

# ACTIVIDADES FAMILIARES

## PAQUETE DE INFORMACIÓN 1





# PENSAMIENTO DE LA SEMANA



De Holly Delgado, Especialista en Educación Preescolar a la Fundación de Investigación Educacional Highscope

Hemos entrado a una etapa sin precedentes en nuestras vidas. A nuestro alrededor, el mundo se está paralizando totalmente. Para millones de niños en todo el país le es imposible asistir a sus escuelas, aunque eso no significa que deban detener su aprendizaje.

Nuestros equipos de HighScope y Core Advantage comprenden la presión relacionada con dicho cambio tan abrupto de nuestras actividades diarias y rutinas. A pesar de todo con seguridad persistiremos.

Así sea que su escuela cierre por dos semanas, cuatro semanas o más, nuestro equipo recomienda vigorosamente crear una rutina en esos días de quedarse en casa. Mantener un horario pre establecido, ayuda a los niños a sentirse seguros y en control. Intente balancear actividades tanto fuera como dentro de casa, actividades independientes y supervisadas por adultos y también asegúrese de establecer tiempo para descansar y relajarse. Aquí les dejamos algunos datos de como programar un horario que funcione para usted y sus niños:

## 1. Considere los elementos del horario previo del niño y hágase las siguientes preguntas:

- Qué aspectos del día pueden permanecer iguales? (ejemplos: rutinas matutinas, comidas, hora de dormir)
- Qué elementos de la rutina escolar de los niños puede ser adaptada en casa? (Ejemplos: juegos, decisiones, trabajo escolar, tiempo al aire libre, música y movimiento)

## 2. Coordine con su niño en la creación de las rutinas diarias

- El tiempo frente la pantalla es también parte del día? Si lo es, asegúrese de establecer límites alrededor del tiempo diario permitido.
- Incorpore aprendizaje activo en todas las oportunidades que tenga – Actividades que incentiven al niño a decidir, materiales de manipulación didáctica (plastilina, slime, masa), apoye el desarrollo los elementos de aprendizaje verbal y razonamiento. Inclúyase en actividades donde pueda participar como compañero de juegos.
- Sea flexible con el horario y permita que algunas actividades duren más de lo establecido.
- Si los padres o guardianes deben trabajar desde casa, establezca un tiempo de reposo para así poder “escapar” y terminar su trabajo diariamente.

## 3. Escriba el horario diario en un papel, poster o pizarrón e incite a su niño a ilustrar cada componente de la nueva rutina.

## 4. Publique y sujete el nuevo horario a una pared donde sea accesible de ver para usted y su niño.

- Esfuércese en mantener la consistencia y refiérase al horario frecuentemente en esos primeros días en que el niño se acostumbra a la nueva rutina.

El equipo de HighScope y COR Advantages han incluido algunas ideas de actividades para ayudarle a planificar su semana. Por favor asegúrese de revisar este paquete de ideas y actividades que recibirá de parte de los maestros de sus niños cada semana. ¡Exploremos este nuevo distanciamiento social juntos!

# INFANTES

0-12 Meses



## Arte, Música y Movimiento

Lleve a su bebé a un lugar seguro y dígame que va a explorar sonidos y maracas. Agite las maracas cerca de su bebé para que puedan verlos y escucharlos. Si su hijo puede sostener objetos, ofrézcale usar una maraca. Asegúrese de tener varias maracas disponibles, ya que es posible que su hijo quiera sostener una en cada mano. Comente la reacción de su bebé sobre el ruido producido por la maraca. Si su hijo aún no puede sostener objetos, describa el ruido que hace la maraca cuando la mueve y repita los sonidos que parece disfrutar (ejemplo: "Sus ojos se pusieron realmente grandes cuando sacudí la maraca"). Si su hijo puede sostener objetos, describa cómo está moviendo la maraca y el ruido que produce (ejemplo: "está sosteniendo una maraca en cada mano; una maraca hace un ruido muy fuerte y la otra hace un ruido más suave") Su bebé puede disfrutar de poner la maraca en su boca, pasando la maraca de un lado a otro entre sus manos, agitando una en cada mano y repitiendo estas acciones para continuar produciendo los mismos sonidos una y otra vez.

