

Juguetes:

- 📦 Raquetas ligeras
- 📦 Aros (hula hoops)
- 📦 Pelotas para la playa/ pelotas grandes
- 📦 Triciclo
- 📦 Cuerdas para saltar
- 📦 Bate y pelota livianos
- 📦 Juguetes del tamaño de los niños:
 - Escoba
 - Rastrillo
- 📦 Carros y camiones de juguete
- 📦 Bloques



Cosas de la casa con las que se puede jugar:

- 🥫 Tapas plásticas de lata de café (Frisbee™)
- 📄 Papel de aluminio (hacer una pelota)
- 📦 Cajas o canastas vacías
- 📰 Pelotas de periódicos
- 🧦 Pelotas de calcetines
- 👕 Ropa para jugar a la fantasía
- 🌿 El agua de la regadera del jardín

Juegos para jugar:

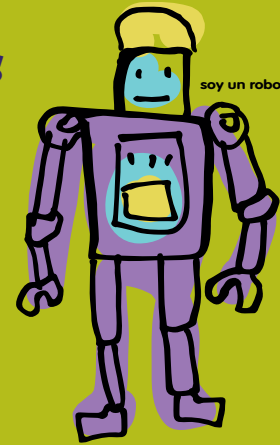
- 🌟 Bailar al son de la música
- 🌟 Rayuela (avion)
- 🌟 Salto de rana
- 🌟 Escondite
- 🌟 Saltar la cuerda



Jugar con su hijo preescolar ayuda a que crezca más inteligente, fuerte, sano y feliz.

Los niños preescolares aprenden:

- ✏ Imitando
- ✏ Siguiendo ejemplos
- ✏ Siguiendo instrucciones sencillas
- ✏ Jugando a la fantasía
- ✏ Moviéndose



Su hijo puede hacer estas actividades:

Agarrar (una pelota) Dar volteretas Bailar
Galopar Saltar Patear
Gatear Lanzar Trepas
Arrojar Rodar
Brincar

Las habilidades que su hijo aprende jugando hacen que se sienta seguro de sí mismo.

**Celebren su vida juntos.
Dedique tiempo a jugar juntos.**



Esta institución es un proveedor que ofrece igualdad de oportunidades.

Desarrollado por el Programa de WIC de California,
Departamento de Salud Pública de California

1-800-852-5770 #910087 (4/12)



Jugar con su hijo de 3 a 5 años de edad



Esta es la meta que tengo para mi hijo:

¿Por qué es importante que mi hijo sea activo y juegue?

- Los niños aprenden mediante el juego.
- El juego lo ayuda a llevarse bien con los demás.
- El juego lo ayuda a aprender nuevas habilidades y a usar su imaginación.
- El juego lo ayuda a aprender sobre palabras, sentimientos y pensamientos.
- Ver y hacer cosas nuevas ayuda a que crezca el cerebro de su hijo.



¿Cómo puedo hacer que la actividad sea divertida y animar a mi hijo a que juegue?

- ★ Juegue con su hijo. ¡Disfrutará pasar tiempo con usted! Encuentre actividades que los dos disfruten.
- ★ Sea un modelo para su hijo. La observará y querrá ser como usted.
- ★ Anime a su hijo a que juegue afuera todos los días. ¡El aire fresco es bueno!
- ★ Además de juego libre, los niños necesitan actividades planificadas.
- ★ Haga arreglos para que su hijo juegue con otros niños a menudo.

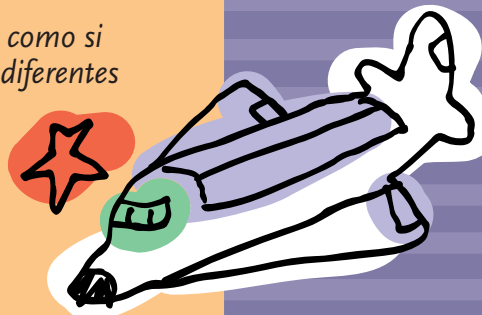


Algunas actividades que puede hacer con su hijo:

Salir a caminar usando su imaginación

Ayude a su hijo a actuar como si estuviera caminando en diferentes lugares:

- En el bosque
- En la luna
- En la selva
- En la arena caliente
- En la nieve
- En el lodo



Actividades para ayudar en la casa

- Recoger los juguetes
- Ayudar a tender las camas
- Ayudar a quitar el polvo de los muebles
- Ayudar a alimentar y cuidar a las mascotas

- Ayudar a limpiar los pisos
- Llevar la ropa a la lavadora
- Ayudar con las compras en el supermercado



Banda que marcha

Haga instrumentos usando:

Frijoles secos en un recipiente vacío con tapa, para agitarlos (caja de avena, lata de café).

Use cucharas de madera para golpear ollas.

Tome ligas, estírelas sobre recipientes, y tire de ellas como si fueran "cuerdas" de guitarra.



Actividades para ayudar afuera

- Ayudar a sacar a caminar al perro
- Ayudar a limpiar el patio
- Ayudar con la jardinería
- Ayudar a lavar el perro
- Ayudar a lavar el carro
- Salir a caminar

