

STAY HOME WITH CHILDREN

QUEDARSE EN CASA CON NIÑOS Y NIÑAS

FROM **SERVAS INTERNATIONAL YOUTH AND FAMILIES COMMITTEE** WE WANT TO SHARE WITH YOU A LOT OF ACTIVITIES THAT WE RECEIVED FOR THIS TIME AT HOME

DESDE EL **COMITÉ DE SERVAS INTERNACIONAL DE JUVENTUD Y FAMILIA** QUEREMOS COMPARTIR CON USTEDES MUCHAS ACTIVIDADES QUE HEMOS RECIBIDO PARA ESTE TIEMPO EN CASA

Here some ideas to enjoy at home with family and kids

(Some items will be in English, mostly at the top of this document, and others, a lot of them, in Spanish, the first word in each sentence is ENG for English or SPA for Spanish)

Aquí algunas ideas para disfrutan en casa con la familia y nuestros niños y niñas

(Algunas cosas estarán en inglés, sobre todo al principio de este documento, y otras, la mayoría de ellas, en español, al principio de cada oración escribimos ENG para inglés o SPA para español)

We tried to put together all we received from internet about music, education resources, yoga, etc. We hope this will be useful dear friends. Let's stay at home and enjoy it!

Tratamos de reunir todo lo que recibimos desde internet sobre música, recursos educativos, yoga, etc. Esperamos que esto les sea útil queridos amigos y amigas. ¡Quedémonos en casa y disfrutémoslo!

Contenido

1. [ENG, SPA] MUSIC AND MOVEMENT / MÚSICA Y MOVIMIENTO 2
2. [ENG, SPA] EDUCATIONAL RESOURCES, MUSEUMS, LIBRARY, ETC / RECURSOS EDUCATIVOS, MUSEOS, BIBLIOTECAS, ETC 2
3. [SPA, ENG] MORE IDEAS WITH KIDS AT HOME / MÁS IDEAS CON NIÑOS Y NIÑAS EN CASA 5
4. [SPA mostly, some ENG VIDEOS at the beginning and some translation] Actividades enviadas por la profe del jardín de infantes para niños y niñas de tres años pero es útil para varias edades, (incluye videos, actividades, educación y hasta yoga) / Activities sent by a kindergarden teacher for three years old kids but useful for various ages, there are some things in english but mostly in spanish (it includes videos, activities, education and even yoga) 5

1. [ENG, SPA] MUSIC AND MOVEMENT / MÚSICA Y MOVIMIENTO

- [ENG] App to move with our kids, App para movernos con los niños:

<https://app.sworkit.com/collections/kids-workouts/stand-up-and-move-for-kids>

- [ENG] Music videos in english for kids, Videos de música en inglés para niños y niñas:

<https://www.youtube.com/user/MotherGooseClub>

- [ENG/SPA] 🎵🎧🎹🎸🎷🎻🎪🎨🎭🎯🎲🎳🎴🎮🎰🎱🎲🎳🎴🎮🎰🎱 Presiona el año que tu quieras y aparecerá la lista de las mejores canciones de aquel año de las que eran tus favoritas / press the year and you will find the list of hits from that year

<http://thenostalgiamachine.com>

- [SPA] 40 Juegos de movimiento para hacer en casa (con imprimible gratuito) – PoetisaInsomne @MIUI|

<https://poetisainsomne.com/maternidad/juegos-de-movimiento-para-hacer-en-casa-con-imprimible-gratuito/>

2. [ENG, SPA] EDUCATIONAL RESOURCES, MUSEUMS, LIBRARY, ETC / RECURSOS EDUCATIVOS, MUSEOS, BIBLIOTECAS, ETC

- UNESCO Library, Biblioteca UNESCO

[SPA] <https://www.wdl.org/es/>

[ENG] <https://www.wdl.org/en/>

Reúne mapas, textos, fotos, grabaciones y películas de todos los tiempos y explica en siete idiomas las joyas y reliquias culturales de todas las bibliotecas del planeta / World Digital Library: Search 19,147 items about 193 countries between 8000 BCE and 2000

Es fácil de navegar/ It is easy to explore

- [ENG] Free educational resources, Recursos educativos gratis:

<http://www.amazingeducationalresources.com/?fbclid=IwAR11iMQQTVk7oXwYSj5vQai2LcA7lnaf1Ad3ZXY8DmXep00m5n8DO6PoQ8l>

- [ENG, SPA] MUSEUMS, MUSEOS

10 museos para visitar estando en casa: tour virtual y colecciones online.

