

MY FIRST
DESK

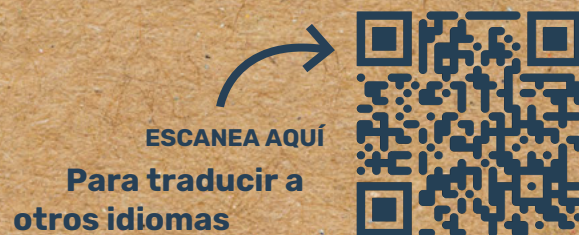


GUÍA PARA ADULTOS

Para estar listos para el kínder

UNA GUÍA BASADA EN EL JUEGO PARA
FORMAR APRENDICES DE POR VIDA

¡Empecemos!



ESCANEA AQUÍ
Para traducir a
otros idiomas

LO MÁS IMPORTANTE

Este kit se enfoca en:

- Aprender jugando
- Fortalecer la confianza
- Desarrollar habilidades para la vida real
- Apoyar la forma en que las niñas y los niños aprenden—no solo lo que aprenden

Fortalecer la atención:

La atención es una habilidad clave para estar listo/a para el kínder. En actividades guiadas por una persona adulta, por lo general pueden concentrarse alrededor de 1 minuto por cada año de edad (4 años = 4 minutos). ¡En el juego se mantienen interesados por mucho más tiempo!

Cómo usar este kit de herramientas:

- Sigue la iniciativa del niño o la niña
- Mantén las actividades cortas y divertidas
- Repítelo seguido

LA CONFIANZA EMPIEZA

DESDE ANTES DEL PRIMER DÍA



PER-HANDWRITING TABLERO INCLINADO BORRABLE EN SECO™

Actividad 1:

Tira el dado y escribe

Antes de que las niñas y los niños puedan escribir bien letras o figuras, necesitan dominar los trazos básicos.

Practica estos con frecuencia en el tablero inclinado:

Líneas verticales | | | | | | | |

Líneas horizontales - - - - -

Círculos o o o o o o

Cruces + + + + + +

Cuadrados, triángulos, zigzags y líneas curvas. Tira el dado y escribe esa cantidad de líneas, figuras o incluso letras.

Actividad 3:

Une los puntos

La mamá o el papá dibuja puntos al azar y el niño o la niña los une usando la regla para hacer líneas rectas.

La mamá o el papá dibuja puntos para formar figuras grandes. El niño o la niña une los puntos y dice el nombre de la figura.

La mamá o el papá dibuja puntos para formar las letras del nombre del niño o la niña. El niño o la niña une los puntos para formar las letras y nombra cada una.

Actividad 5:

Dibuja, mide y registra

Traza una línea recta con la regla. Usa la regla para medirla. Coloca una pinza de ropa en la recta numérica para registrar la longitud de la línea. Repite con una segunda línea y recorre la pinza hacia arriba en la recta numérica para mostrar la suma de las longitudes de ambas líneas.

Por qué es importante:

Aprender a escribir en un tablero inclinado

- Favorece una mejor posición de la mano y un mejor agarre
- Ayuda a mantener una buena postura
- Fortalece los músculos de la mano y los dedos, y mejora el control
- Potencia habilidades visuales que apoyan la formación de letras, el tamaño y el espaciado

Actividad 2:

Reto de patrones: Imitación

La mamá o el papá dibuja un patrón XOXOXO. La niña o el niño lo copia debajo mientras dice en voz alta la figura o la letra.

*Túrnense para ser quien dirige

Actividad 4:

Calca, borra, vuelve a calcar

Calca la plantilla con el plumón para pizarrón blanco. Dibuja un fondo para la imagen. Borra. Vuelve a calcar y crea un fondo nuevo. Platiquen sobre los fondos y por qué la niña o el niño los hizo así.



