

## Learn at Home

### Early Childhood Instructional Resources

Children love to play—anytime, anywhere, and with almost anything. As they play, they're learning about the world around them and practicing important skills. To support their play, early childhood programs typically arrange their spaces into learning areas or centers. The following activity suggestions are also organized around these same learning areas. Additionally, these activities are similar to the type of activities your child does in their early childhood program and are aligned to the Head Start Early Learning Outcomes Framework, the New York State Prekindergarten Foundation for the Common Core as well as the New York State Prekindergarten Learning Standards. / Los niños aman el juego- En cualquier momento , donde quiera y casi con todos. Mientras ellos juegan, ellos están aprendiendo sobre el mundo alrededor de ellos y practicando destrezas importantes. Para apoyar sus juegos el programa de educación de primera infancia típicamente arregla sus espacios entre áreas de aprendizaje y centros. Las siguientes actividades sugeridas también están organizadas alrededor de las mismas áreas. Adicional mente estas actividades son similares a las actividades que sus niños hacen en el programa de educación temprana y están alineada con el Marco de Head Start sobre los resultados del aprendizaje temprano de los niños, con la fundación del Estado de New york para Core común, como también los estándares del estado de New york para el pre-kínder.

Pick activities from each area according to the materials you have available and the interests of your child. Many of these activities include a range of suggested materials. If you do not have the suggested materials, look around your home for similar materials that may also work. In addition to the activities suggested here, your child's favorite toys, games, and books likely also offer many opportunities for learning, especially when you play and talk with them. By talking with your child as you play, and engaging in back and forth conversations, you are supporting the development of many important skills (e.g. vocabulary development, communication skills, listening skills, social emotional skills, and critical thinking skills). **Always feel free to use any language your family speaks when talking and playing with your child as this supports later learning in any language.** /Escoja las actividades de cada area de acuerdo con los materiales que usted tenga disponible y el interés de sus niños. Muchas de estas actividades incluyen una variedad de sugerencias de materiales. Si usted no tiene los materiales sugeridos, haga un vistazo alrededor de su casa por materiales que puedan ser familiares que se pueden trabajar igual. Además de las actividades sugeridas aquí, el juguete de su hijo favorito de su hijo, juego, y libros también ofrecen muchas oportunidades para aprender, especialmente cuando usted juega y habla con ellos. Al hablar con su niño cuando juega, y involucrarse en las conversaciones de otras para adelante, usted está apoyando el desarrollo de muchas destrezas importantes (ejemplo, vocabulario, comunicación, escuchar, socio emocional y el pensamiento crítico) Siempre siéntanse libre de usar cualquier lenguaje que su familia hable cuando hablen y jueguen con sus niños porque esto apoyara el aprendizaje mas tarde **en cualquier** lenguaje.

The activities in this document are intended to be fun and engaging. Some of them are designed to be implemented over the course of many days. Your child may also want to repeat some of the activities. Young children enjoy doing things they like many times. If possible, keep materials you use available to your child and feel free to revisit them often. / Las actividades en este documento son destinadas para que sean divertidas y entretenidas. Algunas son designadas para ser implementadas por un transcurso de varios días. Su niño también le gustara repetir algunas de estas actividades. A los niños les gusta hacer cosas que les gusta repetidamente. Si es posible, mantenga los materiales disponibles a su niño y siéntase libre de revisarlos con frecuencia.

Children thrive on routines. Following a predictable routine is a helpful way for children to feel safe and know what is expected of them (e.g. washing hands before breakfast, reading a book before nap, or playing outside after lunch). Routines help you and your child move confidently through the day and encourages positive behavior. At the same time, be flexible and responsive to your children's needs. You know your child best! / Los niños prosperan con rutinas. Siguiendo una rutina predecible es una manera saludable para que los niños se sientan seguros y sepan lo que se espera de ellos. (ejemplo, lavarse las manos antes de desayunar, leer un libro antes de una siesta, o jugar afuera después del almuerzo.) Las rutinas les ayudan a usted y a sus hijos moverse con confianza por el día y motiva al comportamiento positivo. Al mismo tiempo, sea flexible y sensible a la necesidad de su niño. Usted conoce a su niño mejor que nadie!

Head Start Early Learning Outcomes Framework included in these activities

Goal IT-ATL 3. Child maintains focus and sustains attention with support.

Goal IT-ATL 6. Child demonstrates emerging initiative in interactions, experiences, and explorations.

Goal IT-ATL 9. Child shows imagination in play and interactions with others

Goal P-LC 1. Child attends to communication and language from others.

Goal P-LC 4. Child understands, follows, and uses appropriate social and conversational rules.

Goal IT-LC 2. Child learns from communication and language experiences with others.

Goal IT-LC 4. Child uses non-verbal communication and language to engage others in interaction.

Goal IT-C 1. Child actively explores people and objects to understand self, others, and objects

Goal IT-C 5. Child uses memories as a foundation for more complex actions and thoughts.

Goal IT-C 7. Child uses reasoning and planning ahead to solve problems.

Goal IT-C 10. Child uses matching and sorting of objects or people to understand similar and different characteristics.

Goal IT-C 11. Child observes and imitates sounds, words, gestures, actions, and behaviors

Goal IT-C 12. Child uses objects or symbols to represent something else.

Goal IT-C 13. Child uses pretend play to increase understanding of culture, environment, and experiences

Goal IT-SE 1. Child develops expectations of consistent, positive interactions through secure re

Goal IT-ATL 1. Child manages feelings and emotions with support of familiar adults

Goal IT-PMP 2. Child uses perceptual information in directing own actions, experiences, and interactions.

Goal IT-PMP 3. Child demonstrates effective and efficient use of large muscles for movement and position.

