

Learning at Home Weekly Calendar

12-23mo

January 18-22, 2021

	Activities	Outside Time (30 minutes each time)
<p>Monday, Wednesday, Friday</p>	<p>Fingerplay: Nothing warms your heart quite like watching your kiddo laugh, laughter is part of the attachment process. There's more to bonding than that loving gaze and touch. It's an ongoing process, and laughter plays a part. So, if you do manage to get a grin and a giggle out of your little one while you do "Two Little Eyes," remember all the magic going on behind a laugh. Have fun pointing out your child's eyes, ears, nose, cheeks and chin.</p> <p>Two Little Eyes: Two Little eyes that open and close Two Little ears and one little nose Two little cheeks and one little chin And one little mouth that's starting to grin!</p> <p style="text-align: right;">Approaches to Learning: Creativity and Imagination</p>	<p>AM: Provide a tub of water and props for scooping, pouring, stirring, and pretend play. Describe what you see as the child plays with the water.</p> <p>PM: Place the ball in front of the child. Encourage your child to reach for, grasp and release the ball.</p> <p style="text-align: right;">Physical) AM-traveling skills. PM- Uses fingers and hands</p>
<p>Tuesday, Thursday</p>	<p>Ball Play: Ball play is fun. Ball play involves gross-motor and locomotor skills, fine motor skills, complex cognition, and other important skills such as proprioception. Here are some ways to play with balls. Find a container to fill with balls and dump them. Demonstrate first and then let your child do it. Play hide and seek with a ball. Let your child see you hide the ball and then ask "where did it go?" Make a ramp in your home or use the toddler slide if you have one. Parent and child each take an end of the ramp and roll the ball down. Switch spots so your child has a turn rolling and then catching the ball. Another activity to do with a ball is to let your child roll a ball into a laundry basket or box on it's side. Your child will get to make soccer goals.</p> <p style="text-align: right;">Physical: Gross motor</p>	<p>AM: Offer your child opportunities to experiment with different ways of balancing. "You found the doll under the scarf! Can you squat down to pick the doll up?"</p> <p>PM: Making bubbles: you can mix dish soap in some water to make a bubble solution. Items such as slotted spoons and plastic cookie cutters can be used as bubble making wands. Dip the wand into the solution and encourage your child to wave the wand in the air to create bubbles using whole-arm movements. Let your child point at and pop the bubbles created.</p> <p style="text-align: right;">Physical) AM-traveling skills. PM- Uses fingers and hands</p>
<p>Read Aloud</p>	<p style="text-align: center;">**Read to your child twice a day every day for 30 minutes each ** https://www.storylineonline.net/ (free)</p>	
<p>Weekly Health and Safety</p>	<p>COVID- Helping to De-Stress: A student brought home a glitter jar and told her mom "Tell them that when their brain has a glitter storm, they can shake this up and take deep breaths as the glitter falls." We could all use some help settling our glitter right now. If you are feeling stress about the COVID-19 pandemic, your brain isn't misfiring. Stress is a normal, healthy biological response to perceived threats and challenges. It's a response that gets us ready to act- to protect ourselves and our loved ones. But too much stress can hijack our ability to reason through a situation. As much as possible, we want to be responsive instead a reactive. My kids are watching me as this global situation unfolds. Just this morning, they watched to see how I reacted to the news that the local public schools had suddenly closed. Research shows that just being in the presence of a compassionate, safe adult can help kids calm down. As families, we can be "that person" for each other. Thankfully, we have good tools for calming this stress response when it's not helping us- tools that can be used in this or any other situation. The strategies we use to help children navigate their big feelings are the exact same tools I need to be using right now to navigate mine! Breathing is one tool to help manage stress. When we are anxious or upset, our heart rate increases and our breath becomes more shallow. When we take deep breaths, we send a message back to the brain. It's okay to calm down. You can also make a glitter jar to help with breathing. Use an empty, clean jar and fill it will water and glitter. For Children under three please make sure to fully secure the lid with glue or tape so that it can't be opened. Another way to make a calming jar is with oil and food coloring. Again please make sure to secure the lid for children under three. How to use these bottles when you are upset. When you are upset shake the bottle up. Hold the bottle still or set it down and take deep breaths until the contents inside the bottle settle once again. Some other things to ask yourself when you are upset is.... Am I hungry? Am I overstimulated? Do I need sleep? Do I need exercise? If you answer yes to any of these questions this could be effect your emotional regulation. Be the model for your children on how to navigate life's uncertainties with calm, courage and compassion.</p>	

