

# Early Head Start

## Learning at Home Weekly Calendar

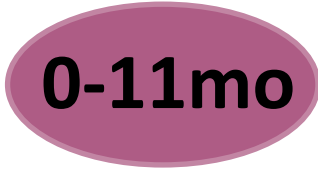
April 19-23, 2021

0-11mo



	Activities	Outside Time (30 minutes each time)
<p><b>Monday, Wednesday, Friday</b></p>	<p><b>Baby Food Time Capsule:</b> First foods change around the world and even change over the decades. Think about the first foods you have or plan to introduced to your child. During your visit talk with your teacher and other parents about concerns you have about certain foods. Also, talk about things that went well and went a little crazy when you gave your child something new to try. This could be moving your child from Breast Milk to formula, adding rice cereal, or starting baby food. As you feed your child the new foods use more descriptive vocabulary to describe the texture of the food, the child’s reaction to the food or emotional changes to the new food.</p> <p>Language: Using increasing Number of Words</p>	<p><b>AM:</b> As your infant lies on their tummy, place a small rolled or folded cloth underneath the blanket in front of them. Encourage your child to feel and push on the bump with their hands.</p> <p><b>PM:</b> While holding your child in your lap facing the water bowl, dip the sponge or small cloth into the water and squeeze the water out. You can also touch the child’s feet with the wet sponge and talk to them about how it feels.</p> <p>Physical) AM-traveling skills. PM– Uses fingers and hands</p>
<p><b>Tuesday, Thursday</b></p>	<p>The mouth is such a handy tool. It’s great for chewing, swallowing, breathing, and talking and starting around three months it’s just right for exploring. At the same age their mouth begins producing saliva (drooling occurs). Once your child has the coordination to explore objects with their hands and eyes, they will be putting them into their mouths. Talk about what is safe for your baby to put into their mouth and what isn’t. This is a great time to start using redirection language with your child.</p> <p>“Jayden, that’s my marker cap. It’s dangerous for you to put that cap in your mouth. Would you like this rattle? You can put the rattle in your mouth.”</p> <p>Social Emotional-Helping with following limits and expectations</p>	<p><b>AM:</b> Support your child to follow simple movements. Gently guide your child’s body to make the movement you have told them. An example would be, “I’m touching my head. Can you touch your head? Le me help you.” Then move your child’s hand to touch their head. Repeat with several body parts.</p> <p><b>PM:</b> Give your child a toy to hold. Watch how your child grasps it, drops it, shakes it, holds it with two hands, or passes it between their hands. Describe your child’s actions with words.</p> <p>Physical) AM-traveling skills. PM– Uses fingers and hands</p>
<p><b>Read Aloud</b></p>	<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>	
<p><b>Weekly Health and Safety</b></p>	<p><b>Healthy Role Model:</b> You are the most important influence on your child. You can do many things to help your children develop healthy eating habits for life. Offering a variety of foods helps children get the nutrients they need from every good group. They will also be more likely to try new foods and to like more foods. When children develop a taste for many types of foods, it’s easier to plan family meals. Cook together, talk together and make mealtime a family time! Here are 10 tips for setting a good example. 1– Show by example: Let your child see you eating vegetables, fruits and whole grains with meals or as snacks. 2– Go food shopping together. Use grocery shopping to teach your child about food and nutrition. 3– Get Creative in the kitchen. Cut foods into fun and easy shapes with cookie cutters. Name a food your child helps to make “Manie’s Salad” 4– Offer the same foods for everyone. Stop being a short order cook by making different dishes to please children. 5– Reward with attention, not food. Show your love with hugs and kisses. 6– Focus on each other at the table. Talk about fun and happy things at the table. 7– Listen to your child. If you child says he or she is hungry, offer a small, healthy snack-even if it is not a scheduled time to eat. Offer choices “Which would you like for dinner? Broccoli or cauliflower?” instead of “Do you want broccoli for dinner?” 8– Limit screen time. Allow no more than 2 hours a day of screen time like TV and computer games. Do some physical activities. 9– Encourage Physical activity. Make physical activity fun for the whole family. Involve your children in the planning. 10– Be a good food role model. Try new foods yourself. Describe its taste, texture and smell. Offer one new food at a time. Serve something your child likes with the new food. Avoid lecturing or forcing your child to eat.</p>	