Los niños experimentan:

- Respuesta a los sonidos
- Crear sonidos y ruidos

Para crear maracas caseras, elija entre una variedad de recipientes diferentes como: huevos de plástico, frascos de especias de plástico, botellas de fórmula, recipientes de plástico usados para los alimentos de bebés, recipientes de pequeños de plástico o botellas de agua. Luego puede llenar cada recipiente con algo como: arena de peceras, centavos, arena, bolitas, arroz, frijoles, tornillos o clavos.



## Comunicación, Lenguaje y Literatura

Los niños experimentan:

- Escuchar palabras que rimen
- Repetir palabras que rimen y canciones de cuna

Las rimas (palabras con el mismo sonido final, por ejemplo: amigo y abrigo; mío y frío; espejo y viejo) es un elemento importante para aprender a leer y pronunciar palabras. Las experiencias recreativas con rimas pueden ser muy divertidas y ayudan a aumentar la capacidad de su hijo para recordar diferentes sonidos y vocabulario. Empiece esta actividad haciéndole saber a su niño que usaran palabras y cantaran canciones infantiles. Algunas rimas sugeridas para comenzar incluyen "Hickory, Dickory, Dock", "Row, Row, Row

Your Boat", "Baa, Baa Black Sheep", "Little Miss Muffet", "Rub-a-Dub-Dub", "Jack y Jill", "La Vaca Lola", "Los Pollitos," "El Muñeco Pin Pon" "El Barquito chiquitito" "Arroz con Leche".

Al empezar esta actividad, ponga énfasis en las palabras que riman: "Hickory, dickory, dock. El ratón corrió al reloj" "La Vaca Lola La Vaca Lola, tiene cabeza y tiene cola" Después de terminar la canción, señale las palabras que rimaban: "Dock y reloj"; "Lola Y Cola" ¡esas palabras riman! Hacerle énfasis a los niños en esas palabras que riman también les ayudara captar el compás o el ritmo de la rima.

Repita cada rima o canción varias veces para que su hijo pueda aprender todas las palabras de la rima y escuche como usted hace énfasis en algunas palabras específicas. Los niños le pueden pedir múltiples veces repetir la rima completa, algunas palabras de la rima o las palabras que riman. La repetición es importante para crear familiaridad, apoyar el interés y dar a los niños la oportunidad de unirse e inventar rimas espontáneamente. Reconozca tanto las palabras que riman como las palabras sin sentido que rimen.

# INFANTES

0-12 Meses



## *Matemática Básica y Descubrimiento: Exploración de Objetos*

Si su bebé aún no puede agarrar objetos, simplemente sostenga un juguete interesante sobre su cara para él lo observe. Si su bebé puede sentarse apoyado, pero no puede agarrar los juguetes puede observarle a usted sostener en cada una de sus manos. Dele a su hijo suficiente tiempo para mirar un juguete y luego agítelo con la otra mano.

Si su bebé puede agarrar objetos y sentarse, ya sea con su apoyo o de manera independiente, dele un juguete para sostenga y explore. Los bebés más pequeños pueden simplemente sostener el juguete con una mano, mientras que los bebés mayores pueden transferir el juguete de una mano a otra. Presente un juguete nuevo y observe lo que hace su hijo (ejemplo: Pueden mirar el juguete nuevo, pero eligen continuar explorando el primero o dejar caer el primer juguete y agarrar el nuevo). Los bebés más grandes disfrutan de estar sentados en el piso con una variedad de juguetes extendidos a su alrededor para ellos poder alcanzar y recoger dos juguetes, uno en cada mano; explorar juguetes mirando primero un juguete y luego el otro; o colocando uno de los juguetes en la boca, seguido del otro.

Los bebés más grandes pueden comenzar a recoger juguetes y colocar varios en una pila. Cuando los niños juntan juguetes u objetos de esta manera, sabrán que pueden atender a más de un objeto a la vez, lo cual es una señal de avance en su desarrollo.



