

Early Head Start



Learning at Home Weekly Calendar

12-23mo

January 4-8, 2021

	Activities	Outside Time (30 minutes each time)
Monday, Wednesday, Friday	<p>Read Another Way: There's more than one way to read a book. You may think that you can only read a book by reading the words, but depending on your toddler's attention span, overall development, and interests, you can alter the text as much as you want. Here are some alternatives for Peekabook Face: "Oh look, here are eyes! Show me your eyes! Here are your eyes. Oh look, here's a nose. Show me your nose...." "I see a kitten! Hello, kitten. I see a hippo! Hello, hippo!" " (and once your child knows the animal names....) What's this? Yes, it is a kitten. What's this? Yes, it is a hippo." "Read the book as written, but hide your eyes, ears, and so on following the instructions.</p> <p>Language: Attends, Understands, and Responds</p>	<p>AM: Ask your child to experiment with different ways of moving. Offer support and direction as needed. (Marching, hopping, tip toe)</p> <p>PM: Stay near your child and offer support when needed as you encourage them to rock back and forth on their own. Sing to your child as they rock. Your child can rock back and forth or side to side.</p> <p>Physical) AM-Large motor skills. PM- Balancing skills</p>
Tuesday, Thursday	<p>Visual Tracking: Back and forth, down it goes, zig and zag.... We can't take our eyes off that marble! The ability to watch the marble wherever it goes is called "Visual tracking." When your child was an infant, she turned her whole torso to look at something, and then she learned to move just her head. In the toddler years, she'll get better and better at moving just her eyes. Each eye has six muscles that coordinate all of this action- and there's another little muscle up there to operate the eyelid, too. In addition to watching something wherever it goes (pursuits), these muscles can make eyes jump from object to object (saccades), and sometimes they just hold still (fixations), sort of like when you just stare at your child because she's the most beautiful thing you've ever seen. Use your child's favorite toy and move it around for your child to track with their eyes. It's an eye muscle workout.</p> <p>Physical: Coordinates Movements</p>	<p>AM: Collect some empty boxes or bottles and set them up like bowling pins. Next encourage your child to roll the ball at the bottles to knock them over. Make sure your child is not too far from the bottles until they learn to push the ball harder.</p> <p>PM: Give your child some wet clothes. Have your child practice squeezing the water out of the clothes. If your child needs a bit of a challenge then show them out to twist or wring the water out of the clothes.</p> <p>Physical) AM- Large motor skills PM- Using finders and hands</p>
Read Aloud	<p>**Read to your child twice a day every day for 30 minutes each ** https://www.storylineonline.net/ (free)</p>	
Weekly Health and Safety	<p>Food Planning during the Coronavirus Pandemic: During a pandemic, you may be taking extra precautions to keep you and your family safe and prepared, including making sure you have everything you need at home. This information is on food planning, including what to buy, how much to buy, and preparation tips. The first step is to check what you have at home first. Take a look at the foods you already have in your refrigerator, freezer, and pantry before you make a list; make sure to look at expiration dates and best by dates. This can help you plan meals around what you already have, and will help you limit the number of trips to the grocery store and avoid spending money on items you don't need. Second step is to make a list. Shopping may feel more stressful at this time. Make a list ahead of time to stay focused, get the items you need, and keep your shopping trip short. Since stores may not have some specific items, create a list with general items like "fruit" or "bread". The third step would be to explore your shopping options. Many grocery stores offer in-store pickup, curbside pickup, or delivery. Third part options also exist for grocery store delivery. You may find these services helpful during times of social distancing. If you are older, check if your store delivers or has early shopping hours for older Americans only. Now how much should you buy? Buy what you and your family need at this time, and resist the urge to buy in much larger quantities. Prepare a shopping list that will cover you and everyone in your household for 2 weeks. Be sure to include fresh, frozen, and non-perishable items. Plan for a mix of fresh, frozen, and shelf-stable foods. Eat your fresh good first. Stock your freezer and pantry with items you can eat in the second week and beyond. Your child can help you with these steps. Have your child help you throw out food that is spoiled or the date is expired. You and your child can make a list to use at the grocery. You can even make a picture list for your child to use at the grocery store. Let your child pick the items on his or her picture grocery list.</p>	