HABILIDADES DE AUTOCUIDADO

Por qué es importante:

La independencia fortalece la confianza

- Practica acomodarte la ropa al usar el baño
- Practica ponerte el abrigo, enganchar el cierre y subirlo. ¡También practica abrochar botones!
- Practica lavarte las manos mientras cantas el abecedario
- Practica ponerte los zapatos y las calcetas
- Practica abrir envases de snacks, como bolsas tipo Ziploc y paquetitos pequeños
- Practica sostener y tomar agua de botellas

Actividad 1: Practica amarrarte las agujetas con la tarjeta para ensartar y amarrar.

1. El niño o la niña pasa las agujetas por los orificios de la tarjeta.
2. La persona adulta muestra cómo hacer el moño mientras va diciendo los pasos; luego lo repite dejando el último paso para que lo haga el niño o la niña.
3. La persona adulta amarra el zapato por tercera vez, dejando los últimos 2 pasos para que los haga el niño o la niña.
4. Repitan hasta que el niño o la niña pueda completar todos los pasos mientras la persona adulta los va narrando.

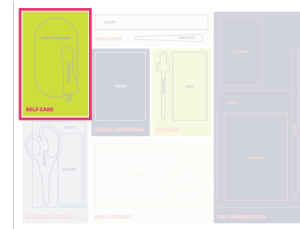


Dr. Aimee

Tip para lograrlo:

Esta estrategia se llama **“encadenamiento hacia atrás”** y ayuda a que las niñas y los niños se sientan exitosos, porque siempre terminan la actividad. Felicítalos después de cada intento, aunque solo hagan el último paso.

BUSCA ESTA SECCIÓN EN ESTE KIT



HABILIDADES PREVIAS A LA LECTURA

Actividad 1: Predicción de la historia

Mientras le lees un libro a tu hija o hijo, haz una pausa y pregúntale qué cree que pasará después. Hablen de hacer una predicción y usen palabras como primero, después, luego y al final para hablar del orden de los hechos.



Actividad 3: Tira y rima

1. El jugador 1 dice una palabra.
2. El jugador 2 tira los dados y suma los puntos.
3. El jugador 2 dice esa cantidad de palabras que rimen con la palabra.
4. Vayan turnándose.



Por qué es importante: El lenguaje es la base de la lectura

- Señala letras y sonidos en letreros, cajas de cereal y en libros
- Forma letras con plastilina
- Calca letras en revistas y en etiquetas

Actividad 2: Actividad de trazo de letras

1. Con el dedo, la niña o el niño traza letras sobre la caja.
2. Luego, con el dedo, dibuja letras grandes en el aire mientras dice en voz alta la letra y su sonido.

¡Escribe letras en crema de afeitar!



Actividad 4: Leer y repasar

Mientras leen Ready for Kindergarten, haz una pausa para hacerle a la niña o al niño las preguntas interactivas. A partir de sus respuestas, inicien una plática sobre ir al kínder.



Dr. Aimee

Tip para lograrlo:

Fortalece el lenguaje narrando su juego. Haz preguntas y platicuen sobre lo que está haciendo y por qué.

BUSCA ESTA SECCIÓN EN ESTE KIT



HABILIDADES PREVIAS A LA ESCRITURA

Actividad 1: Tendido del abecedario

1. Cuelga un cordón con pinzas, como tendedero.
2. Escribe una letra del nombre en cada tarjeta.
3. Ordena las tarjetas y cuélgalas en el cordón con pinzas.

¡Prueba también con otras palabras!



Actividad 2: Carrera de trompos

1. En el piso, en cuatro puntos (manos y rodillas), niña/niño y adulto se turnan para hacer girar el trompo usando 3 dedos.
2. Cuenten los segundos juntos.
3. El giro más largo suma un punto; repitan.

(Ayuda a desarrollar la paciencia, el respeto de turnos y, al apoyar el peso en el piso, fortalece)



Progresión del agarre del lápiz



1 - 1.5 años



2 - 3 años



3.5 - 4 años



4.5 años en adelante

Dr. Aimee

Tip para lograrlo:

Por lo general, las niñas y los niños definen su mano dominante antes del kínder. Si tu peque todavía cambia de mano, intenta actividades con ambas manos que requieran una mano que estabilice y otra que trabaje, como ensartar cuentas o pasar un cordón, para mejorar la coordinación de la mano dominante y fortalecer la otra.