Goal P-SCI 4. Child asks a question, gathers information, and makes predictions

### Blocks/Construction/ Bloques y Construcción

**Build Together.** Use the materials you have available to build a structure together. For example, you might use blocks, connecting blocks (e.g. Duplos, Legos), cardboard boxes, pots and pans, cups, recycled materials or other household items to build. As you build, talk about the process as well as the structure. If desired, use paper to add labels or additional details to the structure. If possible/desired, your child may want to leave the structure up even when they seem finished working. They may want to return to the structure later to continue building or playing. **Construir juntos:** usar materiales que ustedes tengan disponibles para construir juntos. Por ejemplo, usted puede usar bloques, bloques que conectan (ejemplo, Duplo, Legos), cajas de cartón, sartenes y ollas, vasos, materiales reciclable o otros artículos para construir. Mientras están construyendo, Hablen del proceso y la estructura. Y si quieren usen papeles para agregar etiquetas o detalles adicionales a la estructura. Si es posible/deseen, su niño puede que quiera dejar la estructura a la vista aunque hayan terminado. Puede que ellos quieran regresar a la estructura luego para continuar construyendo o jugar.

### Draw and Build. Dibujar y construir

Look outside with your child at the area near where you live. Select a building or structure that looks interesting to both of you. Draw a picture of the building/structure together. Talk about what you see as you draw together. Hang the picture at your child's eye level, or place it on the floor near where you will build, and then use materials you have available to build the building/structure together. For example, you might use blocks, connecting blocks (e.g. Duplos, Legos), cardboard boxes, pots and pans, cups, or other household items to build together./ **Mirar a fuera con su niño a las áreas cerca donde viven.** Seleccionen un edificio o estructura que se vea interesante para los dos. Dibuje una foto del edificio/estructura juntos. Hable sobre lo que están viendo mientras dibujan juntos. Cuelgue la foto al nivel de los ojos de su niño o póngalo en el piso cerca donde vayan a construir y después usen materiales disponibles para construir el edificio/estructura juntos Por ejemplo, usted puede usar bloques, bloques que conectan (ejemplo, Duplo, Legos), cajas de cartón, sartenes y ollas, vasos, materiales reciclable o otros artículos para construir juntos

### Pick a Number/ Escoja un numero

Add an element of challenge to the building experience by picking a specific number of blocks to build with. For example, you might pick the number five and challenge your child to build a building/structure with five blocks/building materials. Repeat with various numbers. If desired/possible, children may want to leave the structures up and make comparisons between them (e.g. which is taller/tallest? Shorter/shortest? Etc.)./ Agrégale un elemento de desafío a la experiencia de construcción eligiendo un número específico de bloques para construir. Por ejemplo, usted puede elegir el número 5 y desafiar a su niño que construya un edificio/ estructura con cinco bloques/ materiales de construcción. Repítalo con diferentes números. Si desea y es posible los niños puede ser que quieran dejar la estructura fuer y hacer comparaciones entre ellas. (Ejemplo, cual es alto/más alta/ pequeño/ más pequeño)

### Dramatic Play /Juego Dramático

Play Store. Gather objects to buy and sell and take on roles of cashier and customer. Discuss what the customer is buying and why, how many items they are buying as well as how much the items cost individually and together. / Juego de tienda. Reunir objetos para comprar y vender y coja el personaje de cajera y cliente, Discutan sobre qué es lo que el cliente está comprando y porque. Cuantos objetos ellos están comprando, también cuánto cuesta el objeto de compra individualmente y juntos.

### Taking Care / Teniendo cuidado

Take care of a doll or stuffed animal together. If you do not have a doll or stuffed animal, look for household items you could use to create one such as stuffing a paper bag or a sock with soft materials and adding details with a marker. Work together to care for the doll. Consider pretending to feed it, give it a bath, put it to sleep, etc. , Cuidando a una muñeca o un peluche juntos. Si no tiene una muñeca o peluche, busque por objetos en casa que pueda usar para crear uno como con funda de papel o medias con materiales suaves y añadiéndole detalles con marcadores. Trabajen juntos para cuidar a la muñeca. Considere pretender sentirlo, darle un baño, ponerla a dormir, etc.

### Faces and Feelings./ Caras y sentimientos

Look at pictures of people in magazines or books together. Invite your child to look carefully at the expressions on the people's faces. Ask your child to share why they think the person might feel that way, if they ever feel that way themselves, and when. After discussing the expressions, you and your child may want to make the same expressions yourselves. Consider doing this activity near a mirror so children can see the expressions they create. /Mire fotos de personas en revistas o libros juntos. Invite a su niño/a que mire de cerca la expresión de las caras de la gente. Pregunte al niño que comparta por qué el piensa que esa persona se siente así, si ellos se han sentido así, y cuando. Después de discutir la expresión, usted y su niño puede ser que quieran hacer esas expresiones. Considere hacer esta actividad cerca de un espejo para que el niño pueda ver la expresión que crean.

### Let's Eat/Vamos a comer

Pretend to eat together in a pretend restaurant, at a tea party, or create a pretend picnic together. Think with your child about what items you will need and work together to find or make them. After setting up the play scene, pretend to eat with your child. / Pretender comer juntos en un restaurante, actúen una fiesta del te, o crean un picnic juntos. Piense con su niño sobre los objetos que necesitaran y trabajen juntos para encontrarlos y hacer los. Después de que monten su escenario, pretenda comer con su niño/a

#### Take a Trip. / Tome un Viaje

Take a pretend trip with your child. Consider where you will go, how you will get there, and how you feel about going on this trip together. Work together to find or make the things you need for your trip. After preparing for your trip, pretend to go on the trip together. / Pretenda tomar un viaje con su niño/a. Considere donde usted fuera, Como llegara, y como se sentiría sobre tener este viaje juntos. Trabajen juntos para encontrar o hacer las cosas que necesiten para este viaje. Después prepárense para su viaje, pretendan ir a un viaje junto.

#### Empty Box/Caja Vacía

If available, provide an empty cardboard box big enough for your child to sit in. Invite your child to use their imagination to turn the box into something else. If desired, they could also decorate the box. Celebrate all of their ideas and engage in imaginative play with them around their ideas. / Si están disponibles, provéale una caja vacía de cartón a su niño/a suficientemente grande que su niño se pueda sentar en ella. Invite a su niño/a usar su imaginación para cambiar la caja en algo diferente. Si desea, ellos pueden también decorar la caja. Celebre todas sus ideas y involúcrese en el juego imaginario con ellos y sus ideas.