Calendario semanal de aprendizaje

12-23mo

4-8 de enero del 2021

	<p>Actividades</p>	<p>Tiempo afuera (30 minutos cada vez)</p>
<p>Lunes, Miércoles, Viernes</p>	<p>Leer de otra manera: hay más de una forma de leer un libro. Puede pensar que solo puede leer un libro leyendo las palabras, pero dependiendo de la capacidad de atención, el desarrollo general y los intereses de su niño/a pequeño, puede alterar el texto tanto como desee. Aquí hay algunas alternativas para el libro Peekabook Cara: "¡Oh, mira, aquí están los ojos! ¡Enséñame tus ojos! Aquí tienes tus ojos. Oh, mira, aquí hay una nariz. Enséñame tu nariz ... " "¡Veo un gatito! Hola gatito. ¡Veo un hipopótamo! ¡Hola, hipopótamo! " "(Y una vez que su hijo/a sepa los nombres de los animales ...) ¿Qué es esto? Sí, es un gatito. ¿Qué es esto? Sí, es un hipopótamo ". "Lea el libro tal como está escrito, pero esconda sus ojos, oídos, etc. siguiendo las instrucciones.</p> <p style="text-align: right;">Lenguaje: atender, comprender y responder</p>	<p>AM: Pídale a su hijo/a que experimente con diferentes maneras de moverse. Ofrezca apoyo y dirección según sea necesario. (marchando, saltando, o de puntitas)</p> <p>PM: Permanezca cerca de su hijo/a y ofrezca apoyo cuando sea necesario mientras lo anima balancearse de un lado a otro por su cuenta. Cante le a su hijo/a mientras se balancea. Su hijo puede balancearse de un lado a otro o de lado a lado.</p> <p style="text-align: right;">Física) AM-Grandes habilidades motoras. PM- Habilidades de equilibrio</p>
<p>Martes, Jueves</p>	<p>Seguimiento visual: De ida y vuelta, hacia abajo, zig y zag... ¡No podemos apartar los ojos de esa canica! La capacidad de observar la canica dondequiera que vaya se denomina "seguimiento visual". Cuando su hijo/a era un bebé, giraba todo el torso para mirar algo y luego aprendió a mover solo la cabeza. En los años de la infancia, mejorará cada vez más moviendo solo los ojos. Cada ojo tiene seis músculos que coordinan toda esta acción, y también hay otro pequeño músculo allí para operar el párpado. Además de mirar algo donde sea que vaya (persecuciones), estos músculos pueden hacer que los ojos salten de un objeto a otro (movimientos sacádicos) y, a veces, simplemente se quedan quietos (fijaciones), algo así como cuando simplemente miras a su hijo/a porque es el/la cosa hermosa que jamás haya visto. Use el juguete favorito de su hijo/a y muévelo para que lo rastree con los ojos. Es un entrenamiento de los músculos de los ojos.</p> <p style="text-align: right;">Físico: Coordinar movimientos</p>	<p>AM: Coleccione algunas cajas o botellas vacías y configúrelas como bolos. Luego, anime a su hijo/a rodar la pelota hacia las botellas para tirarlas. Asegúrese de que su hijo/a no esté demasiado/a lejos de las botellas hasta que aprenda a empujar la pelota con más fuerza.</p> <p>PM: Dele a su hijo/a una ropa mojada. Haga que su hijo/a practique exprimiendo el agua de la ropa. Si su hijo/a necesita un poco de desafío, muéstrelo para torcer o escurrir el agua de la ropa.</p> <p style="text-align: right;">Físico) AM- Grandes habilidades motoras PM- Usando dedos y manos</p>
<p>Leer en voz alta</p>	<p style="text-align: center;">**Léale a su hijo dos veces al día todos los días durante 30 minutos cada vez.** https://www.storylineonline.net/ (gratis)</p>	
<p>Semanal Salud y seguridad</p>	<p>Planificación de alimentos durante la pandemia del coronavirus: 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. El primer 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. El segundo 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. La tercer 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 necesiten 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>	