

JUEGO ACTIVO TODOS LOS DÍAS!



Módulo 3

Maracas de platos de papel

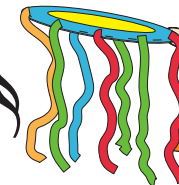
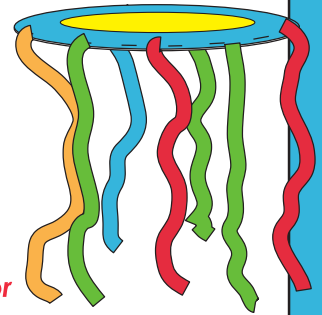
Materiales

- ☐ platos de papel
- ☐ arroz seco o semillas para palomitas de maíz
- ☐ engrapadora
- ☐ pintura, lápices o crayolas
- ☐ serpentinas de papel crepé (opcional)



Instrucciones:

- 1 Ponga de uno a dos puños de arroz seco o maíz en un plato de papel.
- 2 Coloque otro plato encima y selle los bordes de ambos platos con una engrapadora.
El arroz seco y el maíz pueden ser un peligro de ahogo para los niños pequeños, así que por favor haga usted este paso para su niño.
- 3 Con su niño, decore las maracas con crayolas o marcadores.
- 4 Engrape tiras largas de papel crepé en las maracas.
- 5 ¡Canten y bailen con las maracas!



Child Health Initiative for Lifelong Eating & Exercise



CHILE PLUS

Mod_3_Kit_PA_sp_2014

JUEGO ACTIVO TODOS LOS DÍAS!



Módulo 3

Maracas de platos de papel

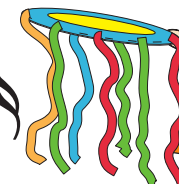
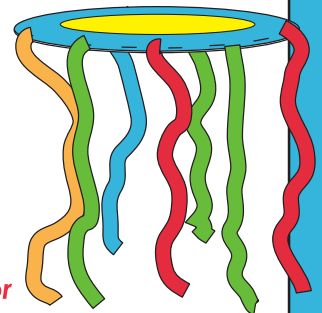
Materiales

- ☐ platos de papel
- ☐ arroz seco o semillas para palomitas de maíz
- ☐ engrapadora
- ☐ pintura, lápices o crayolas
- ☐ serpentinas de papel crepé (opcional)



Instrucciones:

- 1 Ponga de uno a dos puños de arroz seco o maíz en un plato de papel.
- 2 Coloque otro plato encima y selle los bordes de ambos platos con una engrapadora.
El arroz seco y el maíz pueden ser un peligro de ahogo para los niños pequeños, así que por favor haga usted este paso para su niño.
- 3 Con su niño, decore las maracas con crayolas o marcadores.
- 4 Engrape tiras largas de papel crepé en las maracas.
- 5 ¡Canten y bailen con las maracas!



Child Health Initiative for Lifelong Eating & Exercise



CHILE PLUS

Mod_3_Kit_PA_sp_2014

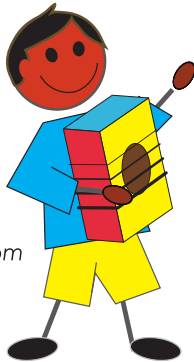
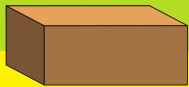
JUEGO ACTIVO TODOS LOS DÍAS!



Guitarra de caja de cartón

Materiales

- ☐ caja de cartón (una caja de zapatos serviría muy bien)
- ☐ ligas de hule
- ☐ pintura
- ☐ lazos, pegamento, tiras (opcional)



Fuente:

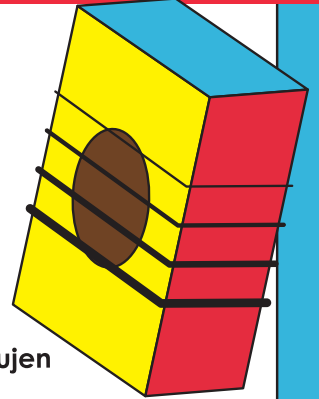
<http://familyfun.go.com>

Instrucciones:

- 1 Corte un hoyo de 4 pulgadas de ancho en la parte de arriba de una buena caja de zapatos o una caja de supermercado grande.
- 2 Estire cuatro o más ligas alrededor de la caja (entre más delgadas y apretadas estén las ligas, los sonidos son más agudos).
- 3 Pinten las guitarras con líneas de colores, o dibujen algunos diseños o péguenle lazos o tiras.
- 4 ¡Motive a sus niños a que toquen una canción, y tomen turnos para bailar la música de la guitarra nueva!

