

### Juegos de saltar

Si hay una actividad que toma mucha de nuestra energía, son los saltos. Afortunadamente, no se necesitan espacios amplios para realizar diversos juegos de saltos, por lo que viene muy bien para esos niños que necesitan sacar toda la energía que llevan dentro.

Hace unos días compartíamos en nuestro post de juegos y actividades para entretener a los niños en casa diversas ideas

**CON CINTA ADHESIVA** (De preferencia, habremos de utilizar una que sea fácil de remover y no dañe los pisos, como la que se usa cuando hacemos trabajos de pintura o remodelaciones en casa.)



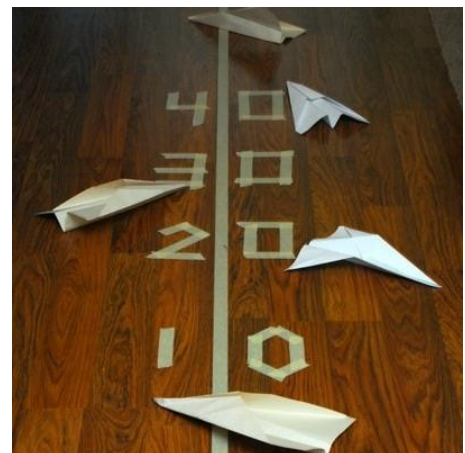
Los niños deberán competir "empujando" pompones pequeños utilizando una pajilla, a través de la cual soplarán, intentando no salirse de su carril.

Crear toda una línea de calles en el suelo de nuestra casa para que los niños puedan jugar con sus coches.



colocar seis líneas paralelas de cinta adhesiva. Los niños pueden jugar a saltar de una a otra con dos pies, con un pie, dando vueltas o saltando hacia atrás, y después subir la dificultad y tratar de brincar dos o tres líneas en lugar de solamente una.

Otra actividad divertida que podemos hacer colocando cinta adhesiva en el suelo, es este sencillo juego en el que los niños lanzarán avioncitos de papel. Se le puede darle un valor o puntaje a cada línea para hacerlo aún más interesante.



No solamente la cinta adhesiva puede ir en el piso, también podemos ingeniárnosla colocándola en el marco de alguna puerta o división que tengamos en casa en forma de telaraña para que los niños jueguen a lanzar bolitas de papel y sean "atrapadas" por la telaraña.



### **CON HOJAS DE PAPEL**

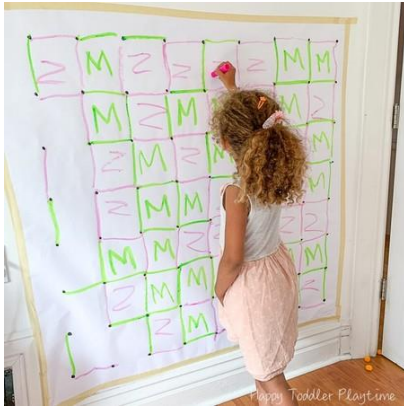
Otro material que podemos utilizar para juegos y actividades para los niños dentro de casa, son las hojas de papel. una actividad que las combina con cinta adhesiva, recortando figuras geométricas y uniéndolas con la que figura hecha con cinta que corresponde.

Esta idea que podemos hacer con un par de cartulinas, en la que simplemente los niños irán colocando pegatinas siguiendo la forma de las líneas.



Un juego clásico que nunca falla: ¡el suelo es lava volcánica! las zonas seguras serán hojas de papel pegadas en el suelo con cinta adhesiva y los niños deberán saltar de una a otra, ya sea caminando, corriendo o bailando, sin caer en la lava.





Esta idea con otro juego clásico en papel, en el que se toman turnos para dibujar una línea que una un punto a otro, y el que logre completar un cuadro coloca su inicial dentro, ganando quien llene más cuadros.

### **CON DESECHABLES**

Un material que usamos frecuentemente para [manualidades](#) son los desechables de papel o plástico, que también pueden ser de utilidad para realizar juegos divertidos, como este de construir un muro con vasos

Para añadir más emoción, podemos poner un límite de tiempo para hacerlo, y quien logre apilar más vasos gana.



