

4Cs Weekly Activities

September 21st- September 25th 2020

Monday 21	Tuesday 22	Wednesday 23	Thursday 24	Friday 25
Healthy Eating Game	Letter Basketball	“Simon Says” (facial expressions)	Measurement Fun	Build a Bridge
<p>Help your child understand how important healthy eating is to growing and learning.</p> <p>Materials: Two plates with food, pretend, or pictures of foods. Include a variety of healthy and not so healthy options. Large piece of paper, markers.</p> <p>Create two plates of food, a healthy plate with healthy options and a not so healthy plate of food with unhealthy options. Now create a display of food on another table with a variety of foods both healthy and unhealthy. Have your child name the foods on each plate and have a discussion together about what makes each food item healthy or unhealthy. Ask questions like, “what food do you see?” “What colors are the foods?” “Which plate would you rather have?” “Why?”</p> <p>Discuss how eating a rainbow of colors with fruits and vegetables is a healthy way to eat that helps you to go and think.</p> <p>Now have your child take an empty plate and choose foods from the display to create a healthy meal or snack. Ask, “why did you make your choices?” Listen to the story-Healthy Eating Habits</p>	<p>Have fun and get some exercise by recognizing and naming letters in the alphabet</p> <p>Materials: Paper, markers, scissors, Bucket or other container</p> <p>Practice cutting pieces of paper in half. First, help your child write the letters of the alphabet on the pieces of paper. You may write all of the letters or you can share this job depending on your child's skill.</p> <p>Now have your child spread the letters out onto the floor. Have your child find a place to put the bucket at 4 feet distance.</p> <p>Using the display of letters on the floor, tell your child to choose a letter: You may want to start with the letters in your child's name. When they find the selected letter, have your child see if they can name the letter, then crumble the letter into a ball, and toss it into the bucket! Continue to have your child choose a letter and then toss it into the bucket until all of the letters are in the bucket.</p> <p>Now have your child count how many letters are in the bucket. Can your child find the letters in their name? A sibling or a friend's name?</p> <p>Listen and sing Fun ABC Song</p>	<p>Being able to name or identify an emotion or a feeling is an important step in regulating behavior. Practice this skill with your child with the following game.</p> <p>Materials: Mirror</p> <p>Directions: Explain to your child how to play the “Simon Says” game. Watch this video to learn how to play Play Simon Says</p> <p>Now talk a little about feelings and emotions. Ask your child if they know how they are feeling and why. You can also share how you're feeling. It might be helpful to watch this video about feelings. Feelings Song</p> <p>Now you can play the game. In this game you will ask your child to show you different feelings. For example: “Simon Says... make a happy face.” “Simon Says...make an angry face.”</p> <p>Talk about those feelings. What do you do when you are angry? What makes you sad? Etc.</p>	<p>Simple measurement is an important mathematical skill in comparison, quantity, weight and distance for preschoolers. Have your child explore how household items compare in length with others.</p> <p>Materials: Various household items, shoes of different sizes, drinking glasses, chair etc., paper</p> <p>Your child will be using a non-standard measurement tool, their hand. Watch this video about measurement. Watch this</p> <p>Discuss with your child why it is important to measure items and how it helps to understand the world around us. Let your child know they will begin using their hand to measure.</p> <p>To begin, have your child draw a picture of the items they choose to measure. Now have them predict how many hand lengths it may take for each item and write in the number.</p> <p>Have your child choose one item. Let your child place their hand on the item to see how many hands make up the length. Write the number of hands next to the picture of the item.</p> <p>Continue this process with the rest of the household items. Ask your child to share what they noticed with a friend or sibling.</p>	<p>Help your child design, engineer and participate in a cause and effect activity.</p> <p>Materials: paper and blue crayon or marker (or blue paper) plastic animals bridge materials, such as blocks, popsicle sticks, straws, or other small, sturdy household items optional: tape</p> <p>Begin by asking your child what they know about bridge building.” What is the purpose? What are bridges made of? How are they built?” Let your child know that they will work on building a bridge using the items you collected.</p> <p>Ask your child to place the blue piece of paper on the floor (water) and have them choose items to build a bridge over the water. As your child chooses items to build their bridge, ask them several questions to consider, “Will the bridge be strong enough to hold the animals? Which items would work best? Why? What will you do if the bridge falls down?” Continue to encourage your child to build and rebuild a variety of bridges over the water. Watch this example lesson.</p>

