



"Off To A Good Start"

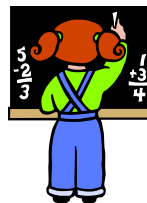
A Newsletter for You and Your Kids

University of California Cooperative Extension 858 514-4976 <http://cesandiego.ucdavis.edu>

Problem-Solving and Inquiry

A problem-solver is someone who questions, considers, and discovers answers to problems. Children begin to solve problems from birth. For example, a baby solves the problem of being hungry by crying. Preschoolers are always trying to solve problems as they struggle to make sense of their world. Many problems that children need to solve are the beginnings for math and science skills. Math is more than counting or adding and

subtracting. Math and science also involves reasoning, sorting, observing, exploring and predicting.



Parents/caregivers can help their child learn to solve problems by talking about how they use math in their daily lives. For example, when cooking, filling up the gas tank, buying groceries or setting the
(Cont. on Page 2)

May 2004

Program Staff

Sue Mangallan
4-H Youth and Family
Development Advisor

Lori Renstrom
Program Director

Mary Cartin-Lobo
Program Representative

Linda Corrales
Program Representative

Suggested Book List



- **The Tale of Peter Rabbit** by Beatrix Potter
- **Little Rabbit's First Number Book** by Alan Baker
- **Clifford's Spring Cleanup** by Norman Bridwell
- **The Tale of Rabbit and Coyote** by Tony Johnston
- **Rabbit's Bedtime** by Nancy Elizabeth Wallace
- **Little Rabbit's First Word Book** by Alan Baker
- **Zomo the Rabbit** by Gerald McDermott
- **Make Way for Ducklings** by Robert McCloskey
- **Carl's Afternoon in the Park** by Alexandra Day
- **White Rabbit's Color Book** by Alan Baker

Fingerplay Activity

Five Little Bunnies



Five little bunnies

(Hold up five fingers)

Hopping in the sun.

(Hold up two fingers and make them hop)

Eating all the farmer's carrots, one by one.

(Hold up fingers to mouth and pretend to nibble)

Here comes Mr. Farmer:

(Make a scared face with a hand on each cheek)

Oooooooh, you'd better run!

(Shake one finger)

5, 4, 3, 2, 1.

(Count down on fingers)

Inside this issue:

Problem Solving and Inquiry	1
Suggested Book List	1
Fingerplay Activity	1
Activities to do with your Child	3

Two Kids Page Inserts



"Off To A Good Start"

Un Boletín para Usted y sus Niños

Extensión Cooperativa de la Universidad de California 858 514-4976 <http://cesandiego.ucdavis.edu>

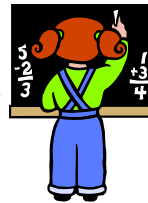
Resolución de Problemas e Indagación

Mayo 2004

Una persona que resuelve problemas es aquella que tiende a indagar o hacer preguntas, considera y descubre las respuestas a los problemas.

Los niños comienzan a resolver problemas desde que nacen. Por ejemplo, un bebé que tiene hambre, resuelve su problema llorando. Los niños de edad preescolar constantemente están resolviendo problemas pues están buscándole sentido a su mundo. Muchos de estos problemas que los niños tienen que resolver son el comienzo de las destrezas para las matemáticas y las ciencias. Las matemáticas es más que contar, sumar o restar. Las matemáticas y las ciencias también envuelven razonar, sortear, observar, explorar y predecir.

Los padres y cuidadores de niños pueden ayudarlos a resolver problemas cuando conversan con ellos acerca de como aplicar las matemáticas en situaciones cotidianas.



