

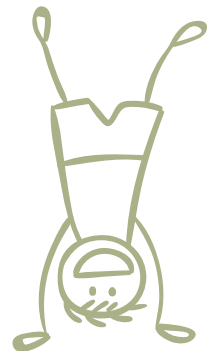
# Maglaro Tayo!

Mga Aktibidad para sa mga Pamilya



SET  
3

Mga Identidad,  
Panlipunang  
Responsibilidad, at  
Diversity



# Buod

*Ang Maglaro Tayo! Mga Aktibidad para sa mga Pamilya ay idinebelop ng BC Ministry of Education para sa mga pamilya at caregivers upang suportahan ang early learning experiences ng mga bata sa pamamagitan ng paglalaro at pagkakaroon ng kasiyahan.*

Ang bawat aktibidad na laro ay maiuugnay sa isa sa Living Inquiries na nakalarawan sa BC Early Learning Framework, tulad ng:

- Pakikipag-ugnayan sa Iba, sa mga Materyales, at sa Mundo
- Komunikasyon at Karunungan Magbasa at Magsulat
- Mga Identidad, Panlipunang Responsibilidad, at Diversity
- Ang Kapakanan at ang Pagiging Kabahagi

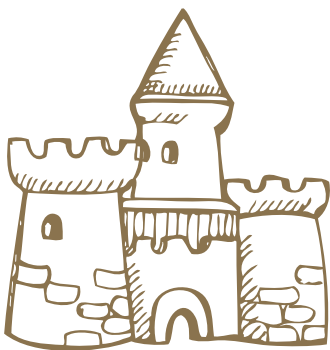
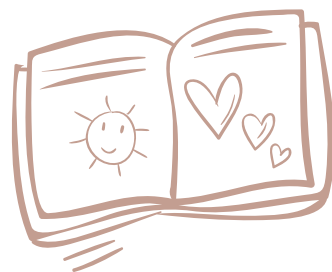
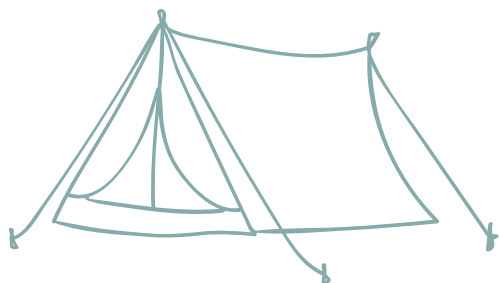
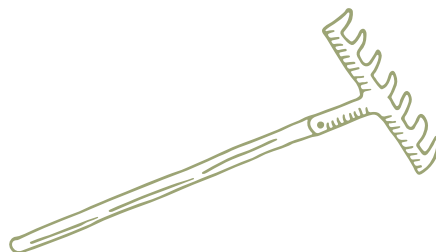
Layunin ng mga aktibidad na lumikha ng mga karanasan na naglalaan ng lubos na kasiyahan sa mga pamilya. Pinabubuti ng kasiyahan ito ang mainam na social at emotional development sa mga bata. Ang mga aktibidad ay maingat na pinili upang hikayatin ang pagpapahiwatig at pagpapalawak ng mga interes at mga ideya ng mga bata at upang magbigay ng mga bago at masiglang setting para makapag-explore ang mga bata. Ang “paano” na seksyon ay nagbibigay ng mga ideya kung paano maaring iakma ang bawat aktibidad sa mga batang may iba’t-ibang mga kakayahan.

## **Mga karagdagang tip:**

- Hikayatin ang iyong anak na simulan ang paglalaro, batay sa kanyang mga kagustuhan at/o mga tanong;
- Walang tama o maling paraan upang maglaro gamit ang mga aktibidad;
- Kapag nagtatanong sa iyong anak ng mga bukás na katanungan (may ibinibigay na mga halimbawa), bigyan siya ng sapat na panahon upang maproseso ang mga ito at upang siya’y makasagot;
- Gamit ang mga salita, ilarawan kung ano ang ginagawa ng iyong anak habang siya’y naglalaro; at,
- Kapag may kahirapan o problema, suportahan ang mga bata sa pamamagitan ng pagtulong sa kanila na lutasin ang mga problema. Halimbawa, sabihing “Oo, mahirap nga. Ano kaya ang iba nating magagawa?” Kapag inimbata ang mga bata na mag-isip sa ganitong paraan, mapapabuti ang kanilang skill development at madaragdagan ang kanilang kompiyansa sa sarili.

Masiyahan sa pagkukuwento sa iyong anak! Ang bawat aktibidad ay may isa o higit pang mga iminumungkahing libro na may kinalaman sa mga paksa ng aktibidad. Ang mga iminumungkahing libro ay kasalukuyang nasa ilang mga library, at ang mga ito’y iba’t-ibang picture books at mga kuwento, mga libro ng impormasyon at board books. Kung hindi mo mahanap ang isang libro, magtanong sa mga tauhan sa library upang matulungan ka nila o upang makapagrekomenda sila ng ibang libro. Maaari mo ring tingnan kung may mga libro at mga kuwento na nakasulat sa wikang sinasalita ng iyong pamilya sa tahanan.

## **Maglaro at magkasiyahan na tayo!**



# Ang Pang-araw-araw na Problema



## Ano

Maraming mga pangyayari na nagaganap sa buong araw ay maaaring masaya, pero ang mga pang-araw-araw na pangyayari ay maaari ring nakakabigo, nakakalungkot, o nakakadismaya. Ang aktibidad na ito ay naghihiikayat sa mga bata na pag-usapan ang ilang mga ganoong panahon at humanap ng mga solusyon sa mga karaniwang problema. Kapag pinag-uusapan ang mga problema sa labas ng mga stressful na sitwasyon, nasisisulan ng mga bata na maunawaan ang mga perspektibo ng iba, at natututunan nilang pag-usapan at lutasin ang mga hamon sa iba.

1

### Ihanda ang Kapaligiran

- Magbanggit ng problemang madaling mangyari sa bahay, komunidad, o paaralan, at matutulungan nila ang mga character sa kuwento na lutasin ang problema.

