

Activities provided by

SAN DIEGO
QUALITY
PRESCHOOL INITIATIVE

MAAC

 **First 5**
San Diego



 **educational
enrichment
systems**
inspiring the development of the whole child

AAP-CA3
San Diego & Imperial Counties
CHAPTER 3
American Academy of Pediatrics
DEDICATED TO THE HEALTH OF ALL CHILDREN

Early Learners Activity Book

**Fun and
educational
activities for
children 0-5**



BROUGHT TO YOU BY



First 5
San Diego

Count and Match

Contar y Encontrar el Par

Draw a line to the matching number/
Dibujar una línea al número correspondiente



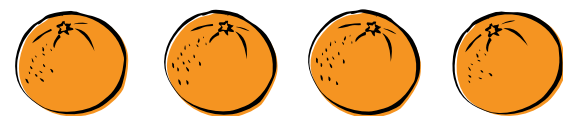
2



4



1



3

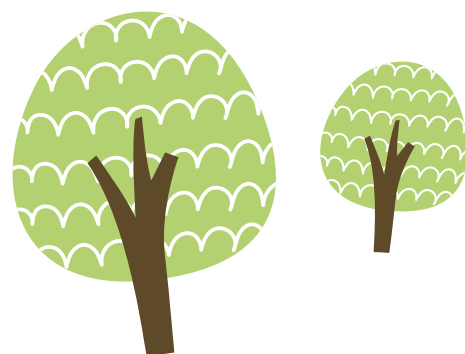
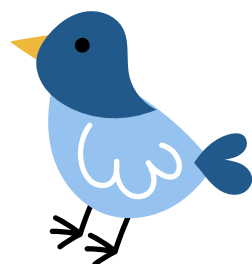
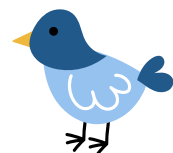
BONUS: Can you name the fruit?

ACTIVIDAD ADICIONAL: ¿Puedes nombrar la fruta?

Big or Small?

¿Grande o Pequeña?

Circle the BIGGER one/
Circula la imagen que es más grande



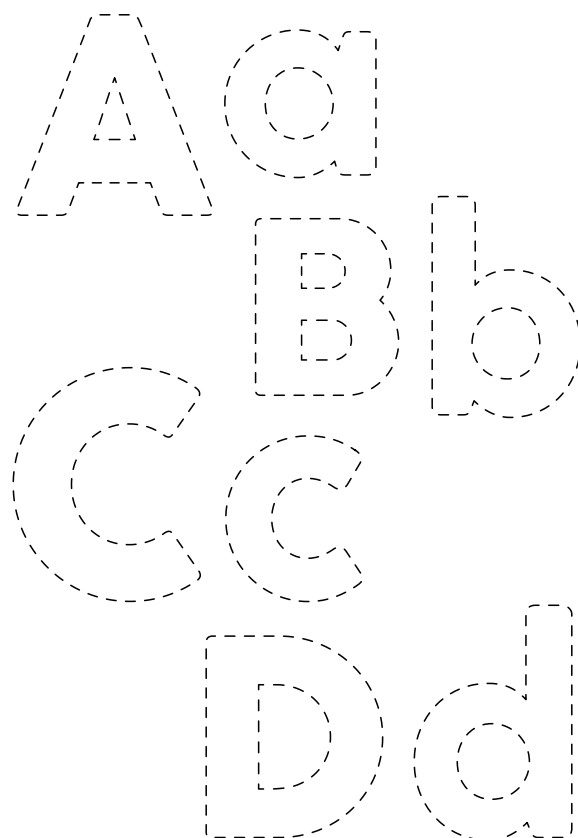
BONUS: Can you find these outside?

ACTIVIDAD ADICIONAL: ¿Puedes encontrar estas cosas afuera?

Tracing

Trazar

Trace the letters/
Trazar las letras



Color by Numbers

Colorear por Números



Help Fido finish his painting!/
Ayude a Fido a terminar la pintura!



Talk, Read, Sing

From the day we are born, we begin learning. As your children's brain develops, the simple acts of talking, reading and singing with them will give them the tools they need to thrive and become successful as they grow and begin to read and write.



TALK

Talking is a brain building activity. Each time you talk with a baby and have a high-quality interaction, new connections are made in the baby's brain. Have conversations by narrating the actions you take throughout the day and use a variety of facial expressions. Also, respond verbally to gestures or noises such as cooing, pointing or clapping.

READ

The most important language stimulation you can provide babies and toddlers is reading to them. Children can be read to no matter how young they are, whether it be through reading books to them or simply reading words you see out in the real world.

SING

The act of rhyming, singing, and talking, starting at birth, profoundly influences literacy and language development, which are the foundations for all other learning. Use known nursery rhymes or make up songs with silly meanings to help build up memory and stimulate motor skills. Warning – singing may turn into dance parties!

First 5 San Diego promotes the health and well-being of young children during their most critical years of development, from the prenatal stage through five years of age. Our goal is to help ensure that every child in San Diego County enters school ready to succeed.

**Your child should hear
30,000 words every
day starting at birth**

Hablar, Leer, Cantar

Desde el día en que nacemos, empezamos a aprender. A medida que el cerebro de sus hijos se desarrolla, los simples actos de hablar, leer y cantar con ellos les darán las herramientas que necesitan para prosperar y tener éxito cuando crecen y empiezan a leer y escribir.



HABLAR

Hablar es una actividad que desarrolla el cerebro. Cada vez que habla con su bebé y tiene una interacción de alta calidad, se establecen nuevas conexiones en su cerebro. Mantén conversaciones narrando las acciones que realiza a lo largo del día y utiliza una variedad de expresiones faciales. Además, responda verbalmente a gestos o ruidos como arrullos, señalamientos o aplausos.

