



FUNDACIÓN
Nueva
Generación
SONORA

REPORTE JULIO 2023

EL DERECHO AL DESCANSO Y ESPARCIMIENTO

EN LOS NIÑOS, NIÑAS
Y ADOLESCENTES DE SONORA

TENGO DERECHO

AL DESCANSO y
AL ESPARCIMIENTO



Mereces poder descansar, jugar y participar en actividades deportivas, culturales y artísticas, que sean divertidas para ti y adecuadas para tu edad.

Fuente: Capítulo Décimo Segundo de la Ley General de los Derechos de Niñas, Niños y Adolescentes.

Introducción



El juego es fundamental para las infancias. El tiempo de juego ayuda a niñas, niños y adolescentes en su desarrollo físico, emocional y educativo, pero también brinda a las familias la oportunidad de compartir. Sabemos que los diferentes contextos y situaciones de vida en ocasiones limitan y hasta nulifican el tiempo de juego, sin embargo, es importante que sociedad, gobierno y familia dimensionemos la importancia de que la niñez cuente con tiempo libre y de esparcimiento.

La Convención de los Derechos del Niño¹ firmada en 1989, a través de la cual se enfatiza que los niños tienen los mismos derechos que los adultos establece en el Artículo 31 que:

Se reconoce el derecho del niño al descanso y el esparcimiento, al juego y a las actividades recreativas propias de su edad y a participar libremente en la vida cultural y en las artes [...] Los Estados Parte respetarán y promoverán el derecho del niño a participar plenamente en la vida cultural y artística y propiciarán oportunidades apropiadas, en condiciones de igualdad, de participar en la vida cultural, artística, recreativa y de esparcimiento.

Esta Convención sienta las bases de la importancia de que las infancias gocen de tiempo libre, que tienen derecho al juego, al esparcimiento y que estas actividades benefician su desarrollo.

El tiempo de esparcimiento se refiere a aquel periodo en el cual los niños, niñas y adolescentes tienen la oportunidad de jugar, explorar, descansar y participar en actividades recreativas. Es un tiempo dedicado al disfrute, la diversión y el descanso. A través del juego y la participación en actividades recreativas, los niños aprenden habilidades motoras, mejoran su coordinación, desarrollan su imaginación y creatividad, y adquieren destrezas sociales, como la cooperación y la resolución de conflictos.

Además, el tiempo de esparcimiento permite a las infancias y adolescencias relajarse y reducir el estrés. Jugar y participar en actividades recreativas les brinda la oportunidad de liberar energía acumulada, expresar emociones y desarrollar habilidades emocionales, como la regulación emocional y la empatía. Es importante destacar que el tiempo de esparcimiento debe ser equilibrado y variado. Los niños, niñas y adolescentes necesitan tener la oportunidad de participar en actividades al aire libre, jugar con otras personas de su edad, explorar su entorno, así como también disfrutar de momentos de descanso y actividades más tranquilas como la lectura o el dibujo.

Sin embargo, en la actualidad, las infancias y adolescencias enfrentan dificultades para acceder a un tiempo de esparcimiento adecuado debido a diversas razones. Por ejemplo, la carga académica, las actividades extracurriculares excesivas, la falta de espacios seguros para jugar al aire libre y el uso excesivo de dispositivos electrónicos pueden limitar el tiempo de esparcimiento.

Es responsabilidad de los padres, madres, cuidadores, educadores y la sociedad en general asegurar que los niñas, niños y adolescentes tengan suficiente tiempo de diversión. Esto implica fomentar un equilibrio entre las actividades académicas, extracurriculares y el juego libre, proporcionar espacios seguros y adecuados para el juego, así como limitar el tiempo de pantalla y promover actividades recreativas saludables.

¹ ONU. Convención de los Derechos del Niño.
<https://www.ohchr.org/es/instruments-mechanisms/instruments/convention-rights-child#:~:text=Art%C3%ADculo%2031,cultural%20y%20en%20las%20artes>.

DATOS EN EL MUNDO SOBRE INFANCIAS Y ESPARCIMIENTO²

- 
- Hoy en día, el consumo de tiempo libre no se extiende solo a la televisión, sino también a las “pantallas” en un sentido más amplio, incluyendo a los dispositivos electrónicos como tablets, teléfonos celulares y otros, que son ampliamente utilizados por las y los adolescentes.
 - La actividad donde existe una más amplia y consistente diferencia en el uso del tiempo libre entre las y los adolescentes es hacer ejercicios o practicar algún deporte. Los varones coinciden en dedicar más tiempo a estas actividades que las mujeres.
 - Lo que más les gusta hacer en su tiempo libre a los niños y niñas de 3° básico de 15 países es jugar con los amigos (65%), hacer deportes (57%) y ver televisión (53%).
 - Un tercio de las niñas brasileñas considera que el tiempo para jugar en la semana es insuficiente.
 - En Chile, 88% de los niños, niñas y adolescentes realiza tareas domésticas en el propio hogar, al menos una hora a la semana.

² CEPAL-UNICEF. El derecho al tiempo libre en la infancia y adolescencia. https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/40563/S1600862_es.pdf



El periodo vacacional es un momento importante en la infancia, ya que brinda a los niños, niñas y adolescentes la oportunidad de descansar, divertirse y explorar diferentes experiencias. Durante las vacaciones, infancias y adolescencias tienen un tiempo libre más prolongado y pueden alejarse de las responsabilidades y las demandas escolares. Esto les permite relajarse, recargar energías y disfrutar de actividades que les resulten placenteras.

Además, las vacaciones son una oportunidad para fortalecer los lazos familiares, suelen ser momentos en los que las familias pueden pasar más tiempo juntas, participar en actividades compartidas y crear recuerdos especiales. Estos momentos de conexión familiar son valiosos para el desarrollo emocional de los niños, niñas y adolescentes y les brindan un sentido de pertenencia y seguridad.

Para la Fundación Nueva Generación Sonora, el derecho al descanso, esparcimiento y juego que tienen las infancias es primordial, por lo que presentamos a las familias sonorenses, espacios y lugares que les permitan convivir y compartir tiempo con las infancias y las adolescencias.

De acuerdo con el Censo de Población y Vivienda 2020 del Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI), en 15 municipios de Sonora se concentra 90.9% de la población infantil, principalmente, en Hermosillo (30.4%), Cajeme (13.8%) y Nogales (9.6%), (tabla 1).

