

100 COSAS

QUE  
HACER

con tu hijo

ESTE  
ESTE

Edición de  
supervivencia  
de  
COVID 19

100 COSAS

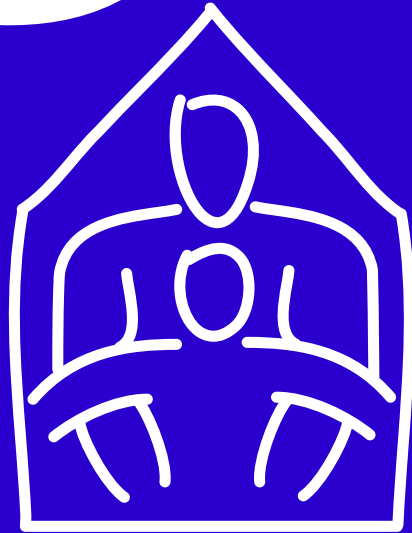
QUE  
HACER

con tu hijo

ESTE

Verano

PRESENTADA A USTED POR



# STRONG FATHERS STRONG FAMILIES

WWW.STRONGFATHERS.ORG

twitter



@strongfathers

Instagram



strong\_fathers

Facebook

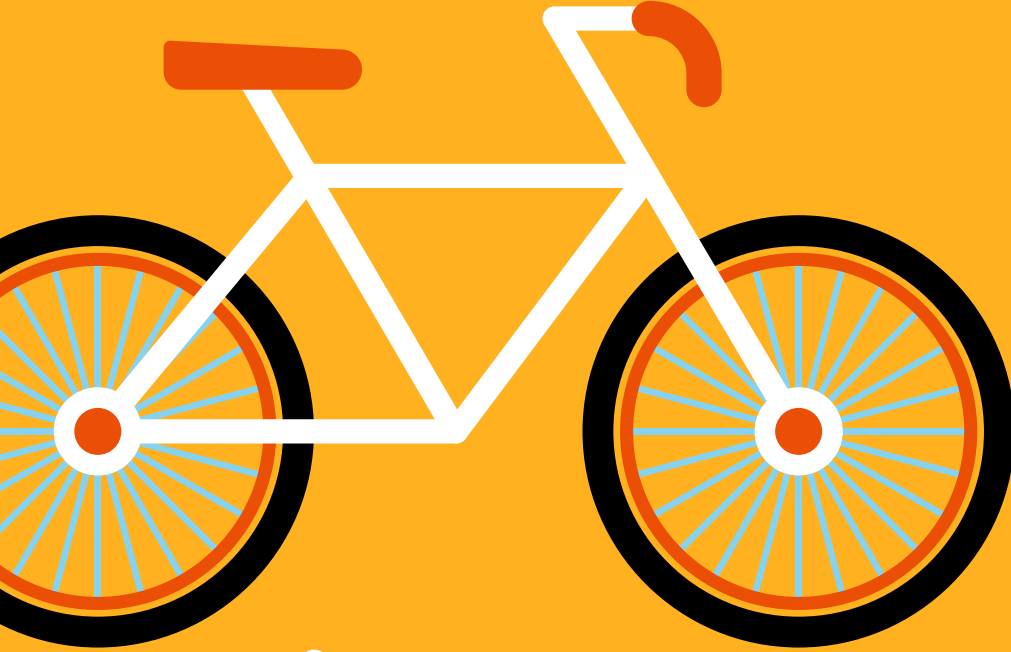


strong fathers page

1

TENGA UNA BÚSQUEDA O CASERÍA EN LA CASA O EN SU CAJA DE HERRAMIENTAS PARA APRENDER SOBRE HERRAMIENTAS

---



2

LAVEN LAS BICICLETAS Y MÓNTENSE EN ELLAS

---

JUEGUEN A LAS ESCONDIDAS EN LA CASA Y EN EL PATIO POR LA NOCHE

3

---

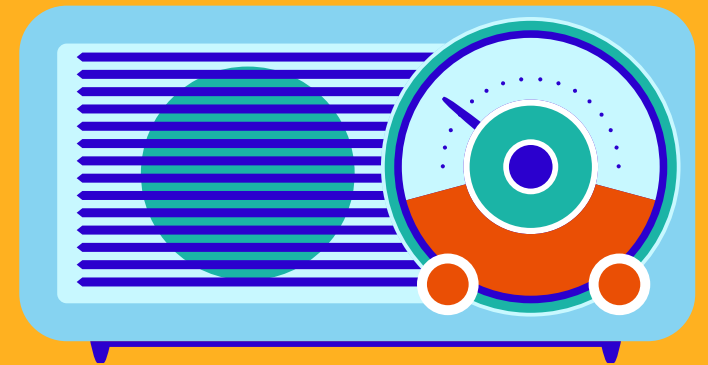
4

HAGAN LABERINTOS/CRUCIGRAMAS PARA CADA UNO Y RESUÉLVANLOS

---

5

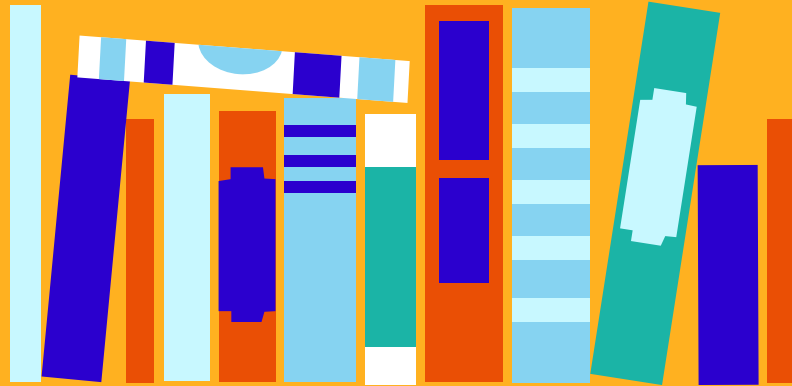
SINTONICE LA RADIO Y BAILE CON SU HIJO LA CANCIÓN QUE ESTÉN TOCANDO



# 6

CUENTE A SU HIJO UNA HISTORIA SOBRE SU VIDA CUANDO TENÍA SU EDAD O ESTABA EN SU GRADO