10 museums to visit, while staying at home; virtual tours and online collections.

1. Pinacoteca di Brera - Milano <https://pinacotecabrera.org/>

2. Galleria degli Uffizi - Firenze <https://www.uffizi.it/mostre-virtuali>

3. Musei Vaticani - Roma <http://www.museivaticani.va/content/museivaticani/it/collezioni/catalogo-online.html>
4. Museo Archeologico - Atene <https://www.namuseum.gr/en/collections/>
5. Prado - Madrid <https://www.museodelprado.es/en/the-collection/art-works>
6. Louvre - Parigi <https://www.louvre.fr/en/visites-en-ligne>
7. British Museum - Londra <https://www.britishmuseum.org/collection>
8. Metropolitan Museum - New York <https://artsandculture.google.com/explore>
9. Hermitage - San Petersburgo Jn <https://bit.ly/3cJHdnj>
10. National Gallery of art - Washington <https://www.nga.gov/index.html>

- [ENG] MESSAGE THAT INCLUDE SOME INTERESTING LINKS

Norway's prime minister, Erna Solberg, held a press conference on Sunday specifically to address children's questions and fears about the coronavirus. With the country's schools closed and all activities canceled, she acknowledged that "I know that for many children this is scary. It is ok to be scared when so many things happen at the same time." She also took the time to answer a number of children's questions including "Why am I not allowed to celebrate my birthday?" (Answer: When more children gather together to celebrate a birthday, it can be easier to get infected. It's time to get creative and celebrate on FaceTime.) and "Is it stressful to be prime minister now?" (Answer: I am not so stressed, but I have an important job and a great responsibility as prime minister. Fortunately I have many good people who help me.)

She also spoke to the importance of social distancing, explaining that "by being home you are helping other people not be contaminated and get sick. It is important for those who already have a disease or who are very old." Kudos to the Prime Minister for recognizing the impact of this crisis on its youngest citizens and respectfully addressing their concerns!

To help kids adjust to the many changes due to the coronavirus shutdown, we've shared 50 tips for parents in a blog post at <https://www.amightygirl.com/blog?p=29196>

If your kids are feeling worried or anxious, you can find age-appropriate books and guides to help them learn to manage their worries in blog post "When You Worry Too Much: 25 Books to Help Kids Overcome Anxiety, Worry, and Fear" at <https://www.amightygirl.com/blog?p=22612>

If you're an anxious parent hoping to break the cycle of worry, we highly recommend the parenting book "Anxious Kids, Anxious Parents: 7 Ways to Stop the Worry Cycle and Raise Courageous and Independent Children" at <https://www.amightygirl.com/anxious-kids-anxious-parents>

Source: Twitter / Goodable at <https://bit.ly/2QlkQec>

- [SPA] ECO IDEAS: <https://es.greenpeace.org/es/noticias/quedateencasa-4-ideas-eco-para-sobrellevar-el-aislamiento-durante-la-crisis-del-coronavirus/>

- [SPA] Bolbolúa Animación: algunos links entretenidos y educativos
https://www.facebook.com/1592871737592668/posts/2662476033965561/?substory_index=0

- [SPA] Experimentos: <https://www.ingekids.com/experimentos/>

- [SPA] DE INTERÉS PARA FAMILIAS: listado de iniciativas de Apps españolas que están ofreciendo gratis sus contenidos Premium para ayudar a que los niños sigan aprendiendo desde casa.

