

¡A jugar!

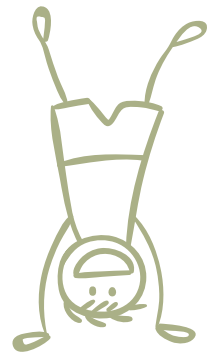
Actividades para Familias



COLECCIÓN

3

Identidades,
Responsabilidad
Social y Diversidad



Resumen

¡A jugar! *Actividades para Familias* es una herramienta elaborada por el Ministerio de Educación de B.C. (BC Ministry of Education) para que las familias y cuidadores infantiles apoyen las experiencias de aprendizaje temprano de los niños mediante el juego y la diversión.

Cada actividad de juego se relaciona con una de las consultas de convivencia (Living Inquiries) descritas en el Marco de Aprendizaje Temprano de B.C., que son:

- Interacción con Otros, con Materiales y con el Mundo
- Comunicación y Habilidades de Lectura
- Identidades, Responsabilidad Social y Diversidad
- Bienestar y Pertenencia

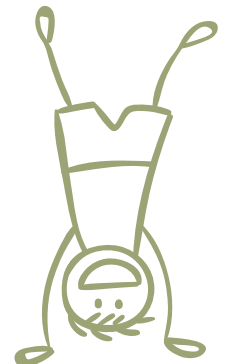
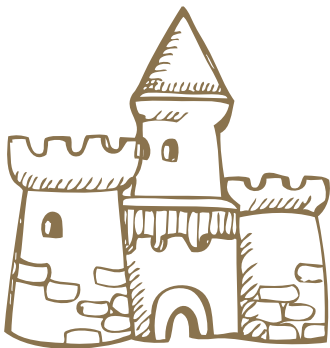
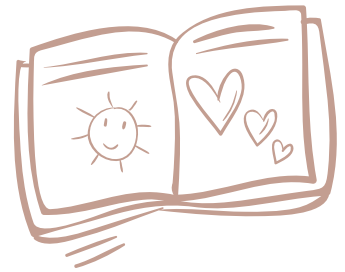
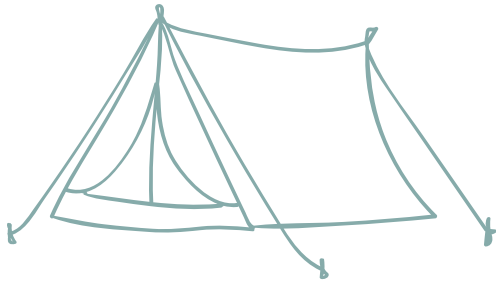
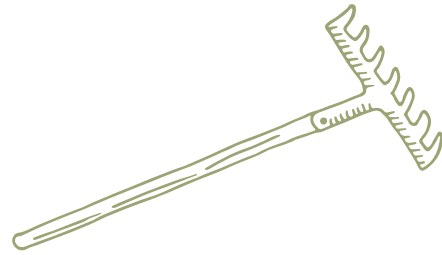
Las actividades tienen como propósito crear experiencias que ofrezcan interacciones de calidad en las familias. Dichas interacciones estimulan el desarrollo social y emocional saludable de los niños. Cada actividad está cuidadosamente planeada para propiciar la expresión y expansión de los intereses e ideas de los niños y para presentarles escenarios novedosos y estimulantes que favorezcan la exploración. Las secciones tituladas “Cómo” ofrecen ideas para adaptar cada actividad a las distintas habilidades de los niños.

Sugerencias adicionales:

- Aliente a su niño/niña a que sea él/ella quien dirija el juego de acuerdo a sus intereses y/o dudas;
- No hay una forma correcta ni incorrecta de explorar las actividades;
- Cuando haga preguntas abiertas a su niño/niña (como las que se ofrecen de ejemplo), dele tiempo suficiente para procesarlas y responderlas;
- Describa con palabras lo que su niño/niña está haciendo mientras juegan; y
- Cuando se presenten desafíos o dificultades, apoye a los niños ayudándolos a resolver los problemas. Por ejemplo: “Creo que esto es difícil. ¿Qué podemos hacer diferente?”. Al invitarlos a participar de esta manera, estará fortaleciendo el desarrollo de las habilidades de los niños y aumentando su autoconfianza.

¡Disfrute compartiendo historias con su niño/niña! Cada actividad incluye una recomendación de uno o más libros relacionados con los temas o aspectos de la actividad. Los libros recomendados están disponibles en muchas bibliotecas y representan una variedad de libros y cuentos con imágenes, libros informativos y libros ilustrados de cartón. Si no puede encontrar alguno de estos libros, pida ayuda al personal de su biblioteca local o pida que le recomienden otro libro. También puede buscar libros y cuentos escritos en el idioma que su familia habla en casa.

¡Vamos a jugar y a divertirnos!