---



# 7

APAGUE LA TV UNA NOCHE POR SEMANA (!VEA QUE PASA!)

---

LLEVE SU HIJO A LA TIENDA DE LIBROS (NO COMPRE NADA)

# 8

# 9

SALGAN UN DOMINGO (O SÁBADO). DE UN PASEO CON EL. JUEGUEN EL JUEGO ABC, DEN UNA VUELTA MANEJANDO POR LA CIUDAD HASTA QUE ALGUIEN ENCUENTRE LAS 26 LETRAS DEL ALFABETO.

---



# 10

VEA UNA PELÍCULA ANTIGUA CON SU HIJO (HAGAN PALOMITAS) TRATE UNA COMEDIA MUDA.

VEAN UNA PELÍCULA SIN SONIDO E INVENTE  
UN DIALOGO CON SU HIJO

11

12

CAMINE ALREDEDOR DE SU CUADRA CON SU HIJO

13

VISITE UN MUSEO LOCAL CON SU HIJO



LLEVE A SU HIJO A UNA CITA  
VESTIDOS CON ROPA ESPECIAL  
(VÍSTANSE DE PIRATAS Y VAYAN A  
COMER PESCADO!)

14

15

LLEVE A SU HIJO CON USTED A UN VIAJE DE NEGOCIOS

# 16

HAGAN UN VIAJE Y DETÉNGASE DONDEQUIERA QUE SU HIJO DESEE. VIAJE 100 MILLAS EN CUALQUIER DIRECCIÓN, REGRESE A CASA POR DIFERENTE CAMINO

# 17

ESCRIBA UNA HISTORIA CON SU HIJO. TOMEN TURNOS ESCRIBIENDO ORACIONES.



