



ESTADO PLURINACIONAL DE
BOLIVIA

MINISTERIO DE JUSTICIA Y
TRANSPARENCIA INSTITUCIONAL

¡VOLVER A NUESTRO CENTRO INFANTIL ES DIVERTIDO!

ACTIVIDADES Y JUEGOS
PARA NIÑAS Y NIÑOS



unicef 
para cada infancia

75

ES TIEMPO DE VOLVER AL CENTRO INFANTIL

Sabemos que las niñas y niños vivieron días diferentes. Por ahora, es momento de volver a nuestro querido Centro de Desarrollo Infantil. Hagamos que este proceso sea divertido para todos, para esto ahora les presentamos actividades y juegos que harán pasar un momento entretenido a nuestras niñas y niños, conociéndolos un poco más al mismo tiempo.

Antes que todo, es importante que sigamos los consejos del documento de **Lineamientos para la Reapertura de Centros de Atención a la Primera Infancia en Tiempos de Emergencia Sanitaria por COVID-19** para que todos construyamos un ambiente seguro y positivo para nuestras niñas y niños.

**¡APRENDAMOS MÁS
DE NUESTRAS NIÑAS Y NIÑOS
JUGANDO!**

MINISTERIO DE JUSTICIA Y TRANSPARENCIA INSTITUCIONAL DEL ESTADO PLURINACIONAL DE BOLIVIA
AUTORIDADES NACIONALES

Dr. Iván Manolo Lima Magne
MINISTRO DE JUSTICIA Y TRANSPARENCIA INSTITUCIONAL

Lic. Miriam Julieta Huacani
VICEMINISTRA DE IGUALDAD DE OPORTUNIDADES

Dra. Ninoska Durán Burgoa
DIRECTORA GENERAL DE LA NIÑEZ Y PERSONAS ADULTAS MAYORES

PRESENTACIÓN

La Convención sobre los Derechos del Niño estipula en el artículo 31 que las niñas, niños y adolescentes tienen derecho al descanso y al esparcimiento, al juego y a las actividades recreativas propias de su edad, así como a participar libremente en la vida cultural y en las artes.

No obstante, la crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19 ha generado condiciones de aislamiento por temas de bioseguridad, que han impedido el ejercicio efectivo de este derecho humano, lo cual plantea desafíos importantes para el Sistema Plurinacional de Protección Integral de la Niña, Niño y Adolescentes - SIPPROINA y específicamente para el sistema de cuidados destinado a niñas y niños comprendidos en la primera infancia.

El cierre de centros infantiles a los que las y los infantes asistían de manera cotidiana, el confinamiento en sus hogares, los efectos directos e indirectos de las dificultades económicas, de salud y de tipo emocional que sufren las familias alteran de manera significativa el desarrollo integral y holístico de las niñas y niños más pequeños.

En este contexto, la cartilla que presentamos, propone actividades basadas en juegos y metodología lúdica que permitirá un regreso amigable, basado en un enfoque infantocéntrico. Este material es complementario a los **“Lineamientos para la Reapertura de Centros de Atención a la Primera Infancia en Tiempos de Emergencia Sanitaria por COVID-19”**, aprobado mediante Resolución Ministerial N°071/2021, de fecha 14 de junio de 2021, emitida por el Ministerio de Justicia y Transparencia Institucional como Ente Rector del Sistema de Protección.

Finalmente, creemos oportuno ratificar nuestro compromiso institucional para coadyuvar a que cada niña y niño tenga el derecho a desarrollar su máximo potencial, proceso que ocurre fundamentalmente los primeros años de sus vidas, razón por la cual la Primera Infancia, es una etapa primordial en la vida de cada ser humano.

Dr. Iván Manolo Lima Magne
MINISTRO DE JUSTICIA Y TRANSPARENCIA INSTITUCIONAL

OBJETIVO Y TEMÁTICAS



OBJETIVO:

Brindar orientaciones, dinámicas y juegos que permitan que las niñas y niños puedan retornar al centro infantil de una manera segura y cálida.

Las actividades y dinámicas se encuentran organizadas de la siguiente manera:

a)

SEGÚN LA EDAD
DE LAS NIÑAS Y NIÑOS.

EDADES:

- 1 Actividades para niñas y niños más pequeños de **0 a 2 años**.

b)

SEGÚN LA
TEMÁTICA.

TEMÁTICAS:

- 1 Adaptación y bienvenida.
- 2 Hábitos seguros y saludables.
- 3 Nuevas formas de juego.



ACTIVIDADES

**PARA NIÑAS Y NIÑOS
DE 0 A 2 AÑOS**

JUGUEMOS!