Tabla 1. Municipios con mayor número de población de 0 a 17 años en Sonora, 2020

		Población	Porcentaje
1	Hermosillo	267,004	30.4
2	Cajeme	121,325	13.8
3	Nogales	84,830	9.6
4	San Luis Río Colorado	61,268	6.9
5	Navojoa	48,107	5.4
6	Guaymas	46,366	5.2
7	Agua Prieta	30,609	3.4
8	Caborca	28,383	3.2
9	Huatabampo	22,514	2.5
10	Puerto Peñasco	20,583	2.3
11	Etchojoa	19,047	2.1
12	Empalme	15,564	1.7
13	Cananea	12,814	1.4
14	Magdalena	10,546	1.2
15	Alamos	7,704	0.8

Fuente: elaboración propia con información del INEGI, Censo de Población y Vivienda 2020

Con los datos anteriores, en este periodo vacacional queremos acompañar a las familias de estos municipios a disfrutar los espacios que las ciudades tienen disponibles para jugar, caminar, hacer ejercicio o simplemente, esperar las mejores horas del día para conversar y compartir. A través de esta compilación de espacios, esperamos poder construir con las familias gratos recuerdos y memorias:

Lugares en Hermosillo

Lugar

Cómo llegar, vía Google Maps

Parque Infantil DIF Sonora	https://goo.gl/maps/tHJVgjkTCRiuXtY6
Casa de la Cultura	https://goo.gl/maps/m4e2ucLsrPV812Dr8
Parque de la Colonia Pitic	https://goo.gl/maps/SHw1qyYH6aAapnq58
Centro Ecológico de Sonora	https://goo.gl/maps/ERkuf226HWrMAWVF9
Parque Madero	https://goo.gl/maps/FhHJNp5ACYNhYgXS9
Parque Accesible Musas	https://goo.gl/maps/AUbjFnUmVmnC59Gr5
Parque Centenario	https://goo.gl/maps/h6mEXUKAiGWdKoWE8
Sky Place Trampoline Park	https://goo.gl/maps/7KzRCvZhaQtahogw5
Parque de Santa Fé	https://goo.gl/maps/8qW7G6rTGkm1iVDQ6
Parque Navarrete casi Soli	https://goo.gl/maps/uqsXkhyhLhBx91M1A
Parque Sor Juana	https://goo.gl/maps/23AuoaYysqHGMg5XA
Casa de Artes	https://goo.gl/maps/71y5SaeW6rk99mcA
Parque	https://goo.gl/maps/6wbes4bkms3byCVy5
Fairplay	https://goo.gl/maps/D1FF22Wk7Ao6q73e9
Parque La Ruina	https://goo.gl/maps/MTXp5rMQYULYWSvX9
Parque Heriberto Aja	https://goo.gl/maps/RrLPSA3qmA2wixB88
La Milla Unison	https://goo.gl/maps/E7dmEjYLUaDzoWrS8
Catedral Metropolitana de Nuestra Señora de Asunción	https://goo.gl/maps/HeLcUXJazRjLdQjt7
Parque de las Siembras	https://goo.gl/maps/kWiuH8FkaZbgwZLE8
Parque Portal del Pitic	https://goo.gl/maps/JJy9RoGK7t4dbH3t8
Plaza de la Solidaridad	https://goo.gl/maps/QaPoJQDZxi4GyRWz6
Cinopolis Galerías Mall	https://goo.gl/maps/KmnXSKnCjxFkpejt5
Cinemex Paseo Solidaridad	https://goo.gl/maps/fh89L48TChR6yCfx5
Cinopolis Patio Hermosillo	https://goo.gl/maps/Zz86Ua7DBzok7oky9
Centro Habitat Internacional	https://goo.gl/maps/wYVGUvnbU72xZsBc6
Centro Habitat Café Combate	https://goo.gl/maps/mC7wxJrFJBfq84TFA
Centro Habitat Solidaridad I	https://goo.gl/maps/Xzn51VHMga4LdykF6
Centro Habitat Los Olivos	https://goo.gl/maps/1UBGcPVUc9nw1Uk1A
Centro Habitat Las Minutas	https://goo.gl/maps/mVBnqNbyUgFtBcLAA
Parque Recreativo Club Oasis	https://goo.gl/maps/EP2ciDMT14ft8Mxr5
Aqua Park	https://goo.gl/maps/zbc36ppJiL7qbYMb7
Parque Arcoiris	https://goo.gl/maps/r6cCuC67TYZ4WK6DA
Parque Real del Carmen	https://goo.gl/maps/wJK34cnj4rWibP55A
Parque Nacameri	https://goo.gl/maps/DZUSerneqE53NQA86
Plaza de la Candelaria	https://goo.gl/maps/qCHCm9Zj2sQN4eme7
¡Recorcholis!	https://goo.gl/maps/AUoA3FiFTiCmTCzAA
Magic Place Hermosillo	https://goo.gl/maps/kAGhZg2gzjJ91DWG9
Parque Hacienda de la Flor	https://goo.gl/maps/mnem3unGrbkqYK5u9
Parque Luis Encinas	https://goo.gl/maps/Bu4K4tX5GUyqgu4C6
Parque Lineal Hidalgo	https://goo.gl/maps/TXgRZGt1QWRoQLqe6
Parque Insurgentes	https://goo.gl/maps/ZPPj99qPWimVCRKA
Parque Colonia Los Ángeles	https://goo.gl/maps/AncfM8pUoyWuFthJ6
Parque Recreativo Carmen Serdán	https://goo.gl/maps/Jj4YyVTh1186MfQ58
Paintball Town	https://goo.gl/maps/YCkmKtvi85NQR6K7
Grand Prix Hermosillo	https://goo.gl/maps/yYakiYbxMX9mNguh7
Parque de La Antena	https://goo.gl/maps/q9GdsfkQ15FKrLZy6
Humedal La Saucedá	https://goo.gl/maps/WJ6cxA7hvahXAUiy9
Campos Fútbol Saucedá 1 y 5	https://goo.gl/maps/AxQpbSKpALHZF7aw5
La Burbuja Museo del Niño	https://goo.gl/maps/pdvTheC6pcm6FboT8



Cabe mencionar que la Dirección de Parques y Jardines del H. Ayuntamiento de Hermosillo tiene en su registro un total de 810 parques en la capital del estado, que cuentan, por lo mínimo, con un set de juegos básicos.