## *Yo y Otros: Emociones*

Los niños experimentan:

- Expresar emociones con su rostro y/o cuerpo
- Comenzar a iniciar contacto con otras personas para expresar sus emociones

sus necesidades, emociones y nivel de desarrollo.

A medida que pasa el tiempo con su bebé, observe cómo su niño comunica diferentes emociones: llorando, tensándose, sonriendo, pateando sus pies, balbuceando, riendo o simplemente mirando contento. Los bebés más grandes comenzarán a iniciar el contacto físico con otros besándose, acariciando, abrazándose, golpeando o incluso mordiendo. La forma en que responda a su niño dependerá de

Cuando los bebés lloran, generalmente comunican una necesidad. Hable con su hijo e identifique sus emociones y necesidades (ejemplo, "Estás muy triste en este momento. Tienes mucha hambre en tu barriga"). Al hacerlo, su niño aprende a ser consolado por su voz y contacto físico. Cuando los bebés sonríen, comunican que están felices y disfrutan de su compañía. Sonríe, hable, bese y toque suavemente a su niño para expresarle que también usted disfruta de su compañía. A medida que los bebés crecen, también lo hará su repertorio de expresiones emocionales (por ejemplo, miedo, ira, alegría). Preste atención a las señales que recibe y continúe haciendo lo que sea divertido para su hijo, o, por el contrario, busque un juguete, colóquelo en una posición / ubicación o actividad diferente si su hijo muestra signos de desinterés.

# INFANTES

0-12 Meses

Los bebés más grandes comenzarán a iniciar contacto físico con usted y con los demás. Algunos contactos físicos que los bebés pueden iniciar pueden no ser agradables; cuando su niño lo muerde por enojo o frustración, usted puede sentirse agitado. Es importante decirle con calma a su bebé algo como “Estás enojado porque te lo quité, pero no es seguro mastcarlo”. Al responder de esta manera, estás reconociendo la ira de tu bebé, nombrando la emoción y explicando la razón detrás de la emoción. Esto ayuda a los bebés a lidiar con las emociones de manera apropiada a medida que se desarrollan.



## Desarrollo Físico y Hábitos Saludables: **Patadas**

*Para bebés con poca agilidad:* con su bebé sentado o acostado, toque la parte inferior de los pies de su niño con las palmas de las manos. Esto probablemente resultará en que su hijo empuje o patee sus manos.

*Para bebés con movilidad:* elija un sitio donde su bebé tenga espacio para moverse y ofrézcale algunas pelotas para patear. Acepte que su niño podría elegir lanzar las bolas.

Los niños experimentan:

- Estirar los músculos de sus piernas y patear sus pies
- Causa y efecto: el movimiento de sus cuerpos y provocar que objetos se muevan

Descríbale las acciones a su bebé. Por ejemplo, podrías decirle algo como “¡Estás pateando contra mis manos! ¡Patea, patear!”

*Para bebés con poca agilidad:* repita esta actividad con los pies de su bebé contra un mueble resistente y acolchado (por ejemplo, un sofá). También puede colgar cintas o una manta pequeña cerca de los pies de su niño para que patee. Los bebés disfrutarán viendo la forma en que se mueven las cintas y las sentirán contra sus pies mientras patean. Esto aumenta la realización de los niños sobre sus cuerpos y las diferentes formas en que pueden usarlos.

*Para bebés con movilidad:* comente cómo su niño elige usar las pelotas y úselas de la misma manera. Describa cómo su niño mueve su cuerpo y el efecto que esos movimientos tienen en la pelota. Por ejemplo, podría decir: “Balanceó la pierna hacia atrás y pateó la pelota. Se rodó por debajo de la ventana “o” Sostuviste la pelota con ambas manos y la arrojaste hacia arriba “. Estos comentarios aumentan la conciencia de los niños sobre sus cuerpos y las diferentes formas en que pueden usarlos.