#### Art/ Arte

##### Recycled Materials./ Materiales reciclable

Save reusable materials such as empty cardboard boxes and clean plastic containers. Use these containers to make various creations with your child such as the buildings in your neighborhood, cars, trains or other objects your child enjoys. / Guarde materiales reusable tales como cajas de carton y vasijas plásticas. Use estos vasijas para hacer varias creaciones con su nino/a tales como los edificios en su vivienda, carros, trenes, o otros objetos del interés de su niño/a.

##### Draw Together. Dibujando Junto

If you have paper or another surface for drawing (e.g. cardboard box) and writing/drawing tools such as a pen, pencil, crayons, or markers draw together. Create anything you want, and then make up a story together about what you drew. / Si usted tiene papel o otra superficie para dibujar (ejemplo, cajas de cartón) y materiales para escribir o dibujar, como lápices, bolígrafos, crayolas o marques para dibujar juntos. Dibujen cualquier cosa que quieran y después crean una historia sobre su dibujo junto.

##### Create a Mural. / Crear un Mural

Consider taking apart a large cardboard box, several smaller boxes, or using pieces of paper and attaching them together. You could use tape, glue, staples, or other materials you have on hand to secure the pieces together. Use any writing or drawing tools you have available such as pens, pencils, markers, crayons, or paint to create a picture. Invite family members to join in the fun. /*Considere desarmar una caja de carton grande, unas cuantas cajas pequenas o usar pedasos de papel y pegarlos juntos. Pueden usar cinta adhesiva, pega, granpas, u otro material que tengan a mano para asegurar las piezas juntas. Usen cualquier material de escritura o dibujo que tengan disponible como lápices, bolígrafos, crayolas, marques, pintura para crear un retrato .*

Draw a Family Picture. / *Dibujar una foto familiar*

Think of the people who are important to you and your child and draw each of them together in a picture. Consider adding people's names to the picture as well and hanging the picture where you live.

*Piensen de personas que son importantes para usted y su niño/a y dibujen cada uno de ellos juntos en una foto. Consideren añadir los nombres de las personas a la foto y también colgar la foto donde viven.*

Then and Now. *Antes y después*

Compare and contrast a baby picture of your child with how the child looks now, highlighting how the child has changed since they were a baby. Use the baby picture to create a drawing of your child as a baby or use materials you have available to create a representation of your child when they were a baby. If you do not have a baby picture of your child, discuss how your child has changed in the past few years and create an image together without referencing an actual photograph. /

*Compare y contraste una foto de su niño/a cuando era bebe y como el niño/a se ve ahora, señale como el niño/a ha cambiado desde que era bebe. Use la foto del bebe para hacer un dibujo de su niño/a cuando era bebe o use materiales que tenga disponible para crear una representación de su niño cuando eran bebe. Si usted no tiene foto de bebe, hable de como el niño/a ha cambiado en los pasados ayos y crea una imagen juntos sin referir a una fotografía actual.*

Shakers. *Agitadores*

Make shakers with your child out of empty water bottles or other containers. After finding a good container, think about what materials to add to make noise. Consider trying water, beads, other small objects, or anything you can find! Which material is loudest? Quietest? Work with your child to describe the sounds each shaker makes. For an extra challenge, try putting them in order from quietest to loudest.

*Hacer agitadores con sus niños con botellas de agua vacías u otros contenedores. Después de encontrar un buen contenedor, piense que materiales añadir para hacer ruidos. Considere tratar agua, bolitas, o otros objetos pequeños o cualquier cosa que encuentre! Cual material es más ruidoso? El más silencioso. Trabaje con su niño/a para describir el sonido de cada agitador que hicieron.*

## Science/Discovery /Ciencia y descubrimiento

### Breathe/ Respirar

Place a light object (e.g. cotton ball, feather, piece of paper, round pencil, small ball, etc.) on one end of a table and see if you and your child can blow it to the other side. Repeat with other objects of differing weights. Ponga un objeto liviano (ejemplo, una bola de algodón, una pluma, pedazo de papel, un lápiz Redondo, una bola pequeña, etc.) en una esquina de la mesa y mire si usted o su niño/a puede soplar hasta el otro lado. Repita con objetos de diferentes pesos.

### Shadows / Sombras

Turn out the lights and use a lamp or flashlight (or the light on your mobile device) to make shadows on a wall or floor. Move your bodies or hands closer to and further from the light and note what happens. Think with your child about other ways you might create shadows too. Apague la luz y use una lámpara o linterna (o la luz de su celular) para hacer sombras en la pared o el piso. Mueva su cuerpo y manos más cerca y más lejos de la luz y note que pasa. Piense con su niño/a otra manera de hacer sombras.

### I Spy. / Veo-veo

Look outside and note a few things you see. Make a list or draw pictures of these objects (e.g. I see birds flying in the sky). This activity could also be done inside. Mire a fuera y note unas cuantas cosas que ve. Haga una lista o dibujo de esos objetos (ejemplo, Yo veo un pájaro volando en el cielo)

### Ramps. Rampas

If available, use a cardboard tube (e.g. paper towel tube) or a flat surface such as a book, to create a ramp. Invite your child to tilt the ramp to various angles and roll a small toy car, ball, or other round object through the tube/down the ramp. Talk with your child about how quickly/slowly the objects roll depending on how they angle it. Si estan disponible, use tubo de carton, ( ejemplo el carton del papel toalla) o una superficie plana como un libro, para crear una rampa. Invite a su niño/a que la mire en varios angulos y ruede un carrito, bola, u otro objeto redondo por el tubo / bajo la rampa. Hable con su niño/a

### Toys and Games/Math Manipulatives /Juegotes y juegos/ Manipulativos de Matematica

How Many Steps to the Door? Invite your child to guess how many steps they will need to take to get to a specific place such as a door. After they have made a prediction, invite them to walk to the specified place. Help count the steps as needed. Substitute another location such as a window or bathroom for the door./ Cuantos pasos hasta la puerta? Invite a su niño/a a que adivine cuantos pasos tienen que coger para llegar a un lugar específico como a la puerta. Después que ellos hagan su predicción, invítelo a una caminar al sitio especificado. Ayúdelo a contar los pasos como sea necesario. Sustituya la locación como la ventana, o el baño por la puerta.