2

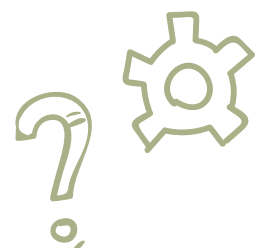
### Pang-araw-araw na Problema

- Magkasama kayong gumawa o pumili ng mga character para sa kuwento. Tandaan na kapag mas komplikado ang kuwento, mas komplikado rin ang problema.
- Magsabi ng isang pamilyar na kuwento. Halimbawa, pinaghihirapan ni Timmy na gawing mataas na mataas ang kanyang toreng itinatayo. Napansin ni Bindy ang itinatayong tore at inisip niyang nakakatuwa siguro kung binangga niya ang tore. Nang natapos na ni Timmy ilagay ang huling block sa tore, binangga ito ni Bindy.
- Tanungin ang iyong anak, "Ano sa palagay mo ang pakiramdam ni Timmy? Ano ang ilang mga bagay na maaaring gawin niya pagkatapos ito banggain ni Bindy? Ano ang ilang mga bagay na magkasama nilang magagawa pagkatapos mahulog ang tore?"
- Huwag lutasin ang problema; mas mainam ang magtanong upang tulungan ang iyong anak na humanap ng solusyon.

## Bakit

Sa larang ito, matutulungan ang mga bata na

- Magdibelop ng pag-unawa sa mga pagkakaiba sa perspektibo
- Mapahusay ang kanyang paggamit ng wika at kanyang memorya
- Mapahusay ang kaalaman tungkol sa kanyang identidad sa pamamagitan ng pagtaguyod sa mga perspektibo at mga nararamdaman ng ibang mga bata
- Magpraktis na lutasin ang problema para sa mga hamon sa tunay na buhay



## Paano

Hikayatin ang iyong anak na pag-isipan ang mga iniisip ng mga character, lalo na ang mga iniisip ng mga taong hindi nila kaagad nauunawaan.

Magkuwento sa iyong anak ng Pang-araw-araw na Problema mula sa iyong buhay. Hingan siya ng mga ideya kung paano ito lulutasin. Sabihin sa kanya kung ano ang iyong ginawa o mainam din ang pag-usapan ang ibang mga posibleng opsyon.

Maglaan ng ilang mga pagpipilian para sa mga solusyon kung nahihirapan ang mga bata na mag-isip ng kanilang mga sariling solusyon. Maglaan ng bagay na makikita nila sa pamamagitan ng pagguhit o pagkuha ng mga retrato ng iyong anak, gamit ang mga solusyon, upang mapahusay ang kanilang memorya, komunikasyon, at critical thinking. Ang ilang mga karaniwang solusyon na maaaring gamitin para sa mga mapanghamong sitwasyon sa mga kaibigan ay ang

- Humingi ng tulong sa isang kaibigan o sa isang taong nakatatanda
- Huminga nang malalim
- Pumili ng iba
- Magtanong kung makakatulong kang ayusin ito
- Magsabi sa isang kaibigan kung ano ang iyong nararamdaman o kung ano ang iyong kailangan
- Akapin siya o magpaakap

Gumamit ng mga libro, manyika, o mga puppet upang magpakita ng isang sitwasyon at isa sa mga solusyon na ito. Hilingin ang iyong anak na magkuwento ng Pang-araw-araw na Problema tungkol sa isa sa kanyang mga sitwasyon.

Magbasa kayo ng libro tungkol sa paglutas ng problema o ibang mga ideya na may kinalaman sa paksang ito. Ilang mga mungkahi:

- *Accident!* isinulat ni Andrea Tsurumi
- *I Love My Purse*, isinulat ni Belle DeMont

## Saan

Ang aktibidad na ito ay maaaring gawin kahit saan.

## Kailan

Ang aktibidad na ito ay magagawa kahit kailan. Maaaring gusto o kailangan ng ilang mga bata ng pagkakataong magpraktis ng pang-araw-araw na problema bago siya magpunta sa child care o sa paaralan, o pag-uwi nila sa bahay.





# Ang Lahat ay Nagbabago

## Ano

Ito’y isang aktibidad na makakatulong sa iyong anak na matutunan ang “pagkakaiba” at “pagbabago”.

### 1 Ihanda ang Kapaligiran

Kausapin ang iyong anak tungkol sa mga pagbabagong nangyayari araw-araw, tulad ng weather, isang bulaklak na namukadkad, ang mga dahon na nahulog, o na ang kanilang mga kuko sa kamay o paa ay mas mahaba na kaysa noong nakaraang linggo.

Pag-usapan ang ilang mga pagbabago na malaki, at ilang mga pagbabago na maliit. Paminsan-minsan ay maaaring masaya sila tungkol sa mga pagbabago, at malungkot sila tungkol sa iba, at na OK lang ang lahat ng mga nararamdaman nila.

### 2 Pagbahagi ng mga Karanasan

Hilingin ang iyong anak na tumingin sa paligid at humanap ng isang bagay na hindi nagbago, at ibang bagay na nagbago.

Maaaring maaraw pa rin ang panahon ngayon tulad ng kaninang umaga o lumipad na ang ibon na nakita mo sa labas. Tanungin ang iyong anak, “Ano ang nakikita mo?”

## Bakit

Sa larong ito, matututo ang mga bata na

- Ipahayag ang mabuting saloobin at paggalang sa sarili, sa iba, at sa mga ari-arian
- Maunawaan na ang lahat ng mga tao’y may kahalagahan
- Maunawaan, tanggapin, at harapin ang mga pagbabago at mga pagkakaiba sa kanilang mga sarili at sa kanilang paligid

## Paano

Siyasatin kasama ng iyong anak ang ilang mga bagay na hindi nagbabago, at ilang mga bagay na naiiba o nagbago. Tukuyin ang mga ito.

Kasama ng iyong anak, pag-isipan kung ano ang magiging itsura ng mga pagbabago at mga pagkakaibang ito sa papel, gamit ang mga salita, mga drawing, o iba pang malikhaing paraan.

Kasama ng iyong anak, siyasatin kung ano ang nararamdaman nila sa mga pagbabago at mga pagkakaibang ito. Maaari mong pag-usapan ang mga pagbabago, isulat ang mga ito, i-drawing, o ipahayag ito sa ibang paraan tulad ng pag-arte.