# TODLERS

12-36 Meses



## Arte, Música y Movimiento: Líder de la Banda

Anime a su niño a hacer música con instrumentos de diferentes maneras. Cope las acciones del niño con el instrumento y descríblele lo que está haciendo para que el niño este consciente y confié en sus ideas. Muéstrelle otra forma de usar el instrumento (ejemplo: Rápido, lento, silencioso, alto) y descríblele lo que esté haciendo (ejemplo: Tus estas tocando tu instrumento muy rápido, yo tocare el mío lento) Esto ayuda al niño a pensar acerca de las diferentes y nuevas maneras en las que puede usar su cuerpo y otros objetos. Después de usar el instrumento por un tiempo, invite a su niño a desfilar alrededor del espacio escogido para jugar. Permitale al niño ser el líder y a escoger donde desfilaran.

Los niños experimentan:

- Moviendo sus cuerpos de formas diferentes
- Iniciar y copiar movimientos

Ideas para crear instrumentos en casa:

- Use latas de café recicladas, cajas con tapas, empaque de avena o pequeños tazones o cestas como tambores que los niños puedan golpear con sus manos o con utensilios de cocina (ejemplo, cucharas de madera, espátulas).
- Coloque algunos artículos pequeños (ejemplo, arroz, bolitas, rocas, frijoles) en una botella plástica de agua o soda y asegure la tapa para crear maracas.
- Use ollas, tazones o sartenes de metal que los niños golpeen con espátulas, cucharas, tenedores de plástico o peines de plástico como campanas.
- Dé a los niños dos tapas de metal o dos latas de metal para usar como platillos.



## Comunicación, Lenguaje y Literatura: ¡Escucha!

Los niños experimentan:

- Reaccionando a tu voz de maneras diferentes
- Reaccionando de manera no verbal a pequeñas declaraciones o solicitudes

Coloque a los bebés más pequeños boca arriba sobre una manta en el piso, en una mesa para cambiar pañales o en una cama. Los bebés más grandes pueden sentarse independientemente (en el piso o en otro lugar). Si su bebé está acostado boca arriba, comience a hablar diciéndole algo como "¡Se siente bien estirar la espalda y patear las piernas!" Modele los patrones de conversación haciendo una pausa entre oraciones, lo que le da a su bebé tiempo para explorar sus expresiones faciales y procesa

sus palabras y la inflexión de tu voz, y evocar una respuesta. Su niño puede responder a su voz estableciendo contacto visual, sonriendo o arrullando.

Intente moverse hacia el lado opuesto desde el que niño está mirando y diga el nombre del niño para ver si responde. Haga un juego y muévase al otro lado de su bebé para ver si su niño mueve la cabeza para buscar su voz.

Si se les ofrecen a los bebés oportunidades frecuentes de escuchar el lenguaje (llamado lenguaje receptivo), comenzarán a comprender algunas de sus palabras. Intente jugar un juego diciendo algo como "¡Voy a tocarte la nariz!" y luego pausa. Si su bebé no responde (arrugándose o tocándose la nariz), tóquele la nariz y diga "¡Encontré su nariz!" Si su bebé toca su nariz, sabrá que él o ella entiende y está listo para continuar jugando (es decir, reemplazando "nariz" por "dedos de los pies").

# TODLERS

12-36 Meses



## Matemática Básica y Descubrimiento: El Par Perfecto

Dígale a su niño que necesitará ayuda para lavar la ropa hoy. Coloque todos los calcetines en una pila y diga algo como “Todos nuestros calcetines están mezclados y necesito su ayuda. ¿Puedes decir cuál de estos calcetines van juntos?”

Permita que su niño examine de cerca los calcetines y los mantenga juntos.

Es posible que su niño encuentre calcetines que coincidan, calcetines que sean del mismo color, pero de diferente tamaño, calcetines que sean del mismo largo, pero de un color diferente, o que su niño simplemente juegue con los calcetines. Describa lo que hace su niño mientras identifica las características de los calcetines. Por ejemplo, podría decir: “Encontraste dos medias blancas cortas; ¡eso es un par!” o “Encontraste un calcetín negro corto y un calcetín negro largo; Me pregunto si puedes encontrar dos calcetines negros que sean cortos “o” Estás explorando la pila de calcetines. Veo un calcetín rojo, un calcetín amarillo y un calcetín azul “. Simplemente señalar las características de los calcetines aumentará la conciencia y el vocabulario de su niño sobre similitudes y diferencias.