### Practice Measure/ Practicar medidas

Measure and cut a piece of string or ribbon as long as your child's arm. Invite them to look for objects that are the same length as this piece of string then compare the string to each object. Consider making a string as long as your own arm too and doing this activity with your child. *Mida y corte un pedazo de hilo o cinta del largo de su niño/a. Invítele a buscar objetos que son del mismo largo del pedazo de hilo y compare el hilo con cada objeto. Considera hacer un hilo del largo de sus brazos y haga esta actividad con su niño/a.*

#### Find Shapes / Encontrar figuras

Notice the shape of objects around you. Ask your child to find and count the sides and angles and then name the shape. *Notar las figuras de los objetos alrededor de ellos. Pregunte a sus niños que busquen y cuenten los lados y ángulos y después nombren la figura.*

#### Collections/ Colecciones

Invite your child to collect various items such as lids from jars/containers, or look around your home for items to create a collection such as items of a specific color, or pebbles from the park. Explore the materials with your child and use them to practice sorting and counting./ *Invite a los niños coleccionar varios artículos como tapas de tarro, contenedores o mirar alrededor de su hogar por artículos para crear una colección como artículos de color específico o piedras del parque. Explorar los materiales con sus niños y usarlos para practicar clasificación y contar.*

#### Laundry/Lavandería

Have your child help with the laundry. They can sort and count clothing items, look for matching socks, or count items in a folded pile. */Deja a su niño/a ayudar con la lavandería. Ellos pueden clasificar y contar los artículos de ropa, buscar los calcetines que combinen, o contar artículos que estén doblados en pila.*

#### Scavenger Hunt/ Búsqueda de tesoros

Invite your child to look around the place you live for objects you and your child use to take care of yourselves. For example, you might use specific items to care for your hair, soap to wash your hands, etc. After creating a small collection of objects, count them with your child. If desired, use pictures or words to create a numbered list of items. *Invite a sus niños a buscar alrededor de donde viven por objetos que usted y sus hijos usan para cuidarse. Por ejemplo, usted puede usar objetos específicos para sus cabellos, jabón para lavarse las manos, etc. Después de crear una pequeña colección de objetos, cuéntelas con sus niños. Si desean, usen fotos o palabras para hacer un lista de numero de objetos.*

#### Patterns/Patrones



Clap a simple pattern, and invite your child to clap it back to you (e.g. two slow claps followed by 3 faster claps). Take turns creating the pattern. / Aplaudir un simple patrón y invite a sus niños que repitan los aplausos a usted. (Ejemplo, dos aplausos suave, seguido por 3 mas rápido). Tomen turnos creando patrones.

## Sensory/Sensorial

### Water Play/ Juego de agua

Play with water with your child. Fill a container with water (e.g. sink, bathtub, or other container) and add various cups and scoops such as spoons or toys that encourage dramatic play (i.e. toy boats) and engage in water play together. / Juegue con agua con sus niños. Llene un envase con agua ( ejemplo, lavamanos, bañera, u otro envase) y agréguele varios vasos y cuchara o juegos que motive el juego dramático. (Ejemplo, botes de juegos)

### What Happens? /Que Pasa?

Investigate what happens when objects are placed in water. Collect several objects, discuss what might happen when you place each one in water, and test your ideas by placing the objects in water one at a time and discussing what occurred./investigue que pasa cuando los objetos son puesto en el agua. Colette varios objetos, hablen de qué pasa cuando pone cada uno en el agua, y pruebe sus ideas poniendo los objetos en el agua uno a la ves discutiendo lo que ocurre.

### Bath Play/Baño de juego

Sing together during bath time to help your child remember new words and practice rhyming. Sing a song you know, in any language. Also consider asking your child to teach you a song they sing at school./ Canten juntos durante el tiempo de baño para ayudar a sus niños recordar nuevas palabras y practicar ritmos. Cante una canción que se sepa, en cualquier lenguaje. También considere preguntar a sus niños que le ensene una canción que canten en la escuela

## Library /Biblioteca

### Read a Book/ Leer un Libro

Read and re-read your child's favorite books in any language your family speaks. If you do not have any books, you can create books together by writing down the words to stories you created together and working together to add illustrations. / Leer y releer el libro favorito de su niño/a, en cualquier language que hable la familia. Si usted no tiene libros, pueden crear un libro juntos escribiendo las palabras a una historia que ustedes crean juntos y trabajando juntos para agregar ilustraciones.

### Tell a story/ Contar un cuento

Share a favorite story you already know, or create a new story with your child. The story can be about anything! For example, you might retell something that actually happened, or make up a story together.

Comparta un cuento favorito que ya usted sepa, o crea un nuevo cuento (historia) con su niño/a. La historia puede ser sobre cualquier cosa. Por ejemplo, puede repetir algo que actualmente paso o puede crear un cuento junto.

And Then... / Y después

Take turns imagining what comes next in a story. Start a story, then pass it to your child to determine what comes next with a line such as, "and then..." You and your child can pass the story back and forth until it comes to an end. Tomen turnos para imaginar que pasara después en el cuento (historia) después pásela a su niño para que pueda determinar que pasara después con una línea que diga " y después...." Usted y su niño pueden pasarse el cuento (historia) hasta que lleguen a un fin.

Clouds/ Nubes

Look out the window with your child and discuss the clouds. Take turns telling stories about the shapes of clouds to help your child use their imagination and express ideas in words. "That cloud looks like a cat! What do you see?" Miren fuera de la ventana con sus niños y hablen sobre las nubes. Tomen turnos diciendo historias sobre las figuras de las nubes para ayudar a su niño usar su imaginación y expresar sus ideas en el mundo. "Esa nube parece como un gato! Que tú ves?"

Sing and Rhyme /Cantar y Ritmar

Sing songs and play rhyming word games with your child. Read Everything. Note the words you see wherever you are. For example, you might point out street signs, labels, and even cereal boxes you and your child see as you spend the day together./ Cantar canciones y jugar juegos de ritmo con su niños. Lean todo. Note las palabras que usted ve en donde quiera que esté. Por ejemplo usted puede señalar un cartel de la calle, etiqueta, y también cajas de cereales que usted y su niño vea mientras usted pasa el día junto.