Por qué importa: Manos fuertes = Escritura más fácil

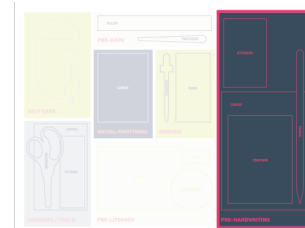
- Colorea las figuras en la caja con crayones, intentando controlar la mano
- Traza letras en la caja mientras una persona adulta va narrando (empieza arriba, baja)
- Presiona cuentas en plastilina y sácalas con pinzas
- Practica usar ambas manos: con una mantén el estencil quieto y con la otra traza el diseño, o ensarta cuentas

Actividad 3: Colocación de stickers

1. Despega y pega stickers formando círculos en la caja.
2. Despega y pega stickers sobre la línea alrededor de los lados de la caja.
3. La persona adulta va narrando cómo va el sticker "sobre" la línea para enseñar la colocación de las letras al escribir.



BUSCA ESTA SECCIÓN EN ESTE KIT



HABILIDADES PREVIAS A LAS MATEMÁTICAS

Actividad 1:

Conteo del tesoro con plastilina

1. Tira los dados. Suma los dos.
2. Cuenta esa cantidad de cuentas.
3. Presiona las cuentas dentro de la plastilina.
4. Usa los dedos o unas pinzas para sacar cada cuenta.
5. Pregúntale constantemente a la niña o al niño cuántas cuentas faltan por encontrar en la plastilina.

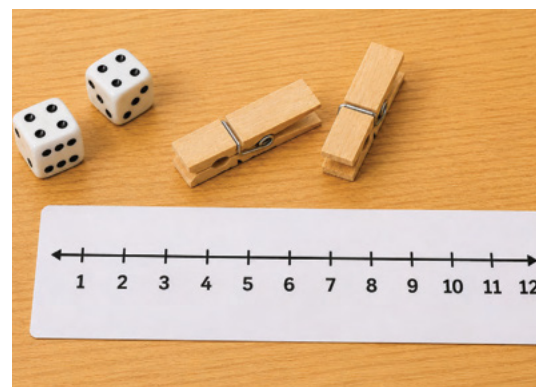


Por qué es importante: Entender los números hace que las matemáticas sean más fáciles

- Cuenten cosas de todos los días—snacks, juguetes, pasos o los coches que pasan
- Mientras cuentan, que tu niña o niño toque cada objeto para relacionar los números con cosas reales
- Acomoden los objetos en grupitos y platiquen sobre “más” y “menos”
- Sumen objetos a los grupos y luego quítenlos para mostrar suma y resta
- Viertan, sirvan y midan mientras cocinan u hornean juntos
- Ordenen y clasifiquen por color, tamaño o tipo. Platiquen qué les gusta y en qué se diferencian

Actividad 2 : Diversión con la recta numérica

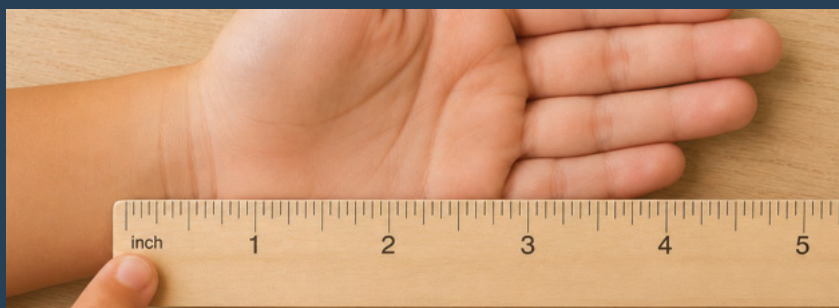
1. Lanza un dado.
2. Coloca la pinza de ropa en ese número de la recta numérica.
3. Lanza el segundo dado.
4. Mueve la pinza de ropa la cantidad que indique el segundo dado para mostrar la suma de los números.



Actividad 3 : Mide y compara

1. La niña o el niño usa una regla para medir su mano desde la muñeca hasta la punta de los dedos.
- 2 Busca objetos que sean más largos y más cortos que su mano.

