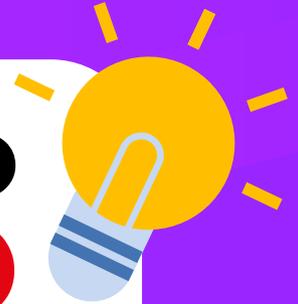


GUÍA SALIDA SEGURA

¿Qué puedo  
**HACER**  
durante la caminata?





Caminar con nuestros hijos es **una gran oportunidad** para interactuar y pasar tiempo con ellos. Aquí tenemos algunas **actividades** que se pueden hacer con los niños para distraernos un poco **mientras caminamos.**

1

Contarles sobre anécdotas y cosas que nos pasaron cuando éramos pequeños. Los niños sienten gran curiosidad por saber cómo sus padres experimentaron las cosas cuando eran más pequeños. Esto puede ayudar a reforzar el sentido de familia a través de historias y narraciones familiares.

2

“El primero que ve...” Este sencillo juego consiste en pedirle al niño que mire con atención su entorno en busca de lo que uno le pide. ¿Un carro amarillo? ¿Un árbol torcido? ¿Un edificio azul? Muchas opciones para pasar un rato divertido. Puedes decirle a él/ella que también te proponga objetos.

3

Adivinanzas.  
Un recurso sencillo y divertido.

4

“Adivina la canción”. El adulto tararea una canción y luego le pregunta al niño cuál era. Pueden tomar turnos para hacerlo. Hay muchas canciones conocidas por los niños.

5

“Atento a los sonidos a mi alrededor”. Este juego permite estimular el sentido auditivo. Pídele a tu pequeño que ponga atención a todo lo que escucha: ¿un perro ladrando? ¿la bocina de los carros? ¿pajaritos cantando? ¿el agua fluyendo en una acequia? Un sinfín de posibilidades.

6

“Sintiendo mi corazón”. Propón a tu niño que salten por un minuto en su mismo sitio; luego pídele que te diga lo que siente. Con sus ojos cerrados, pon sus manos en su pecho para sentir su corazón y pregúntale que sintió. Después puedes explicarle cómo funciona el corazón.

7

“Inventándonos un cuento” Alguien piensa un título para un cuento. En base al título, la siguiente persona comienza con la primera frase del cuento: «Érase una vez...». El que puso el título continúa y así sucesivamente. Pueden conseguir historias muy peculiares.

8

Estiramientos  
mientras camino.

9

“Yan, quen, po”.

10

Juegos de movimiento mientras caminan. Anima a tus hijos a realizar juegos que impliquen movimientos físicos mientras caminan. Pueden caminar como robot, como un elefante o como un avión. La imaginación es el límite.





Más información: [c.barrantes@terredeshommessuisse.ch](mailto:c.barrantes@terredeshommessuisse.ch)



Daniel A. Carrión Nº 866 1 º piso, Magdalena del Mar, Lima. Teléfono: 01-463-1911



<https://terredeshommessuisse.org.pe>

<https://www.facebook.com/tdhsperu>

