

# JUEGA Y APRENDE

## SEGUNDO Y TERCERO DE EGB



### ACTIVIDADES RECREATIVAS PARA EL BUEN USO DEL TIEMPO LIBRE Divirtiéndonos con los sentidos

## 1. Teatro de sombras

**Objetivo:** Desarrollar la creatividad y las capacidades motrices de las y los estudiantes con la construcción de personajes para el teatro de sombras.

**Logros esperados:**

- Comprender el sentido de la luz, la sombra, las formas y figuras.
- Expresar y comunicar emociones e ideas al crear historias para el teatro de sombras.

**Tiempo:** 1 hora

**Materiales:**

- Cartulinas recicladas
- Cinta adhesiva
- Lámpara, linterna o vela
- Tijeras
- Palos de pincho o helado (puede ser un esfero o lápiz)
- Lápiz o esfero para dibujar.

**Descripción:**

1. Buscamos una lámpara, linterna o vela (para utilizar velas debes estar junto a un adulto), la prendemos direccionando la luz a la pared, apagamos la luz del cuarto y jugamos con las formas que pueden crear nuestras manos. De acuerdo con la posición de las manos y a los movimientos podemos crear figuras, animales, personas, objetos, etc.
2. Dibujamos en una cartulina o papel reciclado (preferiblemente rígido) los personajes que queremos hacer para nuestro teatro de sombras.

3. Recortamos las siluetas y las pegamos con cinta adhesiva a un palo de helado, palo de pincho, esfero, sorbete reciclado, etc.  
El teatro de sombras es un espectáculo que consiste en presentar una historia con marionetas o nuestro propio cuerpo, generando sombras con una lámpara o luz sobre una superficie lisa y clara.
4. Es hora de crear historias con los personajes y la sombra de nuestras manos que se transformarán en obras de teatro.
5. Podemos presentar nuestra historia a familiares e invitarlos a crear más historias.

## 2. Ensalada de garbanzo

**Objetivo:** Incorporar en nuestra dieta diaria diferentes tipos de ensaladas nutritivas, en este caso el ingrediente principal es el garbanzo, el cual es una fuente de proteína y contiene vitaminas B1, B2, B9, C, E y K, así también minerales como el calcio, el zinc, magnesio, hierro, potasio y fósforo.

### Ingredientes:

- 1 taza de garbanzo (la noche anterior dejamos en remojo con abundante agua)
- 2 tomates riñón (rojos)
- 1 cebolla perla
- 1 aguacate
- 2 limones
- 3 cucharadas de aceite
- Sal y pimienta al gusto
- 1 cucharadita de mostaza
- Lechuga para servir (opcional)
- 1 lata de atún (opcional)

### Implementos:

- 1 olla para cocinar el garbanzo.
- 1 recipiente grande donde vamos a mezclar todos los ingredientes
- 1 taza para mezclar el aderezo
- 1 cuchillo para picar.
- tabla de picar.
- 1 cuchara para mezclar todo.

### Preparación:

1. Lava tus manos con agua y jabón.
2. Coloca todos los ingredientes y los implementos necesarios sobre la mesa bien limpia.
3. Enciende la cocina con ayuda de un adulto y cocina el garbanzo en abundante agua, colócale un poco de sal, espera hasta que esté suave, pero que no se deshaga.
4. Cuando esté listo el garbanzo, escurre el agua con ayuda de un adulto, puedes hacerlo con un cernidor y luego deja enfriar.

5. Lava la cebolla, los tomates el aguacate y con ayuda de un adulto, pica estos ingredientes en cubos pequeños, cuando los tengas picados colócalos en el recipiente de la ensalada.
6. Coloca en el recipiente los garbanzos y si deseas el atún, esto es opcional, mezcla todo.
7. Después, exprime los limones y coloca el sumo de limón en la taza, agrégale las cucharadas de aceite, la cuchaaradita de mostaza , la sal y la pimienta al gusto.
8. Coloca el adereso en la ensalada para darle sabor mezcla bien todo.
9. Finalmente, una opción para servirla es, dentro de una hoja de lechuga, recuerda labar muy bien la lechuga.
10. Comparte con tu familia. Cuéntales cómo preparaste esta ensalada, y cómo te sentiste al hacerla.
11. Pregunta a tu familia el costo de cada uno de los ingredientes, podrás notar que es una ensalada rica y económica. Además puedes usar esta ensalada para acompañarla con tu platos de comida diarios.
12. Puedes ser muy creativo para preparar esta rica ensalada si no tienes alguno de los ingredientes, puedes hacerla con lo que tengas en tu cocina.

