

OCTUBRE 2026

HEAD START 3-5 AÑOS

PROYECTO DE HOGAR DE COMPROMISO FAMILIAR

Nombre del niño: _____

Sitio: _____

Clase #: _____

Firma del profesor: _____



Volunteers of America®
LOS ANGELES

Domingo	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Total semanal
				1. Enseña a tu hijo la primera letra de su nombre y pronúnciala para él. Luego haz una búsqueda del tesoro por la casa con él, buscando diferentes objetos que empiecen por la misma letra. Dale algunos ejemplos y consejos para ayudarlo.	2. Coloca diferentes objetos en una bandeja que se hundan o floten en el agua junto a un vaso de agua. Pregunta a tu hijo que prediga si cree que cada objeto se hundirá o flotará y que los coloque uno a uno en el agua para comprobar por sí mismo si su predicción era correcta.	3. Ve a la biblioteca y pide a tu hijo que elija un libro infantil sobre familias. Lee el libro con ellos. Déjale hacer comentarios y hacer preguntas. Luego habla sobre qué cosas del libro notaron que eran similares sobre su familia y qué compartía el libro sobre las familias.	
				1 HR	1 HR	1 HR	
4. Crea un libro de "Amo a mi familia". Con unos cuantos papeles, haz que tu hijo dibuje en cada página cosas que ama de su familia y cosas que le gusta hacer con ellos. Ayúdalo a escribir unas palabras en el libro, su nombre, cariño, etc.	5. Cuando tu hijo esté contento o feliz, pregúntale cómo se siente. Después de responder, pregúntale por qué cree que se siente así. Escucha su respuesta y pregúntale cómo sabe que se siente feliz. Comparte con él cómo se siente tu cuerpo cuando estás feliz.	6. Coloca varios tarros de especias de tu armario sobre la mesa. Explica cómo las especias ayudan a dar sabor a la comida para que sea aún más agradable. Haz que tu hijo huela cada tarro mientras dices el nombre. Describe en qué alimentos se pone normalmente la especia. Pregúntale cuáles especias le gustó más oler.	7. Explica que los gérmenes son tan pequeños que no se pueden ver, pero pueden enfermarnos. Explica cómo los gérmenes pueden viajar de una persona o objeto a otro y que lavarnos las manos es una forma de ayudar a evitar que se propaguen. Ayuda a tu hijo a pensar en qué horas del día se lava las manos.	8. Explica a tu hijo cómo se lavan los platos de tu casa después de cada comida para evitar la propagación de gérmenes. Muéstrale cómo lavas los platos con agua y jabón y haz que lave algunos de sus juguetes de la misma manera. Explicale cómo lavar objetos es una forma en la que nos ayudamos.	9. Haz saber a tu hijo que te gustaría que te ayude a crear una receta de sopa. Pídele a tu hijo que dibuje sus verduras y proteínas favoritas (carne o judías, etc.) en un papel. Explica cómo vas a usar su dibujo como lista cuando compres la sopa más adelante.	10. Ve al mercado con tu hijo y pídele que traiga la "lista" de alimentos que hizo ayer. Usando el dibujo, compra los ingredientes que necesitarás para hacer la sopa. Cuando cojas los ingredientes de la lista, explica por qué estos ingredientes son necesarios para una sopa sabrosa (caldo, etc.).	
1 HR	30 minutos	30 minutos	30 minutos	1 HR	30 minutos	1 HR	
11. Pide a tu hijo que te ayude a cocinar la sopa con los ingredientes que compraste ayer. Mientras estás seguro, haz que tu hijo te ayude mientras cocinas. Ellos pueden ayudarte a lavar verduras, traerte cosas cuando las necesitas, usar cucharas medidoras para conseguir	12. Pide a tu hijo que dibuje un dibujo de ti y de él disfrutando comiendo juntos la sopa que habéis cocinado. Si no pudiste cocinarla, pídele que dibuje un dibujo de vosotros disfrutando juntos de su comida favorita. Pídele que te describa el dibujo después.	13. En una regla o cinta métrica, muestra a tu hijo cómo los marcadores de pulgadas son las líneas largas y cómo tienen un número al lado. Explicales que esta es una forma para que las personas midan el tamaño de los objetos. Ayúdalo a medir 5 de sus juguetes favoritos y marca en un papel cuántas pulgadas tiene cada uno.	14. Usando una regla o cinta métrica, haz que tu hijo mida sus manos y pies, y luego tus manos y pies. Haz que escriba en un papel cuántos centímetros tiene cada uno. Ayúdalo a contar cada pulgada. Luego haz que compare cuáles son más pequeños y más grandes junto con 5 juguetes.	15. Observa a los pájaros volando en el cielo con tu hijo. Pide a tu hijo que describa su aspecto y que dibuje un dibujo.	16. Enseña a tu hijo una imagen de un árbol y señala las diferentes partes del árbol (raíces, tronco, ramas, hojas, etc.). Habla sobre lo que los árboles nos proporcionan a nosotros y a otros animales. Pídele que dibuje una imagen de un árbol incluyendo diferentes partes del árbol.	17. Haz un paseo de seguridad: Ayuda a tu hijo a identificar las distintas señales de tráfico: alto, paso peatonal, no entrar, etc. Haz que dibuje dos señales cuando llegues a casa.	
