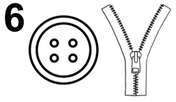
Moments That Matter

Momentos que importan es un calendario mensual diseñado para estudiantes de la primera infancia para apoyar las etapas del desarrollo y fomentar la participación familiar

FEBRERO 2026

DOMINGO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
1  Lee un libro y dibuja tu parte favorita	2  Haz un collar de pasta	3  Practica ponerte y quitarte el abrigo	4 Habla sobre tus sentimientos ¿qué te hace sentir feliz, triste, enojado, chistoso o sorprendido?	5  Count how many steps it takes to walk from your kitchen to your bedroom	6  Juega “Simón dice” con tu familia	7  ¡Sal afuera! Habla sobre lo que ves, escuchas, hueles y sientes
8  Lee un libro y dibuja tu parte favorita	9  Escribe letras en crema de afeitar	10  Ayuda a un familiar a preparar una merienda	11  Haz algo amable, como dibujar un paisaje para un amigo o familiar	12  Encuentra 5 cosas con forma de círculo	13  Baila tu canción favorita	14  ¡Sal afuera! Habla sobre lo que ves, escuchas, hueles y sientes
15  Lee un libro y dibuja tu parte favorita	16  Practica usar botones y cierres	17  Escoge tu ropa e intenta vestirte solo/a	18  Haz caras frente al espejo (feliz, triste, enojado, emocionado, chistoso)	19  Dile a alguien los colores de los alimentos que comiste hoy	20  Practica lanzar y patear una pelota	21  ¡Sal afuera! Habla sobre lo que ves, escuchas, hueles y sientes
22  Lee un libro y dibuja tu parte favorita	23  Rompe pedazos de papel y crea un collage	24  Practica usar el tenedor y la cuchara al comer	25  Participa en una actividad de tomar turnos	26  Encuentra letras en objetos de tu casa	27  Escoge a un familiar y ve quién puede hacer más saltos	28  ¡Sal afuera! Habla sobre lo que ves, escuchas, hueles y sientes

Roanoke City PUBLIC SCHOOLS

¿Sabías que…?

Aunque los medios de alta calidad y apropiados para la edad pueden ser beneficiosos en pequeñas cantidades, los expertos recomiendan limitar el tiempo frente a pantallas y priorizar el juego real, la conversación y las rutinas.

Consejos rápidos para familias:

*Designa áreas libres de pantallas

*Participen juntos en actividades como jugar afuera, cocinar o leer

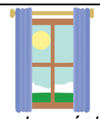
*Usa un temporizador o un horario visual para mostrar cuándo empieza y termina el tiempo de pantalla

Escanee el código QR a continuación para acceder a recursos adicionales

Roanoke City PUBLIC SCHOOLS

Momentos que Importan es un calendario mensual diseñado para estudiantes de primera infancia, para apoyar las etapas del desarrollo y fomentar la participación familiar.

MARZO 2026

DOMINGO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
1  Lee un libro y dibuja tu parte favorita	2  Practica escribir tu nombre	3  Practica el lavado de manos con agua y jabón	4  Jueguen un juego de mesa juntos	5  Cuenta cuántas ventanas tienes en casa	6  Completa un video sencillo de yoga	7  Tomen una comida juntos en familia
8  Lee un libro y dibuja tu parte favorita	9  Usa un atomizador para regar plantas, ventanas o la acera	10  Ayuda en la lavandería encontrando los pares de calcetines	11  Crea un lugar seguro para calmarse en casa	12  Sal a buscar colores afuera	13  Lanza y atrapa una pelota grande	14  Lee un libro y señala las palabras mientras lees
15  Lee un libro y dibuja tu parte favorita	16  Despega y pega calcomanías en papel	17  Prepara tu propio almuerzo	18  Hablen sobre las características de un buen amigo	19  Lee un libro y actúa una escena	20  Dibujar con tiza afuera	21  Preparar una receta divertida para niños
22  Lee un libro y dibuja tu parte favorita	23  Recorta imágenes de revistas y pégalas en papel	24  Practica abotonar botones en una camiseta vieja	25  Escucha música instrumental mientras coloreas. ¿Cómo te hizo sentir?	26  Jugar “yo veo” usando colores	27  Lanza una pelota a un objetivo (canasta de ropa, cubeta, etc.)	28  Participa en compartir lo mejor y lo más difícil del día
29  Lee un libro y dibuja tu parte favorita	30  Practica desenroscar y enroscar tapas de frascos o botellas.	31  Elige tu ropa e intenta vestirte por ti mismo(a)				

¿Sabías que…?