Magbasa ng isang kuwento kasama ng iyong anak tungkol sa weather, mga pagbabago, o iba pang mga ideya na may kinalaman sa aktibidad. Heto ang isang mungkahi:

- *The Apple Tree*, isinulat ni Sandy Tharp-Thee & Marlena Campell Hodson



## Saan

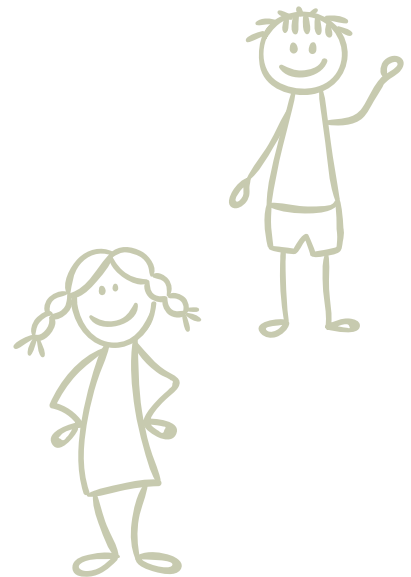
Ang aktibidad na ito ay maaaring gawin sa anumang lugar na pamilyar sa iyong anak.

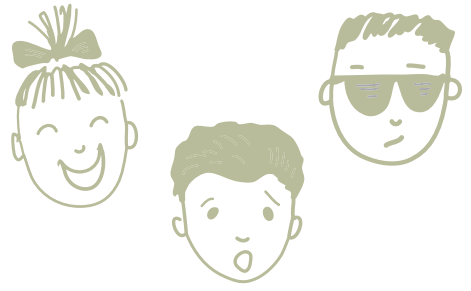
## Kailan

Ang aktibidad na ito ay maaaring gawin kahit anong oras.

### Reference

Braun, M., & Stewart, W. (2017). *Mindful Kids: 50 Mindfulness Activities for Kindness, Focus and Calm*. [Activity Deck]. Cambridge, MA: Barefoot Books





# Face Collage

## Ano

Ang Face Collage ay isang magandang paraan upang turuan ang mga bata tungkol sa kanilang personal na identidad, diversity, at upang itaguyod ang kanyang sense of belonging.

### 1

#### Ihanda ang Kapaligiran

- Kumuha ng full-face na mga retrato ng iyong anak, mga bata, o ng iyong mga kapamilya. I-print ang images sa isang coupon bond (pinakamainam kung colour ito). Gupitin ang retrato sa apat hanggang anim na pahaba at malawak na strips. Upang hindi madaling masira ang mga ito, maaari mong i-laminate ang bawat strip o maaari mong takpan ang bawat piraso gamit ang clear Mactac.
- Paghalu-haluin ang strips sa isang basket at hayaan ang iyong anak na tingnan ang mga ito.
- Tanungin sa iyong anak kung ano ang mga emosyon na nakikita niya sa basket at ibahagi ang iyong obserbasyon. "May nakikita akong masayang ngiti. Parang bibig mo yata iyan!"

### 2

#### Collage

Maaaring buuin ng mga bata ang mga mukha o maaari nilang paghalu-haluin ang strips upang gumawa ng mga kakaibang mukha gamit ang mga bahagi ng kanilang mukha, ng kanilang pamilya, o ng mga kaibigan.

## Bakit

Sa larong ito, matututo ang mga bata na

- Makilala, tanggapin, at ipahiwatig ang iba't-ibang mga emosyon, mga iniisip, at mga pananaw
- Magtatag ng mga mahuhusay na relasyon sa kapwa adults at mga bata
- Magdibelop ng pag-unawa sa diversity at inclusion
- Magkaroon ng sense of belonging at personal na identidad
- Magdibelop ng emotional literacy skills
- Magdibelop ng wika at komunikasyon

## Paano

Maaari kang magsimula gamit ang isa o dalawang mukha na may apat na pahabang malawak na strips. Hikayatin ang language development sa pamamagitan ng pagtatanong sa iyong anak kung ano ang nakikita niya. Subukang ituro ng iyong daliri ang mga bahagi ng mukha (halimbawa, ang ilong, o mga mata) at paulit-ulit na sabihin ang pangalan nito upang maiugnay niya ang mga salita dito. At kapag nakompleto ng bata ang face puzzle, maaari mong ulitin ang pangalan ng tao kasama ng iyong anak. Ito'y nakakatulong sa mga bata na gawing mas matatag ang kanilang mga relasyon sa kanilang mga kaibigan at mga kapamilya.



Magdagdag ng iba pang mga mukha na may apat hanggang anim na pahabang strips. Magtanong ng mga bukás na katanungan tulad ng

- “Ano/ Sino ang nakikita mo?”
- “Pareho ba ang itsura nila?”
- “Sa palagay mo’y saan ginagamit ito?” (Kapag itinuturo ng daliri ang bahagi ng mukha, subukang banggitin na ang mga tao at mga hayop ay may parehong features na may parehong functions, pero paminsan-minsan ay iba talaga ang itsura nila)
- “Ano sa palagay mo ang kanilang nararamdaman?”

Ang dialogue ang minsá’y nagiging pinakamalakas na paraan upang suportahan ang paglaki at development ng mga bata. Ang pagkakaroon ng mga magagandang pakikipag-talakayan batay sa mga hilig at mga tanong ng mga bata ay maaaring magpahintulot sa patuloy na pagkakataong matuto.

Depende sa kung saan mapupunta ang inyong talakayan, maaaring matutunan ng iyong anak ang inclusion at matutuwa siya sa mga pagkakaiba ng ibang tao, emotional literacy, katawang pantao, at basic mathematics.

Gumamit ng images ng mga ‘di-pamilyar na tao at gumawa ng apat hanggang anim na pahabang strips at apat hanggang anim na pahalang na strips para sa bawat mukha. Pagkatapos gumawa ng mga bagong mukha, gumawa ng kuwento tungkol sa kung sino sila at kung ano ang mga kagustuhan nila.

Magbasa ng kuwento kasama ng iyong anak tungkol sa mga damdamin o saloobin, mga pamilya, o iba pang mga ideya na may kinalaman sa aktibidad. Hetong ang isang mungkahi:

- *My Nose, Your Nose*, isinulat ni Melanie Walsh

## Saan

Ang larong ito ay maaaring gawin sa isang patag na ibabaw, sa loob o sa labas. Maaari ka ring magdagdag ng magnet sa likod ng strips at maaari silang ilagay sa isang magnetic board o sa fridge.

## Kailan

Ang aktibidad na ito ay maaaring gawin kahit anong oras, at pinakamainam kung magagawa ito nang mag-isa o sa mga maliliit na grupo.