# Calendario semanal de aprendizaje



19-23 de abril del 2020

	Actividades	Tiempo afuera (30 minutos cada vez)
<p><b>Lunes, Miércoles, Viernes</b></p>	<p><b>Cápsula del tiempo de comida para bebés:</b> Los primeros alimentos cambian en todo el mundo e incluso cambian a lo largo de las décadas. Piense en los primeros alimentos que tiene o planea introducir le a su hijo/a. Durante su visita hable con su maestro/a y otros padres sobre las preocupaciones que tiene acerca de ciertos alimentos. También, hable de cosas que salieron bien y se volvió un poco emocionado/a cuando le dio a su hijo/a algo nuevo para probar. Esto podría ser cambiar a su hijo/a de la leche materna a la fórmula, agregar cereal de arroz o comenzar con alimentos para bebés. A medida que alimenta a su hijo/a con los alimentos nuevos, utilice un vocabulario más descriptivo para describir la textura del alimento, la reacción del niño/a al alimento o los cambios emocionales al nuevo alimento.</p> <p>Idioma: usando un crecimiento en número de palabras</p>	<p><b>AM:</b> Mientras su bebé se acuesta boca abajo, coloque una pequeña tela enrollada o doblada debajo de la manta frente a él/ella. Anime a su hijo/a a sentir y empujar el bulto con las manos.</p> <p><b>PM:</b> Mientras sostiene a su hijo/a en su regazo mirando hacia el recipiente de agua, sumerja la esponja o un paño pequeño en el agua y exprima el agua. También puede tocar los pies del niño/a con la esponja húmeda y hablar con él/ella sobre cómo se siente.</p> <p>Físico) <b>AM:</b> Habilidades para viajar <b>PM:</b> usar dedos y manos</p>
<p><b>Martes, Jueves</b></p>	<p>La boca es una herramienta muy útil. Es excelente para masticar, tragar, respirar y hablar, y a partir de los tres meses es ideal para explorar. A la misma edad su boca comienza a producir saliva (se produce babeo). Una vez que su hijo/a tenga la coordinación para explorar objetos con las manos y los ojos, se los llevará a la boca. Hable sobre qué es seguro que su bebé se lleve a la boca y qué no. Este es un buen momento para comenzar a usar el lenguaje de redireccionamiento con su hijo/a.</p> <p>"Jayden, esa es la tapa del marcador. Es peligroso para ti ponerte lo en la boca. ¿Te gustaría este sonajero? Puedes ponerte el sonajero en la boca".</p> <p>Socioemocional: ayuda a seguir los límites y expectativas.</p>	<p><b>AM:</b> Ayude a su hijo/a a seguir movimientos simples. Guíe suavemente el cuerpo de su bebé para que realice el movimiento que le ha dicho. Un ejemplo sería, "Me estoy tocando la cabeza. ¿Puedes tocar tu cabeza? Déjame ayudarte ". Luego, mueva la mano de su hijo/a para tocar su cabeza. Repita con varias partes del cuerpo.</p> <p><b>PM:</b> Dele a su hijo/a un juguete para que lo sostenga. Observe cómo su niño/a lo agarra, lo deja caer, lo sacude, lo sostiene con las dos manos o se lo pasa entre las manos. Describe las acciones de su hijo/a con palabras.</p> <p>Físico) <b>AM:</b> Habilidades para viajar <b>PM:</b> usar 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>Modelo de conducta saludable:</b> usted es la influencia más importante para su hijo/a. Puede hacer muchas cosas para ayudar a su hijo/a desarrollar hábitos alimenticios saludables de por vida. Ofrezca una variedad de alimentos que ayuden a sus hijos obtener los nutrientes que necesitan de todos los grupos adecuados. También será más probable que prueben alimentos nuevos y les gusten más alimentos. Cuando los niños desarrollan el gusto por muchos tipos de alimentos, es más fácil planificar las comidas familiares. ¡Cocinemos juntos, hablemos juntos y convierta la hora de la comida en un momento familiar! Aquí hay 10 consejos para dar un buen ejemplo. 1– Sea ejemplo del ejemplo: Deje que su hijo/a lo vea comiendo verduras, frutas y cereales integrales con las comidas o como bocadillos. 2– Vayan juntos a comprar alimentos. Use las compras de comestibles para enseñarle a su hijo/a sobre la alimentación y la nutrición. 3– Sea creativo en la cocina. Corte los alimentos en formas divertidas y fáciles con cortadores de galletas. Nombre un alimento que su hijo/a ayude a preparar "Ensalada de Mani" 4– Ofrezca los mismos alimentos para todos. Deje de ser un cocinero de comida rápida haciendo diferentes platos para complacer a sus hijos. 5– Recompense con atención, no con comida. Demuestre su amor con abrazos y besos. 6– Enfóquese en el uno hacia el otro en la mesa. Habla de cosas divertidas y felices en la mesa. 7 – Escuche a su hijo/a. Si su hijo/a dice que tiene hambre, ofrézcale un bocadillo pequeño y saludable, aunque no sea la hora de comida programada. Ofrezca opciones "¿Qué te gustaría cenar? ¿Brócoli o coliflor? en lugar de "¿Quieres brócoli para cenar?" 8– Limite el tiempo frente a la pantalla. No permita más de 2 horas al día frente a la pantalla, como la televisión y los juegos electrónicos. Realiza algunas actividades físicas. 9– Anime la actividad física. Que la actividad física sea divertida para toda la familia. Involucre a sus hijos en la planificación. 10– Sea un buen modelo de comida. Pruebe usted mismo alimentos nuevos. Describe su sabor, textura y olor. Ofrezca un alimento nuevo a la vez. Sirva algo que le guste a su hijo/a con la nueva comida. Evite sermonear o obligar a su hijo/a comerlo.</p>	