

# Physical Development and Coordination

☺ *Your child needs plenty of experience with small and large muscle control.*

☺ *Gross and fine motor development are just as important to your child's preparation for school as learning the alphabet and counting.*

## Parent Tips

- Set up an obstacle course using chairs, boxes, tables, pillow, etc. Have your child crawl or walk through, up, over, under, and between items. [Note: This is a fun birthday game.]
- When you're walking with your child, ask him/her to walk backwards or sideways; count steps together to practice counting.
- Have your child hop on the left foot then on the right foot. Have him/her jump on both feet or run in place as you clap or count to ten.
- Draw simple zigzag lines on a piece of paper and have your child practice cutting them.
- Write your child's name and have him or her trace over it with a crayon.
- Help your child trace letters, shapes and numbers in a tray of salt, sand, cornmeal or oatmeal.



## Getting Ready to Write

Everyday activities like these strengthen children's finger development, which in turn gets them ready for writing:

- ❖ Folding clothes
- ❖ Sorting small items
- ❖ Cutting out coupons
- ❖ Drying silverware
- ❖ Folding towels
- ❖ Lacing, buckling, and buttoning
- ❖ Pouring milk
- ❖ Folding napkins
- ❖ Stirring food



# Desarrolla y Coordinación Física

☺ *Su hijo necesita mucha experiencia para desarrollar el control de músculos grandes y pequeños.*

☺ *El desarrollo motriz es tan importante para la preparación de su hijo para la escuela como para aprender el alfabeto o a contar.*

## Consejos para los Padres

- Prepare una pista de obstáculos con sillas, cajas, mesas, almohadas, etc. Que su hijo camine a gatas o a través, por encima, sobre, por debajo y entre los objetos. [Nota: Éste es un juego de cumpleaños divertido.]
- Cuando pasee con su hijo pídale que caminen hacia atrás o hacia los lados y practiquen contando los pasos que dan juntos.
- Que su hijo salte primero con el pie izquierdo y después con el derecho. Después pueden saltar con los dos pies o correr mientras usted cuenta hasta diez.
- Dibuje simples líneas en zigzag en un papel y que su hijo practique cortándolas.
- Escriba el nombre de su hijo y que él/ella lo repase con una crayola.
- Ayúdele a su hijo a escribir letras, formas y números en una bandeja con sal, arena, copos de maíz o avena.



## Preparándose para Escribir

Estas actividades diarias fortalecen el desarrollo de los dedos de los niños, lo que les prepara para escribir:

- ❖ Doblar la colada
- ❖ Ordenar objetos pequeños
- ❖ Cortar cupones
- ❖ Secar los cubiertos
- ❖ Doblar toallas
- ❖ Atarse los cordones de los zapatos, abrocharse el cinturón de seguridad y ponerse los botones.
- ❖ Echar leche en un vaso
- ❖ Doblar servilletas
- ❖ Mover la comida