1. ADAPTACIÓN Y BIENVENIDA

ACTIVIDAD 1: LA HISTORIA DE MONITO

Algunos niños pueden dejar de hablar, cambiar su humor o, incluso, empezar a tartamudear, debido al estrés provocado por una situación de emergencia como esta pandemia. El cuento de 'El monito Parlanchín' puede ayudar.

CUENTO

Monito tenía mucho miedo por todo lo que oía en la televisión sobre el virus. Aunque su mamá le daba muchos abrazos para reconfortarle, a veces escuchaba frases de sus padres que le ponían aún más nervioso: "Nunca una enfermedad había sido tan terrible", "estuvimos meses encerrados en casa y talvez volvamos a estar encerrados". Tan preocupado y nervioso estaba que, de repente, Monito empezó a tartamudear al hablar.

Antes del confinamiento, Monito hablaba mucho, pero ahora no paraba de tartamudear, lo que preocupaba mucho a sus padres y vecinos. Tras un debate entre todos, se dieron cuenta de que las mejores herramientas para hacer sentir mejor a Monito eran los abrazos de sus padres, las llamadas de sus amigos, los juegos familiares y muchas otras cosas nuevas que se pueden hacer.

ACTIVIDAD 2: MI RETRATO

Realice un círculo con las niñas y niños donde todos tengan acceso al material de trabajo y también puedan hablar unos con otros.



Materiales: Hojas, lápices, papel grande, bolígrafos, pegamento.

Procedimiento:

- Invíteles a dibujar su retrato en una hoja y nombrar sus datos más importantes.
- Luego pueden pegar los dibujos en un papelógrafo o en una pared y comenten: ¿En qué nos parecemos?, ¿En qué somos distintos?, ¿Qué nos llama la atención?

Preguntas guía:

¿Quién soy yo?

¿Cómo me llamo?

¿Qué edad tengo?

¿Qué es lo que más me gusta?

¿Qué cualidades tengo?

¿Cuál es mi principal característica?

2. HÁBITOS SEGUROS Y SALUDABLES

ACTIVIDAD 1: LAVADO DE MANOS

Debemos hacer que el lavado de manos sea una actividad divertida para nuestras niñas y niños.

En nuestro cuerpo, las manos son la principal vía por la cual ingresan las bacterias, virus o microbios.

Ahora veamos los siguientes pasos para convertir el lavado de manos en un juego divertido para nuestras niñas y niños.

Procedimiento:

- **Paso 1:** Primero debemos mojar bien las manos y luego enjabonarlas.
- **Paso 2:** Al jabonar, no olvidemos de pasar el jaboncillo por las palmas y el dorso de las manos.
- **Paso 3:** Imaginemos que las manos son tortugas y frota los dorsos de tus manos, como si los estuvieras acariciando. Ahora imaginemos que las manos son montañas y cruza tus dedos, formando una montaña con ellos, para limpiar bien la suciedad que se quedó entre los dedos. Por último, imaginemos que las manos son como lobos y frota la punta de tus dedos en la palma para limpiar tus uñas.
- **Paso 4:** Enjuagar, hasta que no quede jaboncillo en las manos; debemos contar por lo menos hasta 20 mientras lo hacemos.
- **Paso 5:** Seca las manos con una toalla limpia.
- **Paso 6:** Debemos recordar cortar las uñas frecuentemente, para evitar que la suciedad se quede en ellas.

También podemos acompañar el proceso con canciones comunes para hacer el proceso más dinámico.

ACTIVIDAD 2: CUÁNDO DEBEMOS LAVARNOS LAS MANOS

Identifiquemos y repasemos en qué momentos o en qué situaciones debemos lavarnos las manos.

Nombremos en voz alta con todas nuestras niñas y niños los “momentos importantes” en los cuales debemos lavarnos las manos, usemos la siguiente lamina como referencia.



Antes de tocarse la cara



Antes de preparar y comer los alimentos



Después de ir al baño



Luego de estar en zonas públicas



Antes y después de cambiar pañales



Después de toser o estornudar



Después de visitar o atender una persona enferma



Después de tocar dinero o llaves



Después de tirar la basura



Después de utilizar el transporte público



Después de estar con mascotas



Después de tocar pasamanos o manijas de puertas

3. NUEVAS FORMAS DE JUEGO

ACTIVIDAD 1: APRENDAMOS NUEVOS JUEGOS 1

Se recomienda realizar juegos, dinámicas evitando en lo posible el contacto físico, podemos realizar las siguientes actividades:

1. Cantar y bailar

Para cantar y bailar no necesitamos para nada el contacto. Si lo van a hacer al aire libre, pueden trazar con tiza un círculo para que cada participante tenga espacio suficiente para su baile y se mantenga el distanciamiento físico. Otra variante de esta actividad sería que un niño baile o cante y el resto intente adivinar de qué canción se trata.

