

Búsqueda activa de tesoros en casa



La búsqueda de tesoros es una actividad divertida que puede favorecer la curiosidad, el aprendizaje y la actividad física. Ya sea dentro o fuera de casa, hay un montón de cosas a nuestro alrededor para explorar.

Para actividades divertidas y sencillas que pueden hacer que las familias se muevan junto con los niños pequeños (página 1) y mayores (página 2) mientras están en casa, busquen los siguientes elementos y agregue sus propias ideas a la lista.

Para familias con niños más pequeños, intenten:

Búsqueda del arcoíris (incorpora los colores)

- Cuando encuentren un objeto **ROJO**, **CORRAN** sin desplazarse tan rápido como puedan por 10 segundos.
- Cuando encuentren un objeto **ANARANJADO**, que un adulto **ABRA** una ventana o una puerta para respirar aire fresco.
- Cuando encuentren un objeto **AMARILLO**, mantengan una pose de **YOGA** de su elección por 10 segundos.
- Cuando encuentren un objeto **VERDE**, arrastren los pies como un **GORILLA** (desciendan el cuerpo a una postura baja con las manos en el suelo y caminen por la habitación como un gorila) por 30 segundos.
- Cuando encuentren un objeto **AZUL**, **DÉ** a un miembro de su familia un vaso de agua.
- Cuando encuentren un objeto **MORADO**, **JUEGUE** un deporte imaginario con su familia actuando lanzar, atrapar, balancear, patear una pelota y jugar a la defensa.

Otros objetos para buscar

- Algo con ruedas
- Algo muy suave
- Algo redondo
- Algo brillante
- Algo que puedes leer
- Algo que huele bien

Otros movimientos

- Saltar
- Rebotar
- Piruetear
- Bailar
- Arrastrar los pies
- Gatear como los cangrejos (gateen con las manos en el suelo detrás de usted y las caderas elevadas del suelo).

Búsqueda activa de tesoros en casa

Para familias con niños mayores, intenten:

Búsqueda del arcoíris (incorpora vocabulario y escritura)

- Como familia, escoja una palabra o frase que quieran deletrear.
- Los jugadores se mueven alrededor de la casa para encontrar los objetos que empiezan con cada letra de la palabra o frase, en el orden correcto.

Ejemplo: la palabra es S-A-L-U-D-A-B-L-E

Los jugadores tienen que encontrar primero un objeto que comience con la "S" (por ejemplo, sombrero), luego con la letra "A" (por ejemplo, aguacate), "L" (por ejemplo, limón), etc.; hasta que todos los objetos se hayan encontrado para formar la palabra completa.

- Los jugadores deben llevar cada objeto a un área común para probar que encontraron el objeto con la letra correcta antes de ir a buscar el siguiente objeto.
- Los jugadores deben caminar rápidamente, correr, saltar o piruetear entre cada objeto.
- Los jugadores pueden hacer movimientos adicionales una vez que encuentren cada objeto antes de ir al siguiente, tales como saltos de tijeras, patadas con el talón, tiros en suspensión u otros movimientos que se encuentran aquí.

Variaciones

- Desafía a los miembros de la familia a una "carrera" y ve quién puede completar la búsqueda del tesoro más rápido; conviértalo en una competición entre individuos o entre equipos.
- Escoja una palabra o frase que sea relevante para usted.
- Para hacerlo más difícil, escoja una palabra larga con letras menos comunes (por ejemplo, V, Z).