

# GETTING A HEAD START ON THE OREGON TRAIL

Written by Andrew David Hodgson, Child Start, Inc.



Illustrations by KaCey Green, Visual Fusion, LLC.



**E**ra un día maravilloso de primavera, pero la familia Bunny se encontraba dentro de su casa. Benny y Bonny estaban viendo las pantallas que tenían enfrente de ellos.

El abuelo Bunny estaba malhumorado. "¡Los niños como ustedes deberían jugar afuera! Cuando yo era niño, jugábamos afuera todo el tiempo," dijo.

"Pero qué aburrido," respondió Benny.  
"¿Qué haríamos afuera?" preguntó Bonny.

"Lo que ustedes quieran," dijo el abuelo.  
"Necesitan pasar menos tiempo en las pantallas, y más tiempo con la naturaleza."

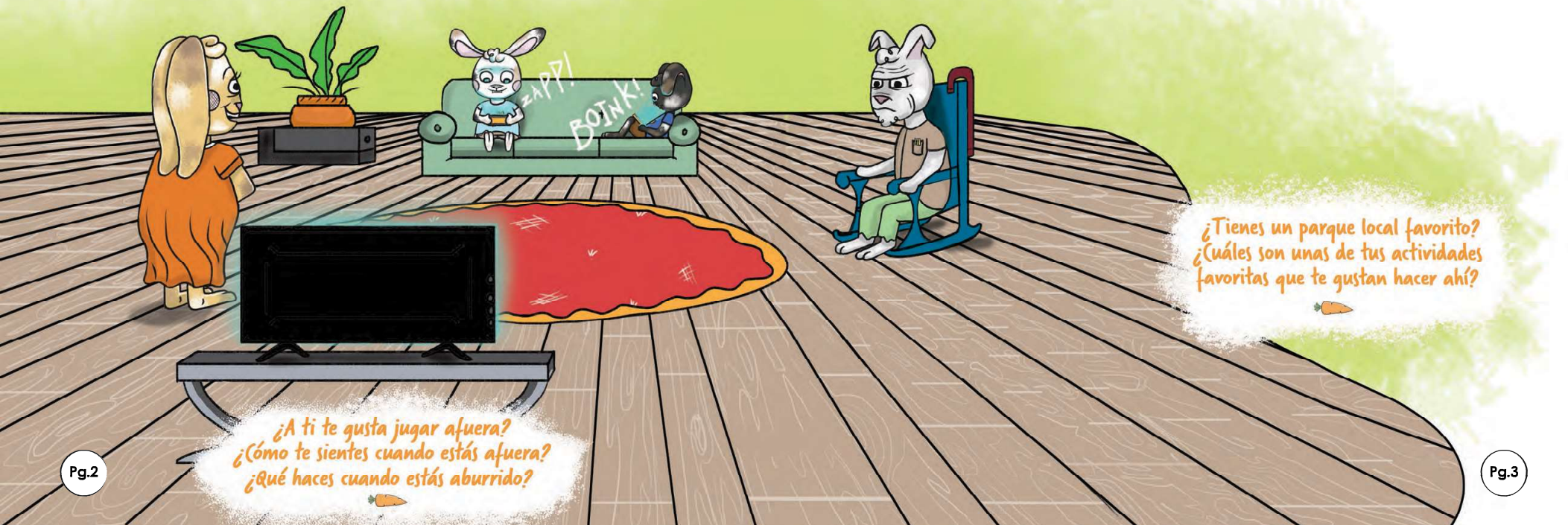
Mamá conejo se río. "Abuelo, tú pasas todo el día dentro de la casa. Podemos irnos todos al parque al aire fresco y divertirnos."

"¿Realmente crees que ellos van a caminar todo el camino al parque?" se quejó el abuelo.

"¡Sí podemos!" insistió Bonny.

"¿Qué podemos hacer en el parque?" Preguntó Benny.

"Podemos llevar un almuerzo saludable y hacer un picnic. Luego podemos hacer nuevos amigos, jugar nuevos juegos, y aprender nuevas destrezas," respondió mamá.