LEA

El estímulo lingüístico más importante que puede proporcionar a nuestros bebés y niños pequeños es leerles. Se puede leer a los niños por muy pequeños que sean, ya sea leyéndoles libros o simplemente leyéndoles palabras que vea en el mundo real.

CANTAR

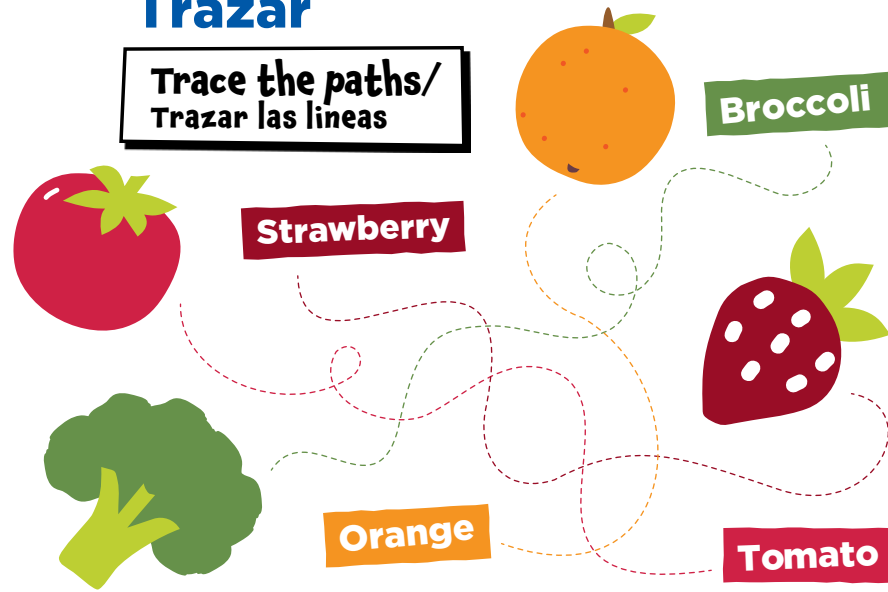
El acto de rimar, cantar y hablar, desde el nacimiento, influye profundamente en el desarrollo de la lectoescritura y el habla, que son los cimientos de todo el aprendizaje. Utiliza rimas infantiles conocidas o inventa canciones con significados absurdos para ayudar a construir la memoria y estimular las habilidades motoras. Advertencia: ¡las canciones pueden convertirse en fiestas de baile!

First 5 San Diego promueve la salud y el bienestar de los niños pequeños durante sus años más críticos de desarrollo, desde la etapa prenatal hasta los cinco años de edad. Nuestro objetivo es ayudar a garantizar que todos los niños del condado de San Diego entren en la escuela preparados para tener éxito.

**Su hijo debería escuchar
30,000 palabras al día
desde su nacimiento**

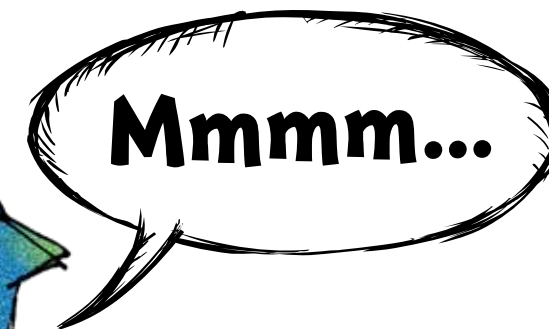
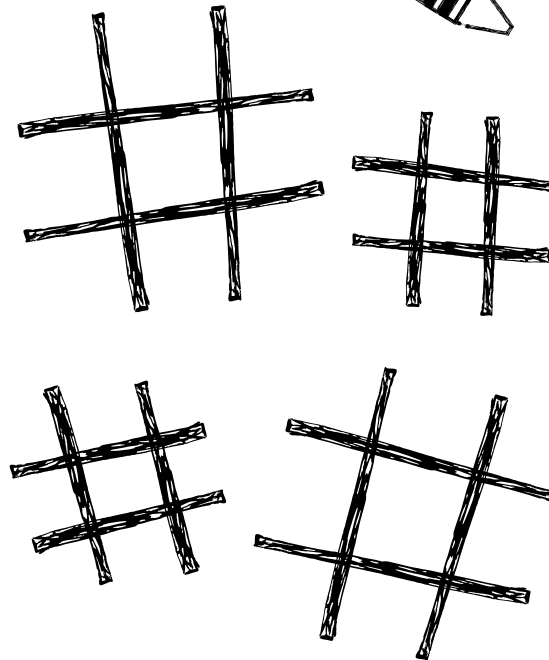
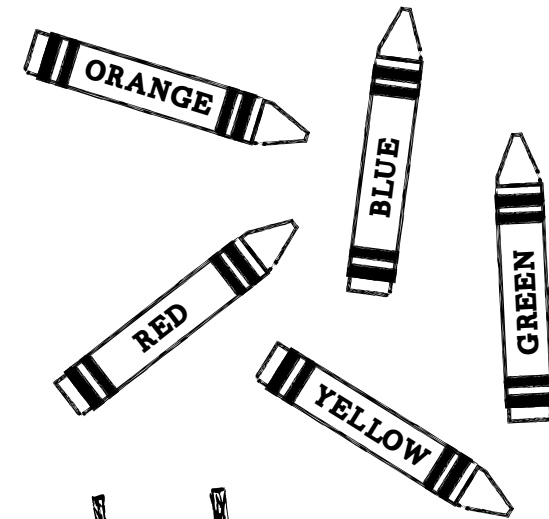
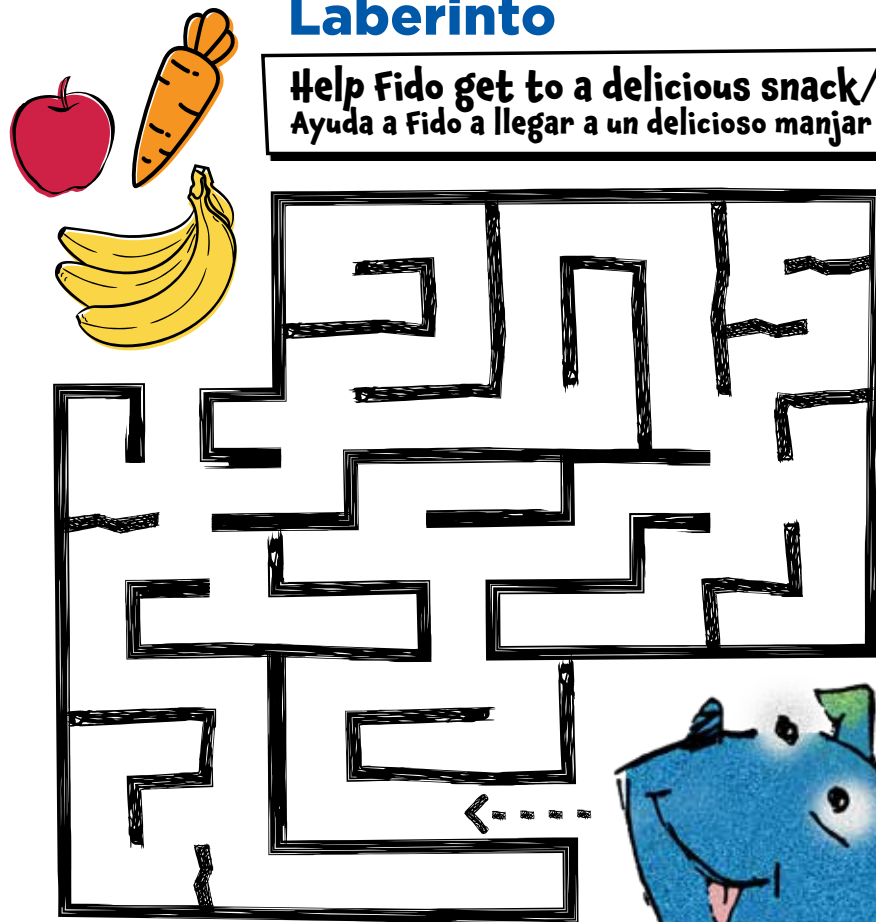
Tracing Trazar