Idea con platos desechables y el tubo del papel de cocina, en el que los chicos deberán lanzar los platos para tratar de que colocar la mayor cantidad posible dentro del tubo.

¿Y qué tal una competencia de lanzamiento de jabalina? Utilizando unos cuantos platos y pajillas, los niños podrán hacer unas mini olimpiadas, intentando lanzarlos lo más lejos posible



Además de estos materiales que solemos utilizar para manualidades y tareas de los niños, hay otros que tenemos en casa o solemos comprar con frecuencia y que pueden servir para que ellos jueguen. Por ejemplo, si guardamos los tubos de papel de baño, podemos hacer sellos con diferentes formas



También utilizando los tubos del papel de baño y una caja de cartón, podemos hacer este divertido juego, en el que los niños deberán guiar una pelotita a través de los diversos túneles.

Si compramos algunas esponjas sencillas, podemos recortarlas para hacer un juego que no solamente será divertido para los niños, sino que también ayudará a mejorar su coordinación, destreza y concentración

Otra alternativa que podemos hacer utilizando esponjas, es recortándolas con forma de figuras geométricas para que los niños tengan un juego de bloques



Si tenemos alimentos enlatados (seguro que sí, ahora que nos preparamos para tener comida suficiente mientras permanecemos estos días en casa), una actividad sencilla que puede mantener entretenidos a los niños es colocarles ligas o banditas elásticas

Y otra idea que podemos hacer, pero con las latas una vez vacías, es un juego de bolos



## **JUEGOS CON GLOBOS**

Los globos, además de ser muy llamativos y divertidos, son ligeros, silenciosos, no ensucian y a diferencia de un balón o pelota, no hay peligro de que puedan romper algo dentro de casa al momento de lanzarlos.

Algunos juegos que los niños pueden realizar utilizando globos dentro de casa son:

Voleibol

Tenis

Fútbol

Evitar que toque el suelo el mayor tiempo posible

"Equilibrarlo" sobre un dedo mientras caminamos de un lado a otro o damos vueltas a su alrededor

Caminar como pingüinos con el globo entre las piernas

Pasarlo de uno a otro tocándolo solo con una parte específica del cuerpo:  
la cabeza, el codo, la rodilla

## **JUGAR A LAS OLIMPIADAS**

Oficialmente este año no habrá Olimpiadas a causa de la cuarentena, pero esto no significa que no podamos organizar unas olimpiadas caseras. Algunas de las pruebas que pueden hacer son:

Salto de longitud

Salto de altura

Tiro de jabalina (utilizando pajillas)



Marcha atlética  
Lanzamiento de disco (con platos desechables)  
Carrera de obstáculos (utilizando los muebles de casa)  
Y desde luego, no podemos olvidar la premiación al final de cada prueba.



### **JUGAR AL ESCONDITE**

Un [juego popular infantil](#) de toda la vida que siempre resulta divertido para los peques, es el escondite. El jugador que atraparé a los otros debe taparse los ojos, colocarse de cara a la pared y contar hasta cierto número mientras los demás jugadores salen corriendo y se esconden. Una vez que termina de contar, comienza a buscar a los que están escondidos. Al encontrar a uno dice "por ... que está detrás de ..." y así hasta que encuentra a todos.



### **CARRERAS DE ANIMALITOS**

Quizás en casa no tengamos mucho espacio para realizar carreras muy largas (o carreras en lo absoluto), pero aún así podemos jugar a ellas utilizando un truco sencillo: que sean de animalitos. Así, el espacio necesario será más pequeño y los niños se cansarán más.

Algunas carreras de animalitos que podemos organizar son:

- Saltar como rana
- Caminar como pato
- Trotar como caballo
- Brincar como conejo
- Caminar como cangrejo
- Deslizarse como oruga
- Caminar como pingüino (con talones y rodillas juntos)

### **APRENDER COREOGRAFÍAS DE BAILE**

Y finalmente, algo que nunca falla para que los niños se diviertan al mismo tiempo que sacan toda esa energía llevan dentro: bailar. Podemos permitirles bailar libremente al ritmo de su música favorita, o si queremos elevar un poco la complejidad, buscar vídeos de coreografías de bailes para niños.