# 18

COCINE CON SU HIJO. DÉJELO SER EL "CHEF"



# 19

JUEGUE EN EL ASPERSOR DE AGUA O TENGAN UNA PELEA CON PISTOLAS DE AGUA

# JUEGUE EN EL ASPERSOR

DE AGUA O TENGAN UNA PELEA CON PISTOLAS DE AGUA

# 20

21

VAYAN A LA BIBLIOTECA PÚBLICA, APLIQUE PARA UNA TARJETA Y SAQUEN UN LIBRO



TENGAN UN CONCURSO CONSTRUYENDO/VOLANDO AVIONES DE PAPEL—USE PERIÓDICO O UN DIRECTORIO VIEJO

22

PINTE O DIBUJE ALGO JUNTOS

23

CREE UN FUERTE CON COBIJAS O CAJAS

24

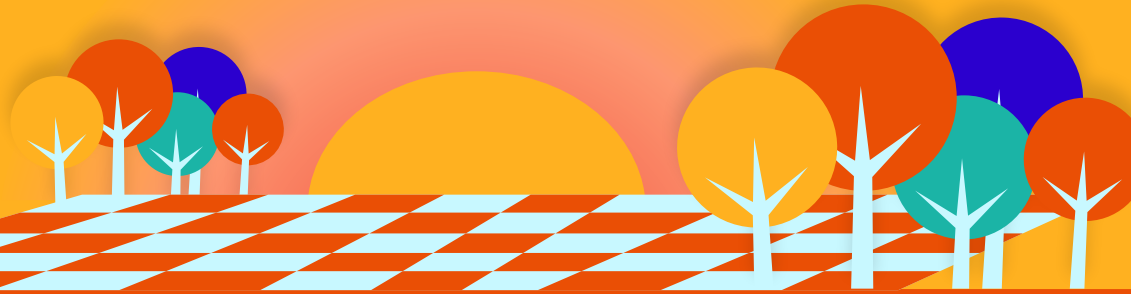
VAYAN A CAMINAR  
—CREE UN MAPA DE SU AVENTURA

25





26 TENGAN UN PICNIC  
EN EL PARQUET

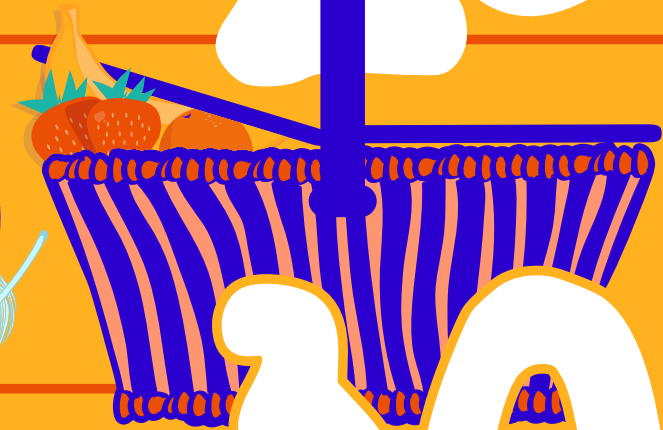


27 JUEGUEN JUEGOS DE MESA

JUEGUEN A PATEAR—PELOTA CON UNA PELOTA DE PLAYA  
(AGREGUE UN POCO DE AGUA EN LA PELOTA PARA HACERLO EMOCIONANTE!)

