



**Southwest Human Development EHS/ EHSCCP/ HS**  
**Plan de aprendizaje digital y a distancia**  
**Mientras SWHD EHS/ EHSCCP/ HS está cerrado, aquí hay actividades divertidas que usted y su hijo pueden hacer en casa juntos para apoyar su aprendizaje:**

**Actividades para hacer en casa con bebés y niños pequeños:**

1. Objetos congelados: Coloque diferentes materiales en un recipiente de plástico, agregue agua y congele durante la noche. (Opciones: juguetes de plástico, pelotas, esponjas limpias, cucharas de plástico, etc.) Después de que se congele, coloque el hielo en una cubeta o un recipiente grande. Puede colocar un poco de agua tibia en el recipiente para ayudar a que el hielo se derrita. Puede ampliar esta actividad permitiendo que su niño(a) use botellas de spray. A medida que el hielo se derrite, más de los objetos se aflojan y se mojan. Narre las acciones de su niño(a) mientras exploran el hielo. Pregunte ¿qué podemos usar para derretir el hielo? ¿Qué sucederá si pongo agua en los objetos que están congelados? Al trabajar en esta actividad, ayudará a promover las habilidades de cognición a través de la resolución de problemas y la repetición.

2. Pose de yoga de pato y mariposas: Anime a su niño(a) a practicar cada pose a medida de que usted modela la pose. Al trabajar en esta actividad, usted ayudará a promover las habilidades de desarrollo perceptivo, motor y físico ya que fortalece los músculos grandes y comienza a desarrollar su coordinación.



3. Canción de partes de la cara: (Ver recurso a continuación) durante el cambio de pañal y al usar el baño, cántele a su niño(a) acerca de las partes de la cara. Anime a su niño(a) a tocar su propia cabeza, nariz, boca, etc. Narra las acciones del niño(a). Al trabajar en esta actividad, usted ayuda a promover las habilidades de lenguaje y comunicación, a través de la participación y la atención conjunta.

4. 1, 2, 3, ¡Muévete como un \_\_\_! Hable sobre diferentes características y cómo los animales salvajes se mueven de un lugar a otro. Modele y anime a su niño(a) a imitar cómo se mueve ese animal. Tales como águilas, conejo, serpiente, león, y canguro. Etiquete y describa las acciones de su niño(a). Para ampliar la actividad, agregue vocabulario como arriba, abajo, opuesto, a lado, abierto, cercano. Al trabajar en esta actividad, usted ayuda a promover los enfoques de aprendizaje de su niño(a) a través de la imaginación en el juego.

5. Mirando en un espejo: Anime a su niño(a) a unirse a usted mirándose en el espejo. Narra las acciones de su niño(a). Modele expresando una variedad de emociones a través de expresiones faciales y lo que significan. Por ejemplo, "estoy sonriendo porque soy feliz". Al trabajar en esta actividad, usted ayudará a promover las habilidades sociales y emocionales de su hijo a través de la expresión de una variedad de emociones y expresiones faciales.

**Actividades para hacer en casa con los niños en edad preescolar:**

1. Este es un juego que se puede jugar adentro o afuera que se llama Charadas de animales. Explique a su niño(a) las expectativas sobre cómo se juega este juego. El primer paso es elegir cualquier animal que quieras representar. El segundo paso es pensar en el sonido o movimiento que hace el animal y luego actuar así para que otros lo adivinen. Al trabajar en esta actividad, usted está promoviendo las habilidades de aprendizaje al permitirle a su hijo(a) ser creativos en su imaginación mientras juegan con otros.

2. ¿Hable con su niño(a) y pregúntele si saben lo que significa cambiar? El cambio es cuando algo se vuelve diferente. Pregúntele: "¿Cuáles son algunas de las cosas que cambian?" ¿Sabes de un cambio realmente grande que viene muy pronto?" Hable con ellos acerca de la transición a Kindergarten o sobre volver a Head Start. ¿Cómo crees que te sentirás cuando vayas al jardín de niños? Pregúntales, si se sienten asustados, ¿recuerdan alguna estrategia que podamos hacer para calmarnos? (Ejemplos: Exprime un limón o respira hondo). Al trabajar en esta actividad, ayudará a promover las habilidades sociales y emocionales al pensar en diferentes estrategias para ayudar con los cambios.