Lugares en Cajeme

Lugar	Cómo llegar, vía Google Maps
Museo Sonora en la Revolución	https://goo.gl/maps/mNmRjdMMcG6qDhGx8
Parque Infantil Ostimuri	https://goo.gl/maps/Pg2bCjNATpyaVzvf9
Parque “Yo Amo a México”	https://goo.gl/maps/ddwVMjgbiQsdQ5AD9
Parque La Presa	https://goo.gl/maps/cNdyo6uwqEz1NeLQ8
Parque Los Monjes	https://goo.gl/maps/Jn3W4ueQBVPaUMRE7
Parque Granada	https://goo.gl/maps/Vb3WxkFq2hX9aGPG6
Parque Kilimanjaro	https://goo.gl/maps/CdHi8VRavmLGuRxN7
Parque La Palma	https://goo.gl/maps/37mqKdPMwhTSVQKBA
Parque Las Misiones	https://goo.gl/maps/oYBWfZb8CCmV7s47A
Estadio de los Yaquis de Ciudad Obregón	https://goo.gl/maps/6aDRwKbnraZFoJs66
Casa de la Cultura	https://goo.gl/maps/14kA2SIS6yeFyDCw8
Laguna del Nainari	https://goo.gl/maps/fQzf4316EhgRkgtLA
Parque Marbella	https://goo.gl/maps/DgPWtaQTs421hCPo8
Parque Andalucía	https://goo.gl/maps/jdAtohPvWEmpYQ4L7
Cinapolis	https://goo.gl/maps/xeQ71xHxsvHRdckL9
Parque Pradera Bonita	https://goo.gl/maps/3sjCMP3f8M81eViH8
Planetario Antonio Sánchez Ibarra	https://goo.gl/maps/f19eW9M2ZENpFdaeA
Parque Villa Itson	https://goo.gl/maps/vfV2vjyAobRLcipW9
Tomas Oroz Gaytan Stadium	https://goo.gl/maps/uHPdhdTmFuzkC55a9

Lugares en Nogales

Lugar	Cómo llegar, vía Google Maps
Parque Recreaivo “El Manantial”	https://goo.gl/maps/CyrsjLHhgGKBtbiA8
Alberca Municipal	https://goo.gl/maps/7h7xBEsoXvPHrNDY9
Centro Cultural Nogales (CECUN)	https://goo.gl/maps/puDH6kd7BJCoAy659
Parque Club de Leones	https://goo.gl/maps/U8QDgzYKPFNVn8uH9
Parque	https://goo.gl/maps/wpipR5EMvNx3FC4FA
Parque El Represo	https://goo.gl/maps/VFNEGBwVzKbtJEJz8
Plaza L. Donald Colosio	https://goo.gl/maps/FrcGyPTP8aCY2dsY7
Cinépolis Nogales Mall	https://goo.gl/maps/pjdxJNwFbUJfp1f7
Unidad Deportiva Virreyes	https://goo.gl/maps/1oAQkJHBtwb8hj2U9
Playland Jumping Park	https://goo.gl/maps/yugxTVLP4up3LnaN8
Parque Recreativo Bellotas	https://goo.gl/maps/J6Vb8kn4AwaupLcZ8
Parque Las Torres	https://goo.gl/maps/hQgsENkia2ZBArEx8
Cancha Fovissste	https://goo.gl/maps/2svWfritkLSznNejx5
Unidad Deportiva Estrellas Nogalenses	https://goo.gl/maps/wpAwFN1HjRY2rq638
Cancha Orizaba	https://goo.gl/maps/1oC48ompjJ1g1WAM9
Nogasplash Parque Recreativo	https://goo.gl/maps/BtiEt3i4L3S9nfHFA
Museo de Arte Nogales	https://goo.gl/maps/JZ5p85TxCTZvNYC7
Zona Play	https://goo.gl/maps/kHNhSIH8utRAMxDX7
Parque Victorina	https://goo.gl/maps/r1DVy4buM2HLQcDD9

Lugares en San Luis Río Colorado

Lugar	Cómo llegar, vía Google Maps
Parque "Invasores"	https://goo.gl/maps/UFEFKkUZHVVoSeruu6
Parque Cuaniuc	https://goo.gl/maps/3WYcXwwVBaTUNiXu5
Bubble Soccer San Luis	https://goo.gl/maps/zofDmRYkqVHQIT8y7
Parque La Tortuga	https://goo.gl/maps/dzatDoJhVkdTrDrv6
Bosque de la ciudad	https://goo.gl/maps/7LFEaQkLQRkW843X6
Cinépolis San Luis Río Colorado	https://goo.gl/maps/AH1n5kaD2KFDC3EEA
Albercas del Desierto	https://goo.gl/maps/P2Rcr8XgAg9VJn7b6
Parque Jose Ines Palafox Nuñez	https://goo.gl/maps/ptwj1NRufW4NhMs59
San Luis Skate Park	https://goo.gl/maps/JsskEimfGxpGd2sf7

Lugares en Navojoa

Lugar	Cómo llegar, vía Google Maps
Parque Recreativo DIF	https://goo.gl/maps/SmP4m2N4TGyfr7Q76
Parque Infantil Navojoa	https://goo.gl/maps/izD3VH7twsRTQCSr7
Parque Acuático	https://goo.gl/maps/2rESASLFZiXKRoiH6
Parque Ecológico El Rebote	https://goo.gl/maps/nSK49YBeKVTCupeq8
Parque Recreativo Nueva Generación	https://goo.gl/maps/86vyktRNESLWf5J98
Parque Santa María 3	https://goo.gl/maps/6V2xsuxuXMQPLs8V8
Parque Fraccionamiento Bugamblias	https://goo.gl/maps/A7DZsrtnNQC6ombw9
Parque Fovissste	https://goo.gl/maps/vth7Vv8rV3FQ6dty9
Top Jump Navojoa	https://goo.gl/maps/BaUtfyf3by19jWIT8
Centro Cultural Indígena Yolem Tekia AC	https://goo.gl/maps/fbMC2tva6hUMb1F98
Canchas de Soccer	https://goo.gl/maps/vKHJB8B3kxk3ur7w7
Cajas de bateo Field of Dreams	https://goo.gl/maps/igdxCgZC3tFW9n1R9
Campo Recreativo SUTERM	https://goo.gl/maps/Zg6faBhG9q1MyZVe8
Alberca Las Palmas	https://goo.gl/maps/Xc868YeAkWLe79FY9
Alberca La Ola	https://goo.gl/maps/yJatVySEeQ5RpRPB6
Unidad Deportiva Francisco Paquín Estrada Soto	https://goo.gl/maps/XesSZ5kuhdB7Ra2U9
Parque del Fraccionamiento Aeropuerto	https://goo.gl/maps/kMK6RtFh9CvGb6K57
Balneario Luna	https://goo.gl/maps/TVdPmzLrWKGCVosu8
Estadio Manuel Ciclón echeverría	https://goo.gl/maps/RmqBPBwWnS3bKQrV6



