Action for Children

Pequeñas criaturas, grandes aventuras

La magia de llevar a los niños al aire libre



¿LO SABÍA?

Los expertos en salud recomiendan al menos dos horas de juego al aire libre para los niños cada día.
Llevar a los niños al aire libre no tiene por qué ser complicado. A veces, todo lo que hace falta es una lupa y un pedazo de césped. ¡El patio trasero está lleno de pequeñas maravillas que solo esperan ser descubiertas!

Por qué el juego al aire libre es esencial

- **Fortalece cuerpos sanos.** Correr, trepar y gatear fortalecen los músculos, los huesos y la coordinación. La luz solar proporciona vitamina D esencial.
- **Despierta la curiosidad y el aprendizaje.** La naturaleza es un aula viva. Los niños aprenden a observar, formular hipótesis y hacer preguntas —la base del pensamiento científico—.
- **Reduce el estrés y la ansiedad.** Los espacios verdes y los entornos naturales reducen los niveles de cortisol y mejoran el estado de ánimo, la concentración y la regulación emocional en los niños.
- **Favorece la atención y la concentración.** Se ha demostrado que el juego al aire libre no estructurado mejora la capacidad de atención y reduce los síntomas del TDAH.
- **Desarrolla habilidades sociales.** Las actividades grupales al aire libre fomentan la cooperación, la comunicación, la empatía y la resolución de conflictos.

"¿Qué tipo de insecto es este?"

CONSEJO PARA ADULTOS

No pasa nada si usted no identifica cada insecto. Preguntarse juntos ayuda a los niños a desarrollar la curiosidad y la confianza. Pruebe decir:
"No sé — ¡averigüémoslo! —¡averigüémoslo!"



MANTENGA LA AVENTURA EN MARCHA

Después de su búsqueda de insectos:

- Lean juntos un libro sobre insectos
- Hagan un dibujo de un insecto en casa
- Cuenten cuántas patas tenía cada insecto
- Construyan un hábitat imaginario para insectos con bloques o materiales reciclados

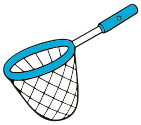
Pequeñas criaturas, grandes aventuras

CÓMO HACER UNA BÚSQUEDA DE INSECTOS

Qué llevar:


Lupa


Frasco transparente o caja para insectos


Red para mariposas


Pincel pequeño


Cuaderno de campo


Guía de identificación de insectos


Crayones o lápices

Guía de búsqueda paso a paso:

1. Elija un lugar. Los jardines, parques, pilas de madera, parterres y hojarasca son lugares excelentes. ¡Las áreas sombreadas y húmedas están llenas de insectos!
2. Muévase despacio y en silencio. Levante las rocas y los troncos con cuidado. Mire debajo de las hojas y en las grietas de la corteza. ¡Vuelva a poner en su lugar todo lo que mueva!
3. Observe antes de tocar. Use un pincel para guiar suavemente a los insectos hacia un frasco. Cuente las patas, mire las alas y tome nota de los colores y el tamaño.
4. Dibújelo y descríbalo. Haga un dibujo del insecto en su cuaderno. Escriba dónde lo encontró y qué estaba haciendo.
5. Libérelos y reflexione. Siempre deje ir a los insectos donde los encontró. Hable sobre lo que vio. ¿Qué fue sorprendente?



TEMAS DE CONVERSACIÓN PARA NIÑOS CURIOSOS

- **¿Qué puedes ver si miras muy de cerca?**
- **¿En qué se diferencia este insecto del último que viste?**
- **¿Qué crees que come y cómo encuentra su alimento?**
- **¿Cómo crees que se protege de animales más grandes?**
- **¿Cómo crees que este insecto ayuda a las plantas y los árboles que nos rodean?**
- **Si fueras así de pequeño, ¿cómo se vería el mundo para ti?**

Action for Children
614.224.0222
actionforchildren.org
1105 Schrock Rd. Suite 125, Columbus, OH 43229

Guía de campo de insectos

Conoce a la mosca linterna manchada

Nombre científico: Lycorma delicatula
Origen: Asia oriental
Tamaño: Aproximadamente 1 pulgada de largo
Estado: No es de Ohio (Especie invasora)



¿Qué es una especie invasora?

Una especie invasora es una planta o un insecto que viene de otro lugar y se propaga demasiado. Puede dañar las plantas y los animales que viven aquí.

¿Cómo se ve?

- Alas grises con manchas negras
- Alas de color rojo brillante debajo
- Las crías son negras con manchas blancas
- Las crías mayores son rojas con manchas blancas

¡Misión de científico ciudadano!

¿La encontraste?



¡Puedes ayudar a proteger la naturaleza!

- ✓ Dibújala en tu diario de insectos
- ✓ Infórmaselo a un adulto de inmediato
- ✓ Si es seguro, un adulto puede quitarlo
- ✓ Reporten juntos el avistamiento

¡Estás ayudando a científicos reales a aprender más sobre este insecto!

¿Quieres aprender más o reportar un avistamiento?

ESCANEAR

Action for Children
614.224.0222
actionforchildren.org
1105 Schrock Rd. Suite 125, Columbus, OH 43229