28

29 LEVÁNTESE TEMPRANO, EMPAQUE EL  
DESAYUNO, Y TENGAN UN DESAYUNO  
AL AMANECEER



30

TENGAN UNA GUERRA DE ALMOHADAS



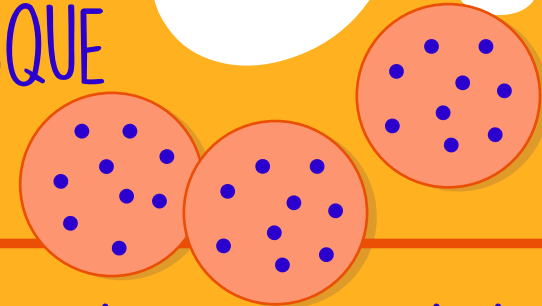


JUEGUEN JUEGOS DE BARAJA  
O USE LA BARAJA PARA  
CONSTRUIR UNA CASA

31

32

HORNEE GALLETAS — DEJE QUE SU HIJO BUSQUE  
ENTRE LOS LIBROS UNA RECETA

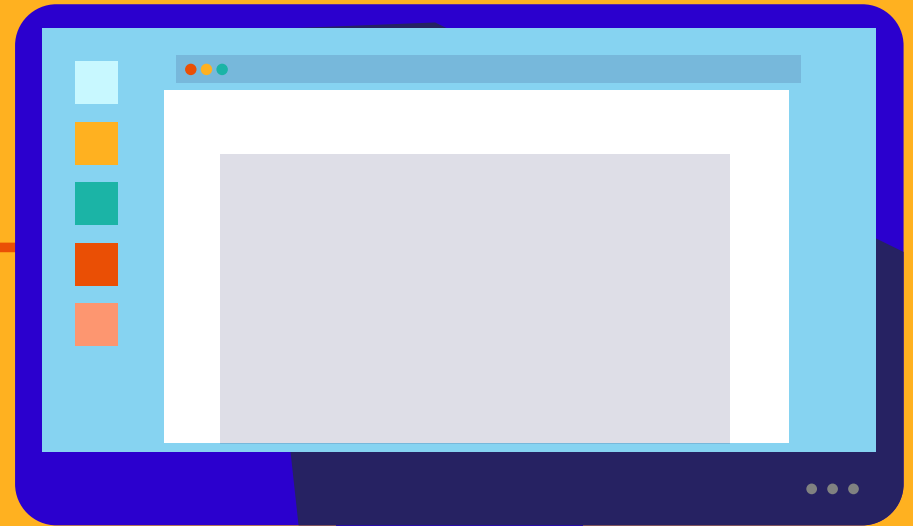


33

VAYAN AL ZOOLOGICO O IMITEN A CADA ANIMAL EN SU CASA!

COMPREN EN LA  
TIENDA DE SEGUNDA

34



35

CREE UNA CUENTA  
DE FACEBOOK  
JUNTOS

36

CREE UN  
ÁLBUM DE  
RECORTES

37

HAGAN UNA PELÍCULA  
USANDO UNA CÁMARA  
Y UNA COMPUTADORA



DIBUJE SUS HUELLAS DIGITALES

38

39

HAGAN SU PROPIA MASA PARA JUGAR



HAGAN EN CASA MINI-PIZZAS  
(PANECITOS, QUESO, SALSA DE TOMATE)

40

HAGAN CAMISETAS PINTADAS—A—MANO—MI PAPA Y YO

41



PONGAN UNA HAMACA, HAGAN LIMONADA, RELÁJENSE JUNTOS

42

VAYAN A UN LUGAR PÚBLICO, OBSERVEN A LA GENTE E INVENTEN HISTORIAS IMAGINARIAS

43

VAYAN A UN LUGAR PÚBLICO, OBSERVEN A LA GENTE E INVENTEN HISTORIAS IMAGINARIAS

44

45

PINTEN O DECOREN EL CUARTO DEL HIJO

TRANSFORMEN EL GARAJE EN UN ESCONDITE SOLO  
PARA UN FIN DE SEMANA (O TODO EL VERANO)

46

47

VISITE UN ASILO E ENTREVISTE A LOS  
INQUILINOS SOBRE SUS "DÍAS  
PASADOS"