Por ejemplo, cuando estamos cocinando, llenando el tanque de gasolina, comprando en el mercado o conectando el reloj despertador, estamos utilizando las destrezas para las matemáticas. Incluya a su niño en el proceso de resolver los problemas de las actividades utilizando (Continúa de la pag. 4)

Program Staff

Sue Manglallan
4-H Youth and Family
Development Advisor

Lori Renstrom
Program Director

Mary Cartin-Lobo
Program Representative

Linda Corrales
Program Representative

Suggested Book List



- **El cuento de Pedrito Conejo** por Beatriz Potter
- **Los conejitos aprenden los números** por Alan Baker
- **Clifford y la limpieza de primavera** por Norman Bridwell
- **El cuento del conejo y el coyote** por Tony Johnston
- **Hora de dormir del conejo** por Nancy Elizabeth Wallace
- **Los conejitos aprenden las primeras palabras** por Alan Baker
- **Zomo el conejo** por Gerald McDermott
- **Abran paso a los patitos** por Robert McCloskey
- **Carlito en el parque una tarde** por Alexandra Day
- **Los conejitos aprenden los colores** por Alan Baker

Juego de Dedos

Cinco Pequeños Conejos



Cinco pequeños conejos
(Abra la palma de la mano)

Brincando en el sol

(Mantenga dos dedos levantado y hágalos brincar)

Comiéndose las zanahorias del granjero, una a una

(Mantenga sus dedos levantados hacia su boca y pretenda que esta masticando)

Aquí viene el Señor Granjero;

(Haga cara de asustado con sus dos manos en sus mejillas)

Ooooooh, mejor corremos!

(Use un solo dedo)

5, 4, 3, 2, 1.

(Cuenta hacia atrás con los dedos)

Dentro del Boletín:

Resolución de problemas e indagación 2

Libros 2

Sugeridos 2

Juego de Dedos 2

Actividades para Hacer con su Niño 4

Dos Páginas para Niños

Problem-Solving and Inquiry (cont. from page 1)

alarm clock math skills are being used. Involve your child in the process of solving problems in daily activities using the following six steps: Identify and talk about the problem; brainstorm possible solutions; evaluate possible solutions; select one of the solutions; try it out; and evaluate the results. For instance, this process can be used at the grocery store.

- Identify and talk about the problem. *We need to buy 1 pound of oranges. How do you think we can figure out what 1 pound is?*
- Brainstorm possible solutions. *Can we ask someone who works at the store? Can we guess?*

Can we put them in the scale to weigh them?

- Evaluate possible solutions. *Will we be able to find someone who works here? If we guess, will it be correct? Will the scale give us the right weight?*
- Select one of the solutions. *Let's put the oranges in the scale.*
- Try it out. *Put the oranges in the scale.*
- Evaluate the results. *Look, if we put one orange at a time in the scale, we know exactly how much they weigh.*

Use language around your child that encourages math and science

problem solving. These words include: more/less; thick/thin; long/short; few/many; first/last; wide/narrow; same/different; big/little; tall/short; small/large; high/low; light/heavy and early/late.

By incorporating these kinds of words into daily language and using the six steps, your child will be on their way to becoming a problem-solver. Parents/ caregivers can also help their child by presenting a positive attitude toward math and science. If you are excited and enthusiastic about solving problems, your child will be, too.

Activities to Do with your Child

Scrub-A-Dub... Spring's warmer weather allows people to spruce up their homes and surroundings after winter's cold weather. Celebrate the new season by having a spring-cleaning day with your children.

They will enjoy sweeping sidewalks, scrubbing outside walls with soft brushes, and picking up litter. On especially warmer days, provide sponges and buckets of water for cleaning toys and toy vehicles. Wash away winter and spiff up for spring!

Why are Snacks Important? Most kids don't eat large meals but like snacks. Why? Your child has a small stomach. Therefore, they probably eat less at meals than you do. Most kids do best when they eat four to six times a day. If the right



snacks are given to your child, they can help provide the vitamins and nutrients children need to grow.

Want your child to eat healthy snacks? Be a good example for your child. Eat healthy snacks with your child. *Small children learn to eat what they see others eating and enjoying.* Your child will not want to eat an apple if they see you eating candy. *Small children want to eat what they see.* Keep healthy snacks in the house. Do not buy soda, chips, candy and other sweets every time you go to the grocery store. *You have control over what types of food are in your home.* It is okay to have an occasional sweet, but not every day. Once or twice a week is enough. When you have a sweet food, eat a small amount. *Your child is watching and learning!*

Some Healthy Snack Ideas

- Fresh fruit—apple slices, bananas, oranges, pineapple, melon chunks and kiwi
- Fruit canned in juice—canned peaches, pears, mixed fruit
- Yogurt with berries—strawberries, blueberries or raspberries
- Dry cereal—cheerios, kix, chex mix or others
- Baby carrots or carrot coins
- Cherry tomatoes or sliced tomatoes
- Broccoli or cauliflower pieces



- Cheese slices, string cheese or cheese curds

- Hard cooked eggs

- Turkey or ham rolls—roll a slice of turkey or ham around a breadstick and eat

- Lettuce rolls—roll a leaf of lettuce around a slice of turkey or ham and cheese

- Tacos or quesadillas



Mexican Roll-Ups

Small children can mix, spread and roll up these snacks.