Academons Primaria: la App de Homeschooling está ofreciendo 30 días de acceso gratis a todo su catálogo de juegos de Matemáticas, Lengua, Inglés, Ciencias y Science
http://bit.ly/Academons_Gratis

Ta-tum: del grupo editorial Edelvives, ofrece acceso gratuito hasta el mes de julio a esta plataforma para el fomento de la lectura http://bit.ly/Edelvives_Tatum

Smartick: esta App malagueña está ofreciendo acceso 15 días gratis a su App para repasar las matemáticas. http://bit.ly/Smartick_15

Genially: la plataforma para hacer presentaciones interactivas ofrece por un tiempo limitado sus plantillas y recursos Premium gratis <http://bit.ly/Genially>

AMCO: Acceso los juegos de Mates y Lengua de su App Eduzland gratis por un tiempo limitado
<https://amconews.es/eduzland/>

Smile and Learn: esta App para los más pequeños de la casa está ofreciendo acceso gratuito durante un mes a su catálogo de juegos interactivos. http://bit.ly/smile_learn

M.A.R.S.: esta App del grupo SM ofrece códigos descuento para acceder a los contenidos de 3º a 6º de Primaria. http://bit.ly/MARS_App

Cerebriti Edu: ofrece sus más de 50.000 juegos de Primaria y Secundaria gratis hasta final de curso http://bit.ly/Cerebriti_Edu

- <https://bebeamordor.com/2020/03/14/recursos-familias-coronavirus-yomequedoencasa/>

- <https://universoabierto.org/2020/03/14/el-grupo-sm-ofrece-gratis-acceso-a-su-plataforma-con-libros-y-juegos-de-su-aula-virtual-de-aprendizaje-m-a-r-s-para-ninos-durante-el-periodo-de-coronavirus/>

- https://issuu.com/craculleredo/docs/agasallos_amigo_invisible_1

- [SPA] **TEATRO, THEATRE:** ¿Nos ayudas a compartir para que llegue a más padres?

http://www.slideshare.net/NataliaRomero13/el-monstruo-de-colores-de-anna-llenas?from_m_app=android

<https://computerhoy.com/noticias/entretenimiento/teatroteca-te-ofrece-1500-obras-teatro-gratis-ver-tu-pc-movil-360809>

- [SPA] Desde OEE queremos recomendaros una serie de documentales sobre migración y refugio, para visionar de forma gratuita durante estos días de confinamiento en casa: <https://nep.facebook.com/OEEBizkaia/posts/1559706850848858/>

3. [SPA, ENG] MORE IDEAS WITH KIDS AT HOME / MÁS IDEAS CON NIÑOS Y NIÑAS EN CASA

- [ENG] 50 Activities To Keep Kids Busy During Social Distancing:

<https://www.amightygirl.com/blog?p=29196>

- [SPA] 101 IDEAS PARA HACER EN CASA ¡CUANDO NO HAY CLASES! (101 IDEAS IN SPANISH TO DO AT HOME): <https://www.facebook.com/huellacolectivamx/posts/220164382705179>

4. [SPA mostly, some ENG VIDEOS at the beginning and some translation] Actividades enviadas por la profe del jardín de infantes para niños y niñas de tres años pero es útil para varias edades, (incluye videos, actividades, educación y hasta yoga) / Activities sent by a kindergarden teacher for three years old kids but useful for various ages, there are some things in english but mostly in spanish (it includes videos, activities, education and even yoga)

[SPA] GIMNASIA CEREBRAL

<https://youtu.be/VtoEqUis88Q>

[ENG] CANCIÓN DEL MES

<https://youtu.be/4Xj7O73sveg>

[ENG] CANCIONES DEL DÍA

<https://youtu.be/KUSbzn3STo>

<https://youtu.be/fN1Cyr0ZK9M>

<https://youtu.be/HPgEtkCycS8> (I am happy, I am good)

[SPA] EXPERIMENTOS (pueden seleccionar según los materiales que tengan)

