

Early Head Start



Learning at Home Weekly Calendar

December 7-11, 2020

0-11mo

	Activities	Outside Time (30 minutes each time)
Monday, Wednesday, Friday	<p>Beep Beep: Play this finger game with your child. *Beep Beep goes the car's horn (Tap baby's nose playfully) * Buckle goes my seat. (Clasp hand with baby, making a "click" sound) * Wish-wash do the wipers (with hands still clasped, swish hands back and forth) * Jingle go the keys (Twinkle your fingers against baby's hands) * Open up the car doors, and look at what I found (Flap baby's arms gently from the hand or elbow) *The Wheel can turn us round and round (Put palm on baby's belly and circle it round and round, now circle it the other way) * Vroom-vroom, it's a green light (Gently "pedal" baby's legs forward. Rrrrrrr! Now it's red! Stop Suddenly) It's green again at last, and we can go again! (pedal baby's legs again.)</p> <p>Language and Communication: Attends, Understands, & Responds</p>	<p>AM– Tape Trails: Note how your child moves his or her body when she is on their tummy or back. Look for increasing head control and more coordinated arm and leg movements. Encourage your child by describing their movements. "You rolled on your side! Now you can see your sister moving along the trail."</p> <p>PM–Water Soup: Hold your child so that he or she can splash their hands in the water. Give your child various objects to hold and manipulate in the water. "Shake the spoon, Jake. I see you splashing it in the water. It's all wet now!"</p> <p>Physical: AM– Demonstrates Traveling skills PM– Uses fingers and hands</p>
Tuesday, Thursday	<p>Riding in the Buggy: The vestibular system is located inside the inner ear. What's it good for? Balance– ears aren't just for hearing, they actually help keep us upright. The vestibular system works with the eyes, muscles, and joints, sending signals to the brain to keep us headed in the right direction. With balance, practice makes perfect. So as you go "riding in the buggy" the vestibular system is getting a good jiggle and shifting into high gear, giving your child a giggle while it also helps him master keeping his head up and feet down. Take your child for a walk in the stroller to get some fresh air and a workout for your child's ears. If you can't get out of the house go for a walk around the house for a little bit.</p> <p>Physical: Uses information in directing</p>	<p>AM– Follow the leader: Support your child to follow your simple movements. Gently guide your child's body to make the movements as necessary. "I'm touching my head. Can you touch your head? Let me help you."</p> <p>PM– Water Painting: Offer your child a paintbrush (q-tip or anything your child can pretend to paint with, be sure to watch your baby to make sure they don't put it in their mouth) to hold and explore. Provide a small amount of water and talk about any marks your child makes, even if they are unintentional. "Your paintbrush is all wet. Look! It dripped on the ground and made a dot. I see you making the dot bigger with your fingers."</p> <p>Physical: AM– Demonstrates traveling skills PM– uses writing and drawing tools</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>Choking: When a child is choking, it means that an object– usually food or a toy– is stuck in the trachea (airway). When this happens, air can't flow normally into or out of the lungs, so the child can't breathe properly. A child may be choking and need help right away if he or she: Can't breathe, is gasping or wheezing, can't talk, cry, or make noise, turns blue, grabs at his or her throat or waves arms, appears panicked or becomes limp or unconscious. In this case, Call 911 and if you've been trained, immediately start abdominal thrusts (also known as the Heimlich maneuver), the standard recue procedure for choking. If your child becomes unconscious and stops breathing Call 911; start CPR (Cardiopulmonary resuscitation). If your child is choking and coughing but can breathe, it's best to do nothing. Watch your child carefully and make sure he or she recovers completely. The child will likely be fine after a good coughing spell. If you have kids, it's important to get trained in both cardiopulmonary resuscitation (CPR) and the technique of abdominal thrusts (the Heimlich maneuver). How can you prevent choking? All kids are at risk for choking, but those younger than 3 are especially at risk. Young kids tend to put things in their mouths, have smaller airways that are easily blocked, and don't have a lot of experience chewing, so they might swallow things whole. To help protect your child or children: Avoid foods that pose choking risks (like hotdogs, grapes, raw carrots, nuts, raisins, hard or gummy candy, spoonfuls of peanut butter, chunks of meat or cheese, and popcorn), which are similar size and shape as the child's airway. At mealtime, be sure to serve a child's food in small bites. That means cutting whole grapes into quarters, cutting hotdogs lengthwise and into pieces (and remove the tough skin), and cooking vegetables rather than serving them raw. Teach kids to sit down for all meals and snacks and not to talk or laugh with food int heir mouths as you supervise them. Toys and household items also can be choking hazards– beware of deflated balloons, coins, beads, small toy parts, styrofoam and batteries. Get down on the floor often to check for objects that kids who are learning to walk or crawl could put in their mouths and choke on. Choose safe, age=appropriate toys. Always follow the manufacturer's age recommendations– some toys have small parts that can cause choking. To determine if a toy is too small, see if it passes easily through an empty cardboard toilet paper tube. If it does, it's too small. Take time to become prepared. CPR and first-aid courses are a must for parents, other caregivers, and babysitters. To find one in your area, contact your local American Red Cross, YMCA, or American Heart Association chapter, or check with hospitals and health departments in your community.</p>	