Trace the paths/
Trazar las líneas



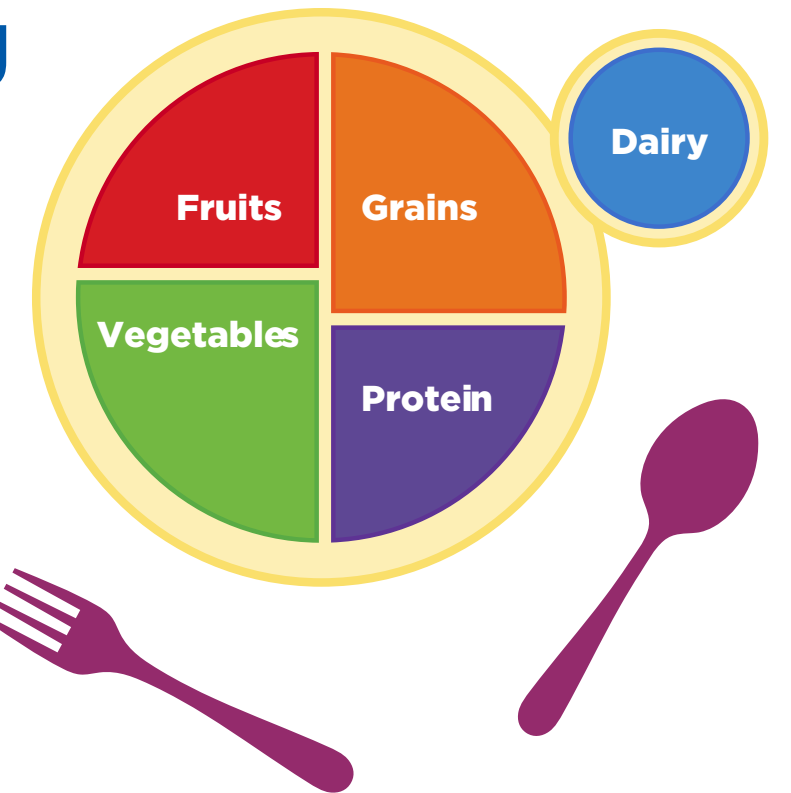
Maze Laberinto

Help Fido get to a delicious snack/
Ayuda a Fido a llegar a un delicioso manjar



Healthy Eating Alimentación Saludable

- Make half your plate fruits and vegetables
- Make at least half your grains whole
- Watch portion sizes
- Drink more water
- Include dairy



Color by Numbers Colorear por Números

Color in the fruit basket!/
¡Colorea la cesta de frutas!





Learning with Household Items

Collect these home-found items in a basket or box to help children learn:

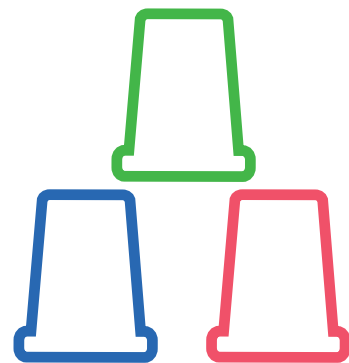
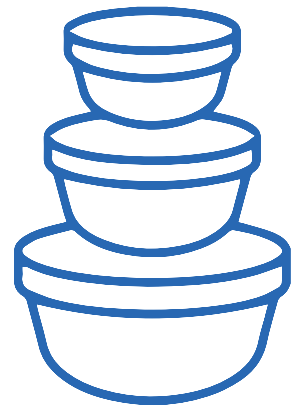
Counting **Sorting** **Matching** **Adding & Subtracting** **Shapes**

These are key math concepts that promote school readiness!

