

## Early Head Start



# Learning at Home Weekly Calendar

24-36mo

December 7-11, 2020

	Activities	Outside Time (30 minutes each time)
Monday, Wednesday, Friday	<p><b>Sign of Love:</b> At home, children need to know that they are loved every day. In fact, all of us do! Dancing “your own dance” to Love Somebody is a fun way to affirm and strengthen your emotional relationship with your child. Here are some additional ideas: Look up the sign language sign for “I love you” and sign it during the dance! Make up your own special “love signal,” like tapping your nose three times or giving a gentle squeeze of the hand. Then, those love messages can be sent anytime and anywhere. Enjoy loving each other and building a strong bond that will be so important for your whole lives.</p> <p>Social Emotional: Develops expectations</p>	<p><b>AM– Tape Trails:</b> Use masking tape to make trails in your home for your child to follow. If you don’t have masking tape use something else for your child to follow that won’t damage the floor in your home. Create an interesting path for your child to follow. Model how to follow the path and encourage your child to try different movements as they go. “Let’s walk along the trail. You did it! Would you like to try marching along the trail, like this?”</p> <p><b>PM– Water Soup:</b> Gather a bowl to hold some water and several different items such as a whisk, measuring cups/spoons or ladles. Encourage your child to pour water from a container or to use a spoon to scoop and pour water. “Here is the ladle. It has a long handle and a small bowl on the end. Can you use the ladle to fill my bowl with soup?”</p> <p>Physical: AM– Demonstrate traveling skills PM– uses fingers and hands</p>
Tuesday, Thursday	<p><b>Laugh Away:</b> At home, you and your child should laugh away! Read a funny book, tell silly jokes, and keep your eyes open for funny things happening around you. (Did you know that a good belly laugh strengthens your immune system, lowers your blood pressure, and lowers stress?) When you laugh, laugh in a high voice and a low voice, and point out the difference between the two. This helps your child learn the concepts of high and low.</p> <p>Social Emotional: Learns emotions</p>	<p><b>AM– Follow the leader:</b> Invite your child to follow simple traveling movements (marching, walking slowly, walking quickly, taking a step backward, or sliding. Demonstrate the movements as needed. “Our leader, Mama, is sliding her feet. Luke, can you follow mama and slide your feet?”</p> <p><b>PM– Water Painting:</b> Gather a bowl with water, and paintbrushes (you can use Q-tips or another item at home your child can pretend to paint with. You can paint on the ground outside or on paper inside. Encourage your child to make marks using whole-arm movements. Assist as needed. “I see you made a long curved line. What else would you like to make?”</p> <p>Physical: AM-Demonstrates traveling skills PM-Uses writing and drawing tools</p>
Read Aloud	<p><b>**Read to your child twice a day every day for 30 minutes each **</b>  <a href="https://www.storylineonline.net/">https://www.storylineonline.net/</a> (free)</p>	
Weekly Health and Safety	<p><b>Choking:</b> 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, <b>Call 911</b> and if you’ve been trained, immediately start abdominal thrusts (also known as the Heimlich maneuver), the standard rescue procedure for choking. If your child becomes unconscious and stops breathing <b>Call 911</b>; 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 in their 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

24-36 mo

7-11 de diciembre del 2020

	Actividades	Tiempo afuera (30 minutos cada vez)
Lunes, Miércoles, Viernes	<p><b>Signo de amor:</b> En casa, los niños necesitan saber que son amados todos los días. De hecho, ¡todos lo hacemos! Bailar “tu propio baile” ha amar a alguien es una forma divertida de afirmar y fortalecer la relación emocional con su hijo/a. Aquí hay algunas ideas adicionales: Busque el signo de lenguaje de señas para "Te amo" y fírmelo durante el baile. Invente su "señal de amor" especial que ha ganado, como tocar la nariz tres veces o dar un suave apretón de manos. Después, esos mensajes de amor se pueden enviar en cualquier momento y en cualquier lugar. Disfruten amándose unos a otros y construyendo un vínculo fuerte que será tan importante para toda su vida.</p> <p>Lenguaje y comunicación: atiende, comprende y responde</p>	<p><b>AM: Senderos de cinta:</b> Use cinta adhesiva para hacer senderos en su casa para que los siga su hijo/a. Si no tiene cinta adhesiva, use otra cosa para que su hijo/a la siga y que no dañe el piso de su casa. Crea un camino interesante para que lo siga su hijo/a. Modele cómo seguir el camino y anime a su hijo/a probar diferentes movimientos a medida que avance. Caminemos por el sendero. ¡Lo hiciste! ¿Le gustaría intentar marchar por el sendero, así? "</p> <p><b>PM: Sopa de agua:</b> Reúna un recipiente para contener un poco de agua y varios elementos diferentes, como una batidora de mano, tazas/cucharas de medir o cucharones. Anime a su hijo/a vaciar agua de un recipiente o que use una cuchara para sacar y echar agua. "Aquí está el cucharón. Tiene un mango largo y un tazón pequeño en el extremo. ¿Puedes usar el cucharón para llenar mi plato con sopa? "</p> <p>Física) <b>AM</b>– demuestra habilidades para viajar <b>PM</b>-usando dedos y manos</p>
Martes, Jueves	<p><b>Ríete:</b> ¡En casa, usted y su hijo/a deberían reírse! Lea un libro divertido, cuente chistes chistosos y mantenga los ojos abiertos para ver las cosas divertidas que suceden a su alrededor. (¿Sabías que una buena carcajada fortalece tu sistema inmunológico, reduce tu presión arterial y reduce el estrés?) Cuando te ríes, ríe en voz alta y en voz baja, y señala la diferencia entre los dos. Esto ayuda a su hijo/a aprender los conceptos de alto y bajo.</p> <p>Enfoques del aprendizaje: muestra imaginación</p>	<p><b>AM: Siga al líder:</b> Invite a su hijo/a seguir movimientos sencillos de desplazamiento (marchar, caminar lentamente, caminar rápido, dar un paso hacia atrás o deslizarse. Demuestre los movimientos según sea necesario. "Nuestra líder, mamá, está deslizando los pies. Lucas, ¿puedes seguir a mamá y deslizarte? ¿tus pies?"</p> <p><b>PM: Pintura de agua:</b> Reúna un recipiente con agua y pinceles (puede usar hisopos de algodón u otros artículos en casa con el que su hijo/a pueda fingir pintar. Puede pintar afuera en el suelo o adentro en la casa con papel. Anime a su hijo/a hacer marcas con todo el brazo-movimientos. Ayude según sea necesario. "Veo que hiciste una línea larga curvada . ¿Qué más te gustaría hacer?"</p> <p>Física) <b>AM</b>-demuestra habilidades para viajar <b>PM</b>-usa herramientas de escritura y dibujo</p>
Leer en voz alta	<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>	
Semanal Salud y seguridad	<p><b>Ahogándose:</b> 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, <b>llame al 911</b> 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, <b>llame al 911</b>; 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>	