### Nuestra apreciación del trabajo que realizamos

En el siguiente cuadro evaluaremos:

Reflexiones	Sí, lo hago muy bien	Sí, pero puedo mejorarlo	Lo hago con dificultad	Necesito ayuda para hacerlo
¿Entiendo y sigo paso a paso la receta?				
¿reconozco el valor nutricional del garbanzo?				
¿Trabajo con buena actitud?				

## 3. Mermelada de guayaba

- **Objetivo:** Preparar dulces nutritivos ideales para servirse en cualquier momento del día.

La guayaba es una fruta rica en vitaminas A, E, D12 y especialmente en **vitamina C**, incluso más que los cítricos. También es rica en hierro, cobre, calcio, magnesio, potasio, manganeso y fósforo. La fruta posee altas dosis de ácido ascórbico, compuesto que ayuda a combatir diversas enfermedades degenerativas. La guayaba es además una fuente de fibra para el organismo.

#### Ingredientes:

- 10 guayabas
- 1 taza de azúcar
- ½ taza de agua
- Canela en rama (opcional)

**Implementos:**

- Licuadora
- 1 cernidor
- 1 olla
- 1 cuchara grande para mezclar (de preferencia de palo)
- 1 recipiente con tapa
- 1 cuchillo

**Preparación:**

13. Lavarnos las manos con agua y jabón.
14. Coloca todos los ingredientes y los implementos necesarios sobre la mesa bien limpia.
15. Lava y pela las guayabas con ayuda de un adulto.
16. Coloca dos guayabas en la licuadora con agua y licúa hasta que se deshagan, luego añade una a una las demás guayabas, hasta que todo quede hecho puré.
17. En la olla cierne el puré de guayaba, hasta que queden solo las pepas en el cernidor.
18. Cuando tengas la pulpa de la guayaba sin pepas coloca el azúcar y la rama de canela.
19. Enciende la cocina con ayuda de un adulto y coloca la olla a fuego bajo, mezcla todo el tiempo porque se puede quemar.
20. La mermelada comenzará a espesarse, seguimos mezclando hasta que pasemos la cuchara por el fondo de la olla y la mermelada forme un camino.
21. Otra manera de saber si la mermelada está lista es colocar un poco de mermelada en una taza de agua fría, si la mermelada no se espesa por toda la taza, ya está lista.
22. Deja que se enfríe la mermelada y luego colócala en un recipiente que tenga tapa, para que luego puedas guardarlo en la refrigeradora y consumirlo en los siguientes días.
23. Finalmente coloca la mermelada de guayaba con unas galletas de sal o con pan y comparte con toda tu familia.

## 4. Pintura mágica

**Objetivo:** Experimentar y descubrir cómo realizar dibujos secretos que luego serán descubiertos gracias a la diferencia de densidad entre el agua y el aceite.

**Logros esperados:**

- Desarrollar habilidades de motrices al dibujar y pintar.
- Entender cómo funciona la técnica al usar materiales grasos y materiales a base de agua.
- Despertar la creatividad al realizar diferentes dibujos secretos para que sean descubiertos por otras personas.

Sabías qué... el agua y el aceite o grasa, no se juntan por su diferencia de densidad, eso quiere decir que, si colocas en un recipiente un poco de agua y aceite, agitas bien, veras que poco a poco se vuelven a separar. Por esta razón este fenómeno es muy utilizado para realizar experimentos o elaborar material artístico como lo vas a realizar ahora tú.