Find My Lid

Use a variety of plastic storage containers with lids to:

1. **Match** the lid to the container.
2. **Count** how many you have.
3. **Sort** by size. Will any fit inside another?



Stacking Cups

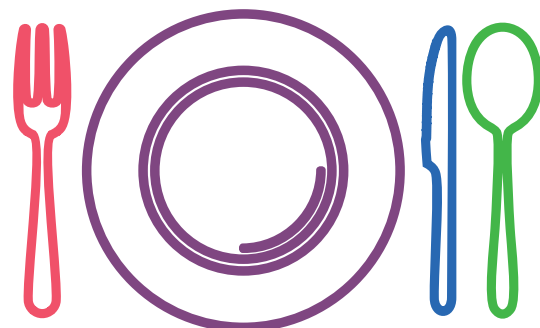
Use plastic cups to:

1. **Sort** by color and size.
2. **Count** and stack cups.
3. **Build** towers & measure height and width.

Set the Table

Invite your child to help set the table:

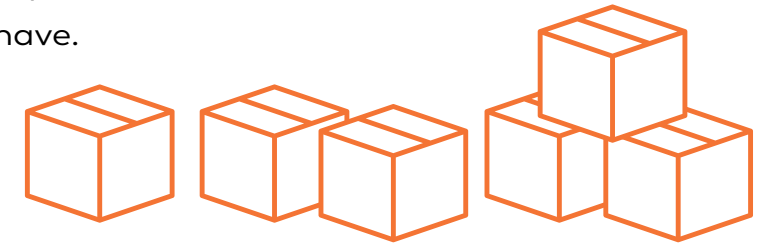
1. **Count** how many plates, spoons, and cups will be needed.
2. **Sort** spoons by size: spoons for stirring, eating, and feeding baby.



Box Building

Don't throw away your empty boxes! Use them to:

1. **Count** how many you have.
2. **Sort** and stack by size.
3. **Build** towers & measure height and width.



Sorting Socks

Gather your socks:

1. **Match** pairs together.
2. **Count** how many you have.
3. Identify **patterns**.
4. **Ball up** pairs of socks and throw them in a basket.

Joy of Toys

Gather some of your child's toys:

1. **Sort** by type, or color, or size.
2. **Count** how many you have.
3. **Add or subtract** toys and count your new total.



Towel Shapes

1. **Sort** by color or pattern.
2. Fold the towel in half or to **make a square or triangle**.
3. Stack folded towels by **size**.



facebook.com/MAAC1965
twitter.com/MAAC_1965
instagram.com/MAAC1965

PREPARE YOUR CHILD FOR SUCCESS IN SCHOOL!

We provide safe, quality, early childhood and family education programs at no cost to qualifying families. With locations across San Diego County, we serve pregnant women, children ages 0-5 (including those with disabilities) and their families.



Aprendiendo con Artículos del Hogar

Reúna estos artículos caseros en una canasta o caja para ayudar a los niños a aprender a:

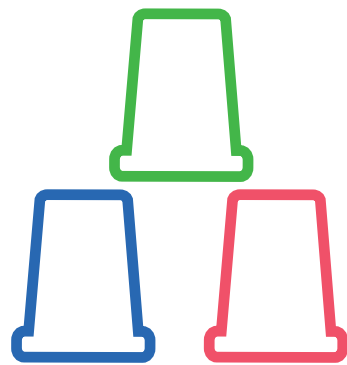
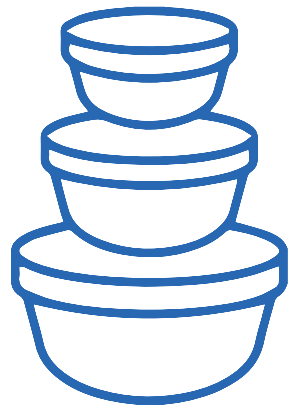
Contar **Clasificar** **Juntar** **Sumar y Restar** **Identificar Formas**

¡Estos son conceptos matemáticos clave que promueven la preparación escolar!

Encontrar la Tapa

Utilice diferentes recipientes de plástico con tapas para:

1. **Juntar** la tapa con el contenedor.
2. **Contar** cuántos tiene.
3. **Ordenar** por tamaño.
¿Cabrá algún recipiente dentro de otro?



Apilar Vasos

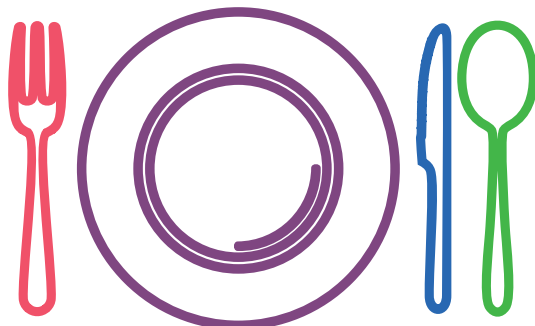
Utilice vasos de plástico para:

1. **Clasificar** por color y tamaño.
2. **Contar** y apilar vasos.
3. **Construir** torres y medir la altura y el ancho.

Poner la Mesa

Invite a su hijo a ayudar a poner la mesa:

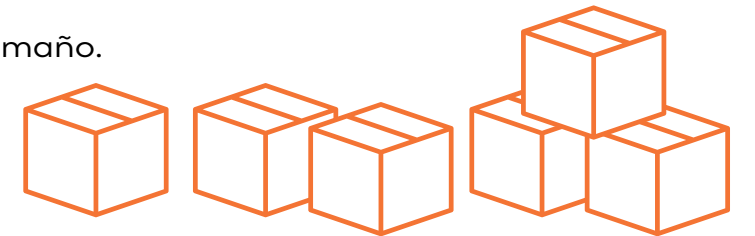
1. **Cuenten** cuántos platos, cucharas y tazas se necesitarán.
2. **Clasifiquen** las cucharas por tamaño: cucharas para revolver, comer y alimentar al bebé.