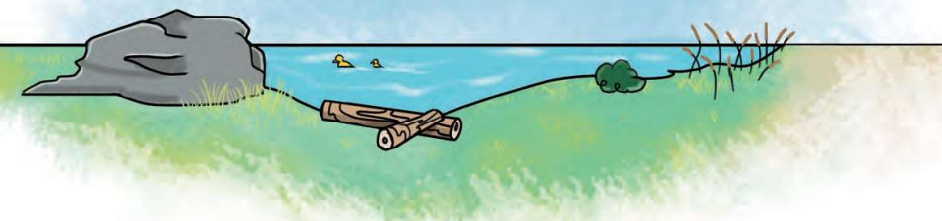


**L**a familia Bunny comenzó a caminar hacia el parque, pero en poco tiempo Benny y Bonny se aburririeron.

*"¿Cuándo llegaremos?" preguntó Benny.*

El abuelo replicó. *"Cuando yo era niño, yo podía caminar la misma distancia que el Sendero Oregón."*

*"¿El Sendero Oregón? ¿Qué es eso?" preguntó Bonny.*

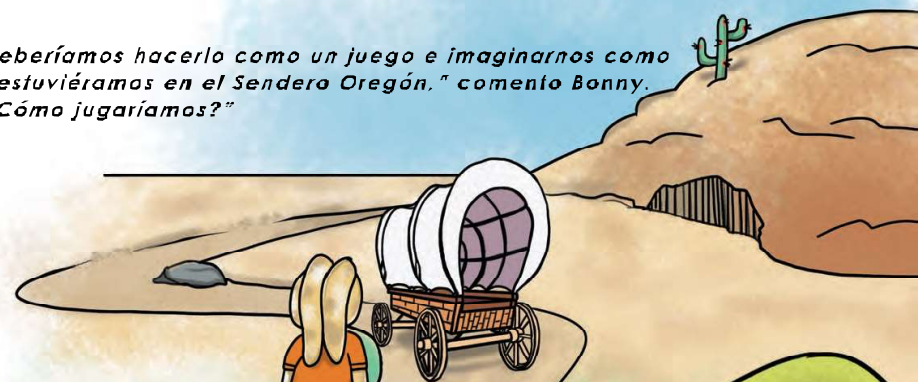


*"El Sendero Oregón era una ruta larga hacia un lugar lejano," explicó el abuelo. "Las familias lo recorrían juntos."*

*"Duraban meses y era una gran aventura," añadió mamá.*

*"A mí me gustan las aventuras," dijo Benny.*

*"Deberíamos hacerlo como un juego e imaginarnos como si estuviéramos en el Sendero Oregón," comentó Bonny. "¿Cómo jugaríamos?"*



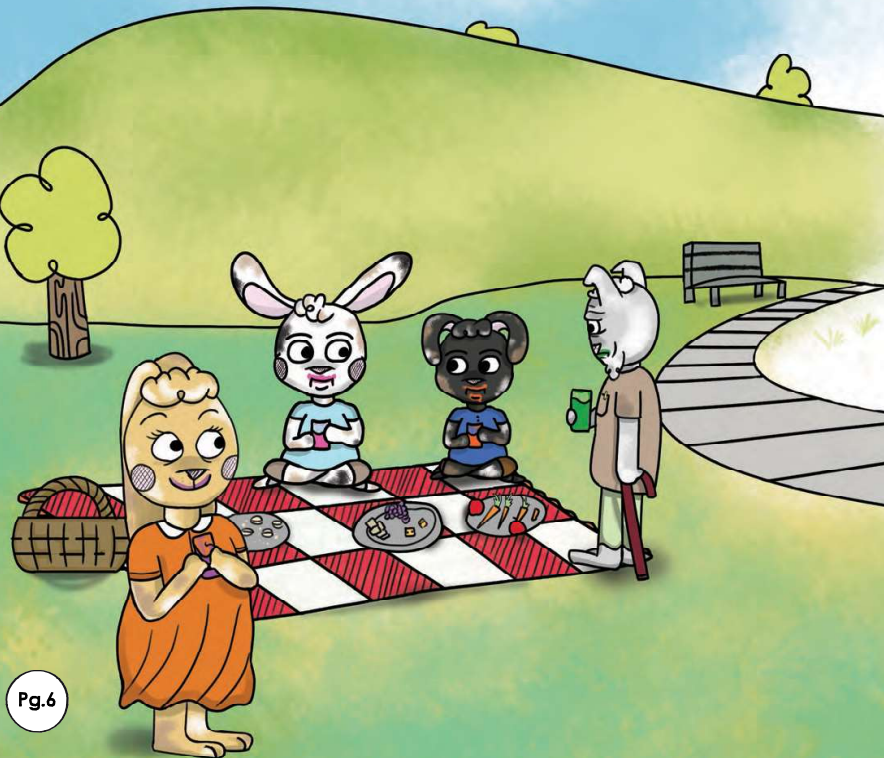
*¿Te gustan las aventuras?  
¿Te gustaría aprender más  
sobre el Sendero oregón?*