*Anímale a hacer predicciones



Dr. Aimee

Tip para que salga mejor:

Empieza con lo básico y usa objetos reales, no hojas de trabajo, para aprender matemáticas.

BUSCA ESTA SECCIÓN EN ESTE KIT



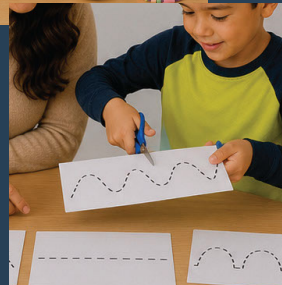
TIJERAS / USO DE HERRAMIENTAS

**Por qué es importante:
Conocer las
“herramientas” del kínder
facilita la transición.**

Actividad 1:

Progresión de habilidades con tijeras

1. Sostén el popote con una mano y córtalo en pedacitos de 1/4".
2. Junta los pedacitos y ensártalos en un limpiapipas, alternándolos con cuentas para formar una pulsera con patrón.
3. Recorta por las orillas de la tarjeta de tijeras siguiendo las líneas gruesas.
4. Haz cortes a lo ancho de la tarjeta, de un lado al otro.
5. Cuando la niña o el niño ya pueda abrir y cerrar las tijeras y cortar siguiendo una línea, intenta recortar figuras en cartulina gruesa.
6. Después, practica recortar con papel...



Siempre supervisa las actividades con tijeras



Actividad 2:

Recorte de figuras con tijeras

1. Aplana la plastilina formando una pizza delgadita con la palma de la mano.
2. Usa las tijeras para hacer cortecitos y dividir la “pizza” en triángulos.
3. Haz una bolita con la plastilina y luego, con ambas manos, ruédala hasta formar un “hot dog”.
4. Usa las tijeras para cortar el “hot dog” en pedacitos del mismo tamaño. Mide los pedazos con una regla y platiquen sobre el tamaño. (Más chico, Más grande)

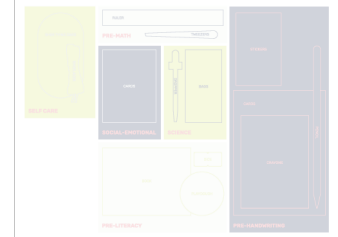


Dr. Aimee

Tip para tener éxito:

Dibuja una carita feliz en la uña del pulgar del niño o la niña para que, mientras recorta, puedas recordarle que mantenga el pulgar hacia arriba diciendo: “¿Dónde está la carita feliz?”

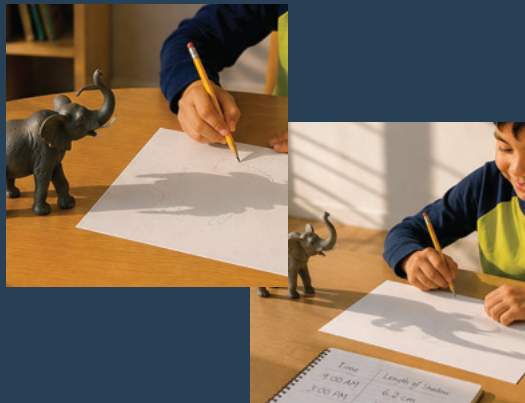
**BUSCA ESTA
SECCIÓN EN
ESTE KIT**



CIENCIA Y CURIOSIDAD

Actividad 1: Sombras de animales

1. Usa una linterna o la luz del sol.
2. Coloca el animalito de plástico junto a una hoja de papel.
3. Traza la sombra. Mídela con una regla.
4. Mueve la linterna o espera a que pase el tiempo y vuelve a trazar la sombra y a medirla. Anota los números y compáralos.
5. Platiquen sobre el cambio. ¿Las sombras crecieron o se hicieron más pequeñas? Hablen de los ángulos, el largo, el ancho, el tamaño y la dirección. También comenten sobre la rotación de la Tierra y el ángulo del Sol.



