

3, 2, 1... ¡Me divierto aprendiendo!

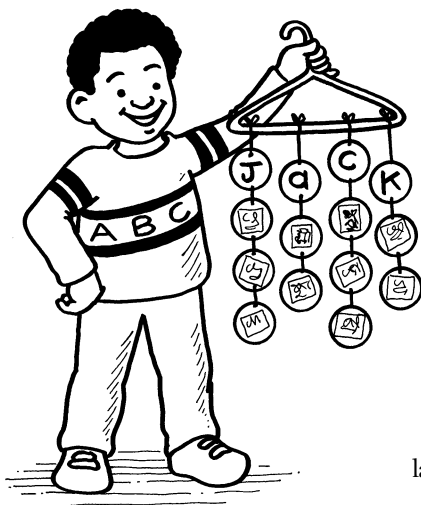
Es divertido hacer móviles, rompecabezas y arcoíris y su hijo puede aprender con ellos. Hagan juntos estos proyectos de manualidades y su hijo practicará pronto la lectura, la escritura y las matemáticas al mismo tiempo que fortalece los músculos de las manos.



Móvil de nombres

Su hijo lo pasará bien creando este vistoso móvil. Aprenderá a reconocer las letras, a deletrear su nombre y a oír los sonidos iniciales de las palabras.

Necesitarán: lata, lápiz, cartulina, tijeras, hilo, perforadora, percha de plástico, revistas viejas, pegamento



Dígale a su hijo que cuente las letras que hay en su nombre. A continuación, que trace el contorno de la lata para dibujar ese número de círculos en cartulina (cuatro círculos para J-a-c-k). Puede recortar los círculos y escribir una letra en cada uno. Ayúdelo a perforar un agujero en cada círculo y a usar hilo para colgarlos de la percha.

A continuación, dígame que hojee revistas y que re-

corte unas cuantas imágenes de cosas cuyos nombres empiecen con cada letra de su nombre. *Jack* podría recortar fotos de un jaguar, un rebaño de jirafas o un plato de jamón para la J. Hagan más círculos de cartulina y peguen una imagen en cada uno.

Finalmente puede perforar los círculos con las fotos y usar hilo para colgarlos bajo la letra correspondiente. (Fotos de una abeja, un aro y un atleta podrían colgar bajo la A, por ejemplo.)

Rompecabezas para contar

Hacer un rompecabezas de números es una forma práctica de aprender a contar y reconocer los números.

Necesitarán: dos trozos de cartón (los paneles delantero y posterior de una caja de cereales), crayones, tijeras, pegamento

Ayude a su hija a dibujar en grande el contorno de los números 1-9 en un trozo de cartón. Dígame que los coloree. Recorte usted los números. A continuación puede pegar el primer trozo de cartón encima del segundo ¡y ya tiene un tablero de rompecabezas!

Antes de resolver su rompecabezas su hija podría decorarlo con un número equivalente de objetos dentro del lugar que ocupará un número. Por ejemplo, podría dibujar un corazón en el espacio de 1, dos casas en el lugar del 2 y tres peces en el espacio del 3.

Y ahora ya está lista para completar su rompecabezas colocando cada número en el lugar correspondiente.



continúa

Formas en 3-D

Haga estas formas con su hijo para explorar geometría básica.

Necesitarán: palillos de dientes, esponjitas dulces

Dígale a su hijo que agarre tres palillos y coloque una esponjita dulce en un extremo de cada palillo. ¿Puede unirlos para formar un triángulo?

Con cuatro palillos y cuatro esponjitas podría hacer un cuadrado. Y con seis de cada podría formar un rectángulo (dos palillos para cada lado largo y uno para cada lado corto).

Diviértanse experimentando. Vean quién puede hacer la forma con más lados. Introduzca palabras como *pentágono* (cinco lados), *hexágono* (seis lados) y *octógono* (ocho lados). Pregunte a su hijo cuántos palillos y cuántas esponjitas dulces necesitará para cada forma. A continuación, que lo compruebe haciendo esas formas.