**U**na vez que llegaron al parque, la familia Bunny comenzó a preparar su picnic. Todos pasaban comida saludable del uno al otro y la compartían.

*Mamá había hecho batidos de frutas que eran de colores diferentes.*

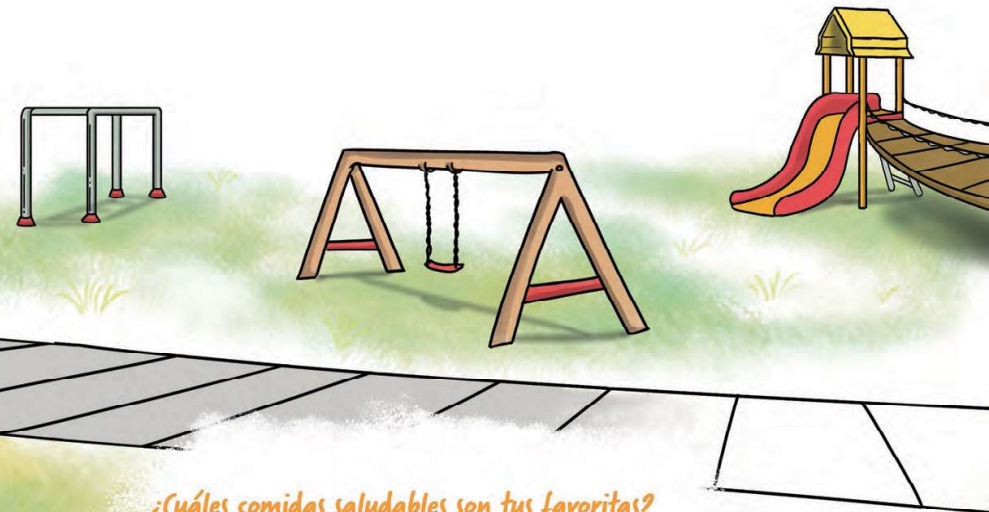
*"Necesitaremos mucha energía y nutrición para imaginarnos que estamos en el Sendero Oregón," dijo mamá.*



*"No llegaremos a superar la ruta si comemos demasiados dulces," añadió el abuelo con un bigote hecho de batido de frutas. "Los dulces son comidas para de vez en cuando."*

Los niños probaron sus batidos de frutas, y luego sonrieron con sus propios bigotes de batido de frutas.

*"¿Quién sabía que las frutas y las verduras pudieran ser tan divertidas?" preguntó Bonny.*



*¿Cuáles comidas saludables son tus favoritas?  
¿Cuáles son tus frutas y verduras favoritas?*





*"¿Qué deberíamos hacer ahora para nuestro juego de imaginación en el Sendero Oregón?" preguntó mamá.*

*El abuelo se rascó la barbilla y se puso a pensar.  
"En el pasado cuando las familias se iban hacia Oregón, la ruta era difícil y salvaje. Solamente los que tenían varias destrezas podían superarla."*