Today / Hoy

Ask your child to draw pictures of what they did today. Ask them to tell you about the picture and add their words to the picture. Do this daily. Keep the pictures and combine them to make a book. Preguntarle a su niño que haga un dibujo sobre lo que hizo en el día. Pregunte a su niño sobre el dibujo. Haga esto diario. Mantenga los dibujos para que los combine y haga un libro.

What comes next? /Que viene después?

Begin singing your child's favorite song or nursery rhyme. Sing the first line and then pause. Invite your child to sing the next line. Continue with this back and forth pattern throughout the entire rhyme or song. **Comience cantando las canciones y canciones infantiles favoritas de su niños. Cante la primera líneas y después tome pausa. Invite a su niño a cantar la próxima línea.**

#### Stories / Historias

Share a story with your child about something from their past. Among other things, this could be a story about the first time your child did something new, a funny story about an experience or a time when your child made you proud. **Comparta con su niño/a una historia sobre su pasado. Sobre otras cosas esto puede ser una historia de la primera vez que su niño hizo algo nuevo, una historia cómica sobre una experiencia o tiempo donde su niño le hizo sentir orgulloso,**

#### Writing and Language Development / Desarrollo de la escritura y language

##### Talk/ Hablar

Talk to your child in the language you are most comfortable with. After you say something to your child, pause so they can respond. Research shows that back and forth conversations can help children develop larger vocabularies. **Hable con sus niños en el lenguaje que usted se sienta más cómodo. Después que usted le diga algo a su niño/a tome pausa para que ellos puedan responder. Estudios han demostrado que la conversación de tras pal ante puede ayudar al desarrollo del vocabulario de los niños.**

##### Morning news /Noticias mañaneras

When you start your day, make a plan for what you and your child will do together. Jot these things down in a list. Check off each item as you complete it. **Cuando usted comience su día, haga un plan de lo que usted y sus hijos harán juntos. Anote esas cosas en una lista. Hágale un cheque cada vez que lo complete.**

##### Letter Hunt/ Cazar letras

Look for letters where you live. Point them out to your child. Pay special attention to letters that are especially relevant to your child such as the first letter of their name as well as those of close family and friends. **Busque letras donde vive. Señálelas a su niño. Ponga atención a las letras que son relevantes a su niño, como la primera letra de su nombre como también esas letras de familiares y amigos.**

##### Listen/ Escuchar

Invite your child to be very quiet and use their ears for listening. What sounds are in the room? What sounds do we hear outside if we open the window? Can we stay totally quiet for 10 seconds and listen? For 20 seconds? For 60?! Describe the sounds you hear – like beeping cars, vrooming buses, and barking dogs – to help your child learn new words to describe the world. Invite a sus niños a que estén bien callados y usen sus oídos para escuchar. ¿Que sonidos hay en la habitación? ¿Qué sonidos oyes afuera si abrimos la ventana? ¿Nos podríamos quedar total mente callados por 10 segundos y escuchar? ¿Por 20 segundos? ¿Por 60? Describir el sonido que escucha- como las bocinas del carro, los ruidos de los autobuses, y peros ladrando- Para ayudar a sus niños aprender una palabra nueva describa la palabra.

#### Take a Look/ Echar un vistazo

Invite your child to look outside of the window at the neighborhood with you. What do you notice? Describe what you both see. Invitar a sus niños mirar fuera de la ventana el vecindario con usted. ¿Qué pueden notar? Describan lo que los dos ven.

#### Pictures/ Imágenes

Look at a few pictures of people you and your child care about (either prints or on a mobile device). Point out things you notice in the pictures and invite your child to do the same. In addition to noting things in the picture, invite your child to tell you about these people. Mire unas cuantas imagines de gente que usted y su hijo les preocupan (ya sean impresa da o en el teléfono) Señale las cosas que usted note en la foto y invite a su niño hacer lo mismo. Además de notar cosas en la foto, invite a su niño a que hable sobre estas personas.

#### Make a Menu /Hacer un menu

Share with your child a list of the foods you are serving for a meal. Invite your child to draw these items to create a menu. Add the words that match the pictures below each picture. If your child is ready, they can do their own writing. Celebrate any mark your child makes. Marks, scribbles, and creative spelling are all essential steps in learning to write. Comparta con su niño una lista de comida que usted este sirviendo durante una comida. Invite a su niño hacer un dibujo de estos objetos para crear un menú. Agregue las palabras que van con el dibujo, de bajo de cada dibujo. Si su niño está listo, ellos pueden escribir sus palabras. Celebre cada marca que su niño haga. Marcas, rayones, deletreos creativos son pasos esenciales para aprender a escribir.

#### I Love You/ Yo te Amo

Talk with your child about things you do to show that you love each other. Draw pictures or use words to create a description. Hable con sus niños sobre las cosas que hacen para demostrarse que se quieren mutuamente. Haga dibujos o usen palabras para crear una descripción

#### Lines/ Líneas

Invite your child to experiment with drawing lines with you. Begin drawing and note the types of lines you are making, the types of lines your child is making, and how they can make the lines change. For example, you could start with a straight line, and then change it to a zigzag or curvy line. You could also experiment with changing the writing instrument, or the amount of pressure used on the writing instrument to change the lines. *Invite a su niño a experimentar el dibujar con líneas. Comience a dibujar y note los tipos de líneas que está haciendo, los tipos de líneas que su hijo está haciendo, y como pueden hacer las líneas cambiar. Por ejemplo, usted puede comenzar con una línea derecha, después la cambia a zigzag o línea curva. También puede experimentar con cambiar los instrumentos de escritura, o la presión que usa cuando en el instrumento de escribir las líneas.*

#### Keep a Journal/ Mantener un Diario

Talk with your child about the activities they did each day. At the end of the day take a few minutes to reflect using open-ended questions such as, “What did you like best? *Hable con los niños de la actividad que hicieron cada día. Al final del día, tome unos minutos para reflexionar usando preguntas abiertas tales como, “¿Qué fue lo que más te gusto?*

Why? Was anything difficult or challenging? Why?” Jot down your child’s thoughts about these activities and invite them to add pictures to the journal as well. *Porque? Hubo algo difícil o desafiante? Por qué? Escriba la respuesta de su niño e invítelo después a añadir dibujo también.*