Mantelito de verduras

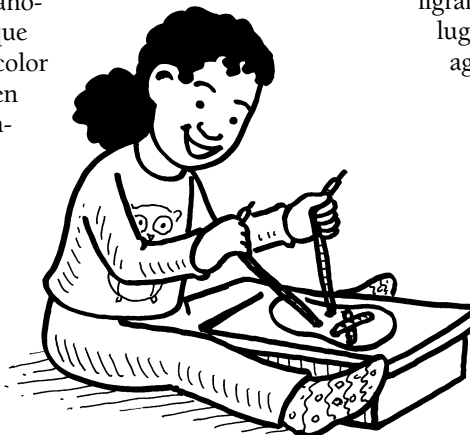
He aquí un apetitoso mantelito con el que su hija repasará los colores cada vez que coma.

Necesitarán: frutas y verduras, pintura para dedos de colores que combinen, papel blanco, crayones, tijeras de seguridad, cartón, pegamento, plástico transparente para laminar

Reúnan frutas y verduras de distintos colores (fresas, zanahorias, pimiento verde) y córtelas a lo largo. Dígale a su hija que moje los lados cortados en la pintura que se corresponda al color de la fruta o verdura y los estampe en papel blanco. No corten las frutas pequeñas (arándanos, uvas) y que su hija las estampe con delicadeza varias veces y forme “un racimo”. *Nota:* Deseche la fruta con pintura para que su hija no se la coma.

Esperen a que se sequen las estampaciones. Bajo cada una, ayude a su hija a escribir el nombre y el color de cada alimento con un crayón del mismo color (por ejemplo, usen verde para escribir “kiwi”). Puede recortar las imágenes junto con sus rótulos.

Finalmente, ayude a su hija a pegar las estampas y los rótulos en cartón y a añadir su nombre. Recubran con plástico transparente ¡y sirvan la merienda en su nuevo mantelito!



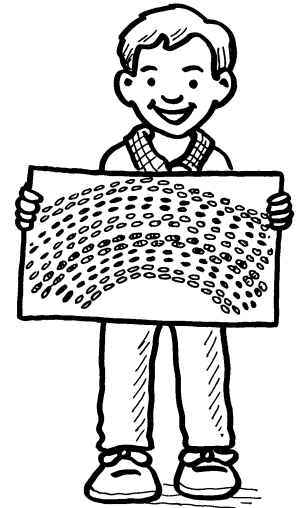
Mosaico de arroz arcoíris

Desarrolle las habilidades motrices de su hijo y enséñele a mezclar colores con este vistoso mosaico.

Necesitarán: 6 cuencos pequeños con $\frac{1}{4}$ de taza de agua en cada uno, colorante alimentario (rojo, amarillo, azul), $1\frac{1}{2}$ taza de arroz blanco crudo, colador, toallas de papel, cartulina, lápiz, pincel, pegamento, cuchara

Dígale a su hijo que ponga 3 o 4 gotas de colorante en el agua de modo que en un cuenco haya agua roja, en otro amarilla y en otro azul. Luego puede combinar colores para hacer tres cuencos más (partes iguales de colorante rojo y azul para morado, rojo y amarillo para naranja, amarillo y azul para verde).

A continuación, que su hijo ponga $\frac{1}{4}$ de taza de arroz en cada cuenco. Esperen 10 minutos. Que escurra el arroz con el colador y lo seque sobre toallas de papel durante una hora. Ahora puede dibujar el contorno del arco iris en cartulina y recubrirlo con pegamento. Dígale que con una cuchara haga tiras iguales de cada color: rojo, naranja, amarillo, verde, azul, morado. ¡El resultado será un precioso arcoíris lleno de color!



Caja de cordones

Este proyecto enseña a su hija a atarse los zapatos y fortalece los músculos que necesita para escribir.

Necesitarán: caja de zapatos, cartulina, zapato, crayones, bolígrafo, cordones de zapatos

Usted y su hija pueden hacer un tablero para atar los cordones de los zapatos con la tapa de una caja de zapatos. Cubran la tapa con cartulina, tracen la suela de un zapato en la cartulina y colóreenla. Con cuidado hagan con el bolígrafo dos filas de agujeros en el lugar del zapato donde irían los agujeros para los cordones.