El dilema diario



Qué

Muchos de los eventos que ocurren en un día pueden ser alegres o felices, pero lo que ocurre diariamente también puede ser frustrante, triste o decepcionante. Esta actividad anima a los niños a hablar sobre algunas de esas ocasiones y a encontrar soluciones a problemas comunes. Al hablar de los dilemas cuando no se está en medio de situaciones estresantes, los niños empiezan a entender la perspectiva de los demás y aprenden a hablar sobre diferentes problemas y la forma de solucionarlos con otras personas.

1

Creación del ambiente

- Presente algún dilema que pueda ocurrir fácilmente en la casa, en algún lugar comunitario o en la escuela. Dígale a su niño que usted va a contarle un cuento sobre un problema y que él puede ayudar a los personajes de la historia a resolverlo.

2

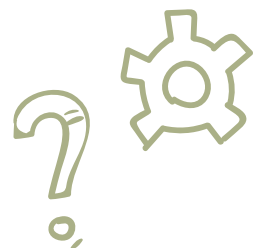
Dilema diario

- Juntos, inventen o elijan los personajes del cuento. Tenga en consideración que, entre más personajes tenga el cuento, más complicado será el dilema.
- Cuente una historia conocida. Por ejemplo, Tomasito estaba construyendo con mucho cuidado una torre muy alta de bloques. A Belinda le llamó la atención la torre de bloques y le pareció divertidísimo tirarla de un golpe. Justo cuando Tomasito puso el último bloque en la parte más alta de su torre, Belinda le dio un golpe y la tiró.
- Pregunte a su niño: “¿Cómo crees que se sintió Tomasito? ¿Qué cosas podría hacer después de que Belinda tiró su torre? ¿Qué cosas podrían hacer juntos después de que Belinda tiró la torre?”.
- No resuelva el dilema, haga preguntas para ayudar a su niño a encontrar una solución.

Por Qué

Con esta actividad, los niños:

- Desarrollarán la comprensión de las diferencias de perspectiva
- Mejorarán el uso del lenguaje y la memoria
- Fomentarán el sentido de identidad defendiendo las perspectivas y sentimientos de los niños
- Practicarán la resolución de problemas para desafíos de la vida real



Cómo

Anime a su niño a pensar en los sentimientos de los personajes, especialmente aquellos que quizá no comprenda inmediatamente.

Cuéntele a su niño una historia de un dilema diario en la vida de usted. Pregúntele sus ideas para resolverlo. Platíquele lo que usted hizo; quizá quiera platicar sobre otras posibles opciones.

Ofrezca algunas opciones de soluciones si su niño tiene dificultad para pensar en alguna por sí mismo. Use alguna ayuda visual dibujando o tomando fotos de su niño usando soluciones, con el fin de fortalecer la memoria, la comunicación y el pensamiento crítico. Algunas soluciones comunes para situaciones difíciles con los compañeros pueden ser:

- Respirar profundo
- Pedirle ayuda a un amigo o a un adulto
- Elegir otra cosa
- Preguntar si usted puede ayudar a resolver la situación
- Decirle a un amigo cómo se siente o lo que necesita
- Pedir u ofrecer un abrazo

Use libros, muñecas o marionetas para demostrar una situación y alguna de estas soluciones. Pida a su niño que le cuente una historia con un dilema diario sobre alguna de sus propias situaciones.

Lea un libro con su niño sobre cómo resolver problemas u otras ideas que se relacionen con este tema. Estas son algunas sugerencias:

- *Accident!* [¡Accidental!; en inglés], de Andrea Tsurumi
- *I Love My Purse* [Me encanta mi bolsa; en inglés], de Belle DeMont

Dónde

Esta actividad se puede realizar en cualquier lugar.

Cuándo

Esta actividad se puede realizar a cualquier hora del día. A algunos niños quizá les guste o necesiten la oportunidad de practicar un dilema diario antes de ir a la guardería o a la escuela, o después de que lleguen a casa.



Todo Cambia



Qué

Esta actividad le ayudará a su niño a aprender sobre las diferencias y el cambio.

1 Creación del ambiente

Platíque con su niño sobre los cambios que ocurren todos los días, como el clima, alguna flor que haya abierto sus pétalos, las hojas que han caído de los árboles o de cómo han crecido las uñas en los dedos de sus manos o pies en comparación con la semana pasada.

Explique cómo algunos de los cambios son grandes y otros son pequeños. A veces, algunos cambios los hacen sentirse felices y otros los entristecen, y que todos los sentimientos son aceptables.

2 Compartiendo Experiencias

Pida a su niño que busque a su alrededor algo que no haya cambiado y algo más que sí haya cambiado. Quizá el cielo soleado de la mañana sigue estando soleado. Quizá aquel pájaro que vio por la ventana ya se fue volando. Pregúntele a su niño: "¿Qué ves?"

Por Qué

Con esta actividad, los niños aprenderán a:

- Expresar un aprecio positivo y respeto por ellos mismos, por los demás y por las cosas
- Entender que todas las personas son valiosas
- Comprender, aceptar y recibir de buena manera los cambios y diferencias que ven en ellos mismos y en su entorno

Cómo

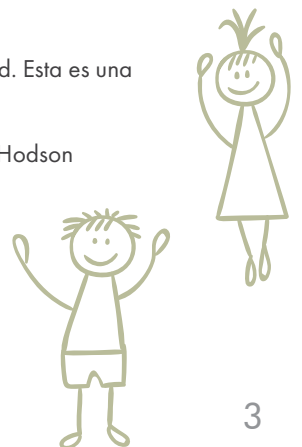
Explore con su niño algunas de las cosas que permanecen iguales y otras que son diferentes o que han cambiado. Indíquelas.