Construir Cajas

¡No tire las cajas vacías! Úselas para:

1. **Contar** cuántas tienen.
2. **Clasificar** y apilar por tamaño.
3. **Construir** torres y medir la altura y el ancho.



Clasificar Calcetines

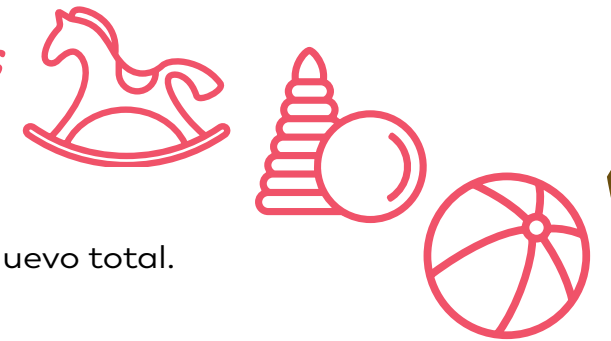
Reúna sus calcetines:

1. **Junten** los pares.
2. **Cuenten** cuántos tiene.
3. Identifiquen **patrones**.
4. **Hagan** bolita los pares de calcetines y láncelos a una canasta.

Alegría de los Juguetes

Reúna algunos de los juguetes de su hijo:

1. **Clasifiquen** por tipo, color o tamaño.
2. **Cuenten** cuántos tienen.
3. **Sumen o resten** juguetes y cuente su nuevo total.



Formas de Toallas

1. **Clasifiquen** por color o patrón.
2. Doblen la toalla por la mitad para **crear cuadrados o triángulos**.
3. Apilen las toallas dobladas por **tamaño**.



facebook.com/MAAC1965
twitter.com/MAAC_1965
instagram.com/MAAC1965

¡PREPARE A SU HIJO PARA EL ÉXITO EN LA ESCUELA!

Brindamos programas de educación infantil seguros, de calidad y sin costo a familias que califican. Con ubicaciones en todo el condado de San Diego, atendemos a mujeres embarazadas, niños de 0 a 5 años (incluidos aquellos con discapacidades) y sus familias.

AAP-CA3 Activity Sheet



COLOR DR. BEAR



@AAPCA3



For more information visit:

AAPCA3.ORG

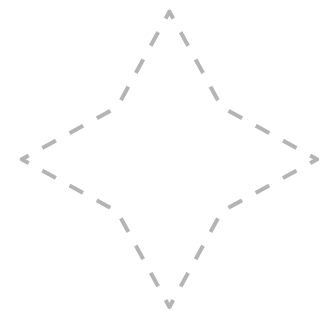
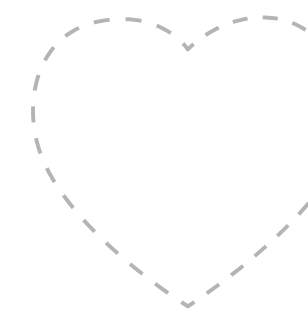
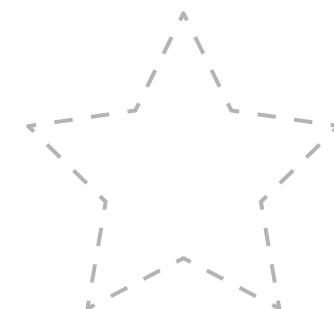
ABOUT US

The American Academy of Pediatrics, California Chapter 3 (AAP-CA3) is dedicated to achieving physical, mental health, and social well-being for every infant, child, and adolescent in San Diego and Imperial Counties and supports our members in this endeavor.

