



Lección

Su niño o niña está aprendiendo cómo esperar. Calmarse y luego hacer una actividad silenciosa ayuda a esperar. Contar cosas es una actividad silenciosa que su hijo o hija puede hacer mientras espera. Esto ayudará a su niño o niña a permanecer calmado y no molestar a los demás.

Saber cómo esperar ayuda a los niños a aprender tanto en la escuela como en la casa.

Juego

Juegue un juego con su niño o niña para practicar cómo esperar.

Diga: **Vamos a jugar a Esperar y Contar. Tú vas a esperar aquí mientras voy a la cocina y regreso (o a otro cuarto o lugar de la casa). Mientras esperas, cuenta todas las cosas rojas que veas. En cuanto yo salga, empieza a contar. Vaya al otro cuarto y regrese. Cuando regrese, pregunte: ¿Cuántas cosas rojas contaste?**

Túrnense para contar. Continúen jugando, contando cosas con otros colores o formas.

Historia



La historia de esta semana es sobre Olivia. A Olivia le está resultando difícil esperar en la fila. Está brincando en un pie y tropieza con otros niños. Pregunte a su niño o niña sobre esta historia.

- **¿Qué ves en esta foto?**
- **¿Cómo se siente Olivia?** (Entusiasmada, impaciente, con ganas de hacer tonterías).
- **¿Cómo lo sabes?** (Por la postura de su cuerpo. Por lo que está ocurriendo).
- **¿Qué puede hacer Olivia para ayudarse a esperar?** (Calmarse. Respirar profundamente. Buscar cosas para contar).

Ahora vamos a imaginarnos que somos Olivia. Vamos a respirar profundamente y luego contar cosas del mismo color en el cuarto. Respire tomando y expulsando el aire despacio. Luego elija un color y cuente todas las cosas de ese color en el cuarto.