#### Write a Letter/ Escribir Carta

Invite your child to write a letter to someone. They can draw pictures to create the letter, use their own writing, or share their words with you and you can write for them. If your child chooses to write on their own, celebrate any mark they make. Marks, scribbles, and creative spelling are all essential steps in learning to write. If possible, share the letter with the person your child wrote to. / *Invite a su Niño a escribir una carta a alguien. Ellos pueden dibujar para crear la carta. Usar su propia escritura, o compartir la palabra con usted y usted escribe por ellos. Si su niño elije escribir por sí mismo, aplauda cualquier marca que hagan. Celebre cada marca que su niño haga. Marcas, rayones, deletreos creativos son pasos esenciales para aprender a escribir. Si es posible, comparta la carta con la persona que su niño les escribió.*

#### Cooking and Mixing/ Meal prepare / Cocinar y mesclar / Preparación de comida

Invite your child to prepare a meal or snack with you. As you work together, talk about what happens as you mix and stir ingredients. *Invitar a los niños a preparar una comida o merienda con usted. Mientras trabajen juntos, pregúntele que está pasando al mesclar y juntar ingredientes.*

#### Cook and Count/ Cocinar y contar

Invite your child to prepare food with you. As you work together, count the number of items you use. Snack Counter. Count the number of items available at snack or meal time. As your child eats, talk about how many items they have eaten and how many items are left. Invite a su niño/a a preparar comida con usted. Mientras estén trabajando juntos, cuente los números de ingredientes que ve. Cuenta de merienda. Cuente los números de objetos disponibles para la merienda. Mientras su niño come, hablen sobre cuantos artículos se han comido y cuantos artículos quedan.

#### Playdough/ Masilla

If the materials are available, make playdough with your child. Playdough can be used repeatedly. Si los materiales están disponibles, hagan masilla con sus niños. La masilla puede ser usada repetidamente.

#### Ingredients: Ingredientes

2 cups white flour/ 2 taza de harina blanca

2 cups water/ 2 taza de agua

½ cup salt/ ½ taza de sal

¼ cup cream of tartar ¼ taza de crema tartar

2 tbsp vegetable oil /2 cucharadita de aceite vegetal

Food coloring (if desired) Color de comida (si desea)

Directions: Heat all ingredients over medium heat, stirring constantly, until they come together and take on the familiar consistency of play dough. Dump the dough on foil or wax paper and let it cool slightly until it is cool enough to touch. Store playdough in an airtight container. / Dirección: Caliente todos los ingredientes sobre fuego medio, muévelo constantemente, hasta que se mescle todo junto y tome la consistencia familiar, la consistencia de la masilla. Tire la masilla en un papel de aluminio y déjelo enfriar hasta que lo puedan tocar. Guarde la masilla en un envase hermético.

#### Family Favorites/ favoritos de la familia

Invite your child to cook a favorite family meal with you. As you cook together, talk about the recipe, the ingredients, and the directions. You may also want to talk about why your family enjoys this meal. Invite a su niño/a a cocinar una comida favorita de la familia con usted, hablen de la receta, de los ingredientes y la dirección. Usted también puede hablar de porque su familia disfruta esta comida.

#### Music and Movement / Musica y movimiento

Mouth Music: Invite your child to explore different sounds you can make with our mouths. You might sing, hum, pop your lips, etc. Ask your child to note how it feels to make each type of sound. *Música de boca. Invite a su niño/a a explorar diferentes sonidos que usted puede hacer con su boca. Usted puede cantar, tararear, hacer un sonido pop con tus labios,*

#### Family Favorites/ favoritos de la familia

Invite your child to listen to some of your family's favorite music. Find a song that each family member loves and listen to a recording of it. *Invite a su niño/a a escuchar algunas de sus canciones favoritas. Busque canciones que cada miembro de la familia ama y escúchela.*

#### Cultural Music/ Música cultural

Share your family's cultural music with your child. Does this music include any special instruments from your heritage, religious practice, or community? Invite your child to listen for these instruments or sounds. *Comparta la cultura musical de su familia con sus hijos. Incluye esta música algún instrumento especial de tu herencia, religión, o comunidad? Invita a tu niño a que escuche este instrumento o sonido*

#### Water Xylophone/ Xilófono de agua

Fill a few drinking glasses with differing amounts of water. Use a spoon to gently tap them. What do you and your child notice about the sounds? Try to play a little tune together. *Llene unos cuantos vasos con diferente cantidad de agua. Use una esponja y suavemente tóquelo. Que usted y su niño notaron sobre el sonido?*

#### Kitchen Band/Banda de la cocina

Use pots and pans, containers, or another surface to create kitchen drums. Tap on them with your hands or an object. Invite your child to suggest songs to sing, or to create new songs with you. *Usando ollas y sartenes, contenedores u otra superficie que pueda crear un tambor de la cocina. Invite a su niño/a a que sugieran canciones para cantar o crear nuevas canciones.*

#### Dance/ Bailar

Invite your child to dance with you. Play an assortment of music practice really feeling the music and moving with it. Is the music fast or slow? How does the music make you feel? Happy? Sad? Excited? Energized? *Invitar a su niño/a a bailar con usted. Toque una variedad de música practique verdaderamente sentir la música moviéndose con ella. Es la música rápida o despacio? Como te hace sentir la música? Contentó? o triste? Excitada? Energética?*

#### Homemade Instruments/Instrumentos caseros.

Think about the materials you have available and the ways you could use them to make music. For example, a paper-towel roll with holes poked in it can be a flute, spoons taped together can be chimes. Play with sounds, and use your voices to sing along. Piense en los materiales que tiene disponibles y en las formas en que podría utilizarlos para hacer música. Por ejemplo, un rollo de papel toalla con agujeros puede ser una flauta, las cucharas pegadas con cinta adhesiva pueden ser campanillas. Jueguen con los sonidos y utilicen sus voces para cantar.

