

Carta a las familias

Envíe una carta a las familias para presentar el estudio. Utilice la carta para comunicarse con las familias y como una oportunidad para invitar a su participación en el estudio.

Apreciadas familias,

Los niños pequeños están en movimiento casi constante. El movimiento hace que los niños se sientan capaces y con confianza, libera tensión y desarrolla cuerpos y mentes fuertes. El amor de los niños hacia el movimiento hará que el estudio del ejercicio sea muy emocionante. Probaremos muchos tipos de ejercicios, observaremos a otras personas hacer ejercicios, exploraremos los lugares en los que las personas hacen ejercicios y descubriremos qué equipos usan.

Si pueden, nos encantaría que nos ayuden a realizar nuestro estudio. Necesitaremos muchos objetos e imágenes relacionados con el ejercicio. A continuación, se muestra una lista de artículos sugeridos, pero también pueden enviar otros que no estén en la lista que crean que podrían sumar a nuestra exploración. Etiqueten todos los artículos con su nombre para que podamos devolvérselos al final de nuestro estudio. ¡Prometemos cuidarlos bien!

pesas de mano (hasta 2 libras)	coderas	libros que presentan ejercicios y movimientos
colchonetas de ejercicio	trampolín pequeño para niños	libros que presentan el cuerpo humano
aros de juguete de plástico	botellas de plástico con tapas	
cuerdas de saltar	fotos de niños o familias que participan en diferentes tipos de ejercicios	
viga de equilibrio pequeña		
cascos		
rodilleras		

Al estudiar el ejercicio, aprenderemos conceptos y habilidades del desarrollo físico, el lenguaje y la lectoescritura, matemáticas, ciencias, estudios sociales, artes y tecnología. También desarrollaremos habilidades de pensamiento mientras observamos, investigamos, hacemos preguntas, resolvemos problemas, hacemos predicciones y ponemos a prueba nuestras ideas.

Lo que pueden hacer en casa

Hablen con su hijo acerca del ejercicio y hagan algunos ejercicios con su hijo todos los días.

Señalen cuando observan que la gente de su comunidad hace ejercicios. Ayuden a su hijo a mantener un plan de ejercicios diarios. Elaboren con su hijo una lista de los ejercicios favoritos de su familia. Al leer libros con su hijo, observen y hablen sobre los movimientos físicos de los personajes.

Al final de nuestro estudio, organizaremos un evento especial para mostrarles lo que hemos aprendido. Gracias por desempeñar un papel importante en nuestro aprendizaje.