# Family Tree



## Ano

Maaga pa lamang ay sabik na ang mga bata na makaramdam na sila’y bahagi ng kanilang mundo. Ang mga unang salita ng isang bata ay karaniwang mga salita o mga pangalan ng kanilang mga kapatid, mga magulang, guardians, o care providers. Habang nagkakaroon ng karagdagang kompiyansa ang mga bata sa kanilang kakayahan at habang nadidebelop nila ang kanilang mga indibidwal na personalidad, mas nalalaman nila ang kanilang pagkakatatulad at pagkakaiba sa kanilang mga kaibigan.

Ang paglaro sa Family Tree na ito ay mabuting paraan upang mapabuti ang pakiramdam ng isang bata na siya’y kabahagi, at ang kanyang identidad, at mas natututunan niya ang kanyang lahi at kultura. Ito rin ay isang simpleng paraan upang malaman ang diversity ng mga pamilya at pagkatao.

### 1

#### Ihanda ang Kapaligiran

- Maraming paraan upang ipaalam ang konsepto ng “Pamilya”. Banggitin ang ideya sa pamamagitan ng pag-uusap tungkol sa iyong pamilya, pagtingin ninyo sa mga retrato ng pamilya, o pagbasa ng kuwento tungkol sa mga pamilya.
- Kausapin ang iyong anak tungkol sa iba’t-ibang mga emosyon na maaaring maramdaman ng pamilya (halimbawa, maaaring malungkot ang isang kapatid dahil nasira ang laruan, maaaring maganda ang pakiramdam ng isang tiya dahil siya’y inakap).

### 2

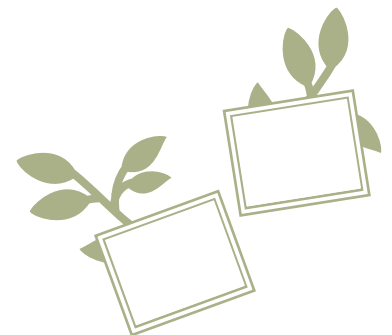
#### Pag-usapan ang Family Tree

- Maglagay ng images ng mga kapamilya/caregivers sa papel o poster-board at simulang gawin ang iyong family tree, simula sa bata na nasa kalagitnaan. Magdagdag ng images ng mga lolo’t lola, mga tiyo, tiya, mga kapareha, mga pinsan, o mga kapatid. Gawin din ito para sa caregivers.
- Subukang gawing mukhang tunay na punò ang iyong family tree sa pamamagitan ng paglagay ng images sa mga ginupit na dahon, o gumamit ng mga tunay na dahon na paglalagyan ng mga retrato. Ang images ay maaaring konektahin gamit ang linya, lubid, o patpat. Mainam nitong maipapakita ang koneksyon ng mga kapamilya sa mga minamahal sa buhay.

## Bakit

Sa larong ito, ang mga bata ay

- Magdidebelop ng kompiyansa, magkakaroon ng pakiramdam na sila’y kabahagi, matututo nilang ipahiwatig ang kanilang sarili, at malalaman nila kung ano ang diversity
- Huhusay sa komunikasyon, wika, at literacy skills
- Magdidebelop ng creativity, critical thinking, at skills sa paglulutas ng problema



## Paano

Maaari mo at ng inyong anak gawin ang aktibidad na ito sa iba't-ibang mga paraan; gayunman, mainam kung “nalalaman mo kung ano ang gusto niya.” Mag-adapt sa mga indibidwal na pangangailangan ng iyong anak, tulad ng paggamit ng mga personal na retrato, drawings, o sa pamamagitan ng pagsabi o pagsulat ng mga pangalan.

Subukang gamitin ang images sa larong hulaan (halimbawa, hulaan ang pangalan ng tao o ibang mga bagay tungkol sa kanila).

Kapag ang mga bata ay hindi pa nagsasalita, maaari nilang itugma ang mga retrato sa mga taong malapit sa kanila. Sa halip na ipaulit o pasabihin sa iyong anak ang mga pangalan, tanungin ang iyong anak, “Nasaan si Daddy?” at hayaan ang iyong anak na hanapin o ituro ang taong iyon.

Subukang gumuhit ng images ng mga kapamilya sa halip na gumamit ng mga retrato. Maaari ka ring magdagdag ng indibidwal na impormasyon ukol sa pamilya sa ilalim ng bawat image (saan sila ipinanganak, ang kanilang paboritong pagkain, hobbies).

Kapag hindi pa gaanong nalalaman ng mga bata ang mga pangalan ng mga kapamilya o caregivers, maaari nilang tingnan ang mga retrato. I-laminate ang images (subukang gumamit ng laminate, packing tape, o plastic page protector sleeves) at ilagay ang mga retrato sa isang key ring o sa isang kahon o stack. Ang mga pangalan ay maaaring idagdag sa harap o sa likod ng mga retrato. Regular na pag-usapan kung ano ang images upang tulungan ang iyong anak na maging pamilyar sa kanila.

Kung ang iyong anak ay pumapasok sa classroom, mainam din na imbitahin ang iyong anak na ipakita ang kanyang family tree o mga retrato sa kanyang mga kaibigan. Maaaring simulan nila ang pag-uusap dahil dito.

Magbasa kayo ng libro tungkol sa iba't-ibang uri ng mga pamilya. Ilang mga mungkahi:

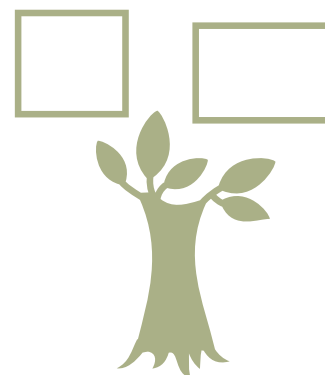
- *A Family Is a Family Is a Family*, isinulat ni Sara O’Leary
- *The Family Book*, isinulat ni Todd Parr

## Saan

Ang larong ito ay maaaring gawin kahit saan; gayunman, mainam itong laruin sa mesa kung saan makakatulong kang pagsama-samahin ang family tree. Pinakamainam na gawin ito kasama ng isa o higit pang mga bata.

## Kailan

Ang aktibidad na ito ay maaaring gawin kahit kailan.



# Paghahalaman kasama ng mga Bata



## Ano

Ang pagsasali sa mga maliliit na bata sa paghahalaman ay napakagandang paraan upang kumonekta sa kalikasan, upang matuto tungkol sa pagkain at kung paano lumalaki ang pagkain. Sa hardin, nagagamit din ng mga bata ang lahat ng kanilang senses (paghipo, panlasa, pagtingin, pandinig, at pang-amoy). Halimbawa, maaari nilang makita kung paano lumalaki ang halaman, at siguro'y matitikman din nila ang pagkain. Mas madalas na nagugustuhang subukan ng mga bata ang isang bagay kapag tumulong sila sa pagpapatubo o paghahanda nito. Ang simula ng spring ay mahusay na panahon upang simulan ang pagtanim ng mga buto sa loob ng bahay at ang pakikipag-usap sa mga bata tungkol sa panahon ng pagtatanim.