- <https://arbolabc.com/experimentos-caseros-para-ni%C3%B1os>
- <https://blog.oxfamintermon.org/5-experimentos-caseros-para-ninos-y-ninas-con-los-que-aprenderan/>
- <https://www.google.com/search?client=ms-android-huawei-rev1&sxsrf=ALeKk01IKhWhejRe3-mekwguIhC9ta5FIA:1584622243518&q=experimentos+caseros+y+faciles&sa=X&ved=2ahUKEwiShLbvyaboAhVjIbkGHTb-B4sQ1QIwEnoECAwQTA&cshid=1584622474724&biw=360&bih=647#>
- https://youtu.be/ppdl_zRB9N8

[SPA, ENG] ACTIVIDADES DE ARTE EN CASA / ART ACTIVITIES AT HOME:

- Recoger hojas del patio de la casa pintarlas y realizar estampado / Collect leaves from the patio of the house, paint and stamp
- Estampar trozos de fruta / Stamp pieces of fruit
- Hacer collares con tallarines en tubo y lana / Make necklaces with tube noodles and wool
- Hacer mascararas con hojas de block o platos de cartón y crayones / plumones etc / Make masks with blocksheets or cardboard plates and crayons, markers, etc
- Mosaico con trozos rasgados de papel lustre / Mosaics with torn pieces of gloss paper
- Pintar mandalas <https://mandalas.dibujos.net/> / Paint mandalas
- Personitas con plasticina si no tienen pueden usar masa (harina agua sal) / Little people with plasticine, if they don't have it, use dough (wáter, salt and flour)
- Música y baile en casa (en general los videos de Just dance) / Music and dance at home <https://youtu.be/RefJ2QOsVLo>

[SPA, ENG] Música y arte / Music and Art:

[SPA] Si lo enfocan en música clásica pueden utilizar en spotify la lista de Bethoven y que pinten sobre un papelógrafo con pinceles, soplando con bombillas o con un trozo de esponja.

[ENG] If you focus on classical music, you can search on spotify Bethoven's list and have the kids paint on a flipchart with brushes, blowing with bulbs or with a piece of sponge.

[SPA] CUENTA CUENTOS:

Recomiendo el canal de Beatriz

<https://youtu.be/5HUWPF4HMqA>

<https://youtu.be/75NQK-Sm1YY>

Luego de ver los cuenta- cuento pueden realizar preguntas como, que aprendieron del cuento, cuál fue su parte favorita y pueden dibujarlo en una pizarra o crear al personaje favorito con material de desecho que tengan en casa.

[SPA, ENG] MATEMÁTICAS / MATHEMATICS:

[SPA] Matemáticas

Clasificación:

Agrupar por color la ropa del closet.

Clasificar los desechos del día para crear un eco ladrillo para luego llevarlo al jardín, estos se llenan con: bolsas de té, etiquetas de yogurt, tapa de yogurt, envoltorios plásticos, etc. es importante que estén limpios y secos.

Si tienen más personas para jugar en la casa pueden hacer un tablero de bingo y jugar al bingo de números. (hasta el número 10)

[ENG] Mathematics:

Classification:

Group the clothes in the closet by color.

Sort the day's waste to create an eco brick and then take it to the garden, these are filled with: tea bags, yogurt labels, yogurt lid, plastic wrap, etc. it is important that they are clean and dry.

If there are more people to play around the house, you can make a bingo board and play number bingo. (up to number 10)

[SPA, ENG] YOGA:

[SPA] Las clases las comenzamos con ejercicios de respiración, reconociendo la emoción que van sintiendo en el día, asociamos cada respiración a una emoción es decir cuando estoy feliz y en calma mi respiración tiene un ritmo prolongado puedo inhalar y exhalar sin dificultad, cuando estoy enojado o triste (llorando) mi respiración es entrecortada, recalcar que cuando uno está feliz y tranquilo evita enfermedades porque le transmite a su cuerpo que está bien y la oxigenación del cuerpo se realiza adecuadamente.

