



Better
Kid Care
Program

LOS PADRES CUENTAN

CONSEJOS PRACTICOS PARA LOS PADRES DE FAMILIA



Si usted tiene más de un niño y sus niños no nacieron en grupos de mellizos, trillizos, etc., es posible que con frecuencia tenga el problema de tratar de satisfacer las necesidades de niños de varias edades. Puede ser difícil saber exactamente lo que se debe hacer con los niños que se llevan varios años entre sí. A continuación hay algunos consejos que han tenido mucho éxito. Estas ideas son ambas atractivas y exitosas y funcionan de maravilla para los niños de diferentes edades.

Música y Movimiento

Las actividades con música de seguro serán todo un éxito con los niños de todas las edades, y usted también se divertirá. Ponga música para bailar y pida que todos se levanten y bailen. A los niños también les encanta pretender que son animales así que traten de bailar como lo haría un elefante o un ratón. A los bebés también les encanta la música y el movimiento y aún los más pequeños se mueven al compás de la música. La música también ayuda a que los niños mayorcitos jueguen más apaciblemente con los niños más pequeños que ellos. Para los niños más grandecitos, al igual que para los más chicos, darles

vueltas y enseñarles pasos más complicados son cosas divertidas.



El Juego Afuera

La mayoría de los niños son como las flores, necesitan del sol y del aire para estar felices. Lleve a un grupo de niños al parque.



Involucre a los niños más grandes en ayudar a empujar a los más pequeños en los columpios y lleve una merienda para compartir. También es bueno llevar algún juguete o alguna actividad simple para cada uno de los grupos de diferentes edades, tales como tiza para que los niños de edad escolar jueguen rayuela en la acera, y cosas para que dibujen los más chicos, o una pelota para que los niños mayores jueguen o para entretener a los bebés y a los niños pequeños.

El tiempo que los niños pasan haciendo ejercicio tiende a ayudarles a comportarse mejor y reduce algo de las riñas y burlas que ocurren entre los niños mayores y los más chicos.

Agua y Arena

El juego con el agua y la arena es un tipo de juego relajante que los niños pueden explorar de maneras diferentes. A los bebés y a los niños pequeños les encanta sentir como el

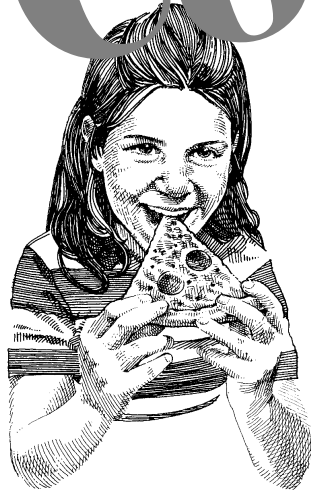
agua y la arena se sienten sobre sus cuerpos mientras que a los niños preescolares y de edad escolar les encanta crear mundos imaginarios con sus juegos. Lavar los juguetes es una buena actividad que permite que ambos usted y los niños se sientan satisfechos, no hay nada como hacer que las cosas queden limpias y relucientes mientras estamos jugando y divirtiendonos.

El agua y la arena son cosas que se pueden introducir para jugar cuando los niños están teniendo un día difícil y necesitan hacer algo nuevo, esto tiende a calmar a todos y les ayuda a prepararse para hacer otras actividades juntos.

Arte

Pintar es algo que ensucia un poco pero es una maravillosa actividad para los niños de todas las edades. Ya que los niños pequeños se llevan todo a la boca, usted puede hacer una pintura que pueden usar los bebés y los niños chicos con toda seguridad agregándole colorante para alimentos a leche condensada. Simplemente divida en cuatro partes una lata grande de leche condensada y agréguele unas cuantas gotas de un color diferente a cada una de ellas. Permita que los bebés y los niños pequeños pinten sentados en sus sillitas usando la bandeja para comer. A los niños preescolares les encanta pintar con este tipo de pinturas y también experimentar usando utensilios de cocina, tales como los trituradores de papas y las espátulas, mientras que los escolares se interesan más por el producto final. Estos niños disfrutarán trabajando solos y explorando diferentes formas de expresar sus ideas en el papel.

Cocinar



Cocinar es otra excelente actividad para los niños de diferentes edades. Todos pueden estar involucrados en cocinar. Los niños mayorcitos pueden romper los huevos, y aún los bebés pueden ayudar a batir algo con la ayuda de los adultos o de los chicos mayores. Reuna todos los ingredientes de antemano y esté preparada para que hayan derrames y regueros, pero si usted está preparada y está dispuesta a lidiar con todo el desorden esta actividad puede ser muy divertida para los chicos de diferentes edades. Una buena forma de lograr involucrar a todos es usando recetas que permitan que los niños preparen sus propias porciones. De esta forma hay que esperar menos tiempo, y cada niño puede escoger hacer las cosas de la forma que más le guste.

