

ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE SEMANAL: ALFABETIZACIÓN K-1



Lunes

LECTURA

¡Hagan un fuerte y lean su libro favorito a la luz de una linterna! O escuchen a Sarah Silverman leer [The Tale of Two Beasts](#).

ESCRITURA

Si los juguetes pudieran hablar, ¿qué dirían? oraciones.

ALFABETIZACIÓN

D de decir... Díganle a todas las personas en su casa 3 cosas que les gustan de ellos.

Martes

LECTURA

Lean un libro de su elección, o escuchen a Kevin Costner leer [Catching the Moon](#).

ESCRITURA

El mejor cumpleaños para mí sería...

ALFABETIZACIÓN

E de escribir... ¿Cuántas palabras puedes escribir en 1 minuto?

Miércoles

LECTURA

¡Lean un libro de su elección sobre su animal de peluche favorito! O escuchen a Al Gore leer [Brave Irene](#).

ESCRITURA

Soy feliz cuando...

ALFABETIZACIÓN

R de recoger... Busquen 5 cosas que puedan recoger y guardar en su casa.

Jueves

LECTURA

Lean un libro de su elección, o escuchen a Mark Duplass leer [When a Dragon Moves In](#).

ESCRITURA

Hoy espero...

ALFABETIZACIÓN

L de listar... Hagan una lista de 5 cosas que esperen hacer en la primavera.

Viernes

LECTURA

Lean un libro de su elección, o escuchen a Allison Janney leer [Carla's Sandwich](#).

ESCRITURA

¿Cuál es una cosa que haces muy bien?

ALFABETIZACIÓN

H de hacer... Cuántas palabras nuevas se les ocurre a partir de las palabras: Bienvenida primavera.



ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE SEMANAL: MATEMÁTICA Y CIENCIAS K-1



Lunes

MATEMÁTICA

Siéntate en una camiseta, enrolla otra camiseta y agarra un extremo mientras otra persona agarra el otro y te hala por el cuarto. Luego, ¡es tu turno de hablarlo! Siéntate en una camiseta, enrolla otra camiseta y agarra un extremo mientras otra persona agarra el otro y te hala por el cuarto. Luego, ¡es tu turno de hablarlo!

Martes

CIENCIAS

Agua caminante

Materiales: 3 tazas, agua, colorante de alimentos, toallas de papel

Instrucciones: Pon las 3 tazas en fila. Llena la primera y tercera taza a $\frac{3}{4}$ con agua. Elige 2 colorantes de alimentos y agrégale 5 gotas de un color a la 1a taza y 5 gotas del otro color a la 3a taza. Pon una tira de papel toalla que vaya de la taza 1 a la taza 2, y luego repite poniendo una tira de papel toalla que vaya de la taza 3 a la taza 2. ¡Observa lo que ocurre!

Miércoles

MATEMÁTICA

Toma piezas de cereal, centavos, u otros objetos pequeños que haya en la casa. Haz que tu hijo cuente 100 objetos en grupos de 10.

Jueves

CIENCIAS

Tornado en un frasco

Materiales: Botella plástica o frasco con tapa, detergente para platos

Instrucciones: Toma una botella de plástico o un frasco transparente y llénalo de agua y detergente para platos. Haz que tu hijo lo agite para crear un tornado.

Jueves

MATEMÁTICA

Invita a tu hijo a construir o dibujar formas. Dile a tu hijo que te cuente sobre los atributos de cada forma – por ejemplo, el color, tamaño, número de lados y esquinas, etc.



ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE SEMANAL: MOVIMIENTO K-1



Lunes

Siéntate en una camiseta, enrolla otra camiseta y agarra un extremo mientras otra persona agarra el otro y te hala por el cuarto. Luego, ¡es tu turno de halarlo!

Martes

Concienciación:
¿Puedes respirar con Serena, la rana? De la iniciativa Be Fealess Be Kind (Sé valiente, sé amable) de Hasbro: [Haz clic en el video](#), sigue las instrucciones, ¡y ve si te sientes más en paz! Recuerda, ¡respira profundo!

Miércoles

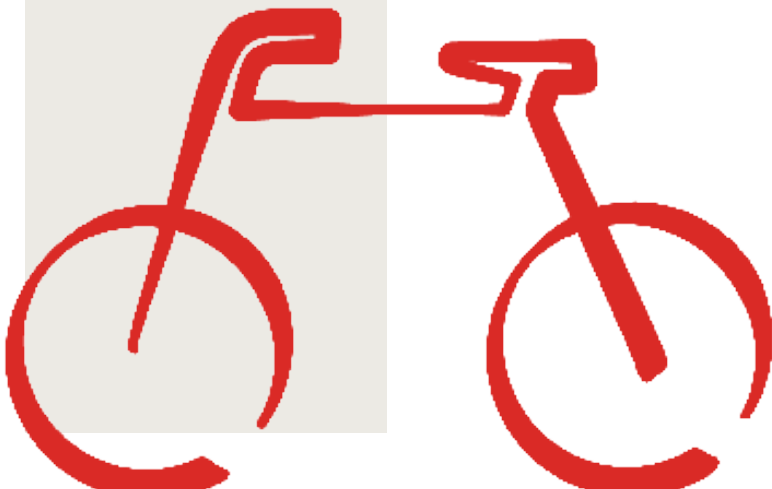
Dile a alguien que practique lanzar y atrapar contigo.
¡Mantén tu vista en la pelota a medida que mueves tu cuerpo hacia la pelota para atraparla con tus manos!