#### Freeze Dance/Baile congelado

Play a favorite song and play freeze dance together. When the music is on, dance or move together. When you stop the music, everyone must freeze! Take turns being the one to turn the music on and off. Juegue una canción favorita y juegue Baile congelado juntos. Cuando la música este sonando, bailen y muévase juntos. Cuando pare la música, todo deben de congelarse. Tomen turno siendo la persona que ponga la música y la quita.

#### Outdoors/Gross Motor /Aire libre y moticidad gruesa

##### Faster and Slower/ Rapido, rapido y lento, lento

Invite your child to explore how they can change speed as they move. For example, they may try moving quickly, then change their speed and move slowly./Anime a su hijo a comprobar como puede cambiar la velocidad a medida que uno se mueve. Por ejemplo, pueden intentar moverse rápidamente, luego cambiar su velocidad y moverse lentamente.

##### Move Your Body/Muevana el cuerpo

Invite your child to explore different ways they can move their body. For example, can they walk, run, hop, skip, jump, or shuffle? Anime a su hijo a mover el cuerpo de diferentes maneras. Por ejemplo, ¿Pueden caminar, correr, saltar, brincar o arrastrar los pies?

##### Stretch/ Realicen estiramientos

Put some soft music on and invite your child to stretch their body. Can you stretch up tall like a tree? Can you twist to one side? How about the other? Can you hang down low to the ground?/ Ponga música suave y anime a su hijo a esterase. ? Puede estirarse tan alto como un árbol? ¿Puede girarse hacia un lado? ¿y para el otro? ¿Puede tocarse los pies con los dedos de las manos?

#### Activities for Infants and Toddlers/Actividades para bebes y ninos pequenos



### Color/Los colores

Hang or place paper or another surface for marking such as a piece of cardboard on the floor. Supply drawing tools such as markers or crayons and allow the child to explore making marks on the paper. Talk to your child about the types of marks they are making on the paper./Cuegue o coloque papel u otra superficie para marcar, como un trozo de carton en el suelo. Dele instrumentos para dibujar como marcadores o lapices de colores y deje que el hijo haga marcas en el papel. Cnversen sobre las marcas que esta haciendo en el papel.

### What Do You See? /Veo.veo

Take a walk and talk about the things you and your child see. Talk about the objects, colors, sizes, shapes, etc. of the things you see. Den un paseo y conversen sobre las cosas que ven. Hablen sobre los objetos colores, tamaños, formas etc. De las cosa que ven

### Mirrors/Reflejos en el espejo

Bring your child over to a mirror and talk together about what you see in the mirror. Notice each other and other objects you see in the mirror, and name what you see. Invite your child to find objects or parts of their body in the mirror. / Ponga a su hijo en frente de un espejo y conversen sobre lo que ven en le espejo. Fíjense en las demás cosas que ven en el espejo y nombren lo que ven. Anime a su hijo a que busque objetos y partes de su cuerpo en el espejo.

### Dump and Fill/ Caja vacia y caja llena

Offer your child a box and a variety of small but safe household objects. Observe what they do with them and use words to describe what they are doing. Extend your child's play by demonstrating different ways to place items in and out of the box, or filling and dumping it. Saque a su hijo una caja y varios objetos pequeños pero seguros que se encuentren por casa. Observe lo que hace con ellos y utilice palabras para describir lo que hace. Amplié el juego enseñándole diferentes maneras dele colocar los objetos dentro y fuera de la caja. O de llenarla y vaciarla

### Hidden Objects:/Jueguen a seconder objetos

Show your child a toy they enjoy. Then place a small blanket or piece of cloth over the toy to hide it. Cover the toy and say, "Where did it go?" Give your child 5 seconds to attempt to remove the blanket. If they are successful, try with two objects and two cloths. If your child is older, hide an object somewhere in the room while they close their eyes. Give them hints while they search for it. Muéstrela a su hijo un juguete que le guste. Después coloque una manta pequeña o un trozo de tela sobre el juguete para esconderlo. Cubra el juguete y diga, "¿Dónde está?" Dele a su hijo 5 segundos para que intente levantar la manta. Si lo consigue, repítalo con dos objetos y dos mantas. Si su hijo es mayor, esconda un objeto en algún lugar dela habitación mientras su hijo tiene los ojos cerrados. Dele pistas mientras lo busca

### Textures: Diferente textura

Gently stroke your child with different textured fabric pieces (clothes and accessories work!). Attend to their reactions and tell them when they seem to be indicating their likes and dislikes. Use words to describe the textures, colors, sizes, and shapes of the fabric. Invite the child to explore the fabrics with their hands, too. *Acaricie suavemente a su hijo con trozos de tela de diferentes texturas (ropa y accesorios también funcionan) Preste atención a sus reacciones y mencione cuando parezca que le gusta o no le gusta. Utilice palabras para describir las texturas, colores tamaños y formas de la tela. Anime al niño a que también agarre las telas con sus manos.*

#### Clothing: *Probemos ropa*

Bring out clothing of different sizes and encourage your child to try on the different articles of clothing. Talk about whether the clothing fits, is too big or too small. *Saque ropa de diferentes tamaños y anime al niño a probarse diferentes prendas de vestir. Conversen sobre si la ropa le queda bien, si es demasiado grande o demasiado pequeña*

#### Peek-A-Boo/*Jueguen a cu-cu*

Sit on the floor facing your child, cover your face and play peek-a-boo with them. If the child is interested, let them lead the play. */siéntense en el suelo en frente de su hijo, cúbrase las cara y jueguen a cu-cu. Si al niño le gusta, déjelo que dirija el juego.*

#### Water Play/*Jugar con el agua*

In a bathtub or sink, provide your child with materials that they can fill and pour such as, cups, bowls, and plastic containers. Add some water and encourage your child to explore filling and pouring. *En la bañera o el lavado, bríndele a su hijo materiales para que pueda llenarlos y vacíalos, como vasos, tozones y recipientes de plástico. Añada un poco de agua y anime a su hijo a que juegue a llenar y vaciar el recipiente.*