Los niños experimentan:

- Emparejar calcetines en base al color u otros atributos
- Notar las similitudes y diferencias



## Yo y Otros: Pensando al revés

Los niños experimentan:

- Regresar a un objeto de interés
- Señalar o mostrar algo con lo que hallan jugado

Mientras usted y sus niños jueguen juntos, preste atención a qué juguete u objeto prefieren y qué hacen con él. Recopilar información como esta le ayudará a apoyar a sus niños pequeños a medida que comienzan a desarrollar la capacidad de formar y retener imágenes en su memoria.

Preste atención al desarrollo de la capacidad de su niño para recordar dónde se encuentra algo que sea del interés del niño. Por ejemplo, cuando su niño regrese a una taza de beber específica, usted podría decir: “Dejaste tu taza en el sofá antes de la hora de la siesta. ¡Recuerdas dónde estaba! Los niños mayores pueden señalar o mostrar algo con lo que jugaron y, eventualmente, podrán contarte algo que hicieron poco después de que el evento haya sucedido. Para apoyar estas habilidades de desarrollo, hable con sus niños pequeños mientras juegan, imite sus acciones y comente lo que está haciendo cada uno.

# TODLERS

12-36 Meses



## *Desarrollo Físico y Hábitos Saludables: Seguir al Líder*

Comience la actividad cantando una canción simple y familiar o use una melodía familiar y cante algo como esto (con la melodía de “Row, Row, Row Your Boat”):

“Marcha, marcha, y mueve tus pies al cantar la canción. Marcha, marcha, y mueve tus pies al cantar la canción.” Marchen con los pies mientras cantan.

Los niños experimentan:

- Probar diferentes movimientos físicos
- Sugerir a otros sobre de cómo moverse
- Copiar las ideas de otros

Pídale a su niño que le muestre (si no puede usar sus palabras) o que le diga (si puede usar sus palabras) otra forma de moverse. Dele a su niño tiempo para pensar, decidir y mostrar un movimiento y luego copie y dele un nombre a su idea (por ejemplo, “está moviendo las caderas”). Continúe cantando la canción desde el principio cambiando las palabras para que coincidan con las acciones (por ejemplo, “Mueve, mueve, mueve las caderas al cantar la canción”) o simplemente copie el movimiento de su niño. Pruebe varias ideas, solicite información a su niño y ofrezca otras sugerencias sobre cómo moverse. Realice esta actividad en un lugar (ejemplo: marchando en un lugar), o, alternativamente, moviéndose por un espacio abierto (ejemplo: marchando en círculo).



# PRESCOLAR



## Arte, Música y Movimiento: Cancionero familiar

Comparta con sus niños una de sus canciones favoritas o pídale a su niño que le cante una de sus canciones favoritas. Coménteles a los niños que desea crear un libro que incluya todas sus canciones favoritas. Haga que los niños escriban cada una de sus canciones favoritas en un papel separado mientras usted hace lo mismo. Si no pueden escribir todas las palabras, puede ayudarles o simplemente dejar que escriban una palabra para representar la canción. Incluso los niños pequeños tienen canciones favoritas, así que dibuje imágenes simples para representar canciones que ellos disfrutan. Por ejemplo, si les gusta la "la pequeña arañita", dibujen una araña en la página.

Entonces, déjelos decorar cada página de las canciones para que estas sean coloridas. Si no pueden escribir el título completo de la canción, aliéntelos a hacer dibujos o diseños que les ayuden a recordar cuál es la canción. Una vez que todas las páginas hayan sido decoradas, simplemente póngalas en una carpeta. Si desea, puedes grabar a los niños cantando y tocando sus canciones para luego reproducirlas más tarde y que puedan cantar junto a la grabación.