2. ¿Quién soy?

Es muy sencillo, lo único que hay que hacer es echar mano de la imaginación para crear un escenario imaginario o convertirse en un personaje. La niña o niño hablará sobre lo que se ha inventado y el resto le haremos preguntas cortas para adivinarlo.

3. Veo, veo, ¿qué ves?

Los juegos clásicos como las adivinanzas, contar chistes o el veo veo, son también una gran idea para disfrutar con las niñas y niños. Igual que en el otro ejemplo, puedes trazar con tiza una línea en el suelo para indicar dónde se tiene que poner cada niña o niño.

4. El juego de las imitaciones

Se puede jugar de muchas formas: imitar a los amigos, a las educadoras, a personajes famosos... podemos imitar a alguien y que las niñas y niños traten de averiguar quién es, o podemos incluso, con permiso de papá y mamá, grabar en vídeo las imitaciones para después pasar un rato de risas viéndolo juntos. Este es un juego estupendo también para jugar en las videollamadas que hagamos.

ACTIVIDADES

**PARA NIÑAS Y NIÑOS
DE 3 A 5 AÑOS**

JUGUEMOS!



1. ADAPTACIÓN Y BIENVENIDA

ACTIVIDAD 1: LO QUE PUEDO Y ME GUSTA HACER

Organice las mesas de trabajo de tal manera que las niñas y niños puedan comunicarse entre ellos y cada uno cuente a los demás aquello para lo cual tiene facilidades y le gusta hacer.

Materiales: Marcadores, papelógrafos

Procedimiento:

Preguntas guía:

¿Para qué soy buena, para qué soy bueno?

¿Dónde está mi fuerte?

¿Para qué soy capísima o capísimo?

¿Cómo me siento cuando hago lo que me gusta?

Registre en un papelógrafo o en el pizarrón lo que dicen:

María es buena para jugar fútbol.

Pedro es bacán para jugar en el celular.

Juan sabe tocar guitarra.

En conjunto vean cómo cada una de las niñas y niños tiene cualidades valiosas. Debemos tomarnos el tiempo para felicitarles y motivarles a valorar estas cualidades que los distinguen. Ejemplo: Desarrollar una exposición o día para compartir con cosas hechas por las niñas o niños y que demuestren que son las cosas que más les gusta hacer.

ACTIVIDAD 2: MI CUERPO Y YO

Realice un círculo con las niñas y niños y conversen acerca de cómo el cuerpo refleja lo que ellos sienten.

Estimule la participación de las niñas y niños con las siguientes preguntas:

¿Qué le pasa a mi cuerpo cuando siento frío? ¿Cuándo siento calor?

¿Qué le pasa a mi cuerpo cuando estoy enojado, enojada?

¿Qué le pasa a mi cuerpo cuando tengo miedo?

¿Qué le pasa a mi cuerpo cuando siento dolor?

¿Qué le pasa a mi cuerpo cuando siento alegría?

¿Qué le pasa a mi cuerpo cuando tengo rabia?

¿Qué le pasa a mi cuerpo cuando estoy enfermo, enferma?

¿Qué le pasa a mi cuerpo cuando no lo cuido?

Propóngales jugar a la mímica. Una niña o niño expresa algún sentimiento, alguna emoción o sensación con el cuerpo y el resto trata de adivinar qué quiso expresar.

Para terminar, pídales que contesten las preguntas: ¿Por qué es importante cuidar y querer nuestro cuerpo? ¿Qué descubrimos al hacer esta actividad?

ACTIVIDAD 3: DIBUJO MIS EMOCIONES

Organizamos el ambiente o el salón para que cada niña o niño esté en una posición cómoda para dibujar y tenga acceso a todos lo necesario.

Materiales: Hojas, lápices, papel grande, bolígrafos, pegamento.

Un recurso fantástico para regular y apaciguar las emociones fuertes es dibujarlas mientras las estamos experimentando. Eso ayuda a cambiar de actividad y descargar nuestra emoción de una forma sana y segura para todos.

- Debemos colocar lápices, colores y una hoja o montón de papeles en un lugar accesible para las niñas y niños. Les contamos previamente que pueden acudir a dibujar cualquier emoción que sientan en ese momento.
- Pueden garabatear o hacer dibujos más relajados. También pueden romper, arrugar o rasgar el dibujo una vez acabado. Así como hacer más de uno si lo necesitan. Todo se vale.