Explore con su niño cómo se verían estos cambios y diferencias expresados en papel, ya sea con palabras, dibujos o alguna otra forma creativa.

Explore con su niño cómo lo hacen sentir estos cambios y diferencias. Puede charlar sobre estos cambios y escribirlos, dibujarlos o expresarlos de alguna otra forma, como actuándolos.

Lea un cuento con su niño que trate sobre el clima, los cambios u otras ideas relacionadas con la actividad. Esta es una sugerencia:

- *The Apple Tree* [El árbol de manzanas; en inglés], de Sandy Tharp-Thee y Marlena Campell Hodson



Dónde

Esta actividad puede llevarse a cabo en cualquier lugar que le sea familiar al niño.

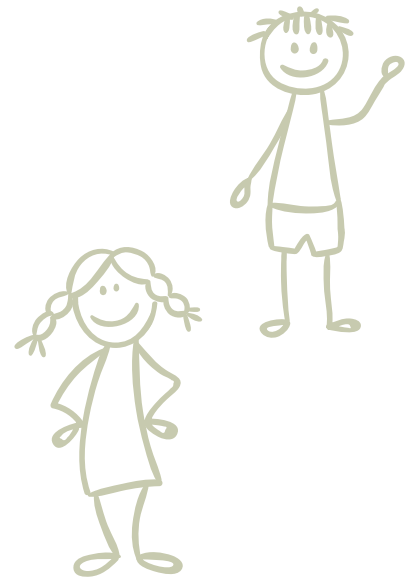
Cuándo

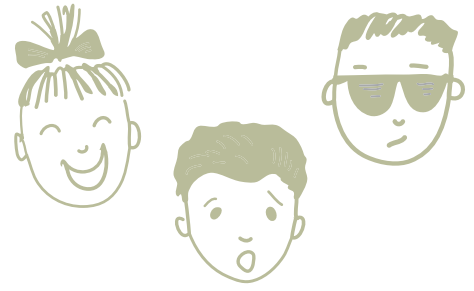
Esta actividad se puede realizar a cualquier hora del día.

Referencia

Braun, M., & Stewart, W. (2017). *Mindful Kids: 50 Mindfulness Activities for Kindness, Focus and Calm*.

[Conjunto sobre actividades] [Niños conscientes: 50 actividades conscientes para desarrollar la bondad, la concentración y la calma; en inglés]. Cambridge, MA: Barefoot Books





Collage de Caras

Qué

El Collage de Caras es una forma maravillosa de enseñar a los niños sobre su identidad personal y la diversidad, así como de fomentar el sentido de pertenencia.

1 Creación del ambiente

- Tome fotos del rostro completo de su niño, de otros niños o de sus familiares. Imprima las imágenes en una hoja de papel completa de tamaño estándar (de preferencia, a color). Corte la imagen para hacer de cuatro a seis tiras verticales. Para que sean más durables, puede plastificar o laminar cada tira o cubrirla con lámina adhesiva transparente (Mactac).
- Mezcle las tiras y póngalas dentro de un cesto y dele tiempo a su niño de explorar.
- Pregunte a su niño qué emociones detecta en el cesto y comparta sus observaciones. "Yo veo una sonrisa. ¡Esa parece tu boca!"

2 Collage

Los niños podrán unir las piezas para armar los rostros o explorar mezclando las tiras para crear rostros únicos usando los rasgos faciales de ellos mismos, de su familia o de sus amigos.

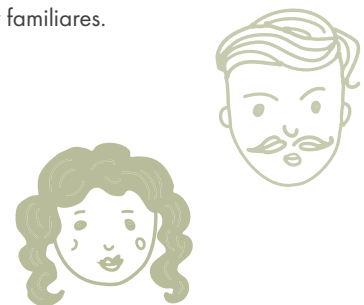
Por Qué

Con esta actividad, los niños aprenderán a:

- Reconocer, aceptar y expresar una gran variedad de emociones, pensamientos y puntos de vista
- Construir relaciones saludables con adultos y niños
- Desarrollar la comprensión de la diversidad y la inclusión
- Experimentar el sentido de pertenencia e identidad personal
- Desarrollar su inteligencia emocional
- Desarrollar el lenguaje y la comunicación

Cómo

Empiece con una o dos caras y cuatro tiras verticales. Fomente el desarrollo del lenguaje preguntando a su niño qué es lo que ve. Intente señalar los rasgos faciales (por ejemplo, una nariz o unos ojos) y repita el nombre varias veces para apoyar la asociación de palabras. Además, si el niño arma el rompecabezas de caras, usted podrá repetir el nombre de la persona con su niño. Esto ayuda a los niños a fortalecer su relación con sus compañeros y familiares.



