

## Early Head Start



# Learning at Home Weekly Calendar

12-23mo

July 12-16, 2021

Rain or Shine Activity 3 & 4	Activities	Outside Time (30 minutes each time)
<b>Monday, Wednesday, Friday</b>	<p><b>Love of Math:</b> There's no point trying to teach addition to a two-year-old. The ability to count things such as buttons, socks, or cheerios probably won't dawn until your child is nearly four. But just like you want to instill the love of reading with your toddler, now's also the time to instill the love of math. Try fingerplays about "seven little blackbirds" or "five little bunnies." Nesting toys and stacking toys promote math skills, too. So do blocks (remember, girls need blocks, too). Teach your child to line up dominoes and knock them down. Creating, recognizing, and learning to predict patterns is a fundamental early math skill. There are lots of different ways to make patterns. Think about this: You can also make movement patterns. Try moving in a high-high-low pattern, or do a wiggle jump sequence. Counting is a math skill our probably do lots of already. But mix your counting with movements and you're really in the coordination-development zone. Count to five while you bounce, or swish your hips side to side while you count. You can use your body to make shapes. Have your child lie on her back. Hold her feet and use them to "draw" square shapes and say square. Now use them to draw other shapes. You can also stand up together and hold your child's hand and walk in a BIG circle and then a MEDIUM circle and then a small circle. If you're having fun try other shapes as well.</p> <p style="text-align: center;">Cognitive: Emergent Mathematical Thinking</p>	<p><b>AM:</b> Place a small rolled or folded cloth underneath a blanket in front of your child. As your child begins to walk, encourage them to walk rather than crawl across the bumpy blanket.</p> <p><b>PM:</b> Using small bowls of water or a shallow tray of water, encourage the child to dip the sponge into the water. Hold your child's hands as you squeeze the sponge together.</p> <p style="text-align: center;">Physical) AM-traveling skills. PM– Uses fingers and hands</p>
<b>Tuesday, Thursday</b>	<p><b>Bounce:</b> View the video in Kindermusik or go to youtube and search "Dr. Foster Nursery Rhyme". Watch the video to see how to sing the song with movements.</p> <p><b>Doctor Foster went to Gloucester</b> (Bounce or walk to the beat of the song)</p> <p><b>In a shower of rain</b> (Use your hand to shower rain down on your child)</p> <p><b>He stepped in a puddle</b> (Take one large step forward (going over a puddle))</p> <p><b>Right up to his middle</b> (lift your child into the air and miss their "middle")</p> <p><b>And never went there again</b> (Shake heads or bodies "no")</p> <p style="text-align: center;">Approaches to Learning: Shows Imagination</p>	<p><b>AM:</b> As your child moves around your home describe their movements. Also, encourage your child to copy some of your movements.</p> <p><b>PM:</b> Offer your child a small box with a rope, string, or shoe lace inside. Encourage your child to pull the rope out of the box and then putting the rope back inside the box. Offer your child help if they need it.</p> <p style="text-align: center;">Physical) AM-traveling skills. PM– Uses fingers and hands</p>
<b>Read Aloud</b>	<p style="text-align: center;"><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>	
<b>Weekly Health and Safety</b>	<p><b>COVID– Helping to De-Stress:</b> A student brought home a glitter jar and told her mom "Tell them that when their brain has a glitter storm, they can shake this up and take deep breaths as the glitter falls." We could all use some help settling our glitter right now. If you are feeling stress about the COVID-19 pandemic, your brain isn't misfiring. Stress is a normal, healthy biological response to perceived threats and challenges. It's a response that gets us ready to act– to protect ourselves and our loved ones. But too much stress can hijack our ability to reason through a situation. As much as possible, we want to be responsive instead a reactive. My kids are watching me as this global situation unfolds. Just this morning, they watched to see how I reacted to the news that the local public schools had suddenly closed. Research shows that just being in the presence of a compassionate, safe adult can help kids calm down. As families, we can be "that person" for each other. Thankfully, we have good tools for calming this stress response when it's not helping us– tools that can be used in this or any other situation. The strategies we use to help children navigate their big feelings are the exact same tools I need to be using right now to navigate mine! Breathing is one tool to help manage stress. When we are anxious or upset, our heart rate increases and our breath becomes more shallow. When we take deep breaths, we send a message back to the brain. It's okay to calm down. You can also make a glitter jar to help with breathing. Use an empty, clean jar and fill it with water and glitter. For Children under three please make sure to fully secure the lid with glue or tape so that it can't be opened. Another way to make a calming jar is with oil and food coloring. Again please make sure to secure the lid for children under three. How to use these bottles when you are upset. When you are upset shake the bottle up. Hold the bottle still or set it down and take deep breaths until the contents inside the bottle settle once again. Some other things to ask yourself when you are upset is.... Am I hungry? Am I overstimulated? Do I need sleep? Do I need exercise? If you answer yes to any of these questions this could be effect your emotional regulation. Be the model for your children on how to navigate life's uncertainties with calm, courage and compassion.</p>	