*"¡Nosotros tenemos muchas destrezas!" dijo Benny.*

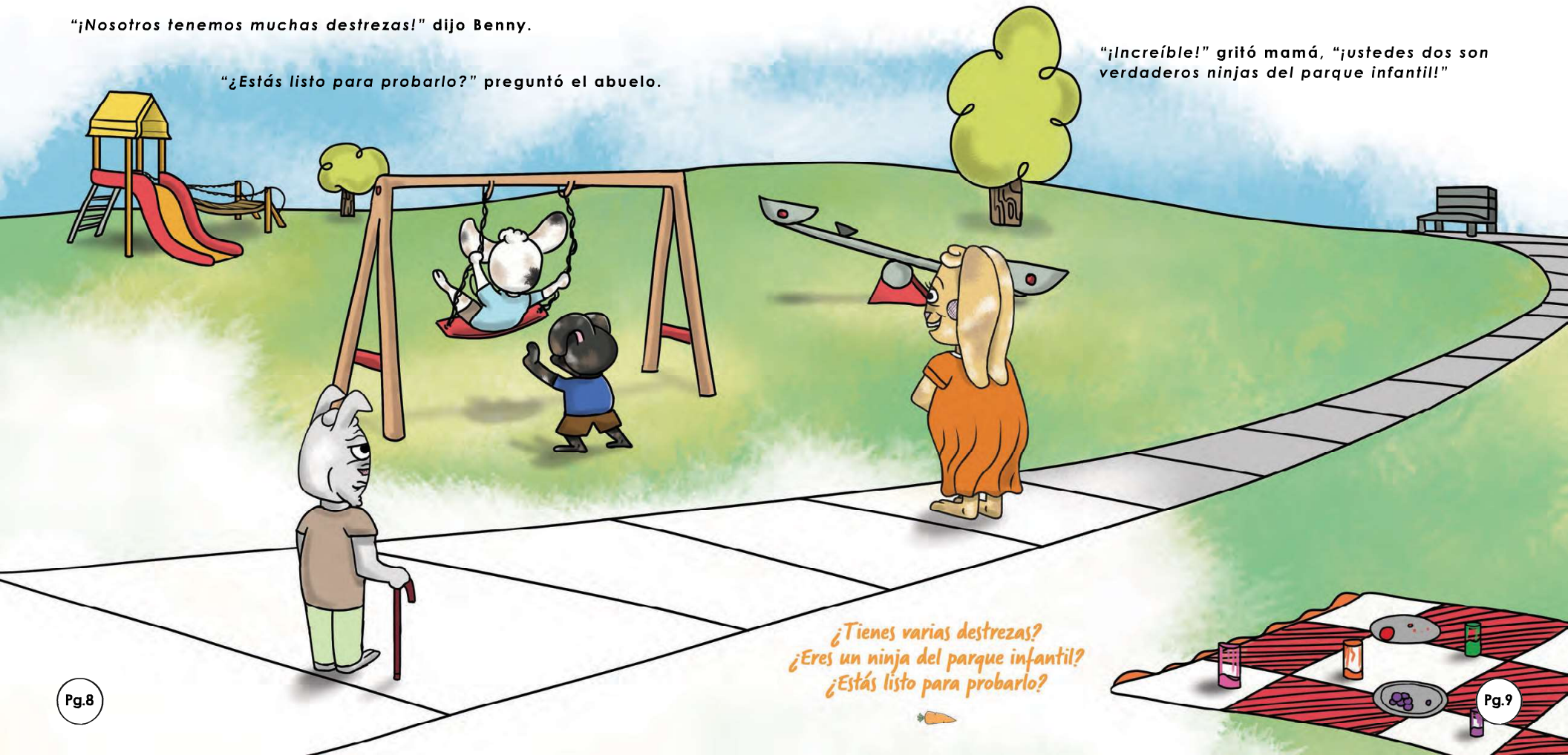
*"¿Estás listo para probarlo?" preguntó el abuelo.*

*"¡Por supuesto!" los niños saltaron. "¿Cómo lo comprobamos?"*

*"Muéstrennos en ese parque infantil," dijo el abuelo.*

*Los niños corrieron hasta el parque infantil e intentaron todo.*

*"¡Increíble!" gritó mamá, "¡ustedes dos son verdaderos ninjas del parque infantil!"*



*¿Tienes varias destrezas?  
¿Eres un ninja del parque infantil?  
¿Estás listo para probarlo?*

**B**enny y Bonny corrieron hacia mamá y el abuelo, estaban jadeando.

“¡Hicimos todo! ¿Y ahora qué?” dijo Bonny entre jadeos.