## 1

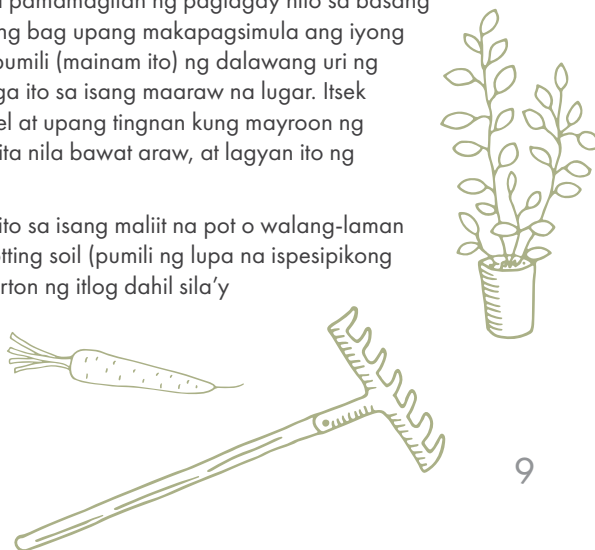
### Ihanda ang Kapaligiran

- Pag-usapan ninyong dalawa ng iyong anak kung ano ang hardin at kung ano ang iba't-ibang mga bagay na mahahanap sa isang hardin.
- Tanungin sa iyong anak kung ano ang kanilang mga ideya tungkol sa pag-aalaga ng mga halaman at hardin.
- Tingnan ang mga retrato sa mga libro o tingnan ang mga hardin sa iyong kapitbahayan.
- Magtanong kung nais nilang gumawa ng kanilang sariling hardin sa bahay!

## 2

### Aktibidad sa Pagtatanim

- Pag-isipan kung magpapalaki kayo ng mga halaman sa labas o sa loob lamang. Kung mayroon kayong lugar sa labas para sa isang maliit na hardin o planter, hikayatin ang iyong anak na tumulong sa paghanda ng lupa sa pamamagitan ng pagtanggap ng damo, pagbubungkal gamit ang mga pala o mga patpat, at paglagay ng compost o iba pang natural na pampataba sa lupa (iwasan ang chemical fertilizers na maaaring makalason kung nakain mula sa mga kamay ng mga bata).
- Piliin ang iyong mga butong pananim kasama ng iyong anak. Magkasama ninyong pagpasiyahan kung anong uri ng mga gulay o beans ang maaari ninyong palakihin, depende sa lugar at kung ito'y maarawan, at kung ano ang dati nang itinatanim ng iyong pamilya at/o komunidad. Halimbawa, kailangang gumapang ang mga baging ng kalabasa sa lupa at kailangan nito ng lugar tulad ng malaking planter o garden plot. Ang mga kamatis, herbs, letsugas, chard, at kale ay lumalaki nang pataas at maaaring palakihin sa mga paso. Ang beans at peas ay nangangailangan ng trellis o balag na gagapangan. "Itago ang mga pakete ng buto upang maalala mo kung ano kailangan ng iyong mga halaman upang sila'y lumaki.
- Simulan ang pagtatanim ng iyong mga buto sa loob ng bahay sa pamamagitan ng paglagay nito sa basang paper towel sa loob ng maliliit na plastic bag. Lagyan ng label ang bag upang makapagsimula ang iyong anak na makilala ang mga salita. Hikayatin ang bawat bata na pumili (mainam ito) ng dalawang uri ng buto sa simula, kung sakaling hindi lumaki ang isa. Ilagay ang mga ito sa isang maaraw na lugar. Itsek ito araw-araw upang masigurado na nananatiling basâ ang towel at upang tingnan kung mayroon ng tumutubong buto. Hikayatin silang i-drawing kung ano ang nakikita nila bawat araw, at lagyan ito ng label gamit ang isa o dalawang salita.
- Oras na ang mga ito'y umusbong na, ilipat mo at ng iyong anak ito sa isang maliit na pot o walang-laman na karton ng itlog na gawa sa papel at na mayroong bagong potting soil (pumili ng lupa na ispesipikong ginawa para sa mga lumalaking halaman). Mainam ang mga karton ng itlog dahil sila'y maaaring kasamang itanim sa mas malaking pot o sa hardin, at ang papel ay unti-unting nalulusaw (tandaan na hindi ito mangyayari kung Styrofoam egg cartons ang gagamitin).



- Ilipat ang seedlings o punla sa labas (kung magagawa mo ito) oras na hindi delikado na mapipinsala ng frost ang seedlings sa labas. Ang ilang mga halaman ay maaaring kailangang manatili sa mas mainit na lugar nang mas matagal, tulad ng kamatis. Ang ilang mga halaman ay maaaring mangailangan ng mga patpat na pansuporta sa kanila.
- Hikayatin ang iyong anak na subukan ang ibang mga tungkulin ng hardinero, tulad ng pagdidilig, pagbunot ng weeds, at pagpitas ng gulay. Kung mahigit pa sa isa ang iyong anak, hilingin silang maghali-halili habang sinusubukan nila ang iba't-ibang mga tungkulin ng hardinero. Kung ang iyong naani ay hindi sapat para matikman ng lahat, mainam ang kumuha ng karagdagang gulay sa grocery. Subukang gumawa ng taste test upang malaman kung alin ang mas masarap!

## Bakit

Sa aktibidad na ito, matututo ang mga bata na

- Mapahalagahan ang mga epekto ng kanilang mga kilos sa kalikasan at sa planeta, sa pamamagitan ng paghahalaman
- Pag-isipan at malaman ang tungkol sa kanilang pamilya, komunidad, at ang mas malawak na mundo sa pamamagitan ng pagtatanim ng pagkaing mahalaga sa kanilang komunidad
- Magdibelop ng fine motor skills/mga kakayahan sa pamamagitan ng pagtatanim ng mga buto at pagdidilig at pagkuha ng tubig o lupa
- Pahalagahan at maunawan ang nutrisyon at kalikasan
- Magkaroon ng pagmamalasakit at makita ang epekto ng kanilang mga kilos sa kanilang kapaligiran

## Paano

Maaaring mangailangan ng patnubay o tulong ang ilang mga bata para sa mga aktibidad sa itaas. Gawin ang mga aktibidad kasama ng iyong anak sa pamamagitan ng pagpapatnubay sa kanilang kilos, tulad ng paglagay ng iyong kamay sa kamay ng bata para maramdaman ng bata ang mga kilos.