Ahora ya pueden pasar un cordón por los agujeros y enseñarle a su hija a atarse los zapatos. Puede emplear su nueva caja de zapatos para practicar una y otra vez.

Idea: Guarden en la caja cordones de varios colores para añadir variedad.

Early Years

Puedo hacerlo

A su edad, nada logra que su hija se sienta independiente como ser capaz de realizar sola sus tareas cotidianas. Y los niños que son autosuficientes en casa son más independientes en la escuela.

Las siguientes actividades ayudarán a su hija a empezar a ser autosuficiente. Sugíerale que marque cada destreza según vaya creciendo su lista con las cosas que puede hacer.



Destreza: Colocar los juguetes

Actividad: Construir "hogares" para los juguetes

Motive a su hija a que organice su habitación y a que la mantenga ordenada haciendo casas para sus juguetes. Dígale que reúna cajas de cartón y que use crayones para dibujar ventanas y puertas. Luego puede elegir los juguetes que "viven" en cada casa. Por ejemplo, podría decidir que la caja de un electrodoméstico pequeño es un buen "garaje" para estacionar sus autos en miniatura y que una "torre" hecha con una lata de avena puede almacenar sus bloques. Ayúdela a rotular cada casa con el nombre de los juguetes que en ella viven. *Ejemplo:* "Garaje de Tori". Cuando termine de jugar estará encantada de enviar a sus muñecos a su hogar colocándolos en sus casas respectivas.

Destreza: Preparar la merienda

Actividad: Hacer un menú

Hagan un menú de meriendas que su hijo pueda preparar solo. Dígale que eche un vistazo a las circulares del supermercado o a revistas y que recorte fotos de ingredientes para meriendas.



Anímelo a que elija combinaciones que pueda componer por sí solo, como yogurt y bayas, queso y galletitas saladas y cereal con leche y una banana. Luego dígale que doble una cartulina grande por la mitad, la abra y

pegue sus fotos en la cartulina para hacer un menú. A la hora de la merienda puede mirar su menú y elegir y hacer uno de los platillos. *Idea:* Pídale algo del menú y que él le prepare a usted la merienda.

Fomentar la independencia

Resulta tentador acudir al rescate cuando su hijo está aprendiendo una nueva destreza. Pero él ganará confianza si usted se ofrece como su ayudante en lugar de hacerle las cosas. Ponga a prueba estos consejos.

- **Tenga paciencia.** Dele tiempo a su hijo para que trabaje a su ritmo aunque ese ritmo parezca muy l-e-n-t-o. Si su horario es apretado por la mañana, procure poner el despertador unos cuantos minutos antes a fin de incluir tiempo extra para que su hijo se vista.



- **Anime la perseverancia.** ¿Se rinde su hijo antes de terminar una tarea? Anímelo a perseverar. ("¡Mira todo lo que has hecho ya!") O bien ofrezca su ayuda para una parte del trabajo. ("Tú te atas el zapato izquierdo y yo te ato el derecho".)

- **Reconozca la frustración.** Si su hijo está llegando a su límite, sugíerale con gentileza que descanse un poquito. Podría decirle algo como "Has trabajado mucho y has hecho un montón de cosas solo. Dentro de un rato intentamos hacerlo otra vez".

continúa



Destreza: Limpiar la suciedad

Actividad: Hacer un equipo de limpieza infantil

¡Uy! Su hijo ha dejado huellas de barro por todo el piso de la cocina. En lugar de limpiar su desastre, enséñele a encargarse él mismo del asunto preparando con él una caja de materiales. Dígale que escriba su nombre y “Mi equipo de limpieza” con un marcador permanente en un cubo. Luego llenen el cubo con materiales de limpieza aptos para niños como una botella aerosol con agua, trapos, toallas de papel, esponjas y toallitas limpiadoras. Pongan el equipo en un lugar de fácil alcance. Cuando su hijo ensucie algo, ¡puede agarrar su equipo y limpiarlo!