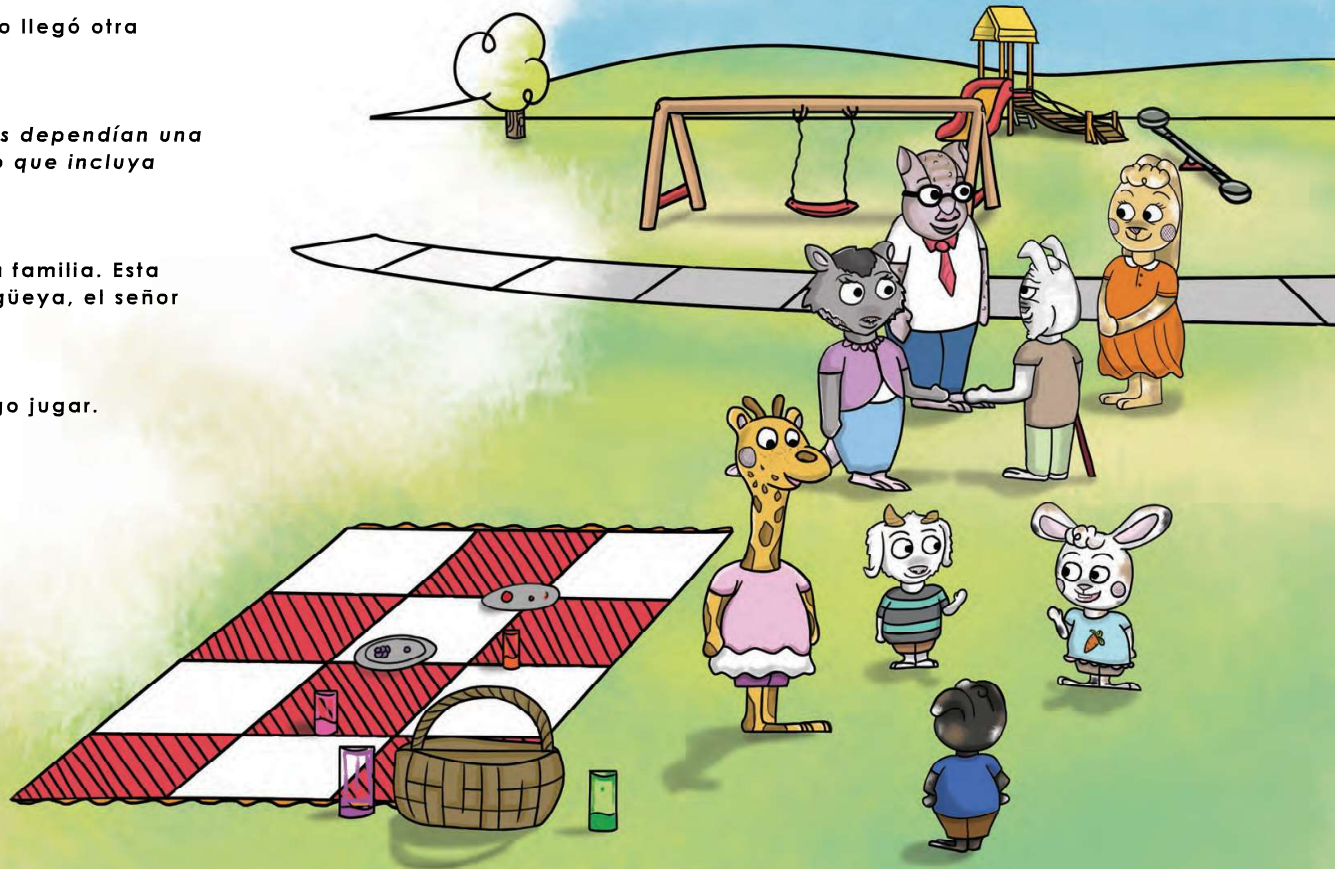
El abuelo se rascó la barbilla de nuevo. En ese momento llegó otra familia al parque infantil.

El abuelo habló. “En la ruta Sendero Oregón, las familias dependían una de otra y tenían que ser amistosas. Encuentren un juego que incluya a los otros niños.”