PIZZA

Las pizzas caseras son un gran proyecto para los niños, sólo hay que darle a cada niño un poco de masa y tener preparada una variedad de alimentos que puedan escoger para ponerle a sus pizzas. A los bebés les encanta jugar con la masa.
¼ taza de agua caliente
1 ¼ onzas de levadura activa granu-

lada en paquete (1 cucharada)
una pizca de azúcar (para activar la levadura)
1 cucharada de mantequilla
1 taza de leche
2 cucharadas de azúcar
1 ½ cucharaditas de sal
3 tazas de harina todo uso (aprox)
mantequilla vegetal
Vierta ¼ taza de agua caliente en un tazón grande. Agréguele ¼ de onza de levadura y la pizca de azúcar. Mezcle, y luego deje la mezcla reposar por 5 minutos. Derrita la mantequilla y agregue la leche (asegúrese de que la leche no esté demasiado caliente para la levadura), luego agréguele esta mezcla a la mezcla de la levadura. Añada el azúcar, la sal y la harina. Mezcle y si la masa está un poco pegajosa para amasarla agréguele más harina. Amase la masa. Deje que repose por una hora. Luego use la masa para hacer las pizzas. Si usted desea hacer pan con esta masa, simplemente debe amasarla un poco más y luego dejarla reposar por

segunda vez. Dele a cada niño un poco de masa para que ellos formen la pizza según su gusto. Ponga las pizzas sobre una bandeja engrasada de hornear. Deje que los niños elijan lo que le van a poner a sus pizzas tal como queso, salsa de tomate, pimientos verdes, aceitunas, etc. Hornee a 450° F. por unos minutos.

ENSALADA DE MANZANA

Pruebe esta ensalada de manzana del recetario *Cup Cooking* por Barbara Johnson y Betty Plemons, 1978 Early Educators Press, Ithaca, New York.

- ¼ de taza de manzana — cortar la manzana en trocitos pequeños (hasta los chicos pueden cortar la manzana usando un cuchillo de plástico)
- 4 trozos de apio de 5 pulgadas, cortar el apio en trocitos pequeños,
- 8 pasas (los niños mayorcitos pueden ayudarle a los más chicos a contarlas)
- 1 cucharada de yogur de frutas
- Mezclar bien
- Ofrezca substituciones tales como 1 cucharada de piña machacada, o 1 cucharada de zanahoria rallada.

LOS MEJORES AMIGOS PARA SU NIÑO

¿Son todos los amigos de sus niños de la misma edad que ellos? Frecuentemente pensamos que los amigos perfectos para nuestros niños deben ser igual que ellos y muchos padres elijen programas de cuidado que ofrecen grupos de la misma edad. Pero en realidad los mejores amigos para sus niños son niños mayores y menores que ellos. A continuación le decimos por qué.

1. Los niños mayorcitos en un grupo mixto de edades aprenden a ser líderes, a cuidar de los más chicos, y a compartir las cosas con los demás. No podemos esperar que los niños sepan hacer estas cosas si no tienen una oportunidad de aprenderlas.

2. Los niños pequeños aprenden de los niños mayores. Ellos aprenden el uso del language y nuevas ideas y también pueden participar en otros tipos de juegos y actividades que los niños mayores pueden crear.

Es sorprendente, pero los niños de diferentes edades realmente comparten con más facilidad y discuten menos que cuando juegan con los niños de la misma edad. El juego entre los niños de diferentes edades es beneficioso para todos — los niños mayores y los más pequeños.

Él o Ella?

Por favor tome nota: En ésta y en todas las publicaciones de Better Kid Care cuando nos referimos a "los niños" también estamos incluyendo a las niñas, igual cuando decimos "el/al/su niño".

Supported by funds from the Pennsylvania Department of Public Welfare, Pennsylvania Child Care/Early Childhood Development Training System, Developed by the Penn State Better Kid Care Program 253 Easterly Parkway, State College, PA 16801 • Phone: 1-800-452-9108 • Website: betterkidcare.psu.edu.

This publication is available in alternative media on request.

Penn State is committed to affirmative action, equal opportunity, and the diversity of its work force.

PENNSTATE



Cooperative Extension
College of Agricultural Sciences

June 6, 2002