USDA es un proveedor y empleador que ofrece oportunidad igual para todos. Este material se imprimió con fondos proporcionados por el Supplemental Nutrition Assistance Program (SNAP en inglés) del Departamento de Agricultura de los EE.UU. (USDA siglas en inglés). El Supplemental Nutrition Assistance Program (SNAP en inglés) ofrece asistencia relacionada con la nutrición para gente con recursos limitados. Estos beneficios le pueden ayudar a comprar comida nutritiva para una mejor dieta. Para obtener más información, comuníquese al 1-800-432-6217.

Child Health Initiative for Lifelong Eating & Exercise **CHILE PLUS**



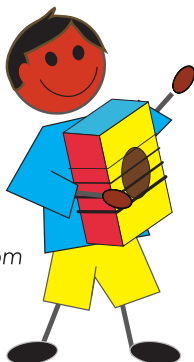
JUEGO ACTIVO TODOS LOS DÍAS!



Guitarra de caja de cartón

Materiales

- ☐ caja de cartón (una caja de zapatos serviría muy bien)
- ☐ ligas de hule
- ☐ pintura
- ☐ lazos, pegamento, tiras (opcional)



Fuente:

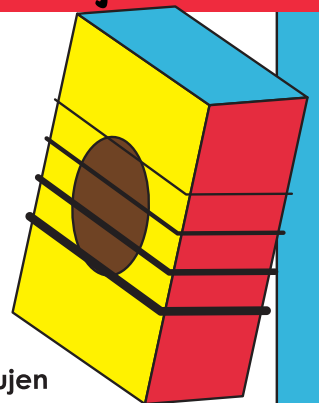
<http://familyfun.go.com>

Instrucciones:

- 1 Corte un hoyo de 4 pulgadas de ancho en la parte de arriba de una buena caja de zapatos o una caja de supermercado grande.
- 2 Estire cuatro o más ligas alrededor de la caja (entre más delgadas y apretadas estén las ligas, los sonidos son más agudos).
- 3 Pinten las guitarras con líneas de colores, o dibujen algunos diseños o péguenle lazos o tiras.
- 4 ¡Motive a sus niños a que toquen una canción, y tomen turnos para bailar la música de la guitarra nueva!

USDA es un proveedor y empleador que ofrece oportunidad igual para todos. Este material se imprimió con fondos proporcionados por el Supplemental Nutrition Assistance Program (SNAP en inglés) del Departamento de Agricultura de los EE.UU. (USDA siglas en inglés). El Supplemental Nutrition Assistance Program (SNAP en inglés) ofrece asistencia relacionada con la nutrición para gente con recursos limitados. Estos beneficios le pueden ayudar a comprar comida nutritiva para una mejor dieta. Para obtener más información, comuníquese al 1-800-432-6217.

Child Health Initiative for Lifelong Eating & Exercise **CHILE PLUS**



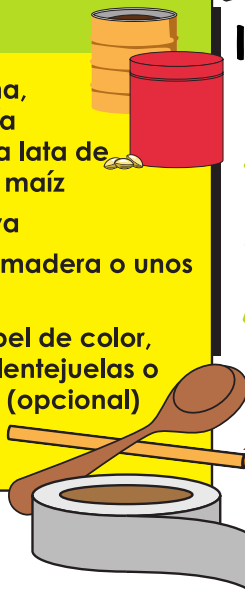
JUEGO ACTIVO TODOS LOS DÍAS!



Módulo 3 Tambores de un tarro de avena

Materiales

- ☐ tarro de avena, una lata vacía de café o una lata de palomitas de maíz
- ☐ cinta adhesiva
- ☐ cucharas de madera o unos palitos
- ☐ crayolas, papel de color, pegamento, lentejuelas o algo de brillo (opcional)



Instrucciones:

- 1 Haga un tambor de un tarro de avena, una lata vacía de café o una lata de palomitas de maíz.
- 2 Decore la lata, use papel de color, crayolas, lentejuelas, brillo, o lo que a usted se le ocurra.
- 3 Asegure la tapa de plástico o de metal con cinta adhesiva.
- 4 ¡Use cucharas de madera o unos palitos, y dele a ese tambor con su niño! ¡Practique moverse al compás de la música!