Children love to eat what they help to cook.

6 (8 inch) flour tortillas

8 ounces low fat cream cheese

1 cup shredded cheddar cheese

1 cup finely chopped ham or smoked turkey

$\frac{1}{2}$ cup finely chopped green or red pepper

$\frac{1}{2}$ cup finely shredded carrots

$\frac{1}{2}$ teaspoon taco seasoning

Mix cream cheese, cheddar cheese, ham or turkey, peppers, carrots and taco seasoning together in a bowl. Spread mixture on tortillas. Roll up tortillas and cut each tortilla roll into 6 slices. Serve with salsa.



Resolución de Problemas e Indagación (Continúa de la pag. 2)

do los siguientes seis pasos; Identifique y converse acerca del problema: encuentren diferentes soluciones; evalúen las posibles soluciones; seleccione una de las soluciones; pruébela; y evalúe los resultados. Por ejemplo, este proceso puede ser utilizado cuando va de compras a un supermercado.

- Identifique y hable acerca del problema. *Necesitamos comprar una libra de naranjas. ¿Como crees que pudiéramos averiguar cuanto es una libra?*
- Encuentre diferentes soluciones. *¿Podemos preguntarle a alguien que trabaje en la tienda? ¿Adivi-*

namos? ¿Las ponemos en la pesa y las pesamos?

- Evalúe las posibles soluciones. *¿Podremos encontrar a alguien que trabaje aquí? ¿Si adivinamos, estaremos correctos? ¿Si las pesamos, nos dará el peso correcto?*
- Seleccione una de las soluciones. *Probemos poner las naranjas en la pesa.*
- Ponga a prueba su solución seleccionada. *Pese las naranjas.*
- Evalúe los resultados. *Si ponemos todas las naranjas juntas en la pesa, sabremos exactamente cuanto pesan.*

Cuando este alrededor de su niño, utilice lenguaje que promueva la resolución de problemas de matemáticas y ciencias. Utilice palabras tales como: más/menos; delgado/grueso; largo/corto; pocos/muchos; primero/último; ancho/angosto; igual/diferente; pequeño/grande; alto/bajo; ligero/pesado y temprano/tarde.

Cuando incorporamos este tipo de palabras dentro del lenguaje diario y utilizamos los seis pasos indicados anteriormente, su niño estará en el camino correcto para resolver problemas. Los padres y los cuidadores de niños también pueden ayudar a los niños cuando estos poseen una actitud positiva hacia las matemáticas y las ciencias. Si usted se muestra entusiasta y alegre cuando esta resolviendo sus problemas, su niño seguirá su ejemplo también.

Actividades para Hacer con su Niño

Limpieza de primavera... El clima en primavera permite que limpiemos nuestros hogares y alrededores después de un frío invierno. Celebre esta nueva estación teniendo una "limpieza de primavera" junto con sus niños.



Ellos disfrutaran barriendo las aceras, cepillando las paredes de afuera con cepillos suaves y recogiendo basura. En días especialmente cálidos, permítales que laven sus juguetes dándoles baldes con agua y esponjas. Disfrute de la primavera.



Le gustaría que su niño comiera bocadillos saludables? Sea un buen ejemplo para su niño. Los niños pequeños aprenden a comer observando lo que otros comen y disfrutan. Su niño no va a querer



comerse una manzana si lo ve a usted comiéndose un dulce. Ellos quieren comer lo que ven. Mantenga bocadillos saludables en la casa. No compre sodas, papas tostadas o dulces cada vez que va al supermercado. Usted posee el control sobre el tipo de comidas que mantiene en su hogar. Esta bien comer un dulce ocasionalmente, pero no todos los días. Dos veces a la semana es suficiente. Cuando vaya a comer algún alimento dulce, escoja una porción pequeña. Su niño esta observando y aprendiendo!