1 HR	30 minutos	30 minutos	1 HR	30 minutos	30 minutos	1 HR	
18. Con un vaso pequeño de agua y una esponja o un pincel, muestra a tu hijo cómo puede hacer dibujos en una acera o pared de hormigón cercana. Pinta y dibuja con el agua a su lado. Haz que comparta contigo lo que hace y hablemos de lo que has hecho tú.	19. Pide a tu hijo que clasifique sus zapatos en diferentes categorías como color, cordones o correas, zapatos de todos los días o eventos elegantes, zapatillas o botas, etc. Añade tus zapatos a la pila de la que pueda sacar si necesita más.	20. Barcos de aluminio de papel de aluminio: Dale a tu hijo un trozo de papel de aluminio para que lo esculpa en forma de barco. Hazlo flotar en un fregadero y comprueba cuántos juguetes pequeños puede contener antes de hundirse. Hazle saber que el ensayo y error es una parte normal del proceso creativo, y que puede remodelar el diseño de su barco tantas veces como necesite para que flote y sostenga objetos.	21. Haz que tu hijo tire algo de ropa blanda (calcetines enrollados) o juguetes en una cesta de la ropa sucia. Crea una línea con cinta de enmascarar donde los niños deben estar de pie. Puedes acercar o alejar la cesta según las capacidades de tus alumnos.	22. Busca una receta sencilla de plastilina casera. Dale a tu hijo los ingredientes que necesita para hacer plastilina en una mesa y ayúdalo a seguir la receta. Repasa las normas de tu casa para jugar con plastilina y deja que explore cómo enrollarla, aplastarla y tirar. Guárdala en una bolsa o recipiente hermético después.	23. Enseña a tu hijo cómo enrollar plastilina en forma de "serpientes". Luego muéstrale cómo puede hacer diferentes formas y letras con sus largos y delgados trozos de plastilina. Pídele que forme la primera letra de su nombre.	24. Ve a la biblioteca y ayuda a tu hijo a elegir un libro infantil sobre la amistad. Lee el libro con él, permitiéndole hacer preguntas y hacer comentarios. Pídele a tu hijo que dibuje un retrato de él y de sus amigos. Pídele a tu hijo que te cuente sobre su dibujo.	
1 HR	1 HR	30 minutos	30 minutos	1 HR	30 minutos	1 HR	
25. Ayuda a tu hijo a preparar un tentempié sencillo para sí mismo. Explica que todo lo que hace la gente tiene una fase de preparación, acción y limpieza. Haz que te ayuden a reunir todos los ingredientes para el tentempié como preparación, preparar el tentempié y recoger antes de que se lo coma.	26. En un papel blanco, usando la luz del sol o una linterna, haz que tu hijo dibuje la sombra de diferentes objetos de la casa, como juguetes, frutas, verduras, etc.	27. Haz que tu hijo use pinzas de cocina o pinzas para mover bolas de algodón u otros objetos pequeños entre dos recipientes o cuencos. Esta sencilla actividad le ayuda a fortalecer la coordinación ojo-mano y las habilidades motoras finas.	28. Lanza una pelota blanda de un lado a otro con tu hijo. Cuenta cuántas veces podéis lanzar la pelota entre vosotros sin soltarla. Puedes añadir o eliminar el desafío si es necesario, alejándote o acercándote el uno al otro.	29. Haz algunos recortes de diferentes formas. Luego juega al escondite con las formas. Turnaos con tu hijo, haciendo que uno cierre los ojos mientras el otro esconde la figura en una habitación o en la casa y la otra persona busca para encontrarla.	30. Reúne algunos objetos pequeños de diferentes colores como legos o trozos pequeños de papel de colores. Dale algunos a tu hijo y otros a ti mismo, y crea diferentes patrones para que él los copie, como azul, verde, azul, verde, rojo. Empieza con sencillos y luego pasa a lo complejo.	31. Da un paseo por el barrio y durante el paseo di: "Veo con mi ojo" y describe el objeto por color, tamaño o forma. Haz que el niño dibuje una imagen de los diferentes objetos encontrados durante el paseo.	
1 HR	30 minutos	30 minutos	30 minutos	30 minutos	30 minutos	1 HR	