Calendario semanal de aprendizaje

0-11mo

7-11 de diciembre del 2020

	Actividades	Tiempo afuera (30 minutos cada vez)
Lunes, Miércoles, Viernes	<p>Beep Beep: Juegue este juego de dedos con su hijo/a. * Beep Beep hace sonar la bocina del auto (Toca la nariz del bebé juguetonamente) * La hebilla va a mi asiento. (Agarre la mano con el bebé, haciendo un sonido de "clic") * lim/piar hacen los limpia parabrisas (con las manos aún juntas, agitar las manos hacia adelante y hacia atrás) * sonar hacen las llaves (Hacer brillar los dedos contra las manos del bebé) * Abrir las puertas del auto, y mira lo que encontré (Agite los brazos del bebé suavemente desde la mano o el codo) * La Rueda puede hacernos girar una y otra vez (Ponga la palma en el vientre del bebé y dele vueltas y vueltas, ahora gírelo en sentido contrario) * Vroom -vroom, es una luz verde (Suavemente "pedalea" las piernas del bebé hacia adelante. ¡Rrrrrrr! ¡Ahora es rojo! ¡Detente repentinamente! ¡Por fin está verde de nuevo, y podemos ir de nuevo! (vuelve a pedalear las piernas del bebé).</p> <p>Lenguaje y comunicación: atiende, comprende y responde</p>	<p>AM: Senderos de cinta: observe cómo su hijo/a se mueve con su cuerpo cuando está boca abajo o boca arriba. Busque un control con su cabeza y movimientos más coordinados de brazos y piernas. Anime a su hijo/a describiendo sus movimientos. "¡Te volteaste de lado! Ahora puedes ver como tu hermana se mueve por el sendero".</p> <p>PM: Sopa de agua: sostenga a su hijo/a para que pueda mojar sus manos en el agua. Dele a su hijo/a varios objetos para que sostenga y manipule en el agua. Agita la cuchara, Jake. Te veo salpicándola en el agua. ¡Está toda mojada ahora!"</p> <p>Física) AM– demuestra habilidades para viajar PM-usando dedos y manos</p>
Martes, Jueves	<p>Viajar en el carrito: El sistema vestibular se encuentra dentro del oído interno. ¿Para qué sirve? Equilibrio: los oídos no son solo para oír, en realidad nos ayudan a mantenernos erguidos. El sistema vestibular trabaja con los ojos, los músculos y las articulaciones, enviando señales al cerebro para mantenernos en la dirección correcta. Con equilibrio, la práctica hace la perfección. Así que a medida que vaya "adentro del carrito/carriola", el sistema vestibular se mueve bien y cambia a una velocidad alta, lo que le da a su hijo/a una sonrisa mientras también le ayuda a dominar y mantener su cabeza en alto y los pies hacia abajo. Lleve a su hijo/a caminar en el cochecito/carriola para que tome aire fresco y ejercite sus oídos. Si no puede salir de la casa, dé un paseo por la casa un poco.</p> <p>Físico: utiliza información para dirigir</p>	<p>AM: Siga al líder: apoye a su hijo/a para que siga sus movimientos simples. Guíe suavemente el cuerpo de su hijo para que realice los movimientos necesarios. "Estoy tocando mi cabeza. ¿Puedes tocar tu cabeza? Déjame ayudarte."</p> <p>PM: Pintura de agua: Ofrézcale a su hijo/a un pincel (hisopo o cualquier cosa con la que su hijo/a pueda fingir pintar, asegúrese de vigilar a su bebé para asegurarse de que no se lo lleve a la boca) para que lo sostenga y explore. Proporcione una pequeña cantidad de agua y hable sobre las marcas que haga su hijo/a, incluso si no son intencionales. Tu pincel está todo mojado. ¡Mira! Goteó en el suelo y formó un punto. Te veo haciendo el punto mas grande con tus dedos".