Luego hacemos una elongación:

Postura de mariposa

Hacemos un 4 con cada pierna estirada para cada lado

Luego las movemos como un mini temblor verbalizando los nombres de todos

Hacemos masajes en nuestras piernas

Movemos los hombros hacia atrás y hacia adelante

Movemos las muñecas en círculo

Respiramos inhalando mirando a hacia un hombro y exhalamos hacia el otro

Luego comenzamos con saludos al sol, deben preguntar a los niños cuantos desean hacer y ponen el siguiente video:

<https://youtu.be/7fHpf4A9P1I> por lo general hacemos entre 6 y 8

Luego preguntar que postura han realizado

Y pueden practicar algunas recalando que siempre deben concentrarse en un punto fijo.

Deben también ir felicitando a sus niños por cada postura realizada 🙌👏.

Pueden terminar jugando al congelado (de cachureos), pero al parar realizar posturas de yoga, la que ellos quieran.

Finalizando la sesión hidratarse, y preguntar que partes del cuerpo utilizó... Si van a repetir la sesión ojalá que la intención a aquellos que no pueden estar en su casa para que reciban esta energía linda.

Les dejo mi lista de spotify de yoga:

<https://open.spotify.com/playlist/4MP8tpMmDi0SUiwQR12MBR?si=2zMqgVETRied8ZLKMaUs4g>

[ENG] YOGA:

The classes begin with breathing exercises, recognizing the emotion that they feel during the day, we associate each breath with an emotion, that is, when I am happy and calm, my breathing has a long rhythm, I can inhale and exhale without difficulty, when I am angry or sad (crying) my breathing in ragged. To emphasize that when one is happy and calm avoids diseases because it transmits to the body that it is well and the oxygenation of the body is carried out properly.

Then we do an elongation:

Butterfly pose

We make a 4 with each leg stretched for each side

Then we move them like a mini tremor verbalizing the names of all

We massage our legs

We move the shoulders back and forth

We move the wrists in a circle

We breathe in inhaling facing one shoulder and exhale the other

Then we start with greetings to the sun, they should ask the children how many they want to do and put the following video:

<https://youtu.be/7fHp4A9P1I> we usually do between 6 and 8

Then ask what posture they have taken

And they can practice a few, stressing that they should always focus on one fixed point.

We should also congratulate their children for each posture performed 🎉👏.

We can end up playing frozen (of cackles), but when stopping to perform yoga poses, the one they want.

At the end of the session, hydrate yourself and ask what parts of the body you used ... If you are going to repeat the session, hopefully you intend those who cannot be at home to receive this beautiful energy.

I leave you my list of yoga spotify:

<https://open.spotify.com/playlist/4MP8tpMmDi0SUjwQR12MBR?si=2zMqgVETRied8ZLKMaUs4g>

Adjunto videos con distintos saludos y rutinas de yoga / Here you have some videos with yoga routines :

<https://youtu.be/t8748OWc1nQ>

<https://youtu.be/SP5p1gLUOHI>

<https://youtu.be/eSBjHB4ezGs>

[SPA, ENG] JUEGOS CON LOS NIÑOS EN CASA / PLAYING WITH CHILDREN AT HOME:

[SPA]

Jugar al almacén

Carpa con sábanas rincón de lectura adentro

Sillita musical

Karaoke

Fiesta de disfraces

Spa: masajes, peluquería, uñas.

[ENG]

- Play warehouse
- Tent with sheets reading corner inside
- Musical chair
- Karaoke
- Costume party
- Spa: massages, hairdressing, nails.

Nota: Créditos de todas estas ideas a quien corresponda 😊

Note: the copyright of all those ideas are for the persons that sent them 😊



You can take a picture of one activity with your children and send it to us, preferably without showing the children's faces, We will be collecting the pictures in a "*Servas Youth & Families Stay-Home Photo Album*"

In the photo: Youth & Families Committee members:

Susana Martinez Duro (Spain)

Raffaella Rota (Italy)

Aneris Cao (Chile)

Natasha Noreen (Italy)

If you have any interesting links to share or other ideas, please email them to youth@servas.org.



In peace and friendship and lots of health wishes,

Servas International Youth and Families Committee

Susana, Raffaella, Aneris and Natasha