Gumawa ng pagkakataon para sa iyong anak upang masiyasat niya ang iba't-ibang mga aktibidad nang mag-isa, at subukang panoorin siya nang hindi ka napapansin. Obserbahan ang kanyang mga hilig at magtanong ng mga katanungan na naghihikayat sa kanya na magsiyasat pa.

Hikayatin ang iyong anak na mag-isip ng mga bagong laro at mga ideya na may gardening theme.

Magbasa ng isang kuwento kasama ng iyong anak tungkol sa paghahalaman o iba pang mga ideya na may kinalaman sa aktibidad. Hetong ang isang mungkahi:

- *A Day with Yahya*, isinulat ni Nicola Campbell & Julie Flett

## Saan

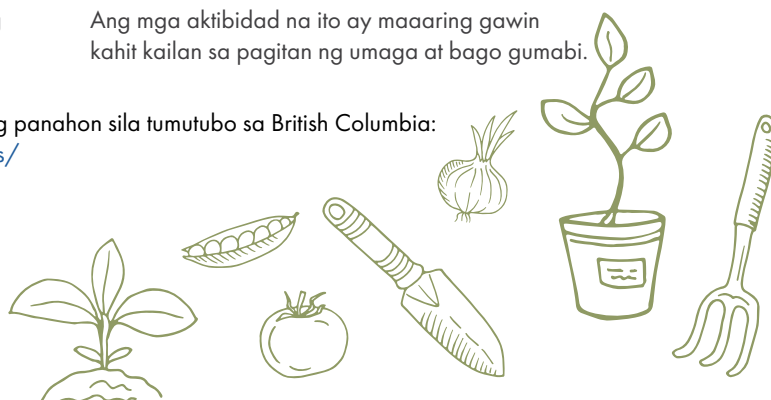
Ang aktibidad na ito ay maaaring gawin sa loob o labas ng bahay, depende sa kung saan tinatanim ang hardin.

Tingnan ang listahan na ito ng mga halaman at kung kailang panahon sila tumutubo sa British Columbia:

<https://www.appetitetoplay.com/healthy-eating/tips-ideas/seasonally-available-british-columbia-fruits-and-vegetables>

## Kailan

Ang mga aktibidad na ito ay maaaring gawin kahit kailan sa pagitan ng umaga at bago gumabi.





# People Playdough

## Ano

Natututunan ng mga bata ang mundo sa kanilang paligid sa pamamagitan ng pagtanong at pag-observerba. Natututo sila mula sa mga taong nasa paligid nila, at pagkatapos ay natutuklasan o napapansin nila na sila'y pareho at may pagkakaiba sa ibang tao. Mahalaga sa prosesong ito na suportahan ng mga magulang, caregiver, at educators ang pagdibelop ng magandang self-image at pag-unawa na ang diversity o pagkakaiba ay isang katotohanan ng ating mundo at ito'y isang bagay na dapat ipagdiwang.

### 1 Ihanda ang Kapaligiran

Maaari mong simulan ang aktibidad na ito sa pamamagitan ng pagbasa ng kuwento tungkol sa diversity, tulad ng *The Skin You Live In* na isinulat ni Michael Tayler. Habang binabasa ninyo ang libro, banggitin ang mga kulay. Pagkatapos magbasa ay tingnan ang iyong sariling braso at hayaan ang iyong anak na hulaan kung ano ang kulay ng iyong balat. Kung ikaw ay nasa isang grupo, maaari mong tanungin ang ibang mga bata sa pamamagitan ng pagtanong sa kanila kung ano ang kulay nila. Magtanong tungkol sa kanilang mga kapamilya, kung ano ang kanilang itsura, at ang pinakamahalaga, kung ano sa palagay nila ang dahilan kung bakit sila unique o natatangi.

### 2 Gumawa ng Play Dough!

#### Ingredients ng Nilutong Play Dough

- 2 kutsarang vegetable oil
- 4 na kutsarang Cream of Tartar
- 2 tasang all-purpose flour
- 1 tasang asin
- Food colouring (tingnan ang mga ratio sa ibaba)
- 2 tasang tubig

#### Food Colouring Ratio para sa Iba't-ibang Kulay ng Balat:

- Tan: 3 patak ng dilaw, 2 patak ng pula, 1 patak ng asul
- Brown [mas madilim na tan]: 3 patak ng dilaw, 3 patak ng pula, 3 patak ng asul
- Olive/Brown: 10 patak ng dilaw, 8 patak ng pula, 6 na patak ng asul
- Pink/Blush: maglagay ng toothpick sa pulang food colouring at ihalo ito sa tubig; magdagdag ng maliliit na patak hanggang nakuha mo na ang tamang kulay

#### Paano gagawin

Paghaluin ang lahat ng tuyong ingredients sa isang bowl at itabi ito. Sa isang saucepan, haluin ang liquid ingredients sa medium heat nang 3-5 minuto, at dahan-dahang idagdag ang tuyong mixture hanggang ang mixture ay namuo. Kapag ito'y malamig na, maaari mong masahin ang dough sa chopping board na may kaunting harina. Paunawa: ang homemade playdough ay medyo maselan. Kapag hindi tama ang itsura nito, subukang magdagdag pa ng harina o tubig hangga't kinakailangan. Ang playdough ay madaling haluan, kaya't patuloy na magdagdag ng harina o tubig hanggang umabot ka na sa tamang consistency nito.

### 3 Maglaro!

Ang aktibidad na ito na sisimulan ng bata ay maaaring gawin sa ibabaw ng isang mesa na may playdough o iba't-ibang mga materyales tulad ng cookie cutters na hugis-katawan, mga butones, googly eyes, at iba't-ibang mga sinulid (orange, dilaw, brown, itim, at puti). Maaaring gamitin ng iyong anak ang mga bagay na ito upang gumawa ng model ng kanyang sarili, ng kanyang mga kaibigan, o sinumang tao na gusto niyang gawin.