Destreza: Elegir ropas

Actividad: Organizar un desfile de modas

Elegir la ropa que se pone le resultará más fácil a su hija si usted le ayuda a preparar sus conjuntos con antelación. Miren en su armario y dígale que elija combinaciones de prendas para la parte superior del cuerpo y la inferior. Dígale que incluya zapatos, calcetines, cinturones y accesorios para el cabello para completar sus conjuntos. A continuación, que se pruebe los distintos modelos para que usted los vea. Haga una foto de cada uno, o que ella se dibuje a sí misma con los modelos. Después coloquen las imágenes en un “catálogo” (un álbum de fotos). Cada noche antes de acostarse, su hija puede echar un vistazo a las fotos, elegir ella misma un conjunto para el día siguiente y prepararlo.

Destreza: Hacer la cama

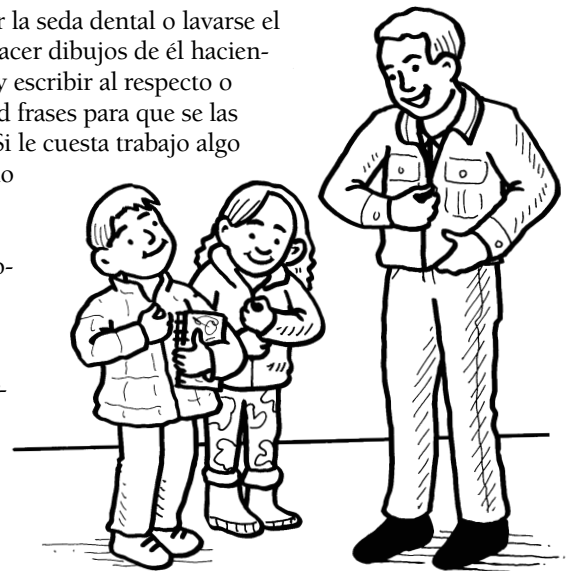
Actividad: Cantar una canción

Cantar una canción alegre es una forma sencilla de que su hija recuerde la manera de realizar una tarea como hacer su cama. Dígale que elija una canción conocida y ayúdela a cambiar la letra de acuerdo con los pasos de la tarea. Por ejemplo, en lugar de “Rema, rema, rema en tu barca” podría cantar “Alisa, alisa, alisa las sábanas”. Disfrutará inventando un nuevo verso para cada paso y cantando su canción mientras trabaja. *Consejo:* Resista la tentación de arreglar cuando haya terminado: si usted rehace la tarea que su hija ha hecho, le dará a entender que no le han bastado sus esfuerzos. Muéstrela, por el contrario, su satisfacción: “¡Qué bien! ¡Has hecho la cama tú sola!”

Destreza: Ocuparse de uno mismo

Actividad: Llevar un diario de cosas logradas

Celebre lo que su hijo puede hacer ya en lo relativo al cuidado personal, diciéndole que anote esos logros en un diario. Dígale que escriba “¡Lo conseguí!” en la cubierta de un cuaderno y que la personalice con un dibujo. Puede añadir entradas en el diario cuando aprenda a subir la cremallera de su abrigo, usar la seda dental o lavarse el pelo. Podría hacer dibujos de él haciendo esas cosas y escribir al respecto o dictarle a usted frases para que se las escriba. *Idea:* Si le cuesta trabajo algo nuevo, anímelo a que mire en su diario: allí encontrará motivos instantáneos para animarse. Y será un recuerdo estupendo de sus logros más notables.



Vencer el “No puedo”

P: Sé que mi hija es capaz de hacer muchas cosas por sí misma, pero, cuando le pido que lo intente, suele insistir en que no puede. ¿Qué debo hacer?

R: Cuando usted anime a su hija a hacer algo nuevo, dígale en primer lugar que usted sabe que es capaz de hacerlo. A menudo decirle algo como “Tengo un trabajo para niños mayores que es perfecto para ti” suele ser bastante para que ella se esfuerce en cumplir sus expectativas.



Si le cuesta trabajo, demuéstrela a su hija cómo hacer cada paso y pídale que repita lo que usted hace. Continúe paso a paso hasta que se sienta segura de sí misma.

Recuerde que mientras aprende es mejor no distraerse y felicitarla por su esfuerzo. Cuando los niños perciben que se les reconoce el esfuerzo suelen intentarlo con más empeño.