Lugares en Guaymas

Lugar	Cómo llegar, vía Google Maps
Parque Infantil	https://goo.gl/maps/MwJht94BQnsK9ZFD9
Delfinario	https://goo.gl/maps/LXoCJZtC5zuNH456
Centro de la Cultura-Guaymas	https://goo.gl/maps/NWsV4u8VoNXrusa47
Parque Centinela	https://goo.gl/maps/ZG2orWAzzbhCELan8
Plaza 13 de Julio	https://goo.gl/maps/RX8jgwEa3HmJwJtbA
Parque Público	https://goo.gl/maps/6JMfUsecTF5o5vT8A
SK8Park Malecón	https://goo.gl/maps/wUSaMmU61MRSgeGMA
Parque de San Geronimo (Selva)	https://goo.gl/maps/JYSQL3LzALh2HvqJ7
Plasita del Niño, colonia Fátima	https://goo.gl/maps/ztg6dMe8NNGDsk5t7
Cinemex Guaymas	https://goo.gl/maps/MXZqKrTw9Lmt98tP9
Campo de Futbol	https://goo.gl/maps/dFzjGUH4iikgF4mj6
Alberca Pública	https://goo.gl/maps/Vi7uiF2KumZAJxWHA
Unidad Deportiva Julio Alfonso	https://goo.gl/maps/b87NprPE3hM6z5BB8
Parque Mirador	https://goo.gl/maps/CS8uzwHCCxxmZITL8
Unidad Deportiva Guaymas Norte	https://goo.gl/maps/NmQ9jMqpDofjgLbTA
Parque Acuático Ekotura	https://goo.gl/maps/94zw7ZQvVeJ1cjb7
Jumping Kids Malecón Guaymas	https://goo.gl/maps/JrCEMuptcHz3vSvKA
Parque Villas del Miramar	https://goo.gl/maps/2LBnZdM1rNjDen6Z6
Malecón Turístico	https://goo.gl/maps/X44xVGeKRv39bJnd6

Lugares en Agua Prieta

Lugar	Cómo llegar, vía Google Maps
Casa de la Cultura	https://goo.gl/maps/beyMgLkKmDdVgd886
Unidad Deportiva	https://goo.gl/maps/QXYPcmNQYeKxkXoo9
Plaza Azueta	https://goo.gl/maps/CXeCCSgB853urqDN7
Plaza Plan de Agua Prieta	https://goo.gl/maps/bx5nsfLUKQ6Pn6Hy6
CineMall	https://goo.gl/maps/96puaspWg7urgXuv8
Alaska Drive Inn	https://goo.gl/maps/wixDeiItGcikesSv6
Parque Tecolote	https://goo.gl/maps/RKKdh5hJqQkzU3q1A
Aquamundo	https://goo.gl/maps/FZHmPyHF3nqKA9nNA
Sacramento Park	https://goo.gl/maps/8AFrR255CPkaxj1X9
Parque Santafe Roble	https://goo.gl/maps/Hbd4Dzj5iMrjR6P16
Unidad Deportiva Ferrocarril	https://goo.gl/maps/JshQwifR4grjdGu9A
Parque Recreativa Las Palapas	https://goo.gl/maps/bTrE2dPkziMB3CdDA
City Bowl Divierte	https://goo.gl/maps/YeGfWeG2cu3h12hU6
Plaza	https://goo.gl/maps/HkGgB7avnd5N36JX7

Lugares en Caborca

Lugar	Cómo llegar, vía Google Maps
Casa de la Cultura Abigael Bojorquéz	https://goo.gl/maps/ui3RNeEvLkz7K2Jd7
Plaza de los Olivos	https://goo.gl/maps/6FnojxQJ1qgJ8Uf9
Parque la U	https://goo.gl/maps/MClavfRCD7CTXYzc6
Cinemex Caborca	https://goo.gl/maps/wujdcNHCQ872N8Sy6
Cinépolis Caborca	https://goo.gl/maps/VyTppq4bmZ8CVWnr9
Plazuela Centro H. Caborca	https://goo.gl/maps/XrG99mUbB3z6qSyJ9
Alberca de Capistrano	https://goo.gl/maps/XXSszX9DJnc6Zm6N68
Campo Deportivo Fresnillo	https://goo.gl/maps/tKbTu2c3xXpyEyzY6
Cancha de Futbol	https://goo.gl/maps/w7ThgYEPA7hKg37q6
Parque Recreativo La Arboleda	https://goo.gl/maps/6DB7T4ZNpGH8pyae9
Estadio de Beisbol Héroes de Caborca	https://goo.gl/maps/FuiEuYjvNzzLF2MQ8
Parque	https://goo.gl/maps/QdyX6LC9iXhtyXcB8
Plaza de Armas	https://goo.gl/maps/CYZWYGH4NYMwePVB8
Parque de Skateboard	https://goo.gl/maps/LXkKoXvHus1ATkgB7
Parque	https://goo.gl/maps/pazPjR5qVpZUbfD17
Cancha de Basquetbol	https://goo.gl/maps/sYJM7NuXME79NhrT6
Unidad Depotiva Las Calabazas	https://goo.gl/maps/7PG35haX4VNooXWk6
Parque Bicentenario I	https://goo.gl/maps/sjXm668nqqGw7baC9
Cancha 39	https://goo.gl/maps/SAvNHmqhZB3zVrJF6