## Bakit

Ang aktibidad na ito ay nakakatulong na

- Magdibelop ng creative thinking skills
- Magdibelop ng pag-unawa ng diversity, individualism, at positive self-image
- Magdibelop ng pakiramdam at mas malaking kamalayan sa lipunan at emosyon
- Pahusayin ang kanyang fine motor (kamay) skills
- Magdibelop ng pagpapaubaya para sa iba't-ibang sensory experiences

## Paano

Subukang gumawa ng modelo ng iyong sarili, mga kaibigan, o mga minamahal sa buhay gamit ang playdough at iba pang mga bagay na nasa mesa. Banggitin ang kanyang ginagawa nang hindi siya pinipintasan. Halimbawa, kung naglagay ang bata ng mga lubid sa tiyan ng taong ginagawa niya, maaaring sabihing “Naglagay ka ng buhok sa iyong tiyan,” sa halip na sabihing, “Wala ka namang buhok sa iyong tiyan, ang iyong buhok ay nasa iyong ulo.” Obserbahan ang ginagawa ng bata at hikayatin siyang magpaliwanag at magtalakay. Tandaan na ang proseso ang mahalaga at hindi ang produkto!

Para sa mga bata na nag-aaral pang magsalita, magtulungan kayong gumawa ng mga tao gamit ang playdough at i-label sila bilang caregivers, mga guro, mga kaibigan, o pamilya. Magpakita sa kanya ng mga retrato kung makakatulong ito sa iyong anak na maiugnay sila.

Upang dagdagan pa ang aktibidad, sa halip na gumamit ng food dye ay gumamit ng natural ingredients tulad ng carob, cocoa, luya, mustard powder, paprika, cinnamon, chili at taco seasoning, upang dagdagan ang density at iba't-ibang kulay ng balat, bukod pa sa pagdagdag ng amoy. Hihikayatin nito ang mga bata na malaman ang iba't-ibang mga amoy ng iba't-ibang mga pagkain at na pag-usapan ang mga ito.

Magbasa kayo ng libro tungkol sa diversity, at gumawa ng iba't-ibang uri ng dough o iba pang mga ideya na may kinalaman sa paksang ito. Ilang mga mungkahi:

- *Shades of People*, isinulat ni Shelley Rotner
- *Suzie's Sourdough Circus*, isinulat ni Kathy Sager.

Tingnan ang MOSAIC BC, isang BC charity na naglilingkod sa mga komunidad ng mga imigrante, bagong dating, at refugees; ito'y may mga programa at events sa buong BC: <https://www.mosaicbc.org/about/>

## Saan

Ang aktibidad na ito ay pinakamainam para sa isa hanggang apat na mga bata, sa mesa kung saan maaari silang mag-usap-usap at maglaro.

## Kailan

Ang aktibidad na ito ay maaaring gawin kahit kailan. Siguraduhing may sapat na panahon para hindi nagmamadali ang mga bata habang sila'y naglalaro.

## Reference

Hollander, D. (2012, Oct. 6). *Flesh Tone Play Dough Tutorial* [Blog Post]. Kinuha mula sa [https://littlestarslearning.blogspot.com/2012/10/flesh-tone-play-dough-tutorial.html?\\_sm\\_au\\_=iVVqMmmV7VpV5WBs](https://littlestarslearning.blogspot.com/2012/10/flesh-tone-play-dough-tutorial.html?_sm_au_=iVVqMmmV7VpV5WBs)

# Restaurant Pretend Play



## Ano

Gustung-gusto ng mga bata na maglaro nang kunwa-kunwari o pretend play, kabilang ang magkunwaring laruin ang pagkain. Ang aktibidad na ito ay nagbibigay sa mga bata ng pagkakataong sumali sa pagkukunwari na magplaplan, maghahanda, at maghahain ng pagkain.

### 1

#### Ihanda ang Kapaligiran

Banggitin ang ideya ng kunwa-kunwaring restaurant. Pagpasiyahan ninyong dalawa ang pagkain sa menu ng inyong restaurant. Maaari kang pumili ng mga pagkaing gusto ninyong dalawa, mga pagkaing paborito ng iyong anak, o kunwa-kunwaring pagkain.

### 2

#### Magtayo ng kunwa-kunwaring Restaurant!

Bigyan ang iyong anak ng ilang choice kung nahihirapan siyang magsimula. Heto ang ilang mga trabaho na maaaring kailangang gawin upang magtayo ng restaurant:

- Gumawa ng menu
- I-set ang mesa
- Ihanda ang pagkain
- Magbihis (gamit ang apron, hat, scarf, o ano pang maiisip mo!)
- Maghugas ng mga pinggan
- Mag-imbita ng mga kakain sa restaurant

## Bakit

Sa larong ito, ang mga bata ay

- Magdidebelop ng creative thinking skills
- Magdidebelop ng pag-unawa sa iba't-ibang pagtingin sa mundo
- Bubuti sa literacy at komunikasyon
- Makakapagkontrol ng kanilang sarili kapag sila'y nagkukunwari



## Paano

Hikayatin ang iyong anak na gawin ang mga pagkaing gusto niyang gawin; halimbawa, gamit ang playdough, blocks, pagpinta, paggupit ng mga retrato mula sa mga dyaryo, magazine, o pagkulay.

Gawin ninyong dalawa ang mga menu at mga sign para sa restaurant. Ang iyong anak ang mag-iisip ng pangalan para sa restaurant, kung anong uri ng mga pagkain ang ise-serve, ang presyo ng mga ito, at gagawa siya ng mga drawing ng mga pagkain.

Pag-usapan kung ano ang pa ang maaaring kailanganin upang maghanda para sa restaurant na ito (halimbawa, upuan, mga baso, kubyertos, mga napkin). Maaari ring pag-isipan ng iyong anak ang musikang gusto niyang patugtugin sa background habang kumakain ang mga tao!

Kung kailangan ng iyong anak ng tulong upang magsimula, ipakita sa kanila kung paano gawin ang isang bagay (maghugas ng pinggan, maghalo sa isang kaldero), at hikayatin silang gayahin ka. Habang sila'y naglalaro, tulungan silang gawing sunod-sunod ang mga bagay tulad ng: kumuha ng tasa, magbuhos ng inumin sa tasa, haluin ito, inumin ito!

Subukang tanungin ang iyong anak ng mga bukás na katanungan tulad ng “Anong mga bagay ang mahusay na nangyari?” o kaya “Ano pa ang ibang mga bagay na maaaring kailanganin mo?” Hikayatin ang iyong anak na isama ang mga ideyang ito at maglaro muli.