CONSEJO:

Está bien que acompañemos a las niñas y niños mientras dibujan y vayamos reforzando y verbalizando sus sentimientos: "Vaya, ¿Así es como estás de enojada o enojado?, ¡Eso es mucho!"; "A ver muéstrame qué tan enojada o enojado estás", "¿También sientes miedo?", "A ver haz otro dibujo", "Bueno entonces también te sientes triste, ¿no?"



2. HÁBITOS SEGUROS Y SALUDABLES

ACTIVIDAD 1: LAVADO DE MANOS

Debemos hacer que el lavado de manos sea una actividad divertida para nuestras niñas y niños.

En nuestro cuerpo, las manos son la principal vía por la cual ingresan las bacterias, virus o microbios.

Ahora veamos los siguientes pasos para convertir el lavado de manos en un juego divertido para nuestras niñas y niños.

Procedimiento:

- **Paso 1:** Primero debemos mojar bien las manos y luego enjabonarlas.
- **Paso 2:** Al jabonar, no olvidemos de pasar el jaboncillo por las palmas y el dorso de las manos.
- **Paso 3:** Imaginemos que las manos son tortugas y frota los dorsos de tus manos, como si los estuvieras acariciando. Ahora imaginemos que las manos son montañas y cruza tus dedos, formando una montaña con ellos, para limpiar bien la suciedad que se quedó entre los dedos. Por último, imaginemos que las manos son como lobos y frota la punta de tus dedos en la palma para limpiar tus uñas.
- **Paso 4:** Enjuagar, hasta que no quede jaboncillo en las manos; debemos contar por lo menos hasta 20 mientras lo hacemos.
- **Paso 5:** Seca las manos con una toalla limpia.
- **Paso 6:** Debemos recordar cortar las uñas frecuentemente, para evitar que la suciedad se quede en ellas.

También podemos acompañar el proceso con canciones comunes para hacer el proceso más dinámico.

ACTIVIDAD 2: CUÁNDO DEBEMOS LAVARNOS LAS MANOS

Identifiquemos y repasemos en qué momentos o en qué situaciones debemos lavarnos las manos.

Nombremos en voz alta con todas nuestras niñas y niños los “momentos críticos” en los cuales debemos lavarnos las manos, usemos la siguiente lamina como referencia.



Antes de tocarse la cara



Antes de preparar y comer los alimentos



Después de ir al baño



Luego de estar en zonas públicas



Antes y después de cambiar pañales



Después de toser o estornudar



Después de visitar o atender una persona enferma



Después de tocar dinero o llaves



Después de tirar la basura



Después de utilizar el transporte público



Después de estar con mascotas



Después de tocar pasamanos o manijas de puertas

ACTIVIDAD 3: NUEVOS SALUDOS

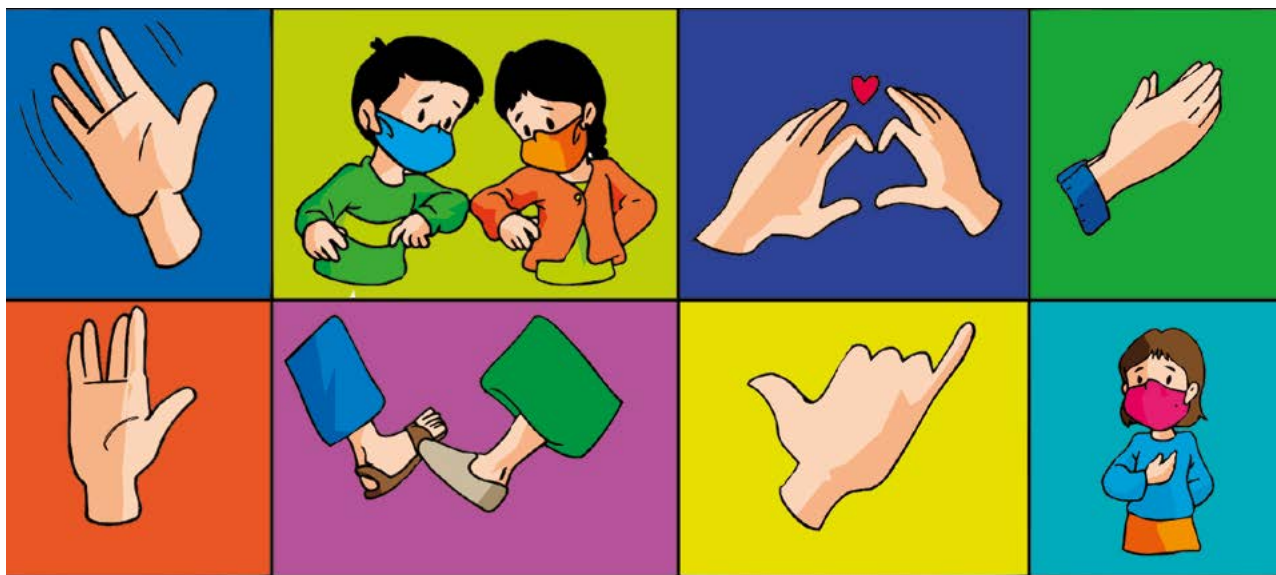
Aprendamos con nuestras niñas y niños nuevas formas de saludar.