Ideas de Bocadillos Saludables

- Fruta enlatada en su jugo- chabacanos, peras, fruta mixta
- Yogur con fruta- fresas, frambuesas, etc
- Zanahorias pequeñas o en rodajas
- Tomatitos de cóctel o en rodajas
- Brócoli o coliflor en pedazos
- Rodajas de queso o en tiras
- Huevos cocidos
- Rollos de jamón o pavo- enrolle una rebanada de pavo o jamón alrededor de

un bollo de pan

- Rollos de lechuga- enrolle una rebanada de pavo o jamón y queso en una hoja de lechuga
- Tacos o quesadillas



Rollitos Mexicanos

Los niños pueden ayudar a mezclar, esparcir y enrollar estos bocadillos.



A los niños les encanta comerse lo que ellos preparan

6 (8 pulgadas) tortillas de harina.

8 onzas de queso crema bajo en grasa.

1 taza de queso amarillo rallado

1 taza de jamón o pavo finamente picado.

$\frac{1}{2}$ taza de pimienta verde o roja picado.

$\frac{1}{2}$ taza de zanahorias finamente ralladas.

$\frac{1}{2}$ cucharadita de sazónador para tacos

Mezcle el queso crema, queso amarillo, jamón o pavo, pimientos, zanahorias y sazónador en un tazón. Esparza la mezcla en las tortillas. Enrolle y corte las tortillas en seis pedazos. Sirva con salsa

**UNIVERSITY OF CALIFORNIA COOPERATIVE
EXTENSION**

COUNTY OF SAN DIEGO MS-018
5555 OVERLAND AVE., SUITE 4101
SAN DIEGO, CA 92123



Sue Manglallan

4-H Youth & Family Development Advisor

Mary Cartin-Lobo

"Off to a Good Start" Program Representative



University of California
Cooperative Extension

Division of Agriculture and Natural Resources

Lori Renstrom

"Off to a Good Start" Program Director

Linda Corrales

"Off to a Good Start" Program Representative

OFF TO A GOOD START is funded by the First 5 Commission of San Diego and is a program of Cooperative Extension, ANR, and the University of California. The University of California prohibits discrimination against or harassment of any person on the basis of race, color, national origin, religion, sex, physical or mental disability, medical condition (cancer-related or genetic characteristics), ancestry, marital status, age, sexual orientation, citizenship, or status as a covered veteran (special disabled veteran, Vietnam-era veteran or any other veteran who served on active duty during a war or in a campaign or expedition for which a campaign badge has been authorized). University Policy is intended to be consistent with the provisions of applicable State and Federal laws. Inquiries regarding the University's nondiscrimination policies may be directed to the Affirmative Action/Staff Personnel Services Director, University of California, Agriculture and Natural Resources, 300 Lakeside Dr., 6th Floor, Oakland, CA 94612-3550, (510) 987-0096.

OFF TO A GOOD START fue fundada por las primeras 5 Comisiones de SD y es un programa de Extensión Cooperativa, ANR y la Universidad de California. La Universidad de California prohíbe la discriminación o el hostigación de cualquier persona. Esta prohibición abarca razones de raza, color, origen nacional, religión, sexo, incapacidad física o mental, estado de salud (casos de cáncer o de características genéticas) ascendencia, estado civil, edad orientación sexual, ciudadanía o condición de veterano (veterano con incapacidad específica, veterano de la era de Vietnam o cualquier veterano en servicio activo en una Guerra, campaña o expedición para la cual una insignia de campaña haya sido autorizada). La política de la Universidad se propone concordar con las leyes federales y estatales precedentes. Las preguntas sobre la política antidiscriminatoria de la Universidad pueden dirigirse a : the Affirmative Action/Staff Personnel Services Director, University of California, Agriculture and Natural Resources, 300 Lakeside Drive, 6th Floor, Oakland, CA 94612-3550. Phone : (510) 987-0096.