Pag-usapan ninyo ng iyong anak kung sino pa ang maaari niyang imbitahin sa kanyang restaurant. Ito'y maaaring mga kapamilya, iba pang mga paboritong tao, o kahit stuffed toys. Subukang gumawa ng mga imbitasyon at ipadala ang mga ito sa mga tao upang makibahagi sila sa pagkain ng iyong anak sa kanyang restaurant.

Magbasa kayo ng libro tungkol sa pagkukunwari sa isang restaurant o iba pang mga ideya na may kinalaman sa paksang ito. Ilang mga mungkahi:

- *Eat*, isinulat ni Elizabeth Verdick
- *Soup Day*, isinulat ni Melissa Iwai
- *There's a Fly Guy in My Soup*, isinulat ni Todd Arnold

## Saan

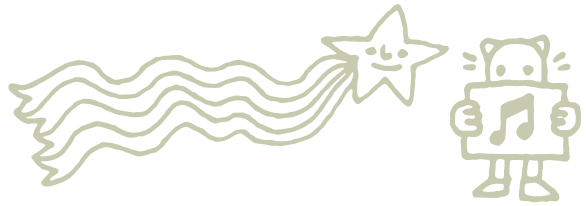
Ang aktibidad na ito ay maaaring gawin sa loob o sa labas kung saan may lugar upang magtayo ng restaurant.

## Kailan

Ang aktibidad na ito ay magagawa kahit kailan sa buong araw, buwan, o taon.



# Kuwentuhan



## Ano

Subukan ang aktibidad na ito kung napapansin mo na mahilig makinig sa mga kuwento ang iyong anak, o nagsisimula siyang lumikha ng kanyang mga sariling kuwento.

Hindi mo kailangan maging master storyteller upang matuwa ang iyong anak sa isang kuwento. Maaari kang magkuwento ng personal na kuwento mula sa iyong kabataan. Natutuwa rin ang mga batang makinig sa mga kuwento tungkol sa kanilang mga sarili, tulad ng kanilang kapanganakan at kung gaano ka natutuwang makita sila.

OK lang para sa mga bata na sumabad sa mga kuwento at magtanong. Walang tama o maling paraan, at sinusuportahan nito ang pagdibelop ng self-esteem.

Mag-relax, mag-enjoy, at sumabay sa daloy ng kuwentuhan!

## Bakit

Sa aktibidad ito, matututo ang mga bata na

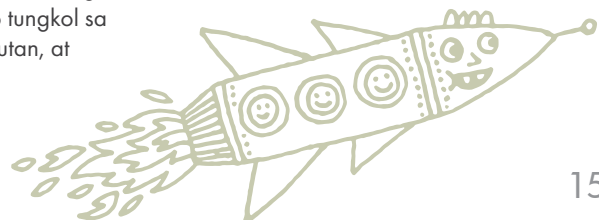
- Bigyang-halaga ang iyong mga pinahahalagahan at mga paniniwala at ang iyong kultura
- Mapag-isipan ang at matuto tungkol sa pamilya, komunidad, at ang mas malaking mundo
- Bigyang-halaga at matutunan ang bagong bokabularyo at komprehensyon ng wika
- Gamitin ang critical thinking skills kung isinali mo sila sa kuwento. Halimbawa, tanungin sila kung ano sa palagay nila ang maaaring mangyari
- Magkuwento tungkol sa kanilang sarili o kanilang pamilya
- Makita at marinig ang isang modelo ng pagkukuwento, na maghihikayat sa kanila na lumikha ng kanilang mga sariling kuwento
- Magkaroon ng lakas-loob dahil matututo sila ng mga mahalagang leksyon sa buhay mula sa kanilang magulang o caregiver

Ang aktibidad na ito ay makakatulong sa iyo at sa iyong anak na maging malapit. Kadalasan ay gusto ng mga batang tumabi nang husto habang sila'y nakikinig sa kuwento. Ang physical contact ay magdudulot sa kanila ng pakiramdam na sila'y malapit at kontaktado dahil kayo'y nag-uusap at nakikinig sa isa't-isa.

## Paano

Kung wala kang gaanong karanasan sa pagkukuwento, maaari kang magsimula sa isang maikling kuwento. Halimbawa, subukang sabihin sa iyong anak ang isang nakakatawang bagay na nangyari sa iyo o isang nakakatawang bagay na sinabi ng iyong anak nang siya'y maliit pa.

Magkuwento ng mas mahahabang kuwento na talagang nalalaman mo. Natutuwa ang mga bata kapag natututunan nila ang kanilang kultura at mga kapamilya sa pamamagitan ng mga kuwento. Maaari mong ikuwento sa kanila ang mga bagay na ikinatutuwa mo nang ikaw ay bata pa, o mga bagay na kinatatakutan mo at kung paano mo naalis ang iyong takot. Sabihin sa iyong anak kung sinong mga tao ang mahalaga sa iyo at kung paano nila naapektohan ang iyong buhay. Maaari kang magkuwento tungkol sa iyong anak at sa mga bagay na dati nilang nagugustuhan o kinatatakutan, at banggitin sa kanila na sila'y nagbago na at lumaki na.



Isali ang iyong anak sa pagkukuwento sa pamamagitan ng pagtatanong tulad ng, “Ano sa palagay mo ang susunod na nangyari?” o “Ano sa palagay mo ang naramdaman nila?” Maaari ka ring gumawa-gawa ng mga kuwento kung saan ang iyong anak ang bida na naging bayani. Maaari kang maging malikhain o maaari mong ikuwento ang mga kuwentong nalalaman mo. Alinman ang iyong gagawin, matutuwa ang mga bata sa atensyon at sa panahong gugugulin mo sa pakikipag-usap sa kanila

Tingnan kung ano ang mga kuwento sa iyong local library:

<https://www2.gov.bc.ca/gov/content/sports-culture/arts-culture/public-libraries>

## Saan

Maaari kang magkuwento kahit saan.

## Kailan

Ang aktibidad na ito ay magagawa bago matulog, kapag nais mong libangin ang iyong anak, habang naghihintay para sa isang appointment, o kapag nagbibiyahe. Maaari itong mangyari kahit kailan kapag ikaw o ang iyong anak ay nasa mood!

## Reference

Community Action Program for Children (CAPC)

<https://www.canada.ca/en/public-health/services/health-promotion/childhood-adolescence/programs-initiatives/community-action-program-children-capc.html>