Los niños experimentan:

- Dibujar
- Cantar
- Escribir



## Comunicación, Lenguaje y Literatura: Jugando con pistas alfabéticas

Los niños experimentan:

- Conocimiento del Alfabeto

Dígales a los niños que les dará una pista y que tendrán que adivinar qué es lo que estás dibujando. Dibuje una línea de una letra a la vez, pidiéndoles a los niños que adivinen qué letra será. Responda a los niños con comentarios, como en los siguientes pasos para adivinar la letra R:

1. Dibuja una línea vertical recta. Luego diga algo como: "Bueno, esto podría ser una L porque L tiene una línea recta alta, pero estoy pensando en una letra diferente."
2. Luego, dibuja la parte curva en la parte superior. Luego, diga algo como: "Esto seguramente parece una P, ¿no? Pero no he terminado de hacer la letra en la que estoy pensando."
3. Luego diga algo como "Dibujaré una línea corta más (dibuje la línea diagonal inferior). ¿Puedes decirme qué es ahora?"

Para los niños más pequeños, use letras con las que estén más familiarizados, incluya la letra con la que comienza su nombre o apellido. Este juego también se puede adaptar a cualquier dibujo que puedas comenzar a dibujar, como una cara o un pájaro. Para los niños más grandes, puede pedirles que adivinen una palabra completa, mirándote escribir una letra a la vez, o puedes pedirle al niño que escriba y tú adivinas.

# PRESCOLAR



## Matemática Básica y Descubrimiento: ¡Mídeme!

Tome un trozo de hilo y estírelo desde la cabeza de los niños hasta los pies. Corte el hilo y péguelo a una pared, de arriba abajo para que quede en línea recta. Etiquete cada hilo con los nombres de los niños. ¡Usa el hilo para mostrarles a los niños qué tan altos son! Luego, dígalos a los niños que van aventura en la casa para averiguar qué tan largas o altas son otras cosas. Deje que los niños elijan las cosas que quieren medir. Asegúrese de que tengan una herramienta de medición estándar, como una regla, una vara de medir o una cinta métrica. Ayúdelos a contar la cantidad de pulgadas o pies de los objetos que encuentran. Luego, mida un trozo de hilo del mismo largo que el objeto que miden y córtelo. Péguelo a la pared, de arriba abajo para que quede en línea recta al lado del hilo que muestra la altura del niño. Etiqueta el hilo con cinta adhesiva para indicar de qué objeto se trata.

Los niños experimentan:

- Medirse
- Comparar tamaños
- Cortar
- Números

Cuando los niños hayan terminado de medir, haga observaciones sobre sus resultados, incluyendo:

- "El \_\_\_\_ es el objeto más largo que mides".
- "El \_\_\_\_ es el más corto".

Y haga preguntas para provocar una discusión que incluya:

- ¿Cómo podríamos reorganizar los trozos de hilo? (más corto a más largo, más largo a más corto)
- ¿Cuál fue tu objeto favorito para medir?

Para los niños más pequeños, no utilices la regla y solo pídeles que encuentren algo grande o pequeño. Para los niños más grandes, pídeles que escriban la medida de los objetos que miden.



## Yo y Otros: Sentimientos cuadrados

Los niños experimentan:

- Comprender y expresar los sentimientos
- Leer

Todos tenemos nuestros altibajos, y los niños no son diferentes. Ayudarlos a expresar sus sentimientos y emociones puede contribuir mucho a mantener la calma de su hogar. Comience haciendo un cubo de sentimientos para los niños. Grabe fotos (fotos de miembros de la familia, recortes de revistas o imágenes encontradas en línea) de personas que expresan una variedad de emociones

diferentes en una pequeña caja. Luego, lea un libro sobre los sentimientos con su hijo.

Aquí hay algunas recomendaciones:

- *Miss Spider's Tea Party*, por David Kirk
- *Alexander and the Terrible, Horrible, No Good, Very Bad Day*, por Judith Viorst

# PRESCOLAR

- *The teacher from the Black Lagoon*, por Mike Thaler and Jared Lee
- *My Many Colored Days*, por Dr. Suess
- *When Sophie Gets Angry*, por Molly Bang

Después de leer la historia, regrese a las páginas y revise lo que sucedió en la historia. Haga preguntas como:

- “¿Por qué crees que el personaje se sentía tan \_\_\_\_?”
- “¿Te gusta o no te gusta esta historia? ¿Por qué?”