Benny y Bonny hicieron saltos de conejo hacia la nueva familia. Esta familia eran todos animales diferentes. Eran mamá zarigüeya, el señor armadillo, Ivy la jirafa, y Marvin la cabra.

Los cuatro niños hablaron entre sí para decidir qué juego jugar.

*¿A ti te gusta hacer nuevos amigos?  
¿Cómo te presentas con nuevos amigos?*



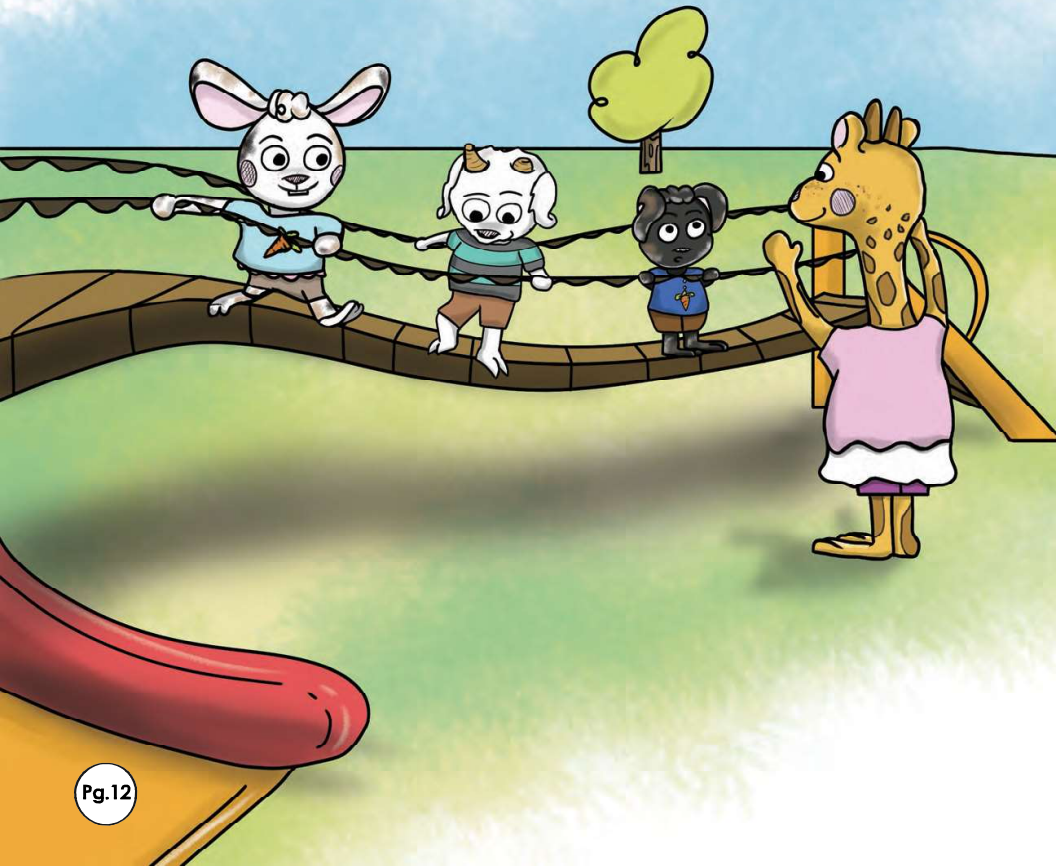


"¿Quieren jugar con nosotros?" preguntó Benny.

"Yo tengo miedo de las alturas," dijo Ivy. "Yo me mantengo en el suelo."

"¿Cómo puedes tener miedo de las alturas?," preguntó Benny, mirando hacia arriba. "¡Eres tan alta!"

"Yo soy torpe," suspiró Marvin, "Mejor que jueguen sin mí."



"Aún estás creciendo," dijo mamá zarigüeya. "Tal vez estos conejitos se moverán despacio contigo para que te sientas seguro."

"¡Podemos movernos despacio!" prometió Benny.

"Será divertido!" añadió Benny.

Así que los niños jugaron juntos despacio, con Ivy manteniéndose en el suelo.

"Yo sí soy un ninja del parque infantil," exclamó Marvin con alegría.