	Actividades	Tiempo afuera (30 minutos cada vez)
Lunes, Miércoles, Viernes	<p><b>Amor por las matemáticas:</b> No tiene sentido tratar de enseñar sumas a un niño/a de dos años. La capacidad de contar cosas como botones, calcetines o cereal probablemente no surgirá hasta que su hijo/a tenga casi cuatro años. Pero al igual que desea inculcar el amor por la lectura a su niño/a pequeño, ahora también es el momento de inculcar el amor por las matemáticas. Juegue juegos con los dedos como "un elefante" o "cinco patitos". Los juguetes de anidación para niños y apilar también promueven las habilidades matemáticas. También los bloques (recuerde, las niñas también necesitan bloques). Enséñele a su hijo/a alinear fichas de dominó y derribarlas. Crear, reconocer y aprender a predecir patrones es una habilidad matemática temprana fundamental. Hay muchas formas diferentes de hacer patrones. Piense en esto: también puede crear patrones de movimiento. Intente moverse en un patrón alto-alto-bajo, o haga una secuencia de salto con meneo. Contar es una habilidad matemática que probablemente ya hacemos muchas veces. Pero mezcle un conteo con movimientos y realmente está en una zona de coordinación-desarrollo. Cuente hasta cinco mientras rebota o mueva las caderas de lado a lado mientras cuenta. Puede usar su cuerpo para hacer formas. Haga que su hijo/a se acueste boca arriba. Sostenga sus pies y úselos para "dibujar" formas cuadradas y diga cuadrado. Ahora úsalas para dibujar otras formas. También puede ponerse de pie juntos y tomar la mano de su hijo/a y caminar en un círculo GRANDE y luego en un círculo MEDIANO y luego en un círculo pequeño. Si se está</p> <p style="text-align: right;">Cognitiva: Pensamiento matemático emergente</p>	<p><b>AM:</b> Coloque una tela pequeña enrollada o doblada debajo de una manta enfrente de su hijo/a. A medida que su hijo/a comience a caminar, anímelo a caminar en lugar de gatear sobre la manta con el bordo.</p> <p><b>PM:</b> Usando tazones pequeños de agua o una bandeja con agua poco profunda, anime al niño/a meter la esponja en el agua. Sostenga las manos de su hijo/a mientras aprieta la esponja.</p> <p style="text-align: right;">Física: AM-Habilidades de viaje PM- Usa dedos y manos</p>
Martes, Jueves	<p><b>Rebote:</b> mire el video en Kindermusik o vaya a youtube y busque "Dr. Foster Nursery Rhyme ". Mira el video para ver cómo cantar la canción con los movimientos.</p> <p><b>Doctor Foster fue a Gloucester</b> (Rebote o camine al ritmo de la canción)</p> <p><b>En una ducha de lluvia</b> (use su mano para hacer llover sobre su hijo/a)</p> <p><b>Dio un paso en un charco</b> (Da un gran paso adelante (pasando por encima de un charco))</p> <p><b>hasta la mitad</b> (levante a su hijo/a en el aire)</p> <p><b>Y nunca fui allí de nuevo</b> (Sacudir la cabeza o el cuerpo "no")</p> <p style="text-align: right;">Enfoques del aprendizaje: muestra imaginación</p>	<p><b>AM:</b> Mientras su hijo/a se mueve por su casa, describa sus movimientos. También, anime a su hijo/a imitar algunos de sus movimientos.