Los niños en edad de primera infancia están aprendiendo a comprender y manejar sus emociones, resolver problemas e interactuar con los demás. Estas habilidades son esenciales para estar preparados para la escuela y para tener relaciones saludables.

Consejos rápidos para familias:

- Nombra las emociones en voz alta (“Estás enojado/a”).
- Modela la respiración tranquila y la resolución de problemas.
- Lee libros que hablen sobre las emociones.
- Elogia el esfuerzo y la amabilidad, no solo el comportamiento.

¡Escanea el código QR de abajo para obtener recursos adicionales!

Moments That Matter

Momentos que Importan es un calendario mensual diseñado para estudiantes de primera infancia, para apoyar las etapas del desarrollo y fomentar la participación familiar.

ABRIL 2026

DOMINGO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
			Habla sobre tu parte favorita del día	2 Ve a buscar las letras que forman tu nombre	3 Jugar a Luz Roja, Luz Verde	4 Jugar a la rayuela
5 Lee un libro y dibuja tu parte favorita	6 Crea arte usando hisopos de algodón en lugar de pinceles	7 Practica abrir y cerrar envases y bebidas	8 Crea un bingo de la amabilidad y trata de completarlo durante la semana	9 Mira un libro con un adulto ¿cuántas imágenes puedes nombrar?	10 Representa los movimientos de los animales en un juego de mímica	11 ¡Encuentra un parque nuevo para explorar!
12 Lee un libro y dibuja tu parte favorita	13 Corta o rasga papel y haz una cadena de papel	14 Habilidades para ir al baño: practicar bajarse y subirse los pantalones	15 Juega un juego con tu familia	16 Observa tu comida y di qué figuras puedes encontrar.	17 Juega a mantener el globo en el aire	18 Búsqueda del tesoro en la naturaleza
19 Lee un libro y dibuja tu parte favorita	20 Practica escribiendo tu primer nombre y apellido	21 Practica abrir y cerrar el cierre de la mochila	22 Rodar una pelota de un lado a otro diciendo “mi turno, tu turno” para practicar tomar turnos	23 Ir a una búsqueda de colores para encontrar objetos de cada color del arcoíris	24 Jugar al “congelado”	25 Juega con tiza en la acera.
26 Lee un libro y dibuja tu parte favorita	27 Dibuja una imagen de tu animal favorito	28 Practica ir al baño de manera independiente	29 Prepare un espacio para calmarse en casa	30 Mira un libro con un adulto y concéntrate en cómo sostenerlo y pasar las páginas		

Roanoke City PUBLIC SCHOOLS

¿Sabías que…?

Las rutinas consistentes ayudan a los niños a sentirse seguros, regular sus emociones y obtener el descanso que necesitan para crecer y aprender.

Consejos rápidos para las familias:

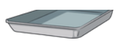
- Mantenga una rutina consistente para la hora de dormir
- Reduzca el uso de pantallas antes de dormir.
- Use horarios visuales para apoyar las transiciones.
- Procure que el niño duerma de 10 a 13 horas en un período de 24 horas (incluyendo siestas)

¡Escanee el código QR a continuación para obtener recursos adicionales!

Momentos que Importan

Momentos que importan es un calendario mensual diseñado para estudiantes de la primera infancia para apoyar las etapas del desarrollo y fomentar la participación familiar.