¿De qué tienes miedo tú?  
¿Cuáles son unas maneras de incluir a nuestros amigos?



**T**odos en la familia Bunny estaban cansados cuando regresaron a la casa

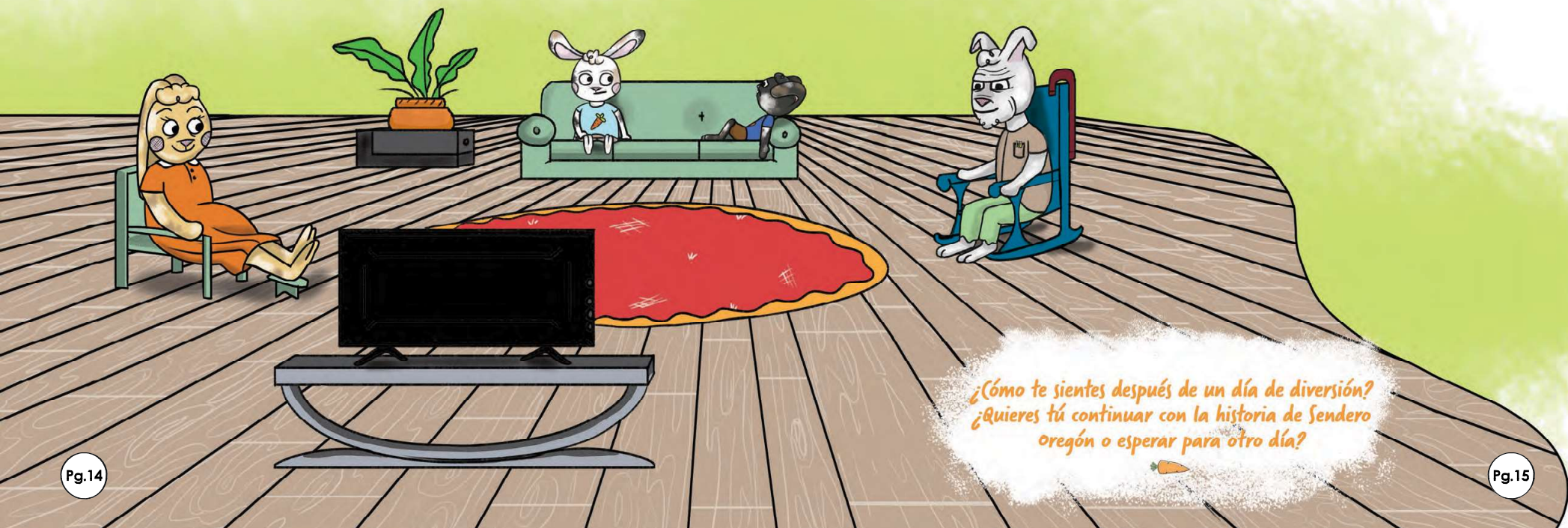
Abuelo bostezó. "Si ustedes dos quieren quedarse en la casa el próximo fin de semana, yo puedo tomar una siesta," él bromeó.

"¡Qué aburrido! No queremos quedarnos en la casa." Gritó Benny.  
"¡Necesitamos más tiempo con la naturaleza, no con las pantallas!"

"¿Podemos jugar con nuestros nuevos amigos otra vez?" preguntó Bonny.

"Suena como que deberíamos continuar con nuestro juego de Sendero Oregón," dijo mamá.

¡Qué cambio había ocurrido con la familia Bunny!





**E**l próximo fin de semana, las dos familias se reunieron en otro parque que tenía una almohadilla de salpicadura. Los cuatro niños jugaron con el agua, zapatearon en el agua, bailaron en el agua, y usaron voces fuertes.

Llegó una familia de ardillas. El chico ardilla corrió al agua saltando, pateando y salpicando. Todos se mojaron hasta los adultos.

"No estoy jugando Skipper!" la niña ardilla gritó después de que él la salpicó con agua.

"¡Tienes que jugar Skyla!" respondió el chico. "¡Ya estás mojada!"

La señora ardilla suspiró. "Tú ya sabes, Skipper. Sólo puedes salpicar a los niños que están jugando, y que seas amable."

