



## Escuela de Padres



### Compartiendo tiempo de calidad

Los niños y niñas necesitan que sus padres les dediquen tiempo suficiente, tanto en cantidad como en calidad.

La mayoría de los padres no cuentan con suficiente tiempo para dedicarlo a cada uno de sus hijos, pero buscando las interacciones adecuadas, cualquier cantidad de tiempo puede ser útil para fortalecer el lazo familiar.

Que tú tengas una vida plena con trabajo, relaciones y aficiones también es beneficioso para tus hijos, especialmente cuando los puedes incluir. Y cuando no, es importante que planifiques y busques formas de compartir en familia.

Una buena estrategia es preparar actividades que todos disfruten tales como:

Juegos de mesa

Rompecabezas

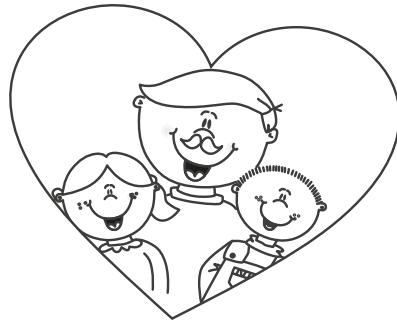
Días de campo

Caminatas al aire libre

Juegos de pelota

Tarde de cine

Y más...



Lo importante es que cada actividad compartida sea memorable y tenga algo especial. Por ejemplo la tarde de cine puede iniciar desde la preparación de poporopos misteriosos, agregando distintos condimentos y terminar con una trivia de la película que vieron.

A continuación te compartimos algunas actividades para realizar en familia y pasar tiempo de calidad con tus hijos (as).





## Cocineros Creativos

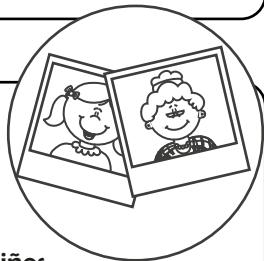
Compra cubiletes del sabor favorito de tu hijo (a) y prepara cobertura de pastel blanca (frosting). Divide la cobertura en porciones y pinta cada porción con colorante vegetal. Pon un poco en una bolsita, presiona el producto hacia una punta de la bolsa y átala.

Corta la punta y decora los cubiletes con tu hijo (a) creando sus personajes favoritos o utilizando otros ingredientes como gusanitos, botonetas, anicillos, chispas de chocolate, etc.

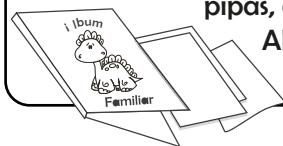
Ayuda a que tu hijo (a) use su imaginación al mismo tiempo que se divierte y disfruta un delicioso postre.

## Historias fotográficas

Dedica tiempo para ver los álbumes de fotos antiguas de la familia o las colecciones de fotos de paseos y actividades familiares.



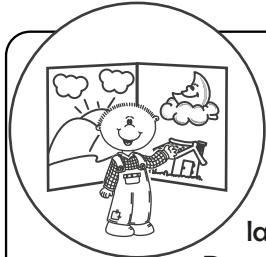
Utiliza las fotos para contar anécdotas de la vida de los niños como su nacimiento, su primer cumpleaños, la vida de ustedes, padres, cuando eran niños, etc.



Selecciona las fotos que más interesaron a tu hijo (a) para decorarlas con distintos materiales y hacerles marcos especiales. Puedes usar paletas, limpia pipas, cartón y papeles de colores.

Al final señala la importancia de cada miembro de la familia.

## Picasso Creativo



Compra papel o cartulinas grandes y cubre una pared de tu casa; invita a tu hijo (a) a decorar la pared contigo. Deja que use su imaginación para realizar paisajes, personajes, animales o lo que se le ocurra. Permitele dirigir la concepción de la obra pictórica.

Después, usa accesorios del cajón de los juguetes o disfraces para caracterizar personajes jugando a dramatizar, usando la obra como escenografía.