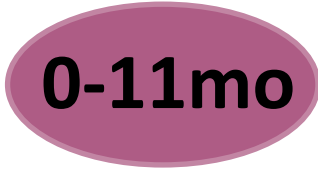




# Calendario semanal de aprendizaje



4-8 de enero del 2021

	Actividades	Tiempo afuera (30 minutos cada vez)
<p><b>Lunes, Miércoles, Viernes</b></p>	<p><b>Escuchar activamente a los niños:</b> mientras escucha, usted modele la empatía y buenas habilidades de escuchar que los niños necesitan para construir relaciones exitosas con sus compañeros. Dígale a su hijo/a que usted lo va a cargar cuando esté molesto. Sostenga a su hijo/a cerca de usted. Limite la estimulación en el ambiente y hable en voz baja, describiendo las acciones y emociones de su hijo/a. "Riley, sé lo difícil que fue para ti esperar tu turno para usar el camión grande. Tú estás enojado. Te voy a cargar para sentarte en mi regazo ". Una vez que su hijo/a haya comenzado a calmarse, invítelo a volver a jugar. "Veo que estás respirando con más calma. Parece que Julieta ha terminado con el camión. Podemos jugar con eso ahora. Estaré a tu lado ".</p> <p>Socioemocional: maneja los sentimientos</p>	<p><b>AM:</b> Coloque a su bebé boca abajo, sobre una colchoneta o sobre su pecho. Anime a su hijo/a mantener los brazos delante de él/ella y a usar los codos o las manos para empujarse hacia arriba. Observe para ver si su hijo/a puede levantar la cabeza, moverla hacia la derecha y hacia la izquierda y bajarla nuevamente sin dejarse caer.</p> <p><b>PM:</b> Sostenga a su hijo/a de forma segura en sus piernas mientras lo/la balancea y le canta.</p> <p>Física) AM-Grandes habilidades motoras. PM- Habilidades de equilibrio</p>
<p><b>Martes, Jueves</b></p>	<p><b>Picnic:</b> Un picnic en el interior o al aire libre es una forma divertida para que los niños pequeños puedan interactuar con sus compañeros en juegos de simulación. Sostenga a su hijo/a para que él y ella puedan ver a otros niños cercanos. Hable sobre lo que ve que hacen otros niños. "Veo a Michael poniendo una servilleta en la canasta. El puede usar esa servilleta para limpiarse las manos. ¿Ves a Gabriella poniendo una taza en la canasta? Mientras su hijo/a participa en la actividad, señale lo que están haciendo otros niños cerca. Mitchell, pone una zanahoria en nuestra cesta y Paula pone una rebanada de pan. Oh, ¿me estás ofreciendo la manzana? Gracias, Mitchell. Me pregunto si a Dana le gustaría la manzana. Preguntémosle a ella ".</p> <p>Socioemocional: interactúa con sus compañeros</p>	<p><b>AM:</b> Siéntese con su hijo/a de forma segura en sus piernas. Ofrezca le una pelota a su hijo/a y describa los movimientos de él/ella. Ej: estás tocando la pelota con las dos manos y apretándola ".</p> <p><b>PM:</b> Ofrezca a su hijo/a un tazón pequeño con agua limpia para que se salpique. Moje una toalla o pedazo de garra y sosténgala para que el niño/a pueda ver el agua gotear nuevamente adentro del tazón.</p> <p>Físico) AM- Grandes habilidades motoras PM- Usando dedos y manos</p>
<p><b>Leer en voz alta</b></p>	<p><b>** Léale a su hijo dos veces al día todos los días durante 30 minutos cada vez. **</b> <a href="https://www.storylineonline.net/">https://www.storylineonline.net/</a> (gratis)</p>	
<p><b>Semanal Salud y seguridad</b></p>	<p><b>Planificación de alimentos durante la pandemia del coronavirus:</b> durante una pandemia, es posible que esté tomando precauciones adicionales para mantenerlo a usted y a su familia seguros y preparados, incluso asegurarse de tener todo lo que necesita en casa. Esta información está relacionada con la planificación de alimentos, incluyendo lo qué compra, cuánto compra y consejos de preparación. <b>El primer</b> paso es ver lo que tienes en casa. Mire lo que tiene en el refrigerador, congelador y despensa antes de hacer una lista; asegúrese de mirar las fechas de vencimiento y las fechas de caducidad. Esto puede ayudarlo a planificar las comidas en función de lo que ya tiene y le ayudará a limitar la cantidad de viajes al supermercado y evitar gastar dinero en artículos que no necesita. <b>El segundo</b> paso es hacer una lista. Ir de compras puede resultar más estresante en este momento. Haga una lista con anticipación para mantenerse concentrado, obtener los artículos que necesita y hacer que su viaje de compras sea breve. Dado que las tiendas puede que no tenga algunos artículos específicos, cree una lista con artículos generales como "fruta" o "pan". El tercer paso sería explorar sus opciones de compra. Muchas tiendas ofrecen recoger en la tienda, recoger en la orilla o entrega. <b>La tercer</b> opción existen en el supermercado. Es posible que estos servicios le resulten útiles en momentos de distanciamiento social. Si usted es mayor de edad, verifique si su tienda entrega o tiene un horario de compras temprano solo para mayores. Ahora, ¿cuánto deberías comprar? Compre lo que usted y su familia necesitan en este momento y resista la tentación de comprar en cantidades mayores. Prepare una lista de compras que cubra a usted y a su hogar durante 2 semanas. Asegúrese de incluir artículos frescos, congelados y no perecederos. Planifique una combinación de alimentos frescos, congelados y no perecederos. Primero coman todo lo fresco. Llene su congelador y despensa con artículos que pueda comer en la segunda semana y después.</p>	