</p> <p>Física) AM-demuestra habilidades para viajar PM-usa herramientas de escritura y dibujo</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>Ahogándose: Cuando un niño/a se está asfixiando, significa que un objeto, generalmente comida o un juguete, está atorado en la tráquea (vía respiratoria). Cuando esto sucede, el aire no puede entrar o salir normalmente de los pulmones, por lo que el niño/a no puede respirar correctamente. Es posible que un niño/a se esté asfixiando y necesite ayuda de inmediato si: No puede respirar, está jadeando o resollando, no puede hablar, llorar o hacer ruido, se pone azul, se agarra la garganta o agita los brazos, esta en pánico o se debilita o queda inconsciente. En este caso, llame al 911 y, si ha sido entrenado, comience inmediatamente las compresiones abdominales (también conocida como maniobra de Heimlich), el procedimiento de recuperación estándar para la asfixia. Si su hijo/a pierde el conocimiento y deja de respirar, llame al 911; iniciar RCP (reanimación cardiopulmonar). Si su hijo/a se está ahogando y tosiendo pero puede respirar, es mejor que lo mire pero no haga nada. Observe a su hijo/a con atención y asegúrese de que se recupere por completo. Es probable que el niño/a esté bien después de que tosa. Si tiene hijos, es importante que se capacite en reanimación cardiopulmonar (RCP) como en la técnica de compresiones abdominales (la maniobra de Heimlich). ¿Cómo se puede prevenir la asfixia? Todos los niños corren riesgo de asfixia, pero los niños menores de 3 años corren un riesgo mayor. Los niños pequeños tienen la tendencia de llevarse cosas a la boca, las vías respiratorias son más pequeñas que se bloquean fácilmente y no tienen mucha experiencia masticando, por lo que pueden tragarse las cosas enteras. Para ayudar a proteger a su hijo/a o niños: Evite los alimentos que presenten riesgos de asfixia (como salchichas, uvas, zanahorias crudas, nueces, pasas, dulces duros o gomosos, cucharadas de crema de cáchuate, trozos de carne o queso y palomitas de maíz), que son similares al tamaño y forma como las vías respiratorias del niño. A la hora de comer, asegúrese de servir la comida de un niño en bocados pequeños. Eso significa cortar uvas enteras en cuatro, cortar salchichas calientes a lo largo y en trozos (y quitar la piel dura) y cocinar las verduras en lugar de servirse las crudas. Enséñele a los niños a sentarse durante todas las comidas y meriendas y a no hablar o reírse con la comida en la boca mientras usted los supervisa. Los juguetes y artículos en el hogar también pueden ser un peligro de asfixia; tenga cuidado con los globos desinflados, monedas, piedritas del collar, piezas pequeñas de juguetes, platos o vasos de esponja y baterías. Examine el piso con frecuencia para buscar objetos que los niños que están aprendiendo a caminar o gatear puedan meterse en la boca y ahogarse. Elija juguetes seguros y apropiados para la edad. Siga siempre las recomendaciones de edad del fabricante; algunos juguetes tienen piezas pequeñas que pueden provocar asfixia. Para determinar si un juguete es demasiado pequeño, vea si pasa fácilmente a través de un tubo de cartón de papel higiénico vacío. Si es así, es demasiado pequeño. Tómese su tiempo para prepararse. Los cursos de reanimación cardiopulmonar y primeros auxilios son obligatorios para los padres, otros cuidadores y niñeras. Para encontrar uno en su área, comuníquese con el departamento local de la Cruz Roja Estadounidense, el YMCA o la Asociación Estadounidense del Corazón, o consulte con los hospitales y departamentos de salud de su comunidad.</p>	