Agregue más caras con cuatro a seis tiras verticales. Haga preguntas abiertas, como:

- “¿Qué/a quién ves?”
- “¿Te parece que se ven iguales?”
- “¿Para qué crees que se usa esto?” (Cuando señale el rasgo facial, trate de explicar cómo es que los humanos y los animales tienen características similares con funciones parecidas, pero que a veces se ven muy diferentes)
- “¿Cómo crees que se sienten?”

A veces, el diálogo puede ser la forma más poderosa de apoyar el crecimiento y desarrollo de los niños. Al entablar conversaciones provechosas basadas en los intereses y preguntas de los niños, se abren oportunidades infinitas de aprendizaje.

Dependiendo del sentido que siga la plática, su niño podría aprender sobre inclusión y aceptación de las diferencias en los demás, sobre inteligencia emocional, el cuerpo humano y matemáticas básicas.

Use imágenes de desconocidos y haga de cuatro a seis tiras verticales y de cuatro a seis tiras horizontales por cada cara. Después de crear nuevas caras, cree una historia e invente quiénes son y qué es lo que les gusta.

Lea un cuento con su niño que trate sobre sentimientos, familias u otras ideas relacionadas con la actividad. Esta es una sugerencia:

- *My Nose, Your Nose* [Mi nariz, tu nariz; en inglés], de Melanie Walsh

Dónde

Esta actividad puede llevarse a cabo sobre una superficie plana, bajo techo o al aire libre. También puede pegar imanes en la parte posterior de las tiras y colocarlas sobre un pizarrón o tablero magnético o en el refrigerador.

Cuándo

Esta actividad se puede realizar a cualquier hora del día y se desarrolla mejor de forma individual o en grupos pequeños.



Árbol Familiar



Qué

Los niños tienen muchas ganas de establecer un sentido de pertenencia en su mundo desde las etapas tempranas. Muchas veces, las primeras palabras de un niño identifican o nombran a sus hermanos, papás, tutores o cuidadores. A medida que el niño gana más confianza en sus habilidades y desarrolla su personalidad individual, se vuelve más consciente de sus semejanzas y diferencias con sus compañeros.

La exploración del árbol familiar es una excelente forma de alimentar ese sentido de pertenencia e identidad y de aprender más sobre sus ancestros y la cultura de su familia. También es una forma simple de explorar la diversidad entre unidades familiares y formas de ser.

1 Creación del ambiente

- El concepto de “familia” se puede presentar de muchas formas. Introduzca la idea hablando sobre su familia, viendo juntos fotos familiares o leyendo un cuento sobre familias.
- Platique con su niño sobre las diferentes emociones que pueden surgir dentro de una familia (p. ej., la tristeza de un hermano cuando se le rompe un juguete o el amor que puede sentir una tía cuando se le abraza).

2 Explorar el árbol familiar

- Coloque fotos de familiares/cuidadores sobre un papel o cartulina y empiece a construir su árbol familiar, empezando con el niño en el centro. Añada fotos de los abuelitos, tíos, tías, parejas, primos o hermanos. Haga lo mismo con los cuidadores.
- Intente que su árbol familiar se parezca a un árbol real, colocando las imágenes sobre hojas recortadas o usando hojas reales como base para montar las fotos. Puede conectar las imágenes con líneas, pedazos de estambre o palitos. Esta es una buena forma de mostrar visualmente la relación entre familiares y los seres queridos.

Por Qué

Con esta actividad, los niños:

- Desarrollarán un sentido de autoconfianza, pertenencia, autoexpresión y diversidad
- Mejorarán sus habilidades de comunicación, lenguaje y alfabetización
- Desarrollarán la creatividad y habilidades de pensamiento crítico y de resolución de problemas



Cómo

Juegue esta actividad con su niño de diferentes formas; sin embargo, lo más recomendable es “conocer a la audiencia”. Adáptese a las necesidades individuales de su niño usando fotos personales, dibujos o diciendo o escribiendo nombres.

Intente usando las imágenes en juegos de adivinanzas [p. ej., adivinando el nombre de la(s) persona(s) u otras cosas sobre ella(s)].

Los niños que todavía no hablan pueden asociar las fotos con personas cercanas a ellos. En lugar de hacer que su niño repita o diga los nombres, pregúntele: “¿Dónde está papá?” y pídale que vaya, que busque o que señale hacia donde está una persona.

Intenten dibujando imágenes de familiares en lugar de usar fotos. También puede añadir información individual familiar debajo de cada imagen (dónde nacieron, su comida favorita, pasatiempos).

Los niños que todavía están aprendiendo los nombres de sus familiares o cuidadores pueden ver fotos. Proteja las imágenes con plástico, laminado, cinta de empacar o fundas de plástico para proteger hojas de papel y coloque las imágenes en una argolla para llaves o en una caja o pila. Puede añadir nombres en la parte delantera o trasera de las fotos. Platique sobre las imágenes con regularidad para ayudar a su niño a familiarizarse con ellas.