Jueves

Ayuda en la cocina – barre el suelo y limpia las encimeras.
Usa movimientos grandes para trabajar con todos tus músculos.

Viernes

¡Hora de estirar y alcanzar! Mueve tu cuerpo para formar distintas formas y mantén cada forma a medida que aprietas tus músculos. ¿Puedes deletrear tu nombre?



ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE SEMANAL: FAMILIA K-1



Lunes

Búsqueda del tesoro en exteriores

Materiales: Papel, lápices

Instrucciones: Haz una lista para tu hijo en un trozo de papel con los siguientes objetos: Una hoja, un palo, algo mullido, una roca, algo verde, una maleza, algo húmedo, una piña de pino, una flor, una pluma, una hormiga, un ave, y algo hecho por el hombre. ¡Salgan y cuenten cuántas cosas pueden encontrar!

Martes

Arte de ventanas

Materiales: Pintura lavable y pinceles o bastoncillos

Instrucciones: ¡Usando pintura lavable, trabajen en familia para crear imágenes bellas en las ventanas de su casa para que todos las disfruten!

Miércoles

Lucha de sumo

Materiales: Almohadas, camisas grandes

Instrucciones: Rellenen una camisa grande puesta sobre su ropa normal con 2 o 3 almohadas. En un área segura y blanda, sean activos y diviértanse rebotando contra su compañero de lucha para hacer que el otro caiga. Una vez caigan, intenten volver a levantarse. ¡Esta es una entretenida actividad que hace de un poco de brusquedad y de quemar energía algo divertido y seguro!

Jueves

Pista de obstáculos en interiores

Materiales: Cinta de enmascarar y los muebles/objetos en tu casa

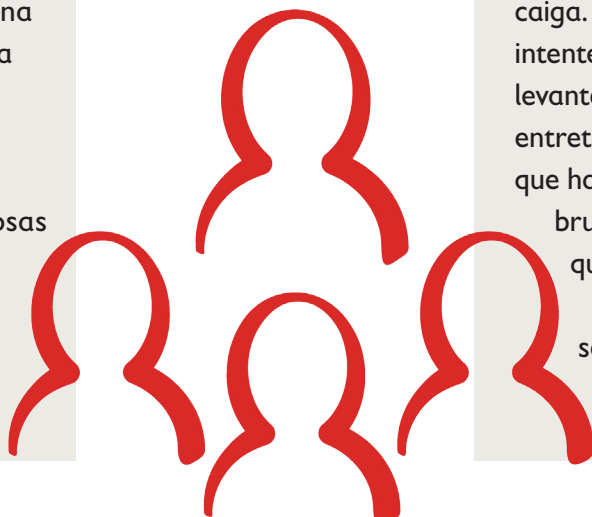
Instrucciones: Crea una pista de obstáculos en interiores o exteriores para tu hijo. ¡Diviértete y ponte creativo! ¡Déjalos arrastrarse sobre y debajo de los muebles, saltar sobre los cojines y deslizarse bajo lazos o cuerdas! ¡Considera usar cinta de enmascarar para crear los límites de la pista y ponles indicaciones con flechas que indiquen a dónde ir! Luego, tómale tiempo a tu hijo para ver qué tan rápido puede completarla.

Viernes

Diversión con la crema para afeitar

Materiales: Crema de afeitar, platos de papel, mesa o encimera

Instrucciones: Deja que tu hijo se divierta practicando el aprender sus letras, números, matemáticas o las palabras que ven corriendo a ver qué tan rápido pueden poner su respuesta en la crema de afeitar. Bonus: ¡Tu casa olerá bien y a limpio después!



ACTIVIDADES SEMANALES DE ENSEÑANZA: INFANCIA TEMPRANA



RINCÓN DE PADRES Y CUIDADORES

Cuando pasamos por tiempos difíciles, generalmente nos sentimos frustrados y con resentimiento. Tu hijo puede sentirse de esta manera también y mostrar señales de estar molesto y enojado por no poder ver a sus amigos, pasar tiempo en otros ambientes, ¡o incluso ir al centro de cuidado infantil o al preescolar! Podemos ponernos en contra de nuestros propios familiares y de los demás, lo que nos lleva a un camino de creer que estamos sufriendo más que los demás y que no es justo.

Una forma de combatir esos sentimientos es acudir a la empatía y enseñarles a nuestros hijos empatía, incluso en sus primeros años. El sitio web del especial [BE FEARLESS BE KIND](#) de Hasbro destaca [un artículo](#) sobre la empatía del proyecto Making Caring Common en Harvard: “La empatía inicia con la capacidad de tomar la perspectiva del otro, de caminar en los zapatos del otro... La empatía incluye valorar las demás perspectivas y a las demás personas. Se trata de asumir las perspectivas y de compasión.”

Como padres y cuidadores, les mostramos empatía a nuestros niños, lo que lleva a desarrollar relaciones seguras y de confianza. Otros modos de enseñarle empatía a tu niño es demostrarla explícitamente con los demás, servir de ejemplo de cuidado personal, y hacer que ellos demuestren actos de bondad y compasión a los demás.

Nunca sabemos por lo que puede estar pasando otra persona en esta época sin precedentes – si lo han despedido de un trabajo, la pérdida repentina de un ser querido, o si está luchando contra la ansiedad y el estrés. Que nuestros propios actos de empatía los apoyen, y que podamos enseñarles a nuestros niños a ser personas valientes y amables.