Después de que haya hablado sobre la historia, muestre a los niños el cubo de sentimientos. Dígales que vas a dejar que rueden el cubo y que, sea cual sea la cara en la que caiga, tienen que mostrar la misma cara. Tome un turno también y realmente exagere la expresión de su cara. A medida que los niños hacen una mueca, use palabras de sentimiento para describir lo que ve. Para los niños más pequeños, use palabras con las que estén familiarizados, como: “Oh, te ves triste”. Para los niños más grandes, use esto como una oportunidad para desarrollar un nuevo vocabulario como “Te ves deprimido o preocupado”. Guíe la conversación para hablar sobre cómo manejar esa emoción de manera apropiada, como hablar sobre el sentimiento. Termine cantando: “¡Cuando eres feliz y lo sabes!” Para los niños más grandes, puede convertir esto en una práctica diaria donde crean “Mi diario” y escriben o dibujan sus sentimientos de ese día.



## **Desarrollo Físico y Hábitos Saludables: Lanzando bolsas al objetivo**

Haga que los niños ejerciten y calienten su brazo lanzador haciendo ejercicios simples, como molinos de viento y ondulando el hombro. Dele a los niños una esponja y coloque la caja a unos metros de distancia. Dígales a los niños que intenten tirar su esponja dentro de la caja. Luego coloque varias cajas más alrededor de ellos o en una línea y vea si los niños pueden tirar la esponja en cada caja. Puede ofrecer diferentes artículos para que los niños lancen, como pelotas, almohadas pequeñas, bolsas de frijoles o un calcetín enrollado. Mueva las cajas más cerca o más lejos para hacer la actividad más desafiante y divertida, pero no frustrante. Tórnense para lanzarse los objetos a las cajas. Muestre entusiasmo cuando los niños coloquen su esponja dentro de una caja y proporcione preguntas o comentarios orientadores cuando no puedan.

Los niños experimentan:

- Lanzar
- Coordinación ojo-mano

Ofrezca comentarios como “¿Se te ocurre alguna otra forma de tirar la esponja?” o “La última vez que acertasteis fue cuando te relajaste y tomaste un respiro antes de tirar”. Para los niños más pequeños, dele recipientes más grandes y abiertos como cestas de lavandería y coloque recipientes más cerca de los niños. Para los niños más grandes, puede usar recipientes alternativos como cestas de lavandería o tazones para mezclar. O bien, puede asignar un número a cada contenedor y pedirles a los niños que escriban el número cada vez que acierten a esa canasta.



# MAS RECURSOS



## **Cosmic Kids Yoga**

Canal de actividades de yoga y conciencia para niños 3+  
[www.youtube.com/user/CosmicKidsYoga](http://www.youtube.com/user/CosmicKidsYoga)



## **Videos del Zoológico de San Diego**

Vea las transmisiones en vivo de algunos animales increíbles y encuentre excelentes actividades proporcionadas por el equipo de cuidadores del zoológico  
<https://kids.sandiegozoo.org/videos>



## **Time for 10!**

Ponga a sus niños a moverse con estos ejercicios divertidos  
[www.nationwidechildrens.org/family-resources-education/health-wellness-and-safety-resources/resources-for-parents-and-kids/time-for-10/time-for-10-videos](http://www.nationwidechildrens.org/family-resources-education/health-wellness-and-safety-resources/resources-for-parents-and-kids/time-for-10/time-for-10-videos)



## **Sesame Street**

Hay juegos maravillosos, videos y proyectos de arte para niños pequeños, con sus personajes favoritos.  
[www.sesamestreet.org/](http://www.sesamestreet.org/)



## **Cocinando con los Niños**

La preparación de alimentos puede ser divertida y educativa si se trabaja juntos.  
[www.foodnetwork.com/recipes/packages/recipes-for-kids/cooking-with-kids](http://www.foodnetwork.com/recipes/packages/recipes-for-kids/cooking-with-kids)