48

ENCUENTRE UN MUSEO PEQUEÑO  
EN SU CIUDAD Y VISÍTELO

VISITE/RECORRA UN COLEGIO O  
ESCUELA TÉCNICA LOCAL

49

50

"ADOpte" UNA SECCIÓN DE CARRETERA CERCA DE  
SU CASA Y MANTÉNGALA LIMPIA TODO EL VERANO

# 51

ADOpte UN VECINO ANCIANO Y DE MANTENIMIENTO A SU PATIO POR EL VERANO



COMPRe UN PAQUETE DE "PALOS DE PALETAS" Y HAGA UNA ESTRUCTURA LO MAS GRANDE POSIBLE. CON O SIN PEGAMENTO

# 52

# 53

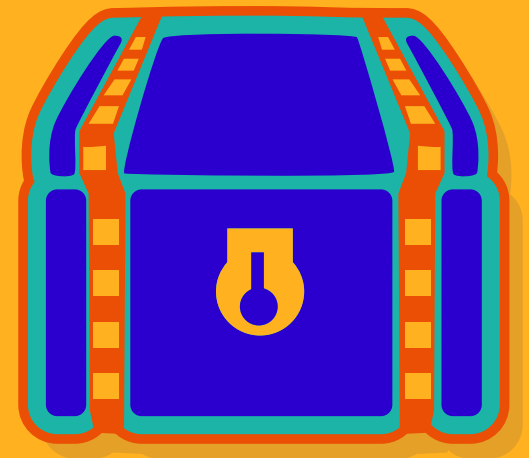
HAGA MALTEADAS

# 54

JUEGUEN EL JUEGO DE LAS ESTATUAS

# 55

JUEGUEN A BUSCAR TESOROS DEJANDO PISTAS POR TODA LA CASA O EL PATIO



56

HAGAN UN  
EXPERIMENTO  
CIENTÍFICO



JUEGUEN DAMAS O ENSÉÑELE  
A JUGAR AJEDREZ

57

APRENDAN JUNTOS DOS TRUCOS DE MAGIA



58

59

CREEN UN LIBRO FAMILIAR, CON INFORMACIÓN Y  
FOTOS DE CADAMIEMBRO DE LA FAMILIA

AYUDE A SU HIJO A ESCRIBIR UNA AUTOBIOGRAFÍA 'FALSA'.  
AYÚDELE A PENSAR QUE QUIERE SER EN EL FUTUTO

60

61



VUELEN  
COMETAS

62

JUNTOS LIMPIEN EL  
SÓTANO O GARAJE Y  
DONEN COSAS A CARIDADES

63

HAGAN UNAS CARRERAS DE TRES-  
PIERNAS U OTRAS COMO UN EQUIPO

CREE UN CAMINO  
DE OBSTÁCULOS

64

65

CREEN UN CAMPO DE GOLF MINIATURA  
Y JUEGUEN JUNTOS





66

ARMEN UNA TIENDA DE  
CAMPAÑA Y DUERMAN  
AFUERA (O ADENTRO)

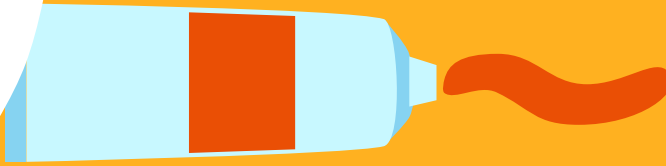
67

TOQUEN MÚSICA RUIDOSA  
Y BAILEN ALOCADAMENTE (EN WALMART!!!)

ESCRIBA Y PRODUZCA UNA OBRA TEATRAL  
(ACTÚEN FRENTE A SU FAMILIA)