Skipper puso mala cara, "¡Skyla nunca quiere hacer nada!"

"Vamos a tomar un descanso de atención plena," sugirió la señora ardilla.

¿A ti te gusta jugar en el agua?  
¿Cuáles son unas maneras amables  
para jugar con otros niños?



**L**as ardillas fueron a un área de pasto. Los otros niños los miraron con interés.

La señora ardilla tuvo una idea de cómo incluir a los otros niños.

*"La atención plena se puede hacer de maneras diferentes," les dijo a los niños. "Skyla se sienta, quieta y tranquila. Skipper prefiere el yoga."*

Dos de los niños probaron el yoga con Skipper, y los otros dos probaron el sentarse quieto y tranquilo.

La atención plena ayudó a los niños para calmarse.

Luego Skyla sugirió una caminata.

*¿Usas la atención plena de vez en cuando?  
¿Cuál te parece más divertido, el yoga o el sentarse quieto y tranquilo?*





*"¡No, qué aburrido!" se quejó Skipper.*

*"La naturaleza no es aburrida. Podríamos buscar pájaros," dijo Ivy.*

*"A mí me gustan las arañas," dijo Bonny, después de encontrar una tela de araña.*

*Abuelo asintió. "En el Sendero Oregón, era importante poder buscar y reconocer la vida salvaje."*

**Mamá zarigüeya pidió a los niños que tuvieran cuidado con donde pisan y lo que tocan, y que no hicieran daño a los bichos.**

**Luego las familias hicieron una búsqueda de tesoro con la naturaleza buscando pájaros, bichos, y plantas de varias figuras, tamaños y colores.**



*¿A ti te parece aburrida o interesante la naturaleza?  
¿Te gustaría hacer una búsqueda de tesoro  
con la naturaleza?*

**L**as tres familias se reunieron otros fines de semana en más parques para continuar su juego de imaginarse en el Sendero Oregón.

En otoño, exploraron alrededor de un lago. Buscaron huellas de animales en la arena y estaban atentos para ver peces en el agua. Los niños sostenían las manos de los adultos para mantenerse seguros cuando estaban cerca del agua.

Las hojas de los árboles estaban cambiando de color y cayendo al suelo. Los adultos hicieron un montón de hojas, y los niños saltaron al montón.

La señora ardilla les dio a los niños verduras mezcladas para dar de comer a los patos y los peces.



¿Cuáles son unas de tus actividades favoritas de otoño?  
¿Cuáles son unas maneras para mantenerte seguro cuando estás cerca del agua?



**L**as familias se reunieron también en el invierno para jugar afuera. Los días con nieve fueron los más divertidos.

Skipper les enseñó a los otros niños como jugar al pillapilla como una ardilla para mantenerse caliente. Mientras tanto, Ivy y Skyla se acostaron boca arriba y miraron las nubes.

Poco antes de la primavera, las familias se dieron cuenta de que habían visitado todos los parques locales.

"Ya todos somos *Guarda parques*," anunció el abuelo.

"¡Seguramente ya caminamos y jugamos toda la ruta hasta Oregon!" dijo mamá. "Todos ustedes deberían estar orgullosos."

*¿Cuáles son unas de tus actividades favoritas de invierno?*



*“¿Si ya cumplimos con nuestro juego de imaginarnos en el Sendero Oregón, tenemos que dejar de jugar afuera?” preguntaron Bonny y Benny.*

*Mamá conejo pensó por un momento. “La primavera ya se acerca pronto. Podemos plantar semillas y observar cómo crecen.”*

*“¿Cuánto tiempo tardará eso?” preguntó Skipper.*

*“Necesitarás tener paciencia,” respondió la señora ardilla. “Pero aún podemos reunirnos para jugar afuera.”*

*“Tal vez deberíamos imaginarnos caminando hasta la luna la próxima vez,” sugirió el abuelo.*

*A los niños les gusto esa idea. Todos corrieron hacia el parque para jugar e imaginarse que están en el espacio.*

*¿A ti te gustaría comenzar  
con el juego e imaginarte que estas en  
el Sendero Oregón como una familia o clase?  
¿Quieres unirte a la diversión?*

