CHILDREN'S HOME SOCIETY OF CALIFORNIA

Family and Child Care Provider Resource

Movement Activity for School-Age Children

Growing and Learning through Play

The following activity will support children's learning. Talk with children and ask questions as you play with them. As children listen to you, they build language and social skills, further reinforcing the concepts you are teaching. Match activities to children's favorite books, songs, or toys to make them more meaningful learning experiences. Visit our website at www.chs-ca.org to discover more learning resources.

CHILDREN'S HOME SOCIETY OF CALIFORNIA

Activity: Sock Tennis

What you need:

- Floor space inside, or outdoor grass area
- Painter's tape, long rope, or yardstick
- Timer that beeps
- Pairs of socks rolled together to make balls (or sponges work too)
- At least two (2) people (such as you and your child)
- Optional: Paper and pen for keeping score

What to do:

- Use the tape, long rope, or yardstick to divide the available space into two (2) equal halves or sides
- Each side has the same number of players and sock balls, sponges, or a mix of both
- Explain that each player will try to throw as many balls to the other side as they can before the timer goes off
- Each side will throw balls at the same time
- Set the timer for up to five (5) minutes and start the game
- The side with the least amount of balls wins
- Ask children why they cannot get all the balls to the other side. Child(ren) will eventually realize that as

What They Learn:

- Strengthens large and small muscles (gross and fine motor skills)
- Provides aerobic exercise which builds stronger hearts and lungs
- Increases spatial awareness (moving through a space while noticing where things and people are located)
- Develops eye-hand coordination
- Builds language skills (following directions)
- Promotes collaboration (teamwork)

CHILDREN'S HOME SOCIETY OF CALIFORNIA

Recurso para familias y proveedores de cuidado infantil

Actividad de movimiento para niños de edad escolar

Crecer y aprender a través del juego

La siguiente actividad ayudará al aprendizaje de los niños. Hable con los niños y haga preguntas mientras juega con ellos. A medida que los niños le escuchan, desarrollan habilidades sociales y lingüísticas, lo que refuerza aún más los conceptos que está enseñando. Combine las actividades con los libros, canciones o juguetes favoritos de los niños para que sean experiencias de aprendizaje más significativas. Visite nuestro sitio web en www.chs-ca.org para descubrir más recursos de aprendizaje.

CHILDREN'S HOME SOCIETY OF CALIFORNIA

Actividad: Jugar tenis con calcetines

Lo que necesita:

- Espacio en el piso, o un área al aire libre
- Cinta de pintor, cuerda larga o vara de medir
- Temporizador que suena
- Pares de calcetines enrollados juntos para hacer bolas (o las esponjas también funcionan)
- Al menos dos personas (usted y su hijo)
- Opcional: papel y bolígrafo para llevar puntajes

Qué hacer:

- Use la cinta, cuerda larga o vara de medir para dividir el espacio en dos mitades (lados) iguales
- Cada lado tiene el mismo número de jugadores y bolas de calcetín, esponjas o ambas
- Explique que cada jugador intentará lanzar tantas bolas al otro lado como sea posible antes de que suene el temporizador
- Cada lado lanzará pelotas al mismo tiempo
- Configure el temporizador durante 5 minutos o menos y comienza el juego
- El lado con la menor cantidad de bolas gana
- Pregúnteles a los niños por qué no pueden llevar todas las pelotas al otro lado. Con el tiempo, su(s) hijo(s) se darán cuenta de que mientras alguien lance las bolas, no podrá deshacerse de todas las bolas

Lo que aprenden:

- Fortalece los músculos grandes y pequeños (habilidades motoras gruesas y finas)
- Proporciona ejercicio aeróbico que desarrolla corazones y pulmones más fuertes
- Aumenta la conciencia especial (Moverse por un espacio mientras se observa dónde se encuentran las cosas y las personas)
- Desarrolla la coordinación ojo-mano
- Desarrolla habilidades lingüísticas (siguiendo instrucciones)
- Promueve la colaboración (trabajo en equipo)