Lugares en Huatabampo

Lugar	Cómo llegar, vía Google Maps
Plaza del Zócalo de Huatabampo Sonora	https://goo.gl/maps/2Xxb6TKR2KyAkCc9A
Unidad Deportiva	https://goo.gl/maps/YBjjJe92dgD44jtU7
Parque Acuático Santa Bárbara	https://goo.gl/maps/pxvhDb8zEZbPamG39
La Cuchilla	https://goo.gl/maps/QuDq3NsWyj9wowyW9
Placita	https://goo.gl/maps/qNEpFBd9qU4mp1qy7
Cancha	https://goo.gl/maps/qUdDDfhV2s4sECwh7
Plaza Juárez	https://goo.gl/maps/GWWFVeXbqARuzTbbA
Cancha de Baloncesto	https://goo.gl/maps/D9v4SdFJ6Z9X1wwu6
Canchas de la 14	https://goo.gl/maps/aE5FM3dL56kCxFKe7



Lugares en Puerto Peñasco

Lugar

Cómo llegar, vía Google Maps

Parque "El Lápiz"	https://goo.gl/maps/4ekafHqCLqY31fVe6
Casa de la Cultura de Puerto Peñasco	https://goo.gl/maps/CWAN9uY4zA4Ce9JB9
Parque Bondojo Básquetbol	https://goo.gl/maps/E9K3hcWZKB4uCMhZA
Plaza Benito Juárez	https://goo.gl/maps/vfbQojKZygDdtU1g8
Parque Josefa Ortiz de Domínguez	https://goo.gl/maps/oa3BLBjJbRaFnK6HA
Cinépolis Puerto Peñasco	https://goo.gl/maps/GuLCf398FbTAquxs7
Parque El Abuelo	https://goo.gl/maps/GoqRhcWHh8itmZc56
Parque El Lápiz	https://goo.gl/maps/dQsJjXwyiZoyRAUw9
El Cárcamo Soccer Field	https://goo.gl/maps/joaB12fyNz2zo2JH8
DIF Children and Family Park	https://goo.gl/maps/Zp2wefxQqTfShER46
Unidad Deportiva La Milla	https://goo.gl/maps/smE7gK5Fg9czPXcs8
Campo de Beisbol #5	https://goo.gl/maps/DRrkFnBZeQ2qXUAH9
Plaza de la Madre	https://goo.gl/maps/dEPcyDTShtXUN41f6
Bouncy Peñasco	https://goo.gl/maps/uBAzasocKrXx3n3H9
Parque del DIF	https://goo.gl/maps/B1NYXBjGuXT6aG9f8
Children´s Playground	https://goo.gl/maps/DFbwqgRiz3gCgXhW8
Escape Room Rocky Point	https://goo.gl/maps/z3nxUwLcnFfXHA8u6
Plaza del Camarón	https://goo.gl/maps/2Q8SKGoWze9wzvPk9
El Óvalo	https://goo.gl/maps/RdHtwTarbZTpMbbT7

Lugares en Etchojoa

Lugar

Cómo llegar, vía Google Maps

Casa de la Cultura Museo de Leonardo Valdez Esquibarran	https://goo.gl/maps/LcFmJ8KboUn8QLaKA
Campito Amado Armenta	https://goo.gl/maps/odUijsbsPwhdLD9S6
Plaza 5 de Mayo	https://goo.gl/maps/53fraTotybipG6qL6

Lugares en Empalme

Lugar

Cómo llegar, vía Google Maps

Plaza Independencia el tinaco	https://goo.gl/maps/fkKRRRnn1KS76XLg8
Estadio Estrellas Empalmenses	https://goo.gl/maps/m4KKLv3GisifHTbv7
Unidad Deportiva Municipio de Empalme Sonora	https://goo.gl/maps/TqGuDFSGqZGo19Pt9
Museo Ferrocarrilero	https://goo.gl/maps/sFZr2FGDw64emNxq6

Lugares en Cananea

Lugar	Cómo llegar, vía Google Maps
Cinemex	https://goo.gl/maps/MvrMg7GUoMb4vEjs9
Alboa Cananea	https://goo.gl/maps/czqnK2zndigyfDwN6
Centro Deportivo Tamosura	https://goo.gl/maps/oMuMbBCZ7nqt3BE78
Campo de beisbol	https://goo.gl/maps/sskMK7E7EfzLzfXK8
Casa de la Cultura Luis Donaldo Colosio	https://goo.gl/maps/wfrEIKwMthHTopUdX6
Parque Tamosura	https://goo.gl/maps/pcnhkMs81gX3WCRr7
Parque	https://goo.gl/maps/tpUP9JVgWoZWYHjJ6
Baseball Field Mártires de 1906	https://goo.gl/maps/zk7WpBV5BtXtcsqQ7
Museo La Carcel de Cananea	https://goo.gl/maps/6ttXF4gTU5kQ2hiH8

Lugares en Magdalena

Lugar	Cómo llegar, vía Google Maps
Casa de la Cultura	https://goo.gl/maps/v44iIT2nXjyuoBaF8
Baseball Fields	https://goo.gl/maps/18eoGpGm4Kb9V3I57
Mausoleo de Luis Donaldo Colosio y Diana Laura Rioja	https://goo.gl/maps/uhxyD1KRGnAmHjdk7
Plaza Fátima	https://goo.gl/maps/gSQp4H4djhphftEz5
Plaza San Martín	https://goo.gl/maps/bAySVNWvRQ5Au6LMq6
Magdalena de Kino	https://goo.gl/maps/nBFHuNtgaYM9NxcN9

Lugares en Álamos

Lugar	Cómo llegar, vía Google Maps
Plaza Pública Centro de Álamos	https://goo.gl/maps/sDVeyYgVU7Yuj2XeA
Centro de Usos Múltiples de Álamos	https://goo.gl/maps/Xn6RnoTMQc1fa4bC8
Centro Recreativo y Eventos Real de los Álamos	https://goo.gl/maps/p3wQZg8eJkbrp8XC6
Plaza La Alameda	https://goo.gl/maps/L7rujhLgRLrk6LHm7
Casa de la Cultura	https://goo.gl/maps/kBJCdJubJ64tHpRj8
Mirador de Álamos	https://goo.gl/maps/28tbFyNbWnvtvbFt6
Casa de la Moneda	https://goo.gl/maps/5VPkhced2clpAuyZ7
Alberca Los Flamingsos	https://goo.gl/maps/8kmZ1didP3iwk9cB7
Estadio Carlos A. Rivero	https://goo.gl/maps/pZrwMzxJLe9UqWgq7
Gorilas Bike Park	https://goo.gl/maps/gmTSgeAYLRLd42DC6



Abordamos este tema con la intención de visibilizar la importancia del tiempo de esparcimiento y el juego en las infancias. Por lo anterior, entrevistamos a la Dra. Liza Fabiola Ruiz Peralta (LFRP), licenciada en Ciencias de la Educación, con experiencia docente en Educación Básica, Media Superior, Superior y Posgrado. Maestra en Ciencias Sociales y colaboradora de Proyectos Académicos y de Investigación en El Colegio de Sonora. Doctora en Ciencias Sociales por la Universidad de Sonora y Candidata al Sistema Nacional de Investigadores. Creadora de Hacemos Crianza en 2021. Participa en el proyecto multimedia de divulgación educativa con temas sobre Crianza Respetuosa, Infancia y Disciplina Positiva.