RORSRD Activity Sheet



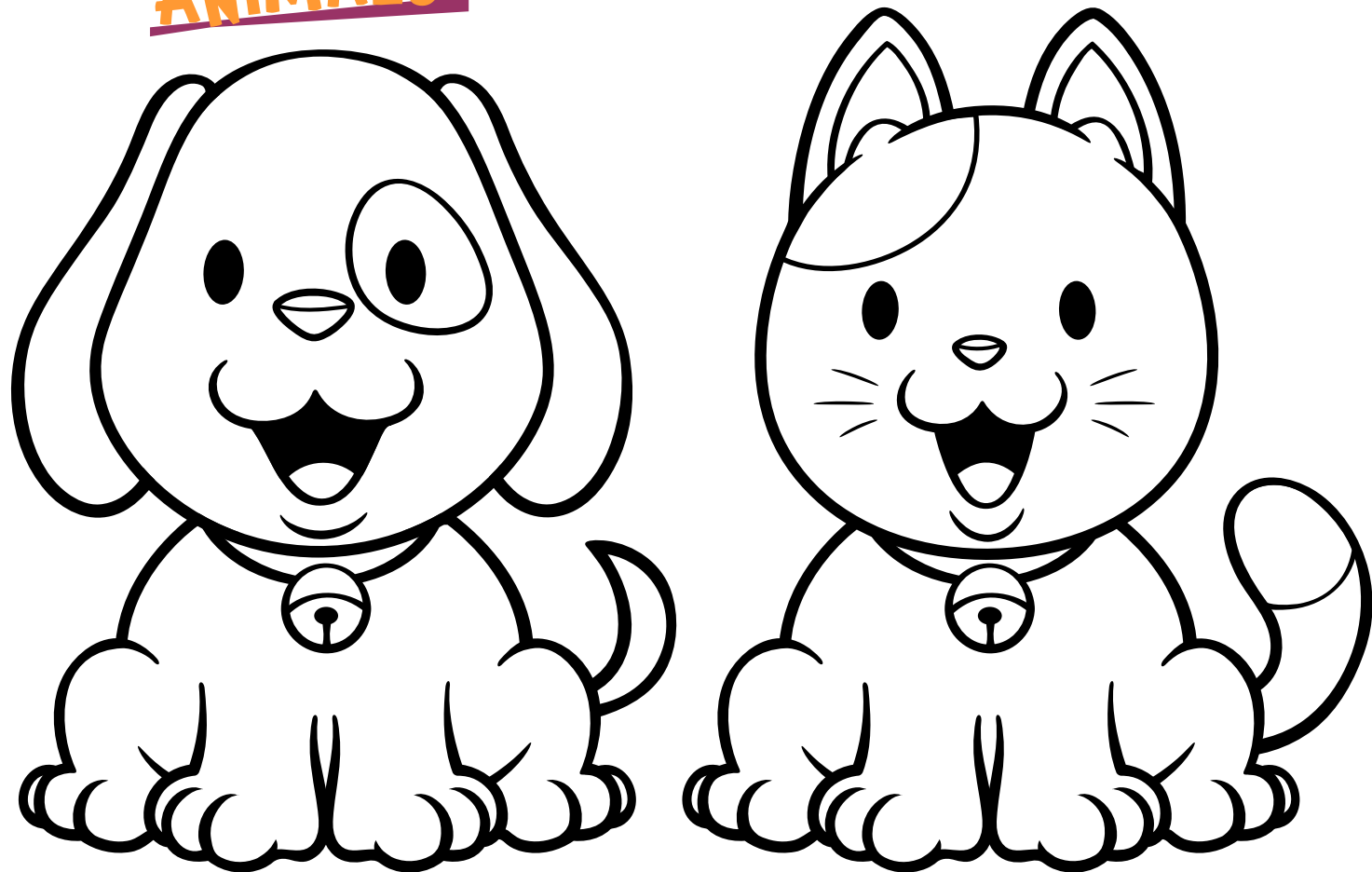
TRACE THE SHAPES



Reach Out and Read San Diego is an evidence-based nonprofit organization of medical providers who promote early literacy and school readiness in pediatric exam rooms nationwide by giving new books to children and advice to parents about the importance of reading aloud. **For more information, visit rorsd.org.**

ACTIVITY SHEET

COLOR THE ANIMALS



TRACE AND COLOR

SDQPI

AT HOME ACTIVITY IDEAS



INFANTS



WRAP IT UP!

Wrap a ball of waxed paper in a scarf and tie it up. Let your child reach for it, grasp it, squeeze, and crinkle it. You can put words to what you see on their face, "Wow! It crinkles and crackles!"



MIRROR HIDE AND SEEK!

Hold your baby in your arms in front of the mirror. Point out their body parts – eyes, nose, mouth, legs, feet, etc. Step away from the mirror and ask, "Where did the baby go?" Then move back in front of the mirror and say, "There's baby!"



TODDLERS



NATURE SCAVENGER HUNT

On a walk outside encourage your toddler to find the following: Leaf, stick, rock, grass, sky, animal, car, stop sign, neighbor, puddle.. what else can you think of?



MUSICAL STATUES

Play your child's favorite song while everyone dances! When you pause the music, everyone must freeze!



PRESCHOOLERS



VISIT A LIBRARY

Find out what activities they offer for your child during the summer.



I SPY

Go for a walk with your child and play 'I Spy'.