3. Juego de partida de cadena es un gran juego para jugar juntos mientras están afuera como familia. Primero, haga una fila para iniciar el juego y de a todos una letra para colocar en el suelo. Una vez que todos tengan una letra, hagan dos líneas y cada línea se une agarrándose de la mano. Nombre los equipos. Es entonces cuando un equipo le llama al otro diciendo, "\_\_\_Nombre de equipo\_\_\_, \_\_\_nombre de equipo\_\_\_ envía la letra 'A' hacia acá." Al realizar esta actividad, ayudará a promover las habilidades de alfabetización al identificar sus letras.

4. Eche un vistazo alrededor de su casa, o mientras está dando un paseo afuera, y pídale a su hijo(a) que encuentre diferentes figuras en el ambiente. Comience con figuras básicas como un círculo, rectángulo, cuadrado, óvalo y diamante. Aquí hay algunos ejemplos de cómo jugar el juego; encuentra un reloj- anime que el niño reconozca la figura de un círculo. O, un rectángulo para un refrigerador. Para desafiar a su hijo(a), pídale que busque figuras tridimensionales en el ambiente. Por ejemplo, cilindro para verduras enlatadas. Al trabajar en esta actividad, usted está promoviendo las habilidades de cognición al identificar diferentes tipos de formas 2D y 3D.

5. Anime a su hijo(a) a hacer un dibujo de lo que hicieron con su familia durante el fin de semana. Pídeles que compartan su dibujo con su maestro(a) durante una llamada de zoom o que envíen el dibujo por otro medio. Al trabajar en esta actividad con su hijo(a), usted está promoviendo las habilidades de motricidad fina.



### Recursos adicionales:

Yoga de Panza por Adriene

<https://youtu.be/ZIRgu5FTajA>

Cuenta, Respira, Relaja con Cookie Monster



<https://www.youtube.com/watch?v=n66r5Y6wguc>



El Nido de Big Bird

<https://www.youtube.com/watch?v=ciGL9fCa8uk>



Hay Que Leer

<https://www.youtube.com/channel/UC5O90isDzcRa36TAaM9dTYg>



**Aprender con tecnología:** Usted puede permitir que su hijo disfrute del tiempo de pantalla para aprender en casa. Se recomienda que el tiempo de pantalla para los niños menores de 5 años de edad no exceda de 1-2 horas diarias. Utilice estos sitios web de aprendizajes divertidos e interactivos.

<https://pbskids.org/>

<https://kids.nationalgeographic.com/>

<http://disneyjunior.disney.com.au/games>

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

<https://www.sesamestreet.org/home>

[Scholastic Learning At Home](#)

<https://jr.brainpop.com/>

### Otras actividades:

#### Escribir y representar la historia



Anime a su hijo a ayudarlo a escribir una historia, emportar conceptos matemáticos para pensar primero en el comienzo, la mitad y el final de la historia. Después de que usted y su hijo terminen de escribir la historia, actúenla. Hazlo divertido involucrando a otros miembros de tu familia. ¡Asigna roles a cada miembro y cambia de ropa!

#### Escribir una carta



Anime a su hijo a escribir una carta a un amigo, un familiar o un vecino. Esta actividad promoverá las habilidades motoras finas de su hijo.

#### Hacer cascadas



¡Haga que la bañera sea divertida agregando diferentes tazas y recipientes! Anime a su hijo a hacer cascadas usando los diferentes recipientes en la bañera. Puede ampliar la experiencia al incluir botellas de agua, botellas de spray y filtros.

#### Cree una banda



Busque diferentes materiales para usar como instrumentos en la casa. Por ejemplo, usar una olla y una cuchara como batería, un contenedor de arroz como maraca, un cepillo para el cabello como micrófono, etc. ¡Usa estos instrumentos para crear tu propia banda!



Esta es tu cabeza.

Esta es tu nariz.

Esta es tu boca.

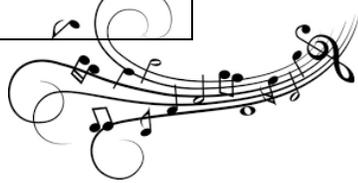
Esta es tu barbilla.

Estas son tus mejillas.

Estas son tus orejas.

Estos son los ojos.

Cabeza, nariz, boca, barbilla, mejillas, orejas y ojos.