</p> <p><b>PM:</b> Ofrézcale a su hijo/a una caja pequeña con un mecate, una cuerda o una cinta de zapato adentro. Anime a su hijo/a sacar la cuerda de la caja y luego a poner la adentro de la caja. Ofrézcale ayuda a su niño/a si la necesita.</p> <p style="text-align: right;">Física: AM-Habilidades de viaje PM- Usa dedos y manos</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>COVID- Ayuda a eliminar el estrés:</b> Un estudiante trajo a casa un frasco de brillo y le dijo a su mamá: "Diles que cuando su cerebro tenga una tormenta de brillo pueden agitar este frasco y respirar profundamente mientras cae el brillo". A todos nos vendría bien un poco de ayuda para arreglar nuestro brillo en estos momentos. Si siente estrés por la pandemia de COVID-19, su cerebro no está fallando. El estrés es una respuesta biológica normal y saludable a las amenazas y desafíos percibidos. Es una respuesta que nos prepara para actuar, para protegernos a nosotros mismos y a nuestros seres queridos. Pero demasiado estrés puede invadir nuestra capacidad de razonar en una situación. En la medida de lo posible, queremos ser receptivos en lugar de ser reactivos. Mis hijos me miran mientras se desarrolla esta situación global. Esta mañana, me observaban para ver cómo reaccionaba sobre las noticias de las escuelas públicas locales habían cerrado repentinamente. Las investigaciones muestran que teniendo un adulto en presencia que es compasivo y seguro puede ayudar a los niños a calmarse. Como familia, podemos ser "esa persona" el uno para el otro. Afortunadamente, tenemos buenas herramientas para calmar el estrés y cuando no nos ayuda, tenemos herramientas que se pueden utilizar en esto o en cualquier otra situación. Las estrategias que usamos para ayudar a los niños a navegar por sus grandes sentimientos son exactamente las mismas herramientas que necesito usar ahora mismo para navegar las nuestras. La respiración es una herramienta para ayudar a controlar el estrés. Cuando estamos ansiosos o molestos, nuestro ritmo cardíaco aumenta y nuestra respiración se vuelve menos profunda. Cuando respiramos profundamente, enviamos un mensaje al cerebro. Está bien calmarse. También puede hacer un frasco con brillo para ayudar con la respiración. Use un frasco vacío y limpio y llénelo con agua y brillo. Para niños menores de tres años, asegúrese de asegurar completamente la tapa con pegamento o cinta para que no se pueda abrir. Otra forma de hacer un frasco calmante es con aceite y colorante para alimentos. Nuevamente, asegúrese de asegurar la tapa para niños menores de tres años. ¿Cómo usar estas botellas cuando está molesto? Cuando esté molesto, agite la botella. Mantenga la botella quieta o déjela en el suelo y respire profundamente hasta que el contenido dentro de la botella se asiente una vez más. Algunas otras cosas que debe preguntarse cuando está molesto es.... ¿Tengo hambre? ¿Necesito dormir? ¿Necesito hacer ejercicio? Si responde afirmativamente a cualquiera de estas preguntas, esto podría afectar su regulación emocional. Sea el modelo para sus hijos sobre cómo navegar las incertidumbres de la vida con calma, animo y compasión.</p>	