



## Ideas para actividades mientras se refugia en el lugar

A continuación, se presentarán ideas que se pueden hacer aun estando a la distancia. Para la mayoría, los participantes necesitarán acceso a teléfonos con cámaras. Algunos requerirán acceso a una computadora e Internet. Las actividades pueden ser modificadas dependiendo de la independencia de la persona. Es posible que algunos participantes requieran asistencia.

- Miren la misma película y luego reúnanse por teléfono o video para hablar. El facilitador puede hacer preguntas para que el grupo comparta sus comentarios. En el enlace siguiente se encuentra disponible una lista de 10 películas cortas gratuitas, populares y a pantalla completa, con personas con discapacidades intelectuales y del desarrollo. Están disponibles en <http://sproutflix.org/virtual-sprout-film-festival/>  
(Enlace en español: <https://tinyurl.com/v8gfynx>)
- Tengan concursos de disfraces. Todos se disfrazan, toman fotos y las comparten entre sí mismos. Todos votan por el disfraz más chistoso, el más glamoroso, el más realista, etc.
- Hagan una historia ya sea escrita o verbalmente, combinando las ideas de todos. Una persona comienza. Cada persona luego agrega una línea o párrafo a la historia. Combínenlo y compártanlo.
- Realicen visitas virtuales "juntos" como *NatGeo*, zoológicos (¡algunos son digitales con cámaras web!), museos con exhibiciones en línea, parques nacionales y recorridos (por ejemplo, *El Louvre*). *USA Today* tiene una lista de visitas virtuales gratuitas:  
<https://www.usatoday.com/story/tech/2020/03/16/social-distancing-free-virtual-tours/5060244002/>  
(Enlace no disponible en español)



Un ejemplo es el Zoológico Cincinnati:

<https://m.facebook.com/events/cincinnati-zoo-botanical-garden/home-safari-facebook-lives/2915534028492292/>

(Enlace en español: <https://tinyurl.com/vfrxkej>)

- Organicen un espectáculo de talentos. Todos graban y comparten su talento. Ejemplos: pintar, contar un chiste, recitar un poema, cantar, hacer un truco de magia, etc. Reconozcan a los más divertidos, animados, creativos, etc.
- Actividades de Club de Lectura: lean el mismo libro, artículo, etc. y compartan sus impresiones y comentarios.
- Hagan una búsqueda de objetos en grupo, donde se esconde un objeto en un lugar secreto y las personas tienen que encontrarlos. Los objetos escondidos pueden llevar temas específicos. Ejemplos: cosas que necesitaría para una fiesta, cosas que necesitaría en caso de emergencia, cosas que necesitaría si fuera a la playa, etc.
- Escriban chistes o cuentos. Envíelos a todos, luego voten por el más divertido, el más creativo, etc.
- Graben un video (tutorial) demostrando como realizar una habilidad específica y compártanlo entre ustedes mismos. Todos deberían elegir una habilidad o tema de su interés o fortaleza. Ejemplos: cómo pintar una imagen o paisaje, cómo preparar un platillo de comida específico, cómo organizar su ropa para ahorrar espacio, cómo cultivar una planta o una flor. El video puede ser creativo, similar a los tutoriales de YouTube.
- Elijan una película que les guste a todos y hagan que cada uno recre diferentes escenas y partes de la película. El personal puede obtener las grabaciones, editarlas y enviarlo a todos.
- Elijan una canción. Cada persona desarrolla su propia coreografía y se las enseña a las demás. Graben y compartan.



- Escuchen música juntos por teléfono. Pueden cantar en grupo, en duetos, y/o como solistas.
- Video de ejercicio creado en el hogar de cada persona. Tomar turnos en ser el líder de una rutina de ejercicio para que los otros sigan esa rutina en casa. ¡Al día siguiente, la siguiente persona sería el líder!
- Desarrollen un nuevo juego o modifiquen un juego existente que pueda ser jugado a través de videoconferencia en línea como Skype, Zoom, FaceTime, etc.
- Desarrollen juegos de búsqueda de palabras que ustedes mismos escojan y crucigramas y compártanlos.

### **Especialmente para niños/as:**

- Una mamá desarrolló un documento de Google que identifica clases virtuales para niños pequeños.  
[https://docs.google.com/document/u/0/d/1imK\\_vp5zcgIKKjLvtpVyi7nzuw2dk5tTsEw\\_6\\_eD4oA/mobilebasic](https://docs.google.com/document/u/0/d/1imK_vp5zcgIKKjLvtpVyi7nzuw2dk5tTsEw_6_eD4oA/mobilebasic)  
(Enlace en español: <https://tinyurl.com/vfm8pvq>)  
Programación de PBS Educativa  
<https://www.kqed.org/education/533204/how-teachers-can-navigate-school-closures-due-to-the-coronavirus>  
(Enlace no disponible en español)
- Ideas de actividades de la revista *Good Housekeeping*  
<https://www.goodhousekeeping.com/home/craft-ideas/how-to/g1389/diy-kids-activities/?slide=1>  
(Enlace en español: <https://tinyurl.com/s9l22lb>)
- Oportunidades de aprendizaje del Fondo Mundial para la Naturaleza  
<https://www.worldwildlife.org/teaching-resources/>  
(Enlace en español: <https://tinyurl.com/vgelse2>)