**Tiempo:** 1 hora

**Materiales:**

- Cartulinas u hojas de papel bond
- Crayón blanco o vela
- Pintura acrílica témperas o acuarelas. Esto es opcional porque podemos usar pigmentos naturales como el color que obtenemos de la remolacha, la mora, frutilla, etc.
- Recipientes para las pinturas de ser necesario. (recipientes reciclados)
- Pincel (opcional, también se puede pintar con los dedos)
- Agua y trapos para limpiar de ser necesario

**Descripción:**

1. Coloca todos los materiales necesarios sobre la mesa, si prefieres forrar la mesa con papel periódico reciclado para evitar que se manche de pintura.
2. Ahora, dibuja o escribe sobre la cartulina con el crayon o vela, podrás notar que no se ve mucho lo que dibujas, así que debes poner mucha atención.
3. Cuando hayas terminado tu dibujo o escrito, con el pincel o con tus dedos, coloca pintura o pigmento natural sobre la cartulina. Intenta cubrir todo la cartulina con pintura para poder descubrir lo que dibujaste. ¿parece magia verdad? si deseas puedes aplicar solo un color, tambien puedes aplicar varios colores sobre la superficie.
4. Ahora puedes hacer magia frente a algún familiar. Te explicaré como:
  - Primero, realiza un dibujo o escribe una palabra en una hoja o cartulina con el crayón o vela, sin que te vea la persona a la que vas a hacer el truco.
  - Cuando termines , muestrale la hoja, indícale que no hay ningún dibujo en la hoja, pero que con magia podrás descubrir un dibujo secreto
  - Pide que diga las palabras mágicas ... e inventa tú cualquier frase sugestiva.
  - Finalmente invítalo/a a pintar sobre la hoja con las pinturas acrílicas o pigmentos naturales hasta que pueda descubrir el dibujo que realizaste.
5. Comparte esta experiencia con tu familia, cuéntales como te sentiste al realizar esta actividad e invítalos a hacer magia juntos.

## 5. Creando y armando rompecabezas

**Objetivo:** Construir un rompecabezas para desarrollar habilidades físicas, cognitivas y emocionales.

**Logros esperados:**

- Desarrollar habilidades creativas, espaciales y motrices.
- Entender como es la construcción de un rompecabezas desde cero, sus formas y posición de cada pieza.
- Ser creativos al momento de dibujar el rompecabezas y de diseñar las formas de las piezas.

¿Sabías qué...? Armar rompecabezas además de ser divertido, adquieres varios beneficios como: habilidades en la coordinación entre los ojos y tus manos, solucionar problemas al buscar donde encaja cada pieza de una manera lógica, desarrollo de la memoria al recordar el color, tamaño y forma de cada pieza, habilidades motoras gruesas, y adicionalmente desarrollas estrategias para lograr el objetivo final que es armar todo el rompecabezas, en donde forma parte el lado emocional.

**Tiempo:** 1 hora

**Materiales:**

- 1 hoja de papel bond o cartulina tamaño A4 (puede ser más grande)
- 1 cartón de tamaño A4
- Esfero, marcador o lápiz
- Lápices de color, témperas, pintura acrílica o acuarela.
- Estilete o tijera
- Goma
- Regla (opcional)

**Descripción:**

1. Recolecta todos los materiales necesarios para construir el rompecabezas y colócalos sobre la mesa.
2. Sobre la hoja de papel bond o cartulina, dibuja lo que desees será tu rompecabezas, por ejemplo: un paisaje, tu animal favorito, un plato de comida que te guste, el retrato de algún familiar o amigo, etc.
3. Cuando hayas terminado de dibujar puedes colorearlo o pintarlo con acuarelas o pinturas.
4. Luego, coloca goma en la parte posterior de la hoja que dibujaste y coloca esta hoja encima del cartón. Espera que se seque bien.
5. Con un marcador un poco grueso o un esfero, realiza diferentes formas, las mismas que serán las piezas de tu rompecabezas, puedes utilizar la regla para medir y formar

- cuadrados o rectángulos del mismo tamaño, también puedes realizar otras formas, todo dependerá de tu imaginación.
6. Cuando hayas dibujado las formas, llegó el momento de recortarlas con ayuda de un adulto, puede ser con el estilete o la tijera.
  7. Es momento de armar tu rompecabezas, para esto debes contar y mezclar las piezas para amentar la dificultad.
  8. Cuando hayas armado todo puedes mostrarlo a tu familia.
  9. Invita a tu familia a armar los rompecabezas juntos, esta es una buena oportunidad para divertirse y realizar actividades entretenidas en familia.