FNGS: ¿Qué es el tiempo de esparcimiento en la niñez

LFRP: Se trata de momentos en donde las niñas y los niños tengan un espacio de entretenimiento compartido con otros infantes, y en el caso de edades entre los 0 y 8 años aproximadamente, se sugiere sean también con la compañía de sus principales cuidadores y/o figuras de afecto. El esparcimiento ideal lo configuran las propias características del infante, atendiendo a sus hábitos, su edad, sus gustos, su temperamento y algunas cuestiones relacionadas con las formas de interactuar con los demás, es decir, si está habituado a recibir de manera cercana y frecuente la atención de sus cuidadores u otros infantes.

FNGS: ¿Por qué es importante el tiempo libre en las infancias?

LFRP: El tiempo libre representa para las niñas y los niños, sobre todo en la primera infancia que es hasta los 6 años, más o menos, momentos en los que se conocen a sí mismos. Van comprendiendo de manera simple que todos en la familia, o en el principal círculo de cuidadores, tienen diversas actividades en las que ocasionalmente es necesario y útil tener tiempo consigo mismos. En el caso del tiempo libre para las infancias, este también es de gran ayuda para que las y los niños exploren su alrededor, creen juegos desde su imaginación y aprendan a autorregularse.

No siempre será posible atenderlos de manera personalizada dadas las circunstancias sociales, laborales y familiares actuales, en las que, en la mayoría de los casos, los cuidadores trabajan. Tanto padres de familia, como cuidadores cercanos, deben permitir que las niñas y los niños jueguen de manera libre. Es decir, sin estar expuestos a juegos demasiado interactivos, tales como celulares, tabletas, dispositivos electrónicos o juegos con una carga excesiva de sonidos y movimientos, pues esto limita el actuar y pensar de los infantes.

Se sugiere que para el desarrollo agradable del tiempo libre en los niños y las niñas, estos dispongan de materiales lúdicos y didácticos que puedan manipular, armar y desarmar, e incluso para las edades más pequeñas, chupar y morder. Este tiempo libre, debe aclararse debe suceder siempre bajo el cuidado y la supervisión de un adulto, es decir, no se trata de un tiempo “solos”, sino de un tiempo en el que las niñas y los niños conozcan su alrededor, su espacio y sus juguetes o materiales, sintiendo de manera cercana las miradas, voces y eventualmente el contacto físico de sus padres o cuidadores.

FNGS: ¿Qué puede hacer la familia para proveer el tiempo de esparcimiento a niñas, niños y adolescentes?

LFRP: Siempre me gusta decir, que, si tenemos niñas o niños pequeños menores de 4 años más o menos, la adquisición de hábitos y con ello la adaptación de dinámicas familiares, siempre será más sencilla. Debido a que las niñas y los niños, comienzan a aprender de la familia las nuevas y mejores estrategias que como padres y madres, vamos adquiriendo en nuestra crianza. La familia, sin lugar a dudas, debe facilitar en la medida de sus posibilidades tiempo de esparcimiento para las niñas, niños y adolescentes. Los principales elementos con los que puede contribuir la familia es la disponibilidad y la convivencia.

En este estilo de vida, por así decirlo, las familias no tenemos mucho tiempo para brindarles a los y las hijas momentos de esparcimiento, sin embargo, este tiempo de diversión afectivo y familiar es uno de los principales factores para una infancia saludable, lo que contribuye a un desarrollo mental y emocional adecuado. En el caso de los adolescentes, el tiempo de esparcimiento implica “entrar a su mundo”, es decir, que la familia se interese de manera genuina en sus gustos y pasiones. Conocer a nuestro adolescente -por dentro y por fuera- ayuda en gran medida a que ellos deseen tener tiempo de esparcimiento con los padres y madres. De lo contrario, son las y los adolescentes los que se alejan y no permiten la convivencia.

El tiempo de esparcimiento de un adolescente es mucho menos “controlado” que cuando son niños, por lo tanto, la familia necesita ser respetuosa de cómo el o la adolescente desea vivir su tiempo de esparcimiento. Por ello, la necesidad de involucrarse en la vida de nuestros adolescentes, conocer a sus amistades, su música y sus preferencias recreativas. Sea cual sea la edad de nuestros hijos e hijas, ellos siempre estarán felices de tener una familia que se interesa por ellos, que demuestre con palabras, gestos y acciones el amor que sentimos por ellos.



FNGS: Desde la parte gubernamental, ¿cómo están las políticas públicas y los programas para cumplir con el mandato de “respetar y promover el derecho del niño a participar plenamente en la vida cultural y artística y propiciar oportunidades apropiadas, en condiciones de igualdad, de participar en la vida cultural, artística, recreativa y de esparcimiento”?

LFRP: Considero que nos encontramos en un momento coyuntural en términos políticos, pues dada la importancia que hoy tienen aspectos como lo socioemocional y la salud mental, este tipo de proyectos gubernamentales adquieren mayor fuerza, en donde la política pública se orienta cada vez más a facilitar espacios de esparcimiento familiar. Lamentablemente en México, el arte y la cultura no se han posicionado como un eje medular que favorece el desarrollo y el bienestar de la sociedad, sin embargo, es importante reconocer que se están ampliando las condiciones para proveer estas oportunidades tanto culturales, como lúdicas y recreativas a las infancias y juventudes.

FNGS: ¿Qué puede hacer la sociedad para que la niñez pueda tener tiempo de esparcimiento y juego?

LFRP: Los padres y las madres de familia -considero- son un factor relevante, deben considerar la aceptación y socialización del tiempo de esparcimiento de la niñez. Es decir, los padres y madres de familia tienen que ser los principales interesados en conocer qué es el tiempo de esparcimiento lúdico, familiar y recreativo para los infantes, y con ello propiciar momentos de esparcimiento benéficos para ellos.