4Cs Calendario Semanal de Actividades Septiembre 21-25 2020

Lunes 21	Martes 22	Miércoles 23	Jueves 24	Viernes 25
<p style="text-align: center;">Juego de alimentación saludable</p> <p>Ayude a su niño(a) a comprender la importancia de una alimentación saludable para crecer y aprender.</p> <p>Materiales: Dos platos con comida de juguete o imágenes de comida. Incluya una variedad de opciones saludables y no tan saludables. Use un papel grande, y marcadores de colores.</p> <p>Cree dos platos de comida, un plato saludable con opciones saludables y un plato de comida con opciones no muy saludables. Ahora cree una exhibición de comida en otra mesa con una variedad de alimentos tanto saludables como no saludables.</p> <p>Anime a su niño(a) a que nombre los alimentos en cada plato y hablen juntos sobre qué hace que cada alimento sea saludable o no saludable. Haga preguntas como, "¿qué comida ves?" "¿De qué colores son los alimentos?" "¿Qué plato prefieres?" "¿Por qué?" Hablen sobre cómo comer un arco iris de colores con frutas y verduras es una forma saludable de comer que le ayuda a estar fuerte y a pensar.</p> <p>Anime a su niño(a) a que tome un plato vacío y elijan alimentos que tienen enfrente para crear una comida o un refrigerio saludable. Pregunte a su niño(a): "¿por qué elegiste esas comidas?" Escuche la historia: hábitos alimenticios saludables/Healthy Habits Listen to the story-Healthy Eating Habits</p>	<p style="text-align: center;">Letra de baloncesto</p> <p>Diviértanse y hagan algo de ejercicio reconociendo y nombrando letras en el alfabeto.</p> <p>Materiales: Papel, marcadores, tijeras, Cubo u otro recipiente</p> <p>Practiquen cortar trozos de papel por la mitad. Primero, ayude a su niño a escribir las letras del alfabeto en las hojas de papel. Puede escribir todas las letras o puede compartir este trabajo dependiendo de la habilidad de su niño(a).</p> <p>Ahora pídale a su niño(a) que extienda las letras por el suelo. Anime a su niño(a) a que busque un lugar para poner el balde a 4 pies de distancia.</p> <p>Usando las letras que están en el piso, dígame a su niño(a) que elija una letra: Es posible que desee comenzar con las letras del nombre de su niño(a). Cuando encuentren la letra seleccionada, pídale a su niño(a) que vea si puede nombrarla, luego haga la letra en una bola y ¡tírenla al cubo! Continúe animando a su niño(a) a elija una letra y luego tírenla al cubo hasta que todas las letras estén en el cubo.</p> <p>Ahora pídale a su niño(a) que cuente cuántas letras hay en el cubo. ¿Puede su niño(a) encontrar las letras de su nombre? ¿El nombre de un hermano o de un amigo?</p> <p>Escuchen y canten Fun ABC Song</p>	<p style="text-align: center;">"Simón dice" (expresiones faciales)</p> <p>Ser capaz de nombrar o identificar una emoción o un sentimiento es un paso importante en la regulación del comportamiento. Practique esta habilidad con su niño(a) con el siguiente juego.</p> <p>Materiales: Espejo</p> <p>Direcciones: Explíquelo a su niño(a) cómo jugar el juego "Simón dice". Vea este video para aprender a jugar Juega Simón dice Play Simon Says</p> <p>Ahora hable un poco sobre sentimientos y emociones. Pregúntele a su hijo si sabe cómo se siente y por qué. También puede compartir cómo se siente. Podría ser útil ver este video sobre sentimientos. Canción de sentimientos Feelings Song</p> <p>Ahora pueden jugar el juego. En este juego le pedirá a su niño(a) que le muestre diferentes sentimientos. Por ejemplo: "Simón dice ... haz una cara feliz". "Simón dice ... haz una mueca de enojo".</p> <p>Hablen de estos sentimientos. ¿Qué haces cuando estás enojado? ¿Qué te pone triste? Etc.</p>	<p style="text-align: center;">A Divertirse Tomando Medidas</p> <p>Tomar medidas es una habilidad de matemáticas que es importante para desarrollar conocimientos de comparación, cantidad, peso y de distancia para niños en edad preescolar. Anime a su niño(a) a que explore cómo los artículos del hogar se comparan en longitud con otros.</p> <p>Materiales: Varios artículos para el hogar, zapatos de diferentes tamaños, vasos, sillas, etc.papel.</p> <p>Su niño(a) usará una herramienta de medición no estándar, su mano. Vean este video</p> <p>Analice con su niño(a) por qué es importante medir elementos y cómo ayuda a comprender el mundo que nos rodea. Hágale saber a su niño(a) que comenzará a usar la mano para medir objetos. Para comenzar, pídale a su niño(a) que haga un dibujo de los elementos que elija medir. Ahora pídale que adivine cuántas manos pueden tomar para medir cada artículo y que escriban el número. Anime a su niño(a) a que elija un artículo. Deje que su niño coloque su mano sobre el objeto para ver cuántas manos forman el largo. Escriba el número de manos junto a la imagen del artículo. Continúe este proceso con el resto de artículos del hogar. Pídale a su niño(a) que comparta lo que notó con un amigo o hermano.</p>	<p style="text-align: center;">Construir un puente</p> <p>Ayude a su niño(a) a diseñar, diseñar y participar en una actividad de causa y efecto.</p> <p>Materiales: Papel y crayón o marcador azul (o papel azul), animales de plástico, materiales para puentes, como bloques, palitos de helado, pajitas u otros artículos domésticos pequeños y resistentes</p> <p>opcional: cinta</p> <p>Empiece por preguntarle a su niño(a) qué sabe sobre la construcción de puentes ". ¿Cuál es el propósito? ¿De qué están hechos los puentes? ¿Cómo están contruidos? Hágale saber a su niño(a) que trabajará en la construcción de un puente usando los artículos que usted reunió. Pídale a su niño(a) que coloque la hoja de papel azul en el piso (agua) y pídale que elija elementos para construir un puente sobre el agua. Mientras su niño(a) elige elementos para construir su puente, hágale varias preguntas para considerar, "¿Será el puente lo suficientemente fuerte para sostener a los animales? ¿Qué elementos funcionarían mejor? ¿Por qué? ¿Qué harás si el puente se cae?"</p> <p>Continúe animando a su niño(a) a construir y reconstruir una variedad de puentes sobre el agua. Miren esta lección como ejemplo</p>