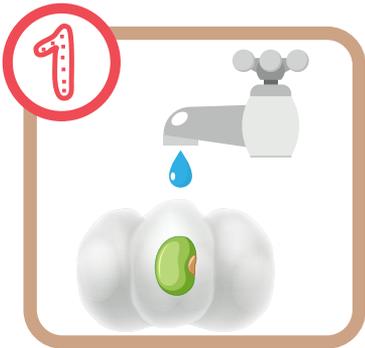
Frejol



Vaso



Agua



# Karaoke con palabras al azar

1

Elige una palabra al azar.

2

Cada integrante debe cantar una canción que contenga esa palabra.

3

El que gana elige un castigo al grupo perdedor. Ejemplo: hoy hace la cena o baile, etc.



# Desfile de Disfraces

Todo vale, abre el armario y juega con combinaciones imposibles. Desfilen y voten por quien lleva el mejor traje.



# Usando la imaginación



1

Cada persona hace un listado de sus propias cualidades o gustos.

2

Luego intercambian las listas de manera desordenada.

3

La persona que empieza debe representar las cualidades o gustos de la lista que le tocó.

4

Los demás deben adivinar de quien se trata.

# Hacer un Collage



1

Saca revistas viejas  
y/ o periódicos.

2

Con los recortes  
crea un personaje  
divertido o un paisaje.

# Frío y caliente

1

Esconde un objeto.

2

Otra persona lo debe buscar, con tu guía.

3

Para guiarlo, solo le dirás frío o caliente: “frío” significa que está lejos, “caliente” significa cerca.

4

Mientras más escondido esté ¡mejor!

5

¡A divertirse!



# Juego de congelados

① Escogan a una persona que dirija el juego.

② Los demás pueden moverse por toda la casa hasta que el que dirige diga: "congelado".

③ No puedes moverte, ni reírte, de lo contrario, pierdes.

④ Verificado que nadie se mueve se continúa el juego.

⑤ Si no, el que se movió toma el lugar de dirigir el juego.





ideas para  
**JUGAR** en **FAMILIA**  
*dentro de casa*