68

69



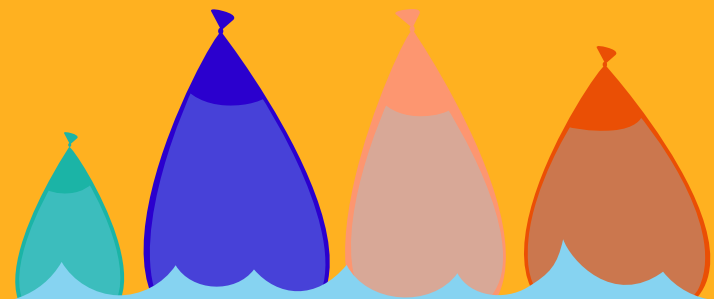
PÍNTENSE LAS CARAS EL UNO AL OTRO

BAILE CON LA MAMA FRENTE A SUS HIJOS

70

# 71

TENGAN UNA GUERRA DE GLOBOS CON AGUA



USE TIZA (GIS) PARA DIBUJAR EN LA ACERA O ENTRADA DEL CARRO

# 72



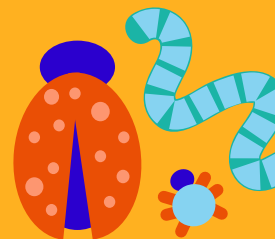
# 73

JUEGUEN HOP-SCOTCH



# 74

EXPLORE SU PATIO/BUSQUEN 10 INSECTOS DIFERENTES



JUEGUE UN JUEGO TRIVIAL. FORMEN PREGUNTAS TRIVIALES SOBRE USTEDES MISMOS

# 75



JUEGUE A LA ESCUELA CON SU HIJO.  
DEJE QUE EL HIJO SEA EL MAESTRO

76

HAGAN MARIONETAS CON CALCETINES  
VIEJOS Y RELLENENLOS CON COSAS QUE  
NO USAN. ESCRIBAN UNA OBRA PARA LAS MARIONETAS

77

78

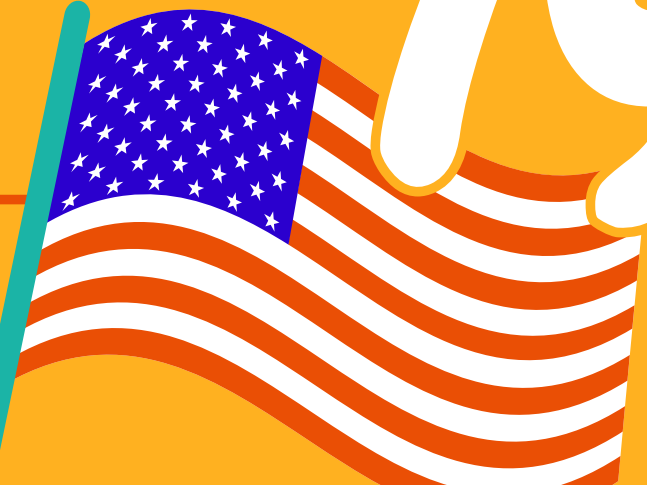
HAGAN UN LIBRO CÓMICO JUNTOS

TOMEN TURNOS PARA  
DECIR TRABALENGUAS

79

80

CANTEN CANCIONES  
PATRIÓTICAS



81

CUENTEN HISTORIAS DE FANTASMAS O DE MIEDO EN LA OSCURIDAD USANDO UNA LINTERNA



82

JUEGUEN WIFFLE BALL CON LOS NIÑOS DEL VECINDARIO

83



ENSEÑE A SU HIJO COMO JUGAR LUZ—ROJA LUZ—VERDE O MAMA PODRÍA?

84

HORNEE UN PASTEL Y DECÓRENLO JUNTOS



85

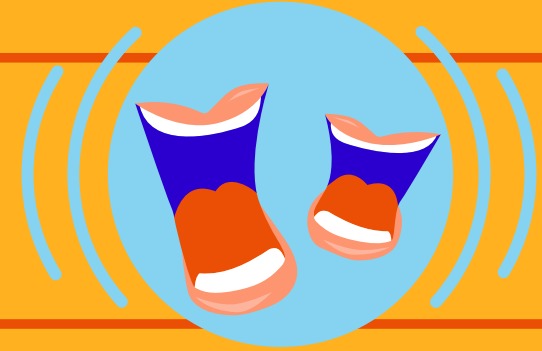
JUEGUE LUCHAS—CON SUS DEDOS, JUEGUE "ME RINDO" O GUERRAS DE COSQUILLAS

86

APRENDA MALABARISMO O JUEGUE JACKS JUNTOS

87

RÍANSE JUNTOS 400 VECES EL DÍA DE HOY— MANTENGA LA CUENTA

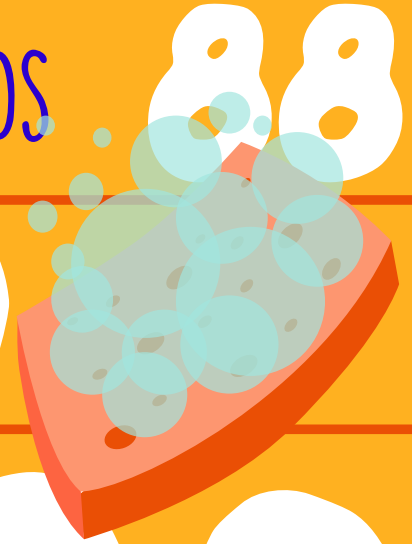


HAGA UNA COLLAGE DE USTED Y SU HIJO JUNTOS

88

LAVE UN CARRO JUNTO CON SU HIJO

89



JUEGUEN ENCUENTRA EL PUNTO DE REFERENCIA (EJEMPLO: EL ARCO DE GATEWAY — ST. LOUIS)

90



91 SEAN VOLUNTARIOS JUNTOS

92

LEA UN LIBRO DE  
CAPÍTULOS CON SU HIJO  
—CADA UNO LEA UNA PAGINA—  
INCLUSO CON  
SU ADOLESCENTE!