Debo decir que actualmente las madres y padres de familia hemos confundido este tiempo de esparcimiento con la interacción excesiva con dispositivos electrónicos, creyendo -de manera errónea- que los tiempos de diversión y juego se limitan a estar conectados a tabletas, consolas y celulares. Esta creencia, socialmente pone en riesgo el bienestar mental, emocional y físico de la niñez, pues en cantidades excesivas no favorece al tiempo de recreación que una niña, niño o adolescente necesitan para su sano desarrollo.

La sociedad en general, en este sentido, debe favorecer con la construcción de nuevos discursos orientados a recuperar el deporte, las actividades al aire libre, el arte, el juego entre pares y la convivencia familiar. Tenemos un gran reto como sociedad y como familias para contribuir desde lo doméstico a la creación de mejores hábitos lúdicos, de convivencia y de recreación.

RECOMENDACIONES PARA LAS FAMILIAS EN RELACIÓN CON EL TIEMPO DE ESPARCIMIENTO DE LAS INFANCIAS

La niñez y las vacaciones van de la mano en términos de disfrute. Es un momento para que los niños, niñas y adolescentes se relajen, jueguen, aprendan y exploren el mundo que les rodea. Las vacaciones proporcionan experiencias valiosas que contribuyen al desarrollo físico, cognitivo, social y emocional de las infancias y adolescencias, y les permiten crear recuerdos duraderos. Es fundamental encontrar un equilibrio entre la libertad y la estructura durante las vacaciones, para que los niños, niñas y adolescentes puedan disfrutar plenamente de este tiempo y regresar al nuevo ciclo escolar con renovada energía y motivación.

- 1. Priorizar el tiempo de esparcimiento:** Reconoce la importancia del tiempo de juego y recreación en la infancia y haz de él una prioridad en la vida familiar.
- 2. Promover el juego libre:** Fomenta el juego libre y sin estructuras en el que los niños, niñas y adolescentes puedan usar su imaginación y creatividad. Ofrece materiales y espacios adecuados para que puedan explorar y experimentar por sí mismos.
- 3. Proporcionar un entorno seguro:** Crea un entorno seguro para que los niños, niñas y adolescentes puedan jugar y explorar sin preocupaciones.
- 4. Limitar el tiempo de pantalla:** Establece límites saludables en el tiempo que tus hijos e hijas pasan frente a pantallas, ya sea televisión, tabletas, computadoras o teléfonos móviles.
- 5. Participar en actividades juntos:** Participa activamente en actividades de esparcimiento con tus hijas e hijos. Jueguen en conjunto, hagan excursiones, exploren la naturaleza o realicen manualidades en equipo. Esto fortalecerá los lazos familiares y creará recuerdos especiales.
- 6. Respetar los intereses individuales:** Reconoce los intereses individuales de tus hijos e hijas y apoya sus pasiones y talentos.
- 7. Establecer una rutina equilibrada:** Encuentra un equilibrio entre las actividades estructuradas y el tiempo libre.
- 8. Fomentar el contacto con la naturaleza:** Procura que tus hijas e hijos tengan experiencias al aire libre y conecten con la naturaleza. Paseos por el parque, excursiones, acampadas o simplemente jugar al aire libre son actividades que promueven la creatividad, la actividad física y el bienestar emocional.
- 9. Estimular la creatividad:** Proporciona materiales artísticos, juegos de construcción y otras herramientas que fomenten la creatividad y la expresión personal.
- 10. Adaptarse a las necesidades individuales:** Recuerda que cada niña o niño es único y tiene diferentes necesidades y preferencias.

IDEAS DE ACTIVIDADES PARA DISFRUTAR Y EJERCER EL DERECHO AL JUEGO Y AL TIEMPO LIBRE



Juegos de mesa

- Memorama
- UNO
- Legos
- Lotería
- Jugar con plastilina
- Conecta 4
- Pictionary
- Jenga
- Twister
- Monopoly
- Libros de colorear
- Serpientes y escaleras

Actividades para mover el cuerpo

- Escondidas
- Pintar con acuarelas
- Buscar el tesoro
- Bailar
- Leer cuentos
- Hacer manualidades
- Muñecas
- Carritos
- Disfraces

Experimentos científicos

- Volcán
- Lámpara de lava
- Arcoíris líquido
- Electricidad con papas
- Nieve de colores



Canales de Youtube

- Toycantando
- Doctor Beet
- Jolly Baby Club
- El mundo de Luna
- Smile and Learn
- Cuentos Infantiles Cortos
- Telmo y Tula
- Pocoyó

Programas de televisión

- Paw Patrol
- Bluey
- Daniel Tigre
- Doctora Juguetes
- Vampirina
- Pocoyó
- Poder de princesas
- Jorge el Curioso
- Pepa Pig
- Los Backyardigans



Los niños y las niñas son nuestro mejor presente y nuestra semilla al futuro.

Los niños y las niñas de todos los tiempos y culturas han jugado, construyendo así un pedazo de humanidad.

Jugar es uno de los cimientos básicos del desarrollo psíquico, emocional y social de los niños y las niñas.

Jugar es tender puentes de comunicación; es expresarse a través de la acción.

Jugar es instintivo, voluntario y espontáneo.

Jugar es placer en estado puro, entusiasmo, disfrute por sí mismo.

Jugar es un laboratorio de ensayo y error que nos enseña a vivir, aprendiendo a ser nosotros mismos.

Jugar nos permite conectar con nuestro “yo”, centrándonos en el presente.

Jugar es crear vínculos con los otros a través de la emoción.

Jugar es educar en la libertad.

¡JUGAR ES PURO DESEO DE VIVIR LA VIDA!