Por qué importa: La curiosidad impulsa el aprendizaje para toda la vida

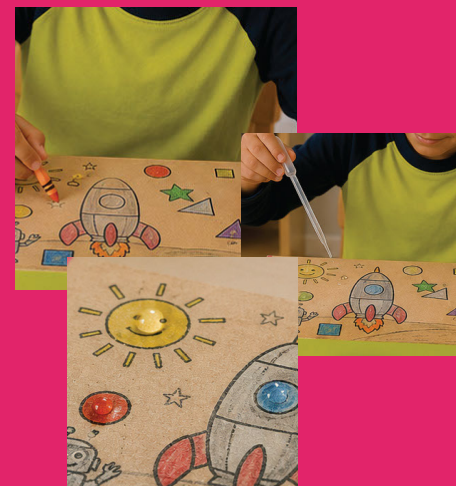
- Usen materiales como pegamento en barra, dados, tijeras y reglas
- Animen a las niñas y los niños a hacer predicciones durante el juego y al escuchar cuentos
- Registren sus observaciones con dibujos para enseñar el método científico.
- Salgan a una caminata por la naturaleza y recojan objetos. Clasifíquenlos y comenten

Actividad 2:

Exploración con gotero 1.

Colorea las figuras de la caja con un crayón.

2. Usa el gotero para poner 3 gotas de agua sobre la caja.
3. Deja caer 3 gotas de agua sobre la figura coloreada y observa cómo se forman gotitas.
4. Platiquen sobre cómo el papel es poroso y la cera no.



Actividad 3: Caminata por la naturaleza

Salgan a una caminata por la naturaleza y recojan objetos en la bolsa de papel (incluida). Llénenlos a casa y clasifíquenlos por tamaño, color o textura. Formen patrones. Platiquen sobre lo que les gusta y en qué se parecen o se diferencian.

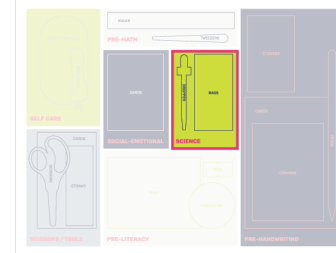


Actividad adicional

1. Llena varios vasitos con agua. Agrega colorante vegetal para teñir el agua de distintos colores.
2. La niña o el niño llena el gotero con agua de color y la deja caer sobre una toalla de papel, observando cómo se mezclan los colores.
3. Hagan predicciones sobre qué colores nuevos aparecerán.
4. Platiquen sobre causa y efecto.



BUSCA ESTA SECCIÓN EN ESTE KIT



HABILIDADES SOCIOEMOCIONALES

Por qué es importante: Las niñas y los niños aprenden mejor cuando se sienten seguros y con confianza

Actividad 1: Tarjetas para una cita de juego

1. Escribe el nombre en las tarjetas de cita de juego
2. Platiquen con quién le gustaría a tu hija o hijo organizar una cita de juego y practiquen cómo invitarle a jugar.
3. ¡Tu hija o hijo le entrega la tarjeta a una amiga o amigo!



- Hablen de los sentimientos y emociones de los personajes en libros y programas
- Organicen play dates para que las niñas y los niños practiquen habilidades sociales
- Jueguen a cosas donde haya que esperar el turno
- Espera un poco antes de ayudar para enseñar habilidades de resolución de problemas
- Pídele a tu hija o hijo que espere unos segundos para tener tu atención

Actividad 2:

Ponerle nombre a las emociones

Usa los íconos de emociones de abajo para ayudarle a tu hija o hijo a nombrar lo que está sintiendo. Platiquen sobre esa emoción y recuerden alguna ocasión en la que tú te sentiste así. Esto les da a las niñas y los niños palabras para decirnos cómo se sienten.



Actividad 3:

Títere socioemocional

Con la bolsa de papel café incluida, arma un títere: dibuja su cara y su ropa con crayones. Ponle nombre. Úsalo para ayudar a tu hija o hijo a expresar sus emociones: hazle preguntas al títere y deja que responda como si fuera el títere.



BUSCA ESTA SECCIÓN EN ESTE KIT