Procedimiento

- Nos organizamos en el aula o ambiente de trabajo para que cada niña y niño pueda moverse con facilidad.
- Les invitamos a participar explicando que esto es un juego. Podemos utilizar la siguiente premisa:

Ahora vamos a practicar nuevas formas de saludos y elegir la que más nos guste. Podemos probar varias y practicar entre nosotros. Estos saludos son muy divertidos y nos ayudarán a estar más seguros.

Como guía o referencia para la dinámica, podemos demostrar y comenzar la misma demostrando cada uno de los saludos antes de que cada niña o niño los practique. Debemos hacer énfasis en que estos saludos están realizados para que se evite el contacto corporal innecesario.



ACTIVIDAD 4: RUTINAS SALUDABLES

Aprendamos con nuestras niñas y niños nuevas rutinas saludables.

- Un buen descanso, una alimentación sana y una rutina de ejercicios no deben faltar cuando de autocuidado de niñas y niños se trata.
- Debemos hablarles y explicarles para que entiendan los beneficios de una buena rutina de sueño. Se recomienda que las niñas y niños pequeños duerman entre 10 y 13 horas diarias (incluyendo las siestas).
- Debemos hablarles también acerca de que la alimentación saludable tiene mucho que ver con el cuidado del cuerpo, con su energía y con su salud. Fomentar el consumo de comida hecha en casa, saludable, pasar tiempo en familia, actividades para que la creatividad sea ejercitada al máximo, retroalimentando su satisfacción mediante elogios y felicitaciones.

Procedimiento:

En la siguiente lámina, la cual podemos trabajar de manera grupal o individual, vamos a ir nombrando qué significan cada una de estas imágenes y cómo ayudan a nuestro cuerpo a estar más sano y saludable.



3. NUEVAS FORMAS DE JUEGO

ACTIVIDAD 1: APRENDAMOS NUEVOS JUEGOS

Continuemos viendo alternativas de formas de juego con nuestras niñas y niños.

Se recomienda realizar juegos, dinámicas y actividades evitando en lo posible el contacto físico, podemos realizar las siguientes actividades:

- **1. El juego de las películas**

Uno piensa una película y, sin decir ninguna palabra, tiene que representarla con gestos para que los demás la adivinen, el primero en hacerlo será el siguiente en representar una nueva película o serie de dibujos animados.

- **2. ¿Qué tengo en la cabeza?**

En unos pequeños papeles escribimos palabras de la misma temática, por ejemplo, animales de la selva. Cada niña o niño se pega uno en la frente, por turnos, le daremos pistas para ver si adivina qué tiene en la cabeza, También podemos jugar a adivinar números.

- **3. Búsqueda del tesoro**

Este es uno de los juegos que más suele gustar a niñas y niños. Para asegurarnos de que en verdad mantienen la distancia necesaria, lo que se puede hacer es decir que se dividan por parejas, uno esconderá el tesoro y el otro lo tendrá que buscar, así no correrán todos juntos al mismo lugar.



"El retorno a las actividades realizadas por los Centros de Atención a la Primera Infancia debe darse de manera segura, planificada e inclusiva sin poner en riesgo a nuestras niñas, niños ni al personal de los mismos."



ESTADO PLURINACIONAL DE
BOLIVIA

MINISTERIO DE JUSTICIA Y
TRANSPARENCIA INSTITUCIONAL

 [ministeriodejusticia.bo](https://www.ministeriodejusticia.bo)

 [@MinJusticiaBol](https://twitter.com/MinJusticiaBol)

 [ministeriojusticiabo](https://www.youtube.com/ministeriojusticiabo)

unicef 

para cada infancia



lapaz@unicef.org
www.unicef.org/bolivia