Si su niño acude a un salón de clases, piense en animarlo a que comparta el árbol familiar o las fotos con sus amigos. Esto puede abrir un excelente diálogo entre sus compañeros.

Lea un libro con su niño sobre diferentes tipos de familias. Estas son algunas sugerencias:

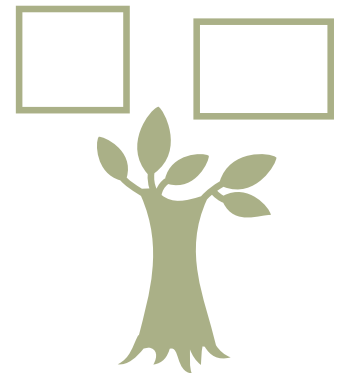
- *A Family Is a Family Is a Family* [Una familia es una familia es una familia], de Sara O’Leary
- *The Family Book* [El libro de la familia; en inglés], de Todd Parr

Dónde

Pueden explorar esta actividad en cualquier lugar, pero lo ideal es una mesa en la que usted pueda ayudar al niño a armar el árbol familiar. Se explora mejor individualmente o con un par de niños.

Cuándo

Esta actividad se puede realizar a cualquier hora del día.



Jardinería con los Niños



Qué

La participación de los niños pequeños en actividades de jardinería es una excelente forma de conectarlos con la naturaleza, de que aprendan sobre los alimentos y cómo cultivarlos. En el jardín, los niños también pueden usar todos sus sentidos (tacto, gusto, vista, oído y olfato). Pueden, por ejemplo, observar el cambio de las plantas a medida que crecen y, con suerte, hasta probar la comida. Muchas veces, los niños están más dispuestos a probar alimentos que han ayudado a cultivar o a preparar. El inicio de la primavera es un excelente momento para iniciar la siembra de semillas dentro de casa y para platicar con los niños acerca de nuestra temporada de cultivo.

1 Creación del ambiente

- Explore con su niño qué es un jardín y las diferentes cosas que se pueden encontrar en él.
- Pregúntele sus ideas sobre el cuidado de plantas y jardines.
- Vean fotos de jardines en libros o recorran el vecindario para verlos en vivo.
- ¡Pregúntele si le interesaría que hicieran su propio jardín en casa!

2 Gardening Activities

- Decida si cultivarán las plantas afuera o solo dentro de casa. Si tiene espacio afuera para un jardín pequeño o una jardinera, anime a su hijo a que le ayude a preparar la tierra deshieriéndola, labrándola con palas o picos y agregando abono u otros aditivos naturales para la tierra (evite usar fertilizantes químicos que podrían ser tóxicos si los niños los ingieren después de ensuciarse las manos con ellos).
- Elija las semillas con su niño. Decidan juntos qué tipos de vegetales o leguminosas podrían cultivar dependiendo del espacio y la luz solar disponibles, y lo que su familia y/o la comunidad han cultivado tradicionalmente. Por ejemplo, la calabaza necesita expandir sus hojas por el suelo y requiere más espacio, como el de una maceta grande o un huerto. El tomate, las hierbas, la lechuga, la acelga y la col rizada o berza crecen más verticalmente y se pueden plantar en macetas. Los frijoles y los guisantes (chícharos o arvejas) necesitan una celosía o reja para crecer y treparse en ellas. Guarde las envolturas de las semillas para recordar lo que necesitan sus plantas para crecer.
- Empiece por cultivar sus semillas dentro de casa haciéndolas germinar en toallas húmedas de papel dentro de pequeñas bolsas de plástico. Ponga nombre a las bolsas para que su niño empiece a reconocer las palabras. Anime a cada niño a elegir (idealmente) dos tipos de semillas para empezar, en caso de que una de ellas no se dé. Colóquelas cerca de una ventana soleada. Revise diariamente que las toallas de papel permanezcan húmedas y que las semillas empiecen a germinar. Pregúnteles lo que ven a medida que las semillas germinan. Anímelos a dibujar lo que ven cada día y ponga nombre al dibujo con una o dos palabras.
- Una vez que hayan germinado, transfíralas junto con su niño a una maceta pequeña o a un cartón de huevos vacío que tenga tierra nueva para sembrar (elijá la que sea específica para cultivar alimentos). Las cajas o cartones de huevo funcionan muy bien porque pueden plantarse directamente en una maceta más grande o en el jardín y el papel se descompondrá eventualmente (note que esto no pasará si usa cartones de huevo hechos de unicel o Styrofoam).



- Transfiera las plantas de semillero al aire libre (de ser posible) cuando haya pasado el riesgo de que se congelen afuera. Hay algunas plantas que necesitan permanecer en un clima más templado por más tiempo, como los tomates. Algunas plantas podrían necesitar estacas de soporte.
- Anime a su niño para que trate de hacer las distintas tareas de un jardinero, como regar, deshierbar y finalmente cosechar los vegetales. Si tiene más de un niño, pídale que se turnen para desempeñar los distintos roles de jardinero. Si su cosecha resulta no ser suficiente para que todos puedan probarla, puede completarla adquiriendo un poco más de los mismos alimentos en el supermercado. ¡Considere hacer una prueba de sabor para calificar cuál de ellos sabe mejor!

