

A lightbulb is mounted on a white base that has been modified into a robot-like figure. The robot has two arms and two legs, all constructed from various metal tools and hardware such as wrenches, sockets, and bolts. The lightbulb is illuminated, casting a warm glow. The robot is standing on a dark wooden surface. In the background, a book is visible on a shelf.

## IDEAS PARA HACER EN CASA EN FAMILIA

Comparte con nosotros tus actividades favoritas  
Prueba las nuevas actividades que padres y madres de la  
Fad han puesto en marcha en sus hogares  
Comparte el reto en redes

0-3

3-6

7-11

12-16

#en  
familia

# COMPARTE CON NOSOTROS/AS TUS PROPIAS ACTIVIDADES

---

La plantilla es muy sencilla

Materiales que puedes usar

Una sencilla descripción

Adaptaciones a otras edades

Y comparte con los demás

una Foto/Dibujo/canción/vídeo..., realizando la actividad, antes y/o después, el resultado de la actividad, el dibujo si era pintar, el audio si era cantar o contar un cuento,...



**PLANTILLA** (pon aquí el nombre de la actividad)



Materiales:

Adaptación a otras edades:

Descripción:

Foto/Dibujo/canción/vídeo...  
(realizando la actividad, antes y después, producción de la actividad,...)





CON HIJOS/AS 12 - 16 AÑOS

# Escuela “Carolina Marín” de alto rendimiento en el pasillo



**Materiales:** 2 palas de badminton y 1 pluma, cinta de carrocerero.

**Descripción:** Sólo si tienes pasillo.

1. Retirar los muebles, cristalería y cuadros que peligren.
2. Poner 3 señales para delimitar la red y el fondo de pista con la cinta.
3. Jugar.
4. Si se usan palas de playa, las paredes también valen.
5. Recoger entre tod@s y colocar los muebles. Quien pierda prepara la merienda/aperitivo.

**Adaptación a otras edades:** prueba con palas de ping-pong o pelotas de trapo.





# Hablar por teléfono

**Materiales:** Smartphone.

**Descripción:**


1. Reflexión: ¿ para qué usas el smartphone? ¿Cuántas veces para hablar?
2. Revisa la lista de contactos para localizar personas con las que hace mucho tiempo que no hablas por teléfono.
3. Elige cada día a una o dos personas de la lista de contactos y llámalas para preguntarles por su vida antes y después del confinamiento.
4. Comparte con la familia las historias que te han contado y que te hayan parecido interesantes. Reflexiona sobre los estados de ánimo que has percibido a través del tono de voz.

**Adaptación a otras edades:** Si padres y madres lo consideran apropiado, pueden prestar sus móviles a hijos e hijas de menor edad que no dispongan de uno propio y realizar la actividad con ellos/as.



Mar Herranz  
Cooperación

# Alien viajero

**Materiales:** 1 figurita pequeña por participante, 1 mapamundi en papel o globo terráqueo grande. Puedes usar Google Maps o los mapas del Instituto Geográfico Nacional. 

## Descripción:

1. Uno contra uno: 1 escribe en un papelito el destino, el otro lanza el alien al mapa.
2. Reto: el alien debe cruzar de país en país desde ahí hasta el país destino escrito en el papel.
3. Reglas: el alien sólo puede cruzar por países adyacentes y se debe nombrar la capital antes de ir al siguiente. Si cruza por mar, navega al puerto más cercano. No puede volar, se le estropeó el platillo volante. Puede cruzar por sistemas montañosos o por ríos, nombrandolos también.
4. Reto superado: cuando se llegue al destino cruzando menos países, o nombrando las capitales. Punto doble si sabes el color de la bandera.

**Adaptación a otras edades:** Con I@s peques viajamos junt@s eligiendo el país, o buscando en libros o cuentos una historia que suceda allí. No hay competición.



Cristina Gil  
Campus Fod



# COMPARTE EN TUS REDES SOCIALES

Sube a tus redes sociales favoritas nuestro reto, y enlaza con #YoMeQuedoEnCasa

AQUÍ TIENES LAS NUESTRAS





# Gracias

91 302 69 47

[familias@fad.es](mailto:familias@fad.es)

#EnFamiliaFad

#YoMeQuedoEnCasa