## Las Formas



El círculo



El cuadrado



El triángulo



El rectángulo



El óvalo



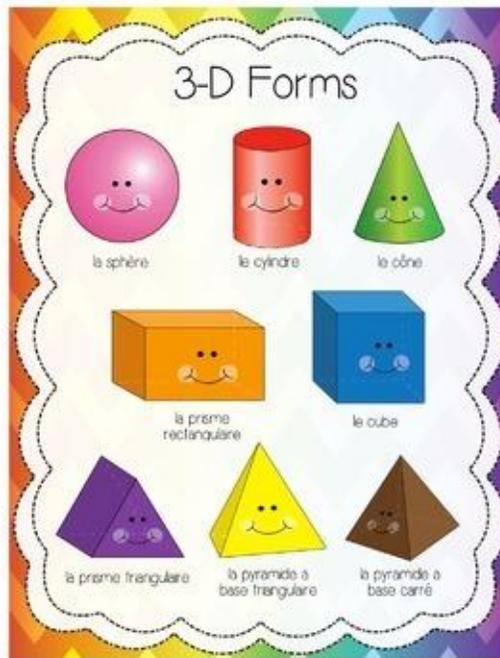
La estrella



El hexágono



El octágono





## 52 Respuestas para los Niños que Dicen Estoy Aburrido



Juego de Rayuela  
Dibuja con Gis  
Escribe un Cuento  
Voltea la Botella  
Has un Rompecabezas  
Ponte un Disfraz  
Sopla Burbujas  
Camina al Perro  
Lee un Libro  
Busca Piedras Interesantes  
Has un Dibujo  
Ten un Picnic  
Juega un Juego de Tabla  
Mira Fotos Viejas  
Has un Puesto de Limonada  
Has una Capsula de Tiempo  
Has Joyería usando Papel de Aluminio  
Juega Charadas  
Un Reto de Mirar  
Cocina un Pan Dulce  
Aviones de Papel  
Ve una Película  
Aprende un Truco de Magia  
Lava el Carro  
Juego de Etiqueta  
Usa Bloques para Construir  
Crea un Baile

Háblale a Abuelita  
Has Marionetas Usando Calcetines  
Ten un Show Usando Marionetas  
Dibújate a Ti Mismo  
Saltar Cuerda  
Ten Un Desfile de Moda  
Bañar el Perro  
Baile Congelado  
Ten una Fiesta de Te  
Riega las Plantas  
Crea Algo  
Escucha Música  
Busca Mariquitas  
Busca Flores  
Escribe una Carta  
Practica un Deporte  
Escarba en la Tierra  
Ve a Pescar  
Ayuda  
Báñate con Burbujas  
Crea un Superhéroe  
Encuentra Juguetes para Donación  
Encuentra Juguetes para Venta de Garaje  
Monta tu Bicicleta  
Toma Fotos

**Southwest Human Development EHS/ EHSCCP/ HS  
Plan de aprendizaje digital y a distancia**

**Horario diario sugerido**

<b>Antes de 9:00</b>	<b>Despierta, come desayuno, y vístete</b> <i>Ver recursos de nutrición comunitaria para continuar conectándose con tu programa de desayuno escolar</i>
<b>9:00- 10:00</b>	<b>Caminata matutina o yoga familiar</b>
<b>10:00- 11:00</b>	<b>Diversión de aprendizaje digital o a distancia</b> <i>Ver ideas proporcionadas sobre recursos electrónicos/actividades de familia</i>
<b>11:00- 12:00</b>	<b>Tiempo creativo</b> <i>Legos, dibujar o tocar música y disfrutar de las actividades del movimiento</i>
<b>12:00</b>	<b>Hora de comer</b> <i>Ver recursos de nutrición comunitaria para continuar conectándose con tu programa de desayuno escolar</i>
<b>12:30</b>	<b>Tiempo de rutina</b> <i>Involucre a su niño(a), según sea apropiado para sus rutinas diarias de autocuidado.</i>
<b>1:00-2:30</b>	<b>Tiempo tranquilo</b> <i>Leer juntos, siesta o disfrutar de rompecabezas</i>
<b>2:30-3:30</b>	<b>Diversión de aprendizaje digital o a distancia</b> <i>Ver ideas proporcionadas sobre recursos electrónicos/actividades de familia</i>
<b>3:30-5:00</b>	<b>Diversión al aire libre por la tarde</b> <i>Disfrute de un paseo en familia, lea libros al aire libre o tiempo de juego al aire libre</i>
<b>5:00-6:00</b>	<b>Cena</b>
<b>6:00-7:00</b>	<b>Tiempo libre para TV o tiempo electrónico</b>
<b>7:00-8:00</b>	<b>Baño, libros &amp; hora de dormir</b> <i>Reflexione con su hijo sobre la actividad del día</i>