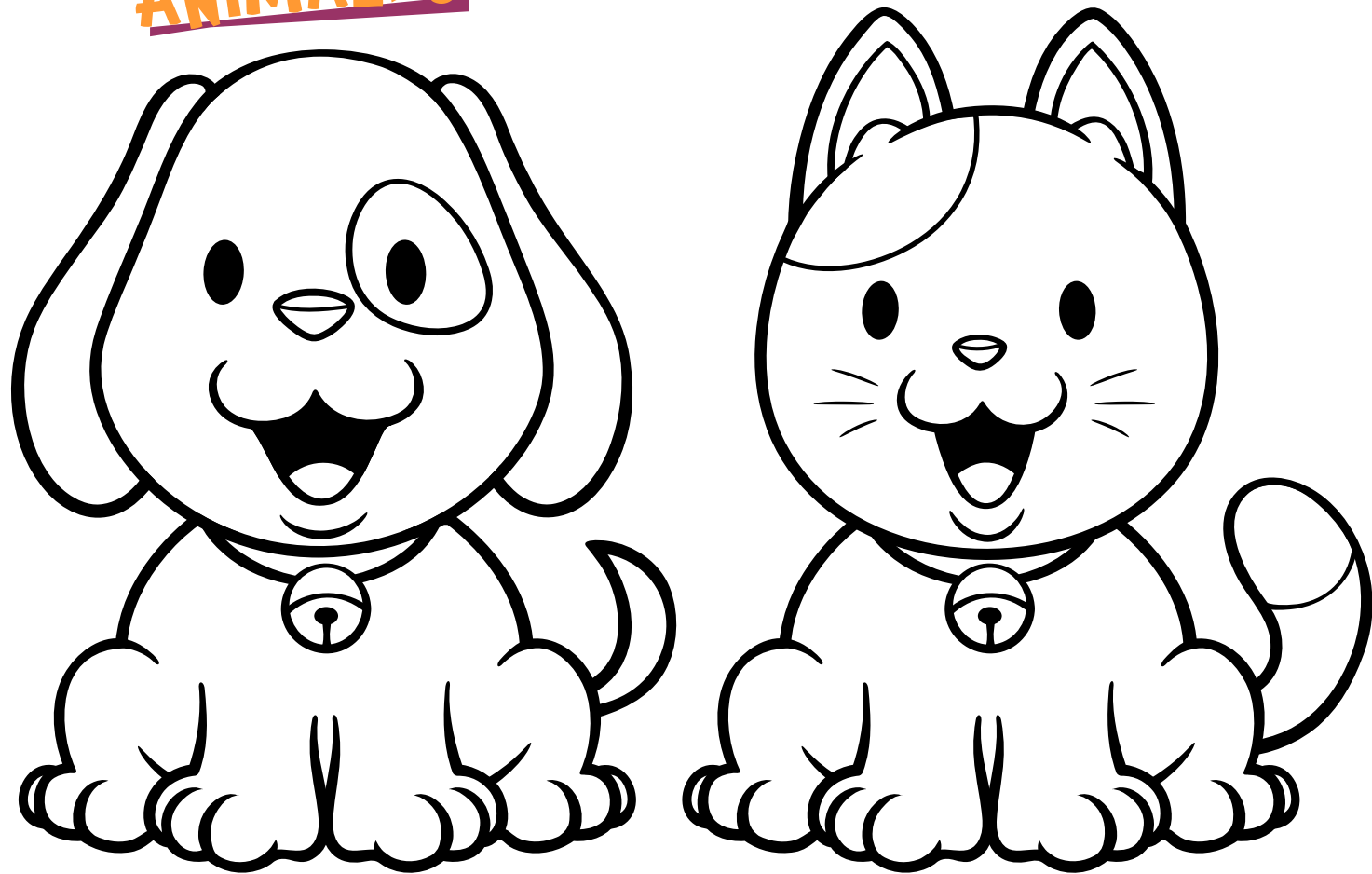


FREEZE DANCE

Play music and dance with your child, then hit pause in the middle of the song. Encourage your child to freeze in a fun pose or with a funny face. Try different styles and tempos of music.

HOJA DE ACTIVIDADES

COLOREA LOS ANIMALES



TRAZAR Y COLOREAR



IDEAS DE ACTIVIDADES EN CASA



INFANTES

¡ENVUÉLVELO!

Envuelva una bola de papel encerado un pañuelo y átela. Deje que su hijo la sostenga, la agarre, la apriete y la arrugue. Ponga palabras a las cara: "¡Woow! Trueno y cruje".

¡ESCONDITE DEL ESPEJO!

Sostenga a su bebé en brazos frente al espejo. Señale las partes de su cuerpo: ojos, nariz, boca, piernas, pies, etc. Aléjese del espejo y pregunte: "¿Dónde se ha metido el bebé?". A continuación, vuelva a colocarse frente al espejo y diga: "¡Ahí está el bebé!".



NIÑOS PEQUEÑOS

¡BÚSQUEDA DEL TESORO EN LA NATURALEZA

En un paseo al aire libre, invite a su hijo a encontrar lo siguiente: Una hoja, un palo, una piedra, la hierba, el cielo, un animal, un coche, una señal de stop, un vecino, un charco... ¿Qué más se le ocurre?

ESTATUAS MUSICALES

Ponga la canción favorita de su hijo mientras todos bailan. Cuando se detiene la música, ¡todos deben quedarse quietos!



PREESCOLARES

VISITAR UNA BIBLIOTECA

Averigüe qué actividades ofrecen para su hijo durante el verano.

JUEGO DE ESPÍA

Salga a dar un paseo con su hijo y juegue al "veo veo". "

BAILE CONGELADO

Toque la música y baile con su hijo/a, luego apriete pausa en el medio de la canción. Anime a su hijo que se congele en una pose divertido o con una cara chistosa. Use estilos y ritmos diferentes de música.

HOW MANY ITEMS CAN YOU FIND?

CUÁNTOS ARTÍCULOS PUEDES ENCONTRAR?