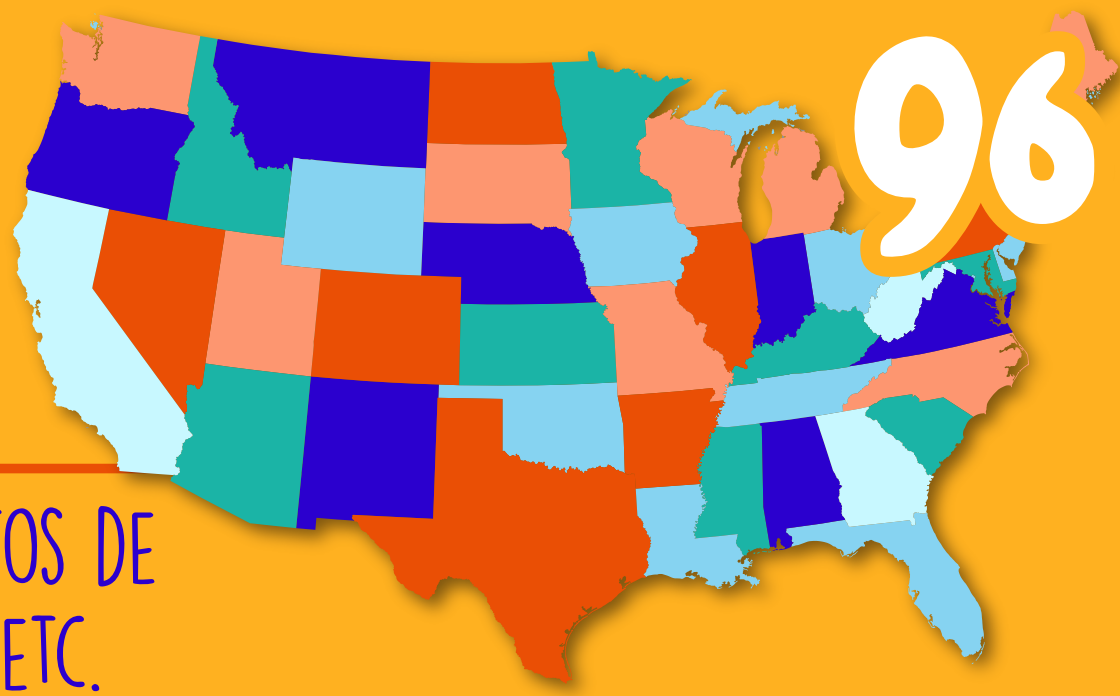
93 CREEN NEGOCIOS  
IMAGINARIOS — PIENSE QUE  
HARÍA, QUE NECESITA, COMO  
VENCERÍA LOS OBSTÁCULOS, QUE HARÍA  
SI TUVIERA ÉXITO EN ESA ÁREA

94 PINTE UNA PINTURA AL OLEO DE PINTE—POR—NUMERO.  
CUÉLGUELA EN UN LUGAR ORGULLOSAMENTE

95 PINTE CON SUS DEDO CON  
LOS NIÑOS GRANDES Y TAMBIÉN  
CON LOS PEQUEÑOS



ESTUDIEN UN MAPA DE USA JUNTOS. MARQUE LOS LUGARES QUE LES GUSTARÍA IR SUEÑEN CON ELLO



97 HAGA UNA LANYARD JUNTOS DE HILO, CINTAS DE ZAPATOS, ETC.



98 VEA CUANTAS HOJAS DE ÁRBOL DIFERENTES PUEDE COLECCIONAR E IDENTIFICAR

LLEVE A SU HIJO A UN RECORRIDO A UNA LECHERÍA, UNA IMPRENTA DE PERIÓDICO, UNA FABRICA O UN ESTADIO

99



100 ENCUENTRE UN EQUIPO DE DEPORTE LOCAL. VAYAN A CADA JUEGO, CONVIÉRTASE EN SU FIEL SEGUIDOR Y HAGA CARTELES.

[WWW.STRONGFATHERS.COM/SUMMER](http://WWW.STRONGFATHERS.COM/SUMMER)