Por Qué

Con esta actividad, los niños aprenderán a:

- Aprender a apreciar la manera en que sus acciones—por medio de la jardinería—podrían afectar a la naturaleza y al planeta
- Explorar y aprender sobre la familia, la comunidad y el mundo en general cultivando alimentos que son importantes para su comunidad
- Desarrollar habilidades motoras finas al plantar semillas, regarlas y echar tierra
- Aprender y entender los conceptos de nutrición y la naturaleza
- Desarrollar empatía y observar el impacto de sus acciones en su entorno

Cómo

Es probable que algunos niños necesiten algo de guía o ayuda para llevar a cabo las actividades mencionadas arriba. Realice las actividades con su niño guiando sus movimientos con los de usted, poniendo sus manos sobre las de él para que adquiera la experiencia de llevar a cabo las acciones.

Cree un espacio para que su niño explore las distintas actividades por su cuenta y trate de observar desde lejos. Observe sus intereses y haga preguntas que exploren estos intereses más a fondo.

Anime a su niño a inventar nuevos juegos e ideas que incorporen el tema de la jardinería.

Lea un cuento con su niño que trate sobre jardinería u otras ideas relacionadas con la actividad. Esta es una sugerencia:

- *A Day with Yayah* [Un día con Yayah; en inglés], de Nicola Campbell y Julie Flett

Dónde

Esta actividad se puede hacer bajo techo o al aire libre, dependiendo del lugar donde se esté cultivando el jardín.

Consulte esta lista de plantas y la temporada del año en la que crecen en Columbia Británica:

<https://www.appetitetoplay.com/healthy-eating/tips-ideas/seasonally-available-british-columbia-fruits-and-vegetables>

Cuándo

Estas actividades pueden ocurrir a cualquier hora entre la mañana y antes de la puesta del sol.



Plastilina de personas



Qué

Los niños aprenden sobre el mundo que los rodea preguntando y observando. Aprenden de los que los rodean y, eventualmente, descubren o se dan cuenta de que hay similitudes y diferencias entre ellos y los demás. Durante este proceso, es importante que los padres, cuidadores y educadores apoyen el desarrollo de una imagen personal positiva, además del entendimiento de que la diversidad, o las diferencias, son un hecho de nuestro mundo, algo que debe celebrarse.

1 Creación del ambiente

Una forma de iniciar esta actividad es leyendo una historia sobre diversidad, como *The Skin You Live In* [La piel en la que vives; en inglés], de Michael Tyler. A medida que lea el libro junto con su niño, nombre los colores. Después de leer, vea su propio brazo y pida a su niño que adivine el color de su tono de piel. Si están en un grupo, haga que otros niños participen preguntándoles con qué color se identifican ellos. Haga preguntas sobre sus familiares, qué apariencia tienen y, lo más importante, qué características los hace únicos o especiales.

2 ¡A hacer plastilina casera!

Ingredientes para hacer plastilina casera o masa para modelar:

- 2 cdas. (o 30 ml) de aceite vegetal
- 4 cdas. (o 60 ml) de cremor tártaro
- 2 tazas de harina para todo uso
- 1 taza de sal
- Colorante vegetal (vea las proporciones abajo)
- 2 tazas de agua

Proporción de colorante vegetal para conseguir diferentes tonos de piel:

- Bronceada: 3 gotas de amarillo, 2 gotas de rojo, 1 gota de azul
- Morena [bronceado más oscuro]: 3 gotas de amarillo, 3 gotas de rojo, 3 gotas de azul
- Trigueña/Morena: 10 gotas de amarillo, 8 gotas de rojo, 6 gotas de azul
- Rosada/Sonrosada: moje un palillo en el colorante vegetal rojo y sumérjalo en el agua, agregando pequeñas cantidades hasta obtener el tono deseado

Instrucciones

Mezcle todos los ingredientes secos en un recipiente y apártelos. Mezcle los ingredientes líquidos en una olla y póngala a fuego medio de 3 a 5 minutos; después, agregue la mezcla de ingredientes secos lentamente, hasta que se solidifique. Cuando enfríe, amase la masa en una tabla de picar cubierta ligeramente con harina. Nota: La plastilina o masa de modelar casera puede ser un poquito engañosa. Si no le sale bien, añada más harina o agua, según se necesite. La plastilina es muy maleable y fácil de corregir, así que siga trabajando con ella hasta que consiga la consistencia adecuada.

3 ¡A jugar!

Esta actividad dirigida por los niños puede llevarse a cabo sobre una mesa, con plastilina o con gran variedad de materiales, como moldes para hornear galletas en forma de cuerpos, botones, ojitos de plástico y diferentes estambres (naranja, amarillo, café, negro y blanco). Su niño puede explorar usando los objetos para hacer un modelo de ellos mismos, de sus compañeros o de cualquier persona que deseen.