Tree/Arbol



Mushroom/
Champignon



Flower/Flor



Deer/Ciervo



Leaf/Hoja



Bear/Oso

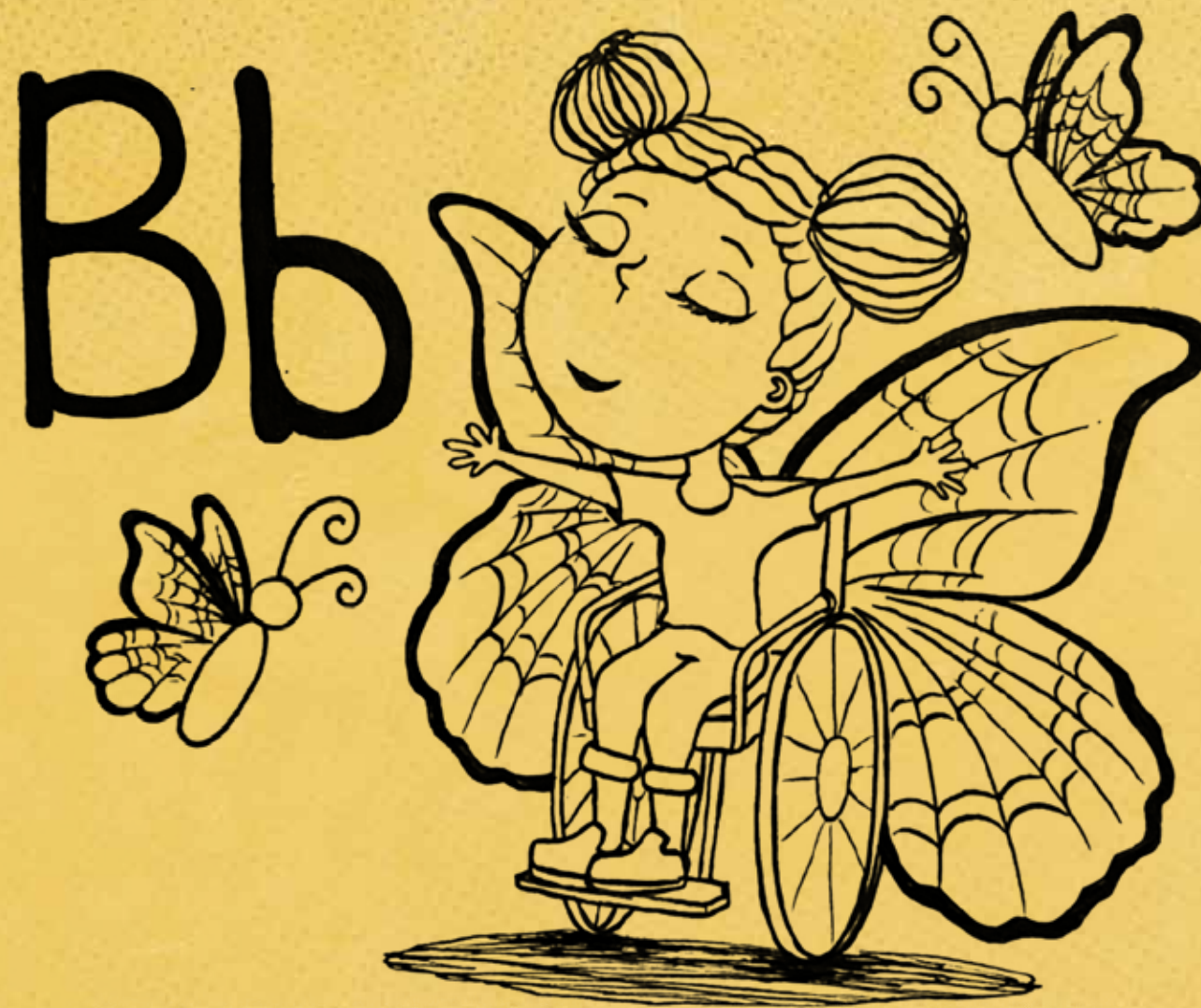


neighborhoodhouse.org



LET'S TRY A BUTTERFLY BREATH!

¡PROBEMOS UNA RESPIRACIÓN DE MARIPOSA!



Let's try a butterfly breath! Close your eyes and take a deep breath in. As you breathe in, open your arms wide; like big, beautiful butterfly wings. When you breathe out, bring your hands together as if you are slowly flapping your butterfly wings. Take 5 butterfly breaths!

Cierra los ojos y respira profundamente. Al inhalar, abre bien los brazos; como grandes y hermosas alas de mariposa. Cuando exhales, junta las manos como si estuvieras batiendo lentamente las alas de una mariposa. ¡Haz 5 respiraciones de mariposa!

GIVE YOUR CHILD A HEAD START! APPLY NOW 1-888-873-5145

DELE A SU HIJO UNA VENTAJA. SOLICITE AHORA 1-888-873-5145

BINGO Challenge

 Read a Book	Make a Card for a Friend or Family Member	 Sing	Help cook or bake something delicious!	 Play Pretend
Draw Yourself	 Play Hide and Seek	Find a Cool Rock, Stick, or Shell	 Tell or Draw a Story	Make Your Own Game
 Eat a Healthy Snack	Create an Obstacle Course	FREE	Tell Someone That You Went Screen-Free For a week	 Exercise
Draw your favorite animals	 Build a Fort	Laugh So Hard Your Belly Hurts	 Have a Dance Party	Discover a New Corner of the House or Yard
 Play a Board Game	Sit in three different chairs	 Find a Bug	Lay on the Floor	 Do a Jumping Jack

Mark off each space as you do these activities. Get **“BINGO”** when you complete 5 across, down, or diagonal! **Need a challenge? Try to mark off the whole board!**



PRESCHOOL NOW ENROLLING
educ-enrichment.org

San Diego (858) 278-2571
North County (760) 639-4175
South Bay (619) 722-5810

Reto de loteria

 Lee un libro	Haz una tarjeta para un amigo o familiar	 ¡Canta!	¡Ayuda a cocinar o hornear algo delicioso!	 ¡Juega a pretender!
Dibújate a ti mismo	Juega a las escondidas	¡Encuentra una roca, un palo o una concha diferente!	Platica o Dibuja una historia	Haz tu propio juego
 Come una botana nutritiva	Crea una carrera de obstáculos	ESPACIO LIBRE	Pláticale a alguien que estuviste sin ver pantallas por una semana	 Haz ejercicio
Dibuja tus animales favoritos	Construye un fuerte	Ríete tan fuerte que te duela la barriga	Baila	Descubre una nueva esquina de la casa o patio
 Juega un juego de mesa	Siéntate en tres sillas diferentes	 Encuentra un bicho o insecto	Acuéstate en el piso	 Brinca levantando los brazos

Marca cada cuadro a medida que realices las actividades. Haz **“LOTERIA”** cuando completes 5 cuadros de un lado a otro, de abajo hacia arriba o en diagonal. **¿Quieres un reto? ¡Intenta completar todos los cuadros!**



PREESCOLAR ESTAMOS INSCRIBIENDO
educ-enrichment.org

San Diego (858) 278-2571
North County (760) 639-4175
South Bay (619) 722-5810



SAN DIEGO
County Library
Create Your Own Story

Infants and children develop at a different pace. It is important for parents to know their children are growing and reaching important milestones. First 5 San Diego's Healthy Development Services (HDS) provides no cost developmental checkups for children from birth through 5 years of age, and connects children and families to needed services. First 5 San Diego works with some of the best community agencies in San Diego County to ensure parents and other caregivers have the help they need to promote their children's developmental and behavioral health.

HELPFUL Resources



2-1-1 San Diego

2-1-1 is a free, 24 hour confidential phone service and searchable online database.

2-1-1 | 211sandiego.org

YMCA Childcare Resource Service

Provides free referrals for childcare, subsidies for low-income families, parent resources and workshops, as well as developmental and behavior health assessments for children.

1-800-481-2151 | ymcasd.org/crs

First 5 San Diego

Provides programs and services for children, pregnant women and parents to help them help their young children during their first five years.

1-888-5 FIRST 5 | first5sandiego.org

San Diego Quality Preschool Initiative

SDQPI.org helps parents and providers understand what quality early care and education look like & find participating early care and education providers.

sdqpi.org