Calendario semanal de aprendizaje

12-23mo

18-22 de enero del 2021

	Actividades	Tiempo afuera (30 minutos cada vez)
Lunes, Miércoles, Viernes	<p>Juegos de dedos: nada mueve su corazón como ver a su hijo/a reír, sonríe es parte de un proceso de acercamiento. Hay más en la vinculación que esa mirada y el tacto amorosos. Es un proceso continuo y la risa juega un papel importante. Entonces, si logras sacar una sonrisa y una risa de tu pequeño mientras haces "Dos ojos pequeños", recuerda toda la magia que hay detrás de una risa. Diviértase señalando los ojos, oídos, nariz, mejilla y barbilla de su hijo/a.</p> <p>Dos ojitos: Dos ojitos que se abren y se cierran Dos orejitas y una nariz pequeña Dos pequeñas mejillas y una pequeña barbilla ¡Y una boquita que empieza a sonreír!</p> <p style="text-align: right;">Enfoques del aprendizaje: creatividad e imaginación</p>	<p>AM: Provea una tina de agua y accesorios para sacar agua, meterla, agitarla y para el juego imaginario. Describa lo que ve a medida que el niño/a juega con el agua.</p> <p>PM: Coloque la pelota enfrente del niño/a. Anímelo/a alcanzar, agarrar, y soltar la pelota.</p> <p style="text-align: right;">Física) AM-habilidades grandes motoras. PM- habilidades de equilibrio</p>
Martes, Jueves	<p>Juego con pelota: El juego con pelota es divertido. El juego con pelota implica habilidades motoras gruesas y locomotoras, habilidades motoras finas, cognición compleja y otras habilidades importantes como la propiocepción. Aquí hay algunas formas de jugar con pelotas. Encuentra un recipiente para llenar con pelotas y tirarlas. Demuestre le primero y luego deje que su hijo/a lo haga. Juega al escondite con una pelota. Deje que su hijo/a lo vea esconder la pelota y luego pregunte "¿a dónde se fue?" Haga una rampa en su casa o use el tobogán para niños pequeños si tiene uno. Los padres y los niños toman un extremo de la rampa y hagan rodar la pelota hacia abajo. Cambie de lugar para que su hijo/a tenga la oportunidad de rodar y luego atrapar la pelota. Otra actividad que se puede hacer con una pelota es dejar que su hijo/a haga rodar una pelota en una canasta de ropa o en una caja a su lado. Su hijo/a podrá hacer goles de fútbol.</p> <p style="text-align: right;">Físico: motricidad gruesa</p>	<p>AM: Ofrezca al niño/a la oportunidad de experimentar con diferentes formas de equilibrarse. "¡Encontraste la muñeca debajo de la bufanda! ¿Puedes ponerte en cuclillas para levantar la muñeca? "</p> <p>PM: Hacer burbujas: puede mezclar jabón de las vasijas en un poco de agua para hacer una solución de burbujas. Artículos como cucharas ranuradas y cortadores de galletas de plástico se pueden usar como varitas para hacer burbujas. Sumerja la varita en la solución y aliente al niño/a a agitar la varita en el aire para crear burbujas utilizando movimientos de todo el brazo. Invite al niño/a señalar y a estallar las burbujas utilizando sus dedos.</p> <p style="text-align: right;">Física) AM- habilidades grandes motoras PM- usando dedos y manos</p>
Leer en voz alta	<p>**Léale a su hijo dos veces al día todos los días durante 30 minutos cada vez.** https://www.storylineonline.net/ (gratis)</p>	
Semanal Salud y seguridad	<p>COVID- Ayuda a eliminar el estrés: Un estudiante trajo a casa un frasco de brillo y le dijo a su mamá: "Diles que cuando su cerebro tenga una tormenta de brillo pueden agitar este frasco y respirar profundamente mientras cae el brillo". A todos nos vendría bien un poco de ayuda para arreglar nuestro brillo en estos momentos. Si siente estrés por la pandemia de COVID-19, su cerebro no está fallando. El estrés es una respuesta biológica normal y saludable a las amenazas y desafíos percibidos. Es una respuesta que nos prepara para actuar, para protegernos a nosotros mismos y a nuestros seres queridos. Pero demasiado estrés puede invadir nuestra capacidad de razonar en una situación. En la medida de lo posible, queremos ser receptivos en lugar de ser reactivos. Mis hijos me miran mientras se desarrolla esta situación global. Esta mañana, me observaban para ver cómo reaccionaba sobre las noticias de las escuelas públicas locales habían cerrado repentinamente. Las investigaciones muestran que teniendo un adulto en presencia que es compasivo y seguro puede ayudar a los niños a calmarse. Como familia, podemos ser "esa persona" el uno para el otro. Afortunadamente, tenemos buenas herramientas para calmar el estrés y cuando no nos ayuda, tenemos herramientas que se pueden utilizar en esto o en cualquier otra situación. Las estrategias que usamos para ayudar a los niños a navegar por sus grandes sentimientos son exactamente las mismas herramientas que necesito usar ahora mismo para navegar las nuestras. La respiración es una herramienta para ayudar a controlar el estrés. Cuando estamos ansiosos o molestos, nuestro ritmo cardíaco aumenta y nuestra respiración se vuelve menos profunda. Cuando respiramos profundamente, enviamos un mensaje al cerebro. Está bien calmarse. También puede hacer un frasco con brillo para ayudar con la respiración. Use un frasco vacío y limpio y llénelo con agua y brillo. Para niños menores de tres años, asegúrese de asegurar completamente la tapa con pegamento o cinta para que no se pueda abrir. Otra forma de hacer un frasco calmante es con aceite y colorante para alimentos. Nuevamente, asegúrese de asegurar la tapa para niños menores de tres años. ¿Cómo usar estas botellas cuando está molesto? Cuando esté molesto, agite la botella. Mantenga la botella quieta o déjela en el suelo y respire profundamente hasta que el contenido dentro de la botella se asiente una vez más. Algunas otras cosas que debe preguntarse cuando está molesto es.... ¿Tengo hambre? ¿Necesito dormir? ¿Necesito hacer ejercicio? Si responde afirmativamente a cualquiera de estas preguntas, esto podría afectar su regulación emocional. Sea el modelo para sus hijos sobre cómo navegar las incertidumbres de la vida con calma, animo y compasión.</p>	