Por Qué

Esta actividad ayuda a:

- Desarrollar habilidades de pensamiento creativo
- Desarrollar la comprensión de la diversidad, el individualismo y de la imagen personal positiva
- Desarrollar la empatía y una mejor conciencia social y emocional
- Fortalecer las destrezas motoras finas (con las manos)
- Desarrollar la tolerancia a diferentes experiencias sensoriales

Cómo

Dele a su niño un pequeño espejo de mano. Juntos, platiquen sobre lo que ven y con qué color se identifican.

Prueben creando un modelo de ustedes mismos, de sus compañeros o seres queridos con la plastilina casera y con otros objetos de la mesa. Reflexionen sobre su exploración con una actitud positiva. Por ejemplo, si su niño pone pedazos de estambre en la panza de su personaje, puede decirle: “Estás poniendo pelo en tu pancita”, en lugar de decir: “Uno no tiene pelo en la panza, lo tiene en la cabeza”. Observe lo que hace el niño y anímelo a que explique y platique. Recuerde, ¡lo que cuenta es el proceso, no el producto!

En el caso de niños que todavía están aprendiendo a hablar, creen juntos personas y ayúdelos a ponerles nombre, como sus cuidadores, educadores, amigos o familiares. Enséñeles fotos, si cree que eso le ayuda a su niño a relacionar las cosas.

Para crear un nivel adicional de exploración sensorial, sustituya el colorante vegetal con ingredientes naturales como algarroba, cacao, jengibre, polvo de mostaza, paprika, canela, chile y sazónador de tacos para crear densidad y variedad de tonos de piel, además de diferentes olores. Esto animará a su niño a explorar los diversos olores de alimentos diferentes y a participar en discusiones sobre ellos.

Lea un libro con su niño sobre diversidad, hagan diferentes tipos de plastilina casera u otras ideas que se relacionen con este tema. Estas son algunas sugerencias:

- *Shades of People* [Tonos de personas; en inglés], de Shelley Rotner
- *Suzie’s Sourdough Circus* [El circo de masa de Suzie; en inglés], de Kathy Sager

Explore a MOSAIC BC, una organización benéfica de B.C. que ofrece asistencia a las comunidades de inmigrantes, recién llegados y refugiados por medio de programas y eventos en toda la provincia de B.C.: <https://www.mosaicbc.org/about/>

Dónde

Esta actividad funciona mejor de uno a cuatro niños, sentados a la mesa para poder platicar y explorar.

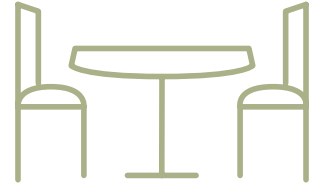
Cuándo

Esta actividad puede explorarse a cualquier hora del día. Asegúrese de que haya suficiente tiempo para que los niños no tengan que apresurarse haciendo esta actividad.

Referencia

Hollander, D. (2012, Oct. 6). *Flesh Tone Play Dough Tutorial* [Tutorial para hacer plastilina casera color piel] [Publicación de blog]. Tomado de https://littlestarslearning.blogspot.com/2012/10/flesh-tone-play-dough-tutorial.html?_sm_au_=iVVqMmmV7VpV5WBs

Jugar al restaurante



Qué

A los niños les encanta participar en actividades que simulan situaciones reales, incluyendo jugar a la comida. Esta actividad da a los niños la oportunidad de participar en juegos teatrales jugando a planear, preparar y servir la comida.

1 Creación del ambiente

Proponga la idea de un restaurante imaginario. Juntos, decidan qué comidas van a servir en su restaurante. Pueden elegir comida que le guste a los dos o las comidas favoritas de su niño o platillos inventados.

2 ¡A jugar al restaurante!

Dele a su niño algunas opciones si nota que está teniendo dificultades para empezar a jugar. Estas son algunas de las tareas que se necesitan en un restaurante:

- Crear un menú
- Poner la mesa
- Preparar la comida
- Vestirse (con un delantal, un gorro, bufanda o cualquier cosa que se le ocurra)
- Lavar los trastes
- Traer invitados

Por Qué

Con esta actividad, los niños:

- Desarrollarán habilidades de pensamiento creativo
- Desarrollarán la comprensión de diversos puntos de vista
- Fortalecerán sus habilidades de comunicación y alfabetización
- Practicarán la autorregulación cuando estén jugando a ser alguien más



Cómo

Anime a su niño a crear las comidas que eligieron; por ejemplo, usando plastilina o masa, bloques, pintura, recortes de imágenes de periódicos, revistas, o coloreando.

Juntos, creen menús y letreros para el restaurante. Su niño puede decidir el nombre del restaurante, los tipos de comidas que servirán y el costo, además de dibujar las imágenes de los platillos.

Platiquen sobre las demás cosas que podrían necesitarse en este restaurante (p. ej., un lugar donde sentarse, vasos, cubiertos, servilletas). Su niño podría incluso pensar en la música de fondo que les gustaría que se escuchara mientras la gente come.