MAYO 2026

DOMINGO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
			1  Haz preguntas de "¿Cómo te sentirías si…?" y resuelve un problema con una solución.	2  Explora y encuentra formas en tu hogar	1  Pon un objeto pequeño en el suelo y salta por encima	2  Tomar al menos una comida juntos como familia
3  Lee un libro y dibuja una imagen de tu parte favorita	4  Recorta siguiendo una línea recta	5  Practica transportar cosas en una bandeja, como la del almuerzo	6  Habla sobre qué hacer si te sientes enojado/triste	7  Señala las partes del cuerpo (ojos, orejas, nariz, boca, cabello)	8  Baila al ritmo de la música	9  ¡Sal afuera! Habla sobre lo que ves, escuchas, hueles y sientes.
10  Lee un libro y dibuja una imagen de tu parte favorita	11  Arma un rompecabezas	12  Toma una decisión entre dos o más opciones que se te ofrezcan	13  Usa cinco palabras para describirte.	14  Encuentra números por toda la casa	15  Descubre un nuevo parque de juegos	16  Da un paseo por tu vecindario y habla sobre los vehículos que veas
17  Lee un libro y dibuja una imagen de tu parte favorita	18  Corta a lo largo de una línea curva	19  Practica pedir ayuda: "Quiero" y "Necesito"	20  Practica resolver problemas usando peluches u otros juguetes	21  Nombra las partes del cuerpo (manos, pies, cabeza, estómago)	22  Haz rodar una pelota de un lado a otro con alguien	23  Cocinen juntos una receta divertida para niños
24  Lee un libro y dibuja una imagen de tu parte favorita 31	25  Traza la primera letra de tu nombre	26  Practica decir "por favor", "gracias" y "no, gracias"	27  Di algo bonito a un amigo o familiar (un cumplido)	28  Clasifica los juguetes o la ropa según su color	29  Aprender a galopar (primero un pie, luego el otro, y repetir)	30  Disfruten juntos al menos una comida como familia

¿Sabías que…?

El entrenamiento para usar el baño y las habilidades de autocuidado se desarrollan en diferentes momentos para cada niño. Estas habilidades ayudan a los niños a desarrollar confianza, reducir la frustración y sentirse exitosos en las rutinas diarias.

Consejos rápidos para las familias:

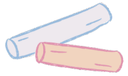
- Mantenga las rutinas consistentes y positivas; evite la presión, las comparaciones o el castigo.
- Fomente la independencia en las tareas diarias (lavarse las manos, subirse y bajarse los pantalones, ponerse los zapatos, recoger los juguetes).
- Elogie el esfuerzo y los intentos, no solo el éxito.

¡Escanee el código QR a continuación para obtener recursos adicionales!

Momentos que Importan

Momentos que importan es un calendario mensual diseñado para estudiantes de la primera infancia para apoyar las etapas del desarrollo y fomentar la participación familiar.

JUNIO 2026

DOMINGO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
	1  Usa tijeras para cortar papel	2  Practica ponerte y quitarte los zapatos	3  Jugar un juego de mesa y practicar tomar turnos	4  Busquen formas en su casa. ¿Cuántos cuadrados pueden encontrar?	5  Jueguen al baile congelado	6  Encuentren un parque nuevo para explorar.
7  Lean un libro y dibujen su parte favorita.	8  Usa plastilina para crear figuras	9  Juega “Simón dice” usando instrucciones con el lado izquierdo y derecho de tu cuerpo.	10  Lee un libro con un adulto y hablen sobre cómo se sienten los personajes	11  Juega “Veo, veo” usando figuras.	12  Lancen una pelota de un lado a otro y vean qué tan lejos pueden estar mientras aún la atrapan.	13  Da un paseo por el sendero en Fishburn Park.
14  Lean un libro y dibujen su parte favorita.	15  Dibuja a tu familia	16  Ayuda a poner la mesa para la comida	17  Representa diferentes emociones en un juego de mímica, turnándose para actuar y adivinar.	18  Usa objetos que tengas en tu casa para practicar hacer patrones ABAB	19  Crea un circuito de obstáculos con tiza afuera	20  Camina o anda en tu bicicleta por el sendero y para en un parque a jugar.
21  Lean un libro y dibujen su parte favorita.	22  Usa las tijeras para cortar siguiendo líneas curvas y en zigzag	23  Prepara un snack o comida con la ayuda de un adulto	24  Ayuda con una tarea de la casa	25  Practica seguir instrucciones de dos pasos.	26  Haz una búsqueda del tesoro en la naturaleza	27  Juega a la rayuela
28  Lean un libro y dibujen su parte favorita.	29  Usa pinzas o tenazas para separar cosas pequeñas como cereal o pompones	30  Elige tu ropa y vístete solo/a.				