## 6. Actividades

### Actividad 1

#### El niño y la cometa

Dámaso Alonso

El niño se sonreía  
—mano inhábil, ojo atento—  
y la cometa en el viento  
—su corazón— se cernía.

Ave, cometa, de un día,  
su corazón soñoliento,  
pues el corazón quería  
huir —pero no podía,  
pero no sabía— al viento.

Fuente: Varios autores. (1980). El mundo de los niños. Poesías y canciones. España: Salvat Editores S.A.

#### **Actividad:** El secreto de las cometas

Las cometas se inventaron en China hace más de tres mil años. Los soldados las utilizaban para enviar mensajes o instrucciones, realizando ciertos movimientos que sólo sus compañeros podían comprender.

Escribe una historia en la que dos personas tienen que comunicarse usando sus cometas. Nadie debe conocer el secreto que comparten. ¿Cuál es el mensaje que ocultan? ¿Por qué es tan importante que no los descubran?

## Actividad 2

### Trompo

Óscar Alfaro

Lanzado por un cintillo  
cayó del cielo serrano  
el iris como un ovillo  
para bailar en mi mano.

Y el trompo suelta collares  
de notas y de rumores,  
las notas se hacen colores  
y los colores, cantares.

Es un clarísimo prisma  
y un remolino que ronda  
como una canción redonda  
que gira sobre sí misma.

Y por un solo segundo  
yo soy un dios soberano  
que hace bailar en su mano  
el trompo inmenso del mundo.

Fuente: <https://goo.gl/NbkwzP>

### **Actividad:** Viejos juguetes de la familia

Los trompos son juguetes antiguos, muy utilizados hace varios años. ¿Has visto o has jugado con un trompo alguna vez? ¿Sabes de algún otro juguete que fuera popular cuando tus padres o tus abuelos eran niños?

Escribe un cuento divertido, extraño o terrorífico sobre algún juguete viejo. Puedes inventar cualquier cosa o, si quieres, preguntarle a una persona adulta si recuerda alguna historia interesante sobre esto.



### Actividad 3

#### A mi amigo diente

María Fernanda Heredia

Hace una semana perdí un diente de leche. Mamá me dijo emocionada:  
–Colócalo bajo tu almohada y mañana recibirás una sorpresa del ratón Miguelito.

Así lo hice, y a la mañana siguiente, apenas desperté, retiré la almohada de su sitio y algo terrible había sucedido:

–Mamááááá. ¡Ven pronto! El ratón Miguel ha robado mi diente.

De inmediato mamá entró en mi habitación y comprobó lo que yo le había dicho.

–Pero Lalo –me dijo sonriente–, es verdad que el ratón Miguelito se llevó tu diente, pero a cambio te dejó unas monedas para que puedas comprarte lo que quieras.

–No mamá, no me comprendes –le contesté–, yo no quiero dinero, quiero a mi diente de vuelta. Ese ratón es un ratero. Mamá acarició mi cabeza y me dijo:

–Un diente fuera de su sitio no sirve para nada. Ya deja de quejarte, porque lo mejor que puede haber sucedido es que el ratón se lo haya llevado. No había caso, mamá no me entendía.

Las noches siguientes traté de mantenerme despierto por si el ratón volvía, pero nunca apareció. Incluso llegué a poner pedacitos de queso bajo la almohada, pero lo único que gané fue una discusión con mamá por ensuciar las sábanas. Cuando mamá dijo que recibiría una sorpresa del ratón Miguel, nunca imaginé que mi diente iba a desaparecer.