POSICIONAMIENTO

Desde la Fundación Nueva Generación Sonora reconocemos la importancia de visibilizar el derecho de las infancias al descanso y el tiempo de esparcimiento. Creemos que es responsabilidad de las y los adultos velar por la protección de los niños, niñas y adolescentes reconociéndoles como sujetos de derechos. Por tal motivo proponemos las siguientes acciones:

- Implementar políticas públicas que reconozcan y promuevan el derecho al esparcimiento de las infancias como un derecho fundamental.
- Garantizar el acceso a espacios seguros y adecuados para el juego y el esparcimiento de los niños, niñas y adolescentes. Esto incluye la creación y el mantenimiento de parques, áreas recreativas y espacios comunitarios donde las infancias puedan jugar libremente y participar en actividades recreativas.
- Fomentar la diversidad de actividades recreativas disponibles para los niños, niñas y adolescentes, incluyendo deportes, arte, música, teatro, danza y otras formas de expresión cultural. Los gobiernos pueden colaborar con organizaciones locales y comunitarias para proporcionar programas y eventos recreativos que sean accesibles para todas las infancias.
- Implementar campañas de sensibilización y educación dirigidas a los padres, madres, cuidadores y la sociedad en general sobre la importancia del esparcimiento en la infancia.
- Garantizar que los espacios de juego y las actividades recreativas sean accesibles e inclusivas para todas las infancias, incluyendo aquellas con discapacidades. Esto implica proporcionar instalaciones aptas, equipamiento accesible y personal capacitado para atender las necesidades específicas de estos niños y niñas.
- Trabajar en colaboración con organizaciones no gubernamentales, instituciones educativas, profesionales de la salud y otros actores relevantes para promover el esparcimiento de las infancias.
- Realizar evaluaciones periódicas y seguimiento de las políticas y programas implementados en relación con el esparcimiento de las infancias. Esto permitirá identificar áreas de mejora.

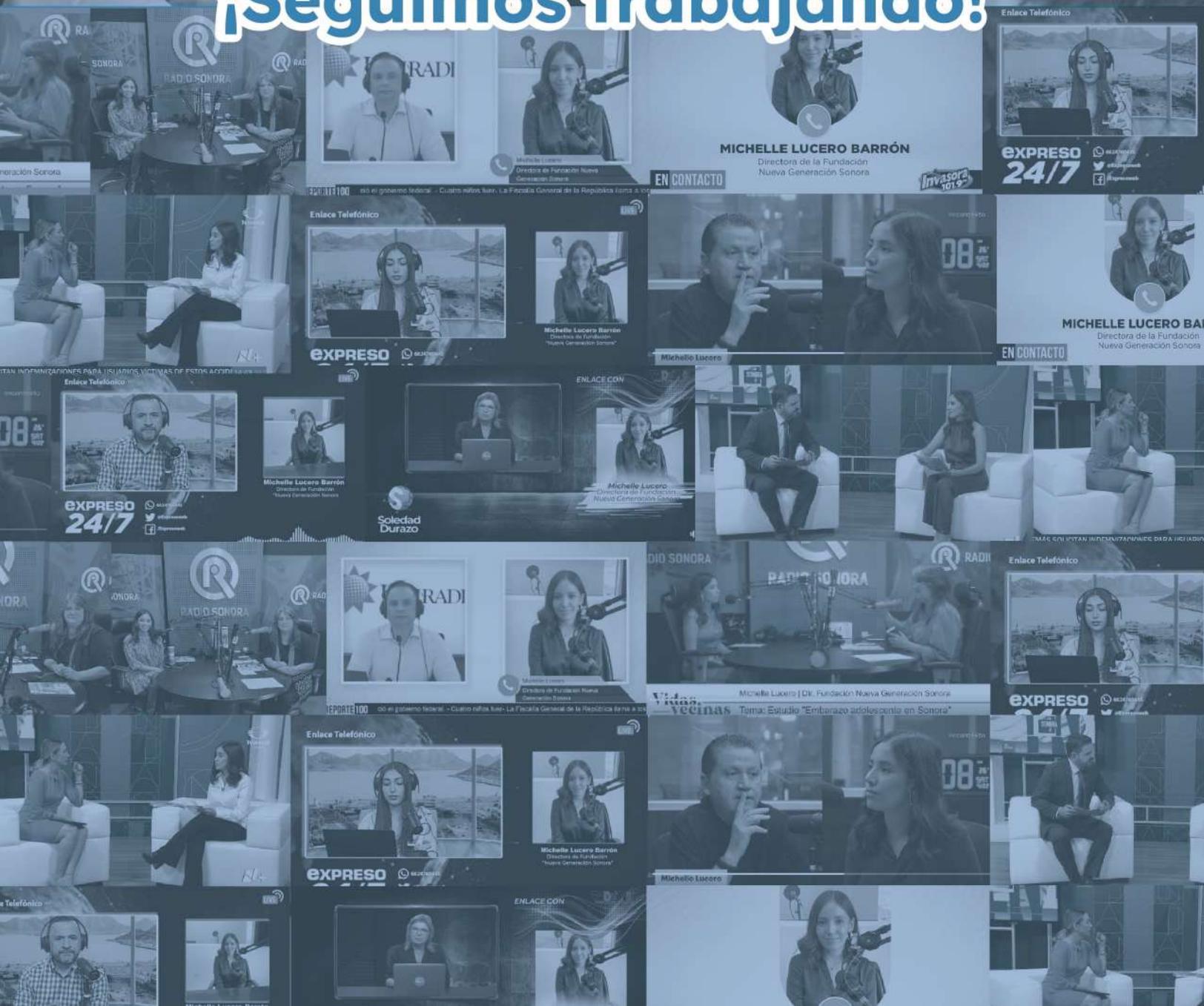
¿Conoces a un niño, niña o adolescente
**que se encuentra en
situación de peligro?**

Repórtalo al número
de emergencia

 9-1-1

En Fundación Nueva Generación Sonora queremos que más niñas y niños conozcan sus derechos

¡Seguimos trabajando!





Te invitamos a consultar el
marco legal para la **protección**
de los niños, niñas y adolescentes



Ley General de los Derechos de Niños, Niñas y Adolescentes (LGDNNA)

https://www.cndh.org.mx/sites/default/files/documentos/2021-01/Ley_GDNNA.pdf



¿Cuándo se cumplen y cuándo no se cumplen los derechos?



¿Qué hacer cuando te encuentras en situación de riesgo?

Si tu vida se encuentra en peligro y necesitas ayuda, recuerda que existe el número de emergencia: 9-1-1

¿Qué emergencias atiende?



Fuerzas Armadas

¿Cómo reportar emergencias?

El 9-1-1





FUNDACIÓN
Nueva
Generación
SONORA

Programa
Abriendo
Futuro

¡Visítanos en nuestras redes sociales,
comenta y comparte!

    @FNGSonora

<http://www.fngsonora.com/>

¡Gracias a nuestros aliados!



Comité Ciudadano de
Seguridad Pública Sonora



Comité Ciudadano de
Seguridad Pública Hermosillo

FORO
cuatro