¿Sabías que…?

El juego es la base del aprendizaje en la primera infancia.A través del juego, los niños desarrollan el lenguaje, habilidades de matemáticas y lectoescritura tempranas, capacidades para resolver problemas, creatividad, autorregulación y habilidades sociales. El juego apoya el desarrollo del cerebro y ayuda a los niños a entender el mundo que los rodea.

Consejos rápidos para familias:

- Fomenta el juego de imaginación, construir, hacer arte y explorar al aire libre.
- Limita las actividades estructuradas y permite tiempo para que el niño lidere su propio juego.
- Habla con tu hijo mientras juega para fortalecer sus habilidades de lenguaje.

Escanea el código QR de abajo para más recursos

Momentos que Importan

Momentos que importan es un calendario mensual diseñado para estudiantes de la primera infancia para apoyar las etapas del desarrollo y fomentar la participación familiar.

JULIO 2026

DOMINGO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
			1 Habla sobre tus sentimientos: ¿qué te hace sentir feliz, triste, enojado o sorprendido?	2 Cuenta cuántos pasos te toma caminar desde tu cocina hasta tu dormitorio.	3 Juega “Simón dice” con tu familia.	4 ¡Sal afuera! Habla sobre lo que ves, escuchas, hueles y sientes.
5 Lee un libro y dibuja una imagen de tu parte favorita	6 Haz un collar de pasta.	7 Intenta beber de un vaso abierto sin derramar tu bebida	8 Haz algo amable, como dibujar una imagen para un amigo o un miembro de tu familia.	9 Encuentra 5 cosas que tengan forma de círculo	10 Baila tu canción favorita	11 ¡Sal afuera! Habla sobre lo que ves, escuchas, hueles y sientes.
12 Lee un libro y dibuja una imagen de tu parte favorita	13 Escribe letras en crema de afeitar	14 Ayuda a un miembro de tu familia a preparar un snack	15 Haz caras en el espejo (feliz, triste, enojado, emocionado)	16 Dile a alguien los colores de la comida que comiste hoy.	17 Practica lanzar y patear una pelota de un lado a otro.	18 ¡Sal afuera! Habla sobre lo que ves, escuchas, hueles y sientes.
19 Lee un libro y dibuja una imagen de tu parte favorita	20 Practica usar botones y zíper.	21 Elige tu ropa e intenta vestirte tú solo/a.	22 Participa en una actividad donde todos esperen su turno	23 Encuentra letras en los objetos que hay en tu casa.	24 Elige a un miembro de tu familia y ve quién puede hacer más saltos estrella	25 ¡Sal afuera! Habla sobre lo que ves, escuchas, hueles y sientes.
26 Lee un libro y dibuja una imagen de tu parte favorita	27 Rompe pedacitos de papel y crea un collage	28 Practica usar el tenedor y la cuchara al comer	29 Dile a alguien qué te hizo sentir feliz o triste hoy	30 Encuentra 5 cosas que tengan forma de triángulo	31 Pega una línea en el piso y ve qué tan lejos puedes caminar sin salirte de ella	

Roanoke City PUBLIC SCHOOLS

¿Sabías que…?

Aunque los medios de alta calidad y que son apropiados para la edad pueden ser beneficiosos en pequeñas cantidades, los expertos recomiendan limitar el uso de pantallas y priorizar el juego en la vida real, la conversación y las rutinas que apoyan el aprendizaje y la autorregulación.

Consejos rápidos para las familias:

- Designar ciertas áreas como espacios libres de pantallas.
- Participar juntos en actividades como jugar al aire libre, cocinar o leer.
- Usar un temporizador o un horario visual para mostrar cuándo comienza y termina el tiempo de pantalla.

¡Escanea el código QR a continuación para acceder a recursos adicionales!