#### Building/*Vamos a construir*

Using any building toys or materials that are available, build with your child and encourage them to knock down the structure. If you do not have blocks or other infant/toddler toys for building, try using cups, plastic containers, or recyclable materials such as boxes or empty containers. If your child is unable to build, make a small structure and encourage them to knock it over. */ Utilice cualquier juguete o material de construcción que tenga disponible, construyan juntos y anímelo a que derribe la estructura. Si no tiene bloques u otros juguetes para bebe opera niños pequeños con los que puedan jugar a construir, intente usar vasos, recipientes de pastico o materiales reciclables como cajas of recipientes vacíos. Si su hijo no puede, construya usted una pequeña estructura y anime a que le derribe.*

#### Additional Information/*Información adicional*

## Self-Care Tips for Families and Caregivers/consejos de autocuidado para familias y encargados del cuidado de los niños

When you take time to care for yourself, you are better able to care for your child. Even a few minutes of “you time” can help you to recharge so that you can be your best. Si dedica tiempo para cuidarse a si mismo, podrá cuidar mejor de su hijo. Incluso unos pocos minutos de “su tiempo” pueden ayudarle a recargar la energía para que pueda dar lo mejor de usted

- Listen to music as you’re doing chores around the house. Escuche música mientras hace las tareas de la casa.
- Set an alarm to remind yourself to pause, take a deep breath, or use a calming meditation app. Even 2 minutes of relaxation can make a difference in how you feel. Ponga una alarma para acordarse de que debe hacer una pausa, respirar profundamente o utilizar una aplicación de meditación para relajarse. Incluso 2 minutos de relajación pueden marcar la diferencia en cómo se siente.
- Make sure you’re getting enough sleep. When your little one lays down to rest, try to do the same. If they’re having trouble settling down, sing a quiet song that you loved when you were small, one that calms you down, too. Asegúrese de dormir lo suficiente. Cuando su hijo se acueste para descansar, intente hacer lo mismo. Si no puede dormirse, cante alguna canción tranquila que le gustaba cuando era pequeño, una que le relaja a usted también.
- Take a ten-minute vacation. As you’re bathing your child, soak your hands in the warm water. Tome diez minutos de descanso. Mientras baña a su hijo, meta las manos en el agua caliente
- Keep a favorite family photo with you. If you’re having a challenging day with your little one, you can look at it to remind you of happy times you’ve spent together. Lleve consigo la foto favorita de su familia. Si tiene un día difícil con su pequeño, puede mirarla para recordarles momentos felices que han pasado juntos.
- Reach out to others. Feeling alone is common for families and caregivers during stressful times. But you don’t have to handle them on your own. Connect with trusted family members and friends, share your feelings with them, and enlist their help. Pida ayuda a los demás. En momentos de estrés, es muy normal que las familias y la persona encargadas del cuidado de los niños se sientan solas. Pero no tiene por qué sobrellevarlo usted solo. Póngase en contacto con familiares y amigos de confianza, comparta sus sentimientos con ellos y pídale ayuda.

Talking to Children about the Coronavirus /Como Hablar con los niños sobre el corona virus

With news of the coronavirus COVID-19 everywhere, many families are wondering about how to speak with their children about the virus. Here are some tips to support conversations with your child: Con la difusión de noticias sobre el coronavirus (COVID-19) por todos lados, muchas familias se preguntan sobre cómo hablar con sus hijos sobre este virus. A continuación, le brindamos algunos consejos para apoyar las conversaciones con su hijo.

- Children are likely hearing about the virus. Feel free to talk with them about it. Not talking about it may actually make them more nervous. Lo más probable es que su hijo ya haya oído hablar sobre este virus. Hablar con ellos sobre el tema sin ningún problema. Puede que se ponga más nervios si no habla de ello
- Invite your child to share what they know about the coronavirus and how they are feeling. Anime a su hijo a que le hable sobre lo que sabe de este coronavirus y como le hace sentir
- Give the right amount of information. Providing too much information may be scary, instead of oversharing, answer your child's questions about the virus in a straightforward and factual manner. Dele al cantidad de información justa. Proporcionar demasiada información puede asustarlos, en lugar de compartir mucha, responda a las preguntas que su hijo tenga sobre el virus de una manera directa y objetiva.
- Remember that emotions are contagious. Your attitude about the coronavirus will impact how your child feels about it. If you remain calm, your child is more likely to remain calm as well. Recuerde que las emociones son contagiosas. Su actitud en torno al coronavirus influirá en como lo percibirá su hijo. Si usted mantiene la calma, es muy probable que su hijo también lo haga.
- Empower your child with information about staying safe. Share things you are doing to stay safe as well as things they can do to avoid the virus such as washing their hands frequently and well. Bríndeles a su hijo información sobre cómo mantenerse seguro. Dígale lo que usted hace para mantenerse seguro, así como las cosas que puede hacer para evitar el virus, como lavarse las manos a fondo y con frecuencia
- Keep the conversation going. Reassure your child they can always talk with you about what they are hearing, seeing, and feeling and that you will share with them as well. The following resources may be helpful in talking to children about Coronavirus: Mantenga la conversación. Asegúrele que siempre estará allí para hablar sobre lo que oye, ve y sobre cómo se siente y que usted también se lo comentará a él.

Talking to Kids About the Coronavirus Los siguientes recursos pueden ser útiles para hablar con los niños sobre el coronavirus

<https://childmind.org/article/talking-to-kids-about-the-coronavirus/>

· Talking To Children About COVID-19 (Coronavirus): A Parent Resource

[https://www.nasponline.org/resources-and-publications/resources-and-podcasts/schoolclimate-safety-and-crisis/health-crisis-resources/talking-to-children-about-covid-19- \(coronavirus\)-a-parent-resource](https://www.nasponline.org/resources-and-publications/resources-and-podcasts/schoolclimate-safety-and-crisis/health-crisis-resources/talking-to-children-about-covid-19- (coronavirus)-a-parent-resource)

· Talking With Children: Tips for Caregivers, Parents, and Teachers During Infectious Disease Outbreaks

<https://store.samhsa.gov/system/files/sma14-4886.pdf>

- [Como hablar con los niños sobre el coronavirus](#)
- [Como hablar con los niños sobre el COVID-19 \(Coronavirus\): un recursos para padres](#)
- [Como Hablar con los niños: consejos para personas encargadas del cuidado de los niños, padres u profesores durante brotes de enfermedades infecciosas](#)