Si su niño necesita ayudar para iniciar, muéstrole cómo hacer algo (lavar un plato, mezclar los ingredientes de una olla) y anímelo a que le imite. Mientras juegan, ayúdele a hilar una secuencia de cosas: traer una taza, llenarla con algún líquido, revolver el contenido, ¡y hasta tomárselo!

Haga preguntas abiertas a su niño, como: “¿Qué cosas funcionaron bien?” o “¿Qué otras cosas podrías necesitar?”. Anime a su niño a incorporar estas ideas y a jugar de nuevo.

Platique con su niño a quién más podrían invitar a su restaurante. Podrían ser familiares, otras personas favoritas o incluso muñecos de peluche. Trate de hacer invitaciones y enviarlas a estas personas para compartir la comida con su niño en su restaurante.

Lea un libro con su niño sobre jugar al restaurante u otras ideas que se relacionen con este tema. Estas son algunas sugerencias:

- *Eat* [Comer; en inglés], de Elizabeth Verdick
- *Soup Day* [Día de sopa; en inglés], de Melissa Iwai
- *There's a Fly Guy in My Soup*, de Tedd Arnold [Versión en español: Hay un hombre mosca en mi sopa]

Dónde

Esta actividad puede llevarse a cabo bajo techo o en el exterior, donde haya espacio para poner el restaurante.

Cuándo

Esta actividad se puede realizar en cualquier momento del día, mes o año.



Contar Historias



Qué

Realice esta actividad si nota que a su niño le interesa escuchar historias o cuentos o si empieza a crear sus propias historias.

No necesita ser un narrador o cuentacuentos experto para deleitar a su niño con una historia. Puede contar una historia personal de su propia infancia que tenga un significado especial para usted. A los niños también les encanta escuchar historias sobre ellos mismos, como el relato del día en que nacieron y de cuántas ganas tenía usted de conocerlos.

Es aceptable que los niños interrumpan las historias para hacer preguntas. No hay una forma correcta ni incorrecta, y así se fortalece el desarrollo de la autoestima.

¡Solo relájese, diviértase y siga la corriente!

Por Qué

Con esta actividad, los niños aprenden a:

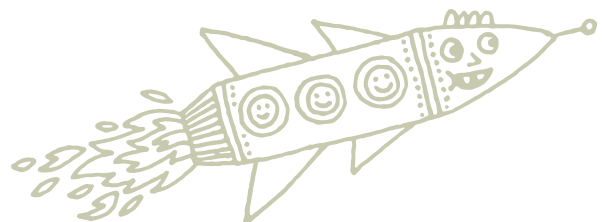
- Aprender los valores, creencias y cultura que usted tiene
- Explorar y aprender sobre la familia, la comunidad y el mundo en general
- Aprender y reconocer nuevo vocabulario y la comprensión del idioma
- Usar sus habilidades de pensamiento crítico si los involucra en la historia. Por ejemplo, pregúnteles qué creen que pasará
- Contar una historia sobre ellos o su familia
- Observar y escuchar un modelo para contar historias que los animará a inventar sus propias historias
- Sentirse empoderados al aprender lecciones de vida de sus padres o cuidadores

Esta actividad le ayudará a usted y a su niño a fortalecer lazos. A los niños muchas veces les gusta acurrucarse o arruncharse mientras escuchan la historia. El contacto físico los hace sentirse cerca y conectados al pasar tiempo platicando y escuchándose el uno al otro.

Cómo

Si no tiene mucha experiencia contando historias, puede empezar con algo corto. Por ejemplo, trate de contarle a su niño algo divertido que le haya pasado a usted o algo chistoso que su niño haya dicho cuando era más pequeño.

Cuente historias más largas que conozca bien. A los niños les encanta saber más sobre su cultura y sus familiares a través de historias. Puede contarle cosas que a usted le gustaba disfrutar cuando era niño o cosas que lo asustaban, y cómo superó su miedo. Cuente a su niño sobre las personas que eran importantes para usted y cómo impactaron su vida. Puede contar historias sobre su niño y las cosas que le gustaban o que le daban miedo antes, y mostrarles cómo han cambiado y crecido.



Involucre a su niño en el relato de la historia preguntándole cosas como: “¿Y qué crees que pasó después?” o “¿cómo crees que se sintió eso?” También puede inventar historias en las que su niño es el héroe que salva a todos. Incluya al personaje favorito de su niño en la historia. Puede ser creativo o contar historias que ya sabe. De cualquier forma, a los niños les encantará la atención y el tiempo que pasen platicando.

Explore historias en su biblioteca local:

<https://www2.gov.bc.ca/gov/content/sports-culture/arts-culture/public-libraries>

Dónde

Puede contar historias en cualquier lugar.

Cuándo

Puede llevar a cabo esta actividad a la hora de dormir, cuando quiera entretener a su pequeño, cuando estén en la sala de espera para alguna cita o cuando estén de viaje. ¡Puede ser en cualquier momento en que usted o su niño estén de humor!

Referencia

Community Action Program for Children (CAPC), el programa comunitario de acción para los niños

<https://www.canada.ca/en/public-health/services/health-promotion/childhood-adolescence/programs-initiatives/community-action-program-children-capc.html>