Ya han pasado algunos días y aún lo extraño. Todas las mañanas, mi diente y yo nos mirábamos al espejo. Me encargaba de pasarle el cepillo tres veces al día para que se viera guapo, limpio y brillante. Cuando yo sonreía, él era el primero en compartir mi alegría. A los dos nos encantaban los dulces.

Desde que él se fue, cuando me miro en el espejo, lo único que descubro es un agujero negro en medio de la sonrisa.

–No te preocupes Lalo –dice mamá–, un diente nuevo aparecerá en su lugar, todo quedará como antes y volverás a ser el mismo. Quizás mamá tiene razón y todo es cuestión de esperar un poco. Ah, casi lo olvidaba... con el dinero que me dejó el ratero-ratón Miguel, compré un gato, se llama Eusebio. Desde hace algunos días, mi gato duerme en mi habitación. Ya quiero ver al ratón Miguel cuando se le ocurra acercarse de nuevo a mi cama.

Fuente: Heredia, M. (2000). *A mi amigo diente*. Quito: Grupo Santillana S.A.

**Actividad:** El primer diente de leche en caer

La caída de los dientes de leche es un momento fascinante. Los primeros en caerse son los dientes incisivos, los que están en el centro de la boca. Pregúntales a las personas adultas que viven contigo si recuerdan cómo fue la caída de su primer diente y compara su historia con lo que tú sentiste cuando tus dientes comenzaron a caer. Escribe ambas historias y guárdalas. Puede ser muy divertido leerlas después de varios años.

## Actividad 4

### Trabalenguas

Sergio Andricaín

Si tu gusto gustara del gusto  
que gusta mi gusto,  
mi gusto gustaría del gusto  
que gusta tu gusto.

Pero como tu gusto no gusta  
del gusto que gusta mi gusto,  
mi gusto no gusta del gusto  
que gusta tu gusto.

No me mires que nos miran,

nos miran que nos miramos,  
miremos que no nos miren  
y cuando no nos miren  
nos miraremos,  
porque si nos miramos  
descubrir pueden  
que nos amamos.

Estaba la cabra cabratis,  
subida a una peña peñatis,  
vino el lobo lobatis,  
y le dijo a la cabra cabratis:

—Cabra cabratis,  
baja bajatis,  
de la peña peñatis.

—No, lobo lobatis,  
que si bajo bajatis  
me agarras agarratis  
del galgarranatis.

—Cabra cabratis,  
no voy a agarrarte  
del galgarranatis,  
que es viernes viernatis  
y no como carne carnatis.

Bajó la cabra cabratis  
de la peña peñatis,  
y el lobo lobatis

le agarró del galgarranatis.

— ¡Lobo lobatis!

¿No decías que es viernes viernatis

y no comías carne carnatis?

—Cabra cabratis,

a necesidatis no hay pecatis.

Fuente: Varios autores (1993). Naranja dulce, limón partido. San José: Impresora Obando.

### **Actividad:** Trabalenguas

Inventa tu propio trabalenguas y escríbelo. Puedes hacerlo sobre cualquier cosa que se te ocurra: animales, plantas, comida, deportes, etc. La idea de los trabalenguas es contar una pequeña historia o explicar algo de una manera rara o curiosa, jugando con las palabras y haciendo que las personas deban concentrarse mucho para decirlo correctamente. Si quieres, puedes mostrarles tu trabalenguas a otras personas y observar qué tan complicado les resulta recitarlo.

## **Actividad 5**

### **Celeste y sus astros**

Amarilis Rodríguez Cotto

Érase una vez una niña llamada Celeste, que admiraba el firmamento todas las noches. Soñaba algún día visitar el espacio y ver de cerca los planetas, el sol, la luna y las estrellas. Celeste estaba encantada por los astros del día y de la noche. Le llamaba su atención su forma y brillantez.

Un día en la escuela, la Sra. Pérez, su maestra de matemáticas, mostró unas láminas que Celeste encontraba muy interesantes. Celeste estaba muy atenta a lo que su maestra explicaba y demostraba. Al finalizar la clase la señora Pérez asignó un trabajo.