Fuente: <http://kidsactivities.suite101.com>

Mod_1_Kit_PA_sp_2014

Child Health Initiative for Lifelong Eating & Exercise



CHILE PLUS

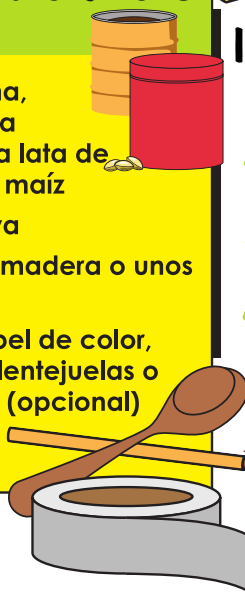
JUEGO ACTIVO TODOS LOS DÍAS!



Módulo 3 Tambores de un tarro de avena

Materiales

- ☐ tarro de avena, una lata vacía de café o una lata de palomitas de maíz
- ☐ cinta adhesiva
- ☐ cucharas de madera o unos palitos
- ☐ crayolas, papel de color, pegamento, lentejuelas o algo de brillo (opcional)



Instrucciones:

- 1 Haga un tambor de un tarro de avena, una lata vacía de café o una lata de palomitas de maíz.
- 2 Decore la lata, use papel de color, crayolas, lentejuelas, brillo, o lo que a usted se le ocurra.
- 3 Asegure la tapa de plástico o de metal con cinta adhesiva.
- 4 ¡Use cucharas de madera o unos palitos, y dele a ese tambor con su niño! ¡Practique moverse al compás de la música!



Fuente: <http://kidsactivities.suite101.com>

Mod_1_Kit_PA_sp_2014

Child Health Initiative for Lifelong Eating & Exercise



CHILE PLUS

JUEGOACTIVO TODOS LOS DÍAS!



Flauta de tubo de cartón

Materiales

- ☐ tubo de cartón (el rollo de un papel toalla)
- ☐ papel encerado
- ☐ ligas de hule



Instrucciones:

- 1 Haga cuatro hoyos de un lado del rollo de papel y uno en el lado opuesto.
- 2 Cubra un extremo del tubo con papel encerado prensado con una liga.
- 3 ¡Toquen una canción! Motive a sus niños a tararear por el extremo abierto del tubo. Para cambiar los sonidos que hace la flauta, enséñele a sus niños como mover sus dedos por los agujeros mientras mantiene su dedo pulgar en el hoyo opuesto.



¡Banda de Marcha!

Haga los cuatro instrumentos. Reúna a un grupo, y dele un instrumento a cada persona. Marche tocando música alrededor de la casa o afuera.



USDA es un proveedor y empleador que ofrece oportunidad igual para todos. Este material se imprimió con fondos proporcionados por el Supplemental Nutrition Assistance Program (SNAP en inglés) del Departamento de Agricultura de los EE.UU. (USDA siglas en inglés). El Supplemental Nutrition Assistance Program (SNAP en inglés) ofrece asistencia relacionada con la nutrición para gente con recursos limitados. Estos beneficios le pueden ayudar a comprar comida nutritiva para una mejor dieta. Para obtener más información, comuníquese al 1-800-432-6217.

Fuente:

<http://kidsactivities.suite101.com>

Child Health Initiative for Lifelong Eating & Exercise  CHILE PLUS

JUEGOACTIVO TODOS LOS DÍAS!



Flauta de tubo de cartón

Materiales

- ☐ tubo de cartón (el rollo de un papel toalla)
- ☐ papel encerado
- ☐ ligas de hule



Instrucciones:

- 1 Haga cuatro hoyos de un lado del rollo de papel y uno en el lado opuesto.
- 2 Cubra un extremo del tubo con papel encerado prensado con una liga.
- 3 ¡Toquen una canción! Motive a sus niños a tararear por el extremo abierto del tubo. Para cambiar los sonidos que hace la flauta, enséñele a sus niños como mover sus dedos por los agujeros mientras mantiene su dedo pulgar en el hoyo opuesto.



¡Banda de Marcha!

Haga los cuatro instrumentos. Reúna a un grupo, y dele un instrumento a cada persona. Marche tocando música alrededor de la casa o afuera.



USDA es un proveedor y empleador que ofrece oportunidad igual para todos. Este material se imprimió con fondos proporcionados por el Supplemental Nutrition Assistance Program (SNAP en inglés) del Departamento de Agricultura de los EE.UU. (USDA siglas en inglés). El Supplemental Nutrition Assistance Program (SNAP en inglés) ofrece asistencia relacionada con la nutrición para gente con recursos limitados. Estos beneficios le pueden ayudar a comprar comida nutritiva para una mejor dieta. Para obtener más información, comuníquese al 1-800-432-6217.

Fuente:

<http://kidsactivities.suite101.com>

Child Health Initiative for Lifelong Eating & Exercise  CHILE PLUS