Celeste debía preparar una presentación sobre el tema discutido en clase ese día. Al llegar a su casa, Celeste habló con su mamá y le comunicó sobre su asignación para entregar en tres días. Celeste pensaba mientras tanto qué cosas podía utilizar para hacer su presentación.

En su dormitorio Celeste miraba sus astros y de repente se le ocurrió una idea que enseguida comunicó a su mamá. En ese preciso momento, Celeste y su mamá planificaron qué iban a hacer al día siguiente luego de que Celeste llegara de la escuela.

Al otro día, Celeste y su mamá fueron juntas a comprar los materiales que necesitaban para trabajar en la idea de la presentación porque no los tenían en casa. Al llegar a su hogar Celeste comenzó rápido a trabajar con la ayuda de su mamá.

Observando láminas y fotos que guardaba de aquellos astros, que la iluminaban tanto en el día como en la noche y que ella observaba con su telescopio, Celeste esperaba encontrar parecidos entre sus astros y el material ofrecido en clase por la señora Pérez. Celeste comenzó a trabajar y dijo:

—Mamá, las estrellas se parecen a un triángulo.

—Tienes razón, Celeste —le contestó su mamá.

Celeste utilizó los materiales que ya había comprado con su mamá para representar la figura tal y como había explicado la señora Pérez en clase.

—La luna tiene forma de esfera, su forma es redonda —dijo Celeste, y su mamá le indicó que tenía razón. Por un breve instante, Celeste se quedó pensativa, se decía a sí misma: “¿Y qué figura se parece al sol? Buscó y buscó en sus láminas hasta que halló la solución:

—Para hacer el sol debo tener un círculo, y a su alrededor pondré triángulos finos. Así lo hizo, pero Celeste aún no terminaba su trabajo. Debía hallar otra figura que comparar. Y su mamá le preguntó:

—Celeste ¿con qué puedes observar tus astros en la noche? Celeste quedó pensativa y contestó:

—¡Ah, ya sé mamá! Y zas, corriendo hacia su dormitorio, buscó su telescopio. Se parece a un cilindro. Nuevamente buscó sus materiales para ilustrar al objeto y la figura que se parecía.

Al día siguiente, la maestra anunciaba al grupo que las presentaciones ya debían estar preparadas. Celeste estaba muy emocionada porque sabía que su trabajo

estaba terminado. A la mañana siguiente, Celeste se encaminó hacia la escuela con su trabajo en mano.

Llegó la hora de la clase y Celeste, al igual que sus compañeritos de clase, se preparaba para su presentación. Vestida con decoraciones de estrellas, soles y lunas, y con un sombrero puntiagudo llamado Merlín, Celeste comenzó su presentación:

—Mi sombrero puntiagudo, llamado Merlín, tiene la forma de un cono. El astro más grande es el sol y tiene forma de círculo en el centro, y a su alrededor, rayos en forma de triángulo. El telescopio es lo que utilizo para ver los astros en la noche, y tiene forma de un cilindro que puede rodar. Las estrellas, muy brillantes en la noche y de aspecto particular, tienen forma triangular. La luna llena, que tiene forma de esfera, aparece redonda y brillante durante la noche entera.

Al terminar su presentación, Celeste fue felicitada por su maestra y compañeros de clase. Esa tarde, al llegar a su casa, mostró su calificación a su mamá. Mamá muy contenta la felicitó, y juntas al anochecer observaron el firmamento una y otra vez.

Fuente: <https://cutt.ly/9dBI7nR>

### **Actividad: Me gusta observar, contemplar**

¿Te gusta mirar las estrellas en la noche, las nubes en las tardes soleadas, la luna llena, los amaneceres o los atardeceres? La curiosidad y la observación son dos de las principales fuentes de conocimiento para los seres humanos. Escribe una descripción, con muchísimos detalles, de un día soleado sin una sola nube, de una mañana en la que viste cómo salía el sol, o de una noche en la que te quedaste mirando el cielo estrellado.