

# HEADS UP

Lake Geauga United Head Start's Monthly News Bulletin



Diciembre 2021



## Happy Holidays

### Aprender Jugando con Actividades Prácticas Navideñas

Fechas Para Recordar...

Por Reading Rockets

#### Head Start Estara

#### Cerrado

#### **Vacaciones de invierno-**

Diciembre 20- Enero 3

#### **Martin Luther King Jr. Day-**

Enero 17

#### **Dia Del Presidente-**

Febrero 21

#### **Vacaciones de**

#### **Primavera-**

Marzo 21-25

#### **Vacaciones de Pascua-**

Abril 18

#### **Ultimo Dia de Escuela-**

Mayo 26

Pueden ir preparándose para la lectura y disfrutar las vacaciones de invierno al mismo tiempo incorporando estas sencillas actividades en la rutina diaria del niño de preescolar:

- \* El frío invernal nos ofrece un medio distinto para escribir y dibujar. Haga que su hijo "escriba" sobre ventanas congeladas o en la nieve.
- \* Durante el breve recorrido a la tienda o durante el receso de las fiestas para visitar familiares o amigos, ponga en práctica este juego para ayudar al niño de preescolar a reconocer distintos sonidos. Diga: "Vamos a la tienda. ¿Con qué letra empieza la palabra tienda? Es la letra /t/. ¿Qué otra cosa empieza con /t/ y podemos comprarlo en la tienda?" (O bien, "¿Qué llevamos a la casa de la abuela que empieza con /g/?")
- \* En las conversaciones sobre las celebraciones navideñas, presénteles palabras nuevas e interesantes a su hijo de preescolar. Por ejemplo: "Papá recibió una plétora de corbatas el año pasado. Como tiene tantas corbatas, regalémosle algo diferente." O bien: "Me gusta nuestra tradición familiar de hornear galletas juntos. Es algo que hacemos todos los años y lo disfruto mucho."
- \* Deje que su hijo de preescolar participe en la creación de la lista navideña. Incluso si sólo se trata de sentarse a su lado para hacer la lista de las compras, su hijo se beneficiará al estar en contacto con el poder y el aspecto práctico de la lectoescritura.
- \* Reserven algún tiempo exclusivamente para leer. Acurrúquense juntos en el sofá y lean en voz alta uno de sus cuentos preferidos o miren libros sobre las celebraciones invernales de otras culturas.

# Curriculum Corner

## 7 consejos de aprendizaje y tiempo en familia para las fiestas

Por Laura Bay

¡Llegó la temporada navideña! Como la mayoría de las familias, mi hogar ya está en una ráfaga de actividad: decorar, comprar regalos, preparar para los invitados y hornear galletas y pasteles. Este también es un momento especial para la diversión y la unión en familia. Pero con la demanda navideña, la lista de cosas por hacer parece crecer exponencialmente por minuto. En el ajetreo de la temporada, es importante mantener el aprendizaje y el tiempo de calidad con la familia en la parte superior de la lista mientras sus hijos están en casa durante las vacaciones de la escuela. Las investigaciones muestran que las familias que pasan tiempo de calidad juntas y conectan las actividades en el hogar con la que los niños están aprendiendo en la escuela tienen un vínculo emocional más fuerte y una mejor comunicación, y los niños obtienen mejores resultados académicos.

La temporada navideña también brinda grandes oportunidades para exponer a los niños a nuevas ideas e información, reforzar las habilidades y el conocimiento y fomentar la creatividad, lo que respalda su éxito en la escuela. Mientras compra, hornea y celebra tradiciones especiales, aquí hay algunas ideas para combinar tiempo de calidad con aprendizaje: Cocine juntos: incluya a sus hijos en la preparación de comidas y el horneado para las reuniones festivas. Es una excelente manera de divertirse y enseñar a los niños sobre la cocina y la nutrición. Mientras cocina, puede practicar las matemáticas y la lectura, y demostrar conceptos científicos interesantes a través de varias técnicas de cocina.

Haga tarjetas de felicitación y regalos navideños: haga que sus hijos escriban tarjetas o cartas navideñas a familiares y amigos. Es una gran oportunidad para que los niños practiquen su escritura a mano, así como su gramática, ortografía y escritura creativa. Además, hacer regalos en casa es una forma de fomentar la creatividad. Explore su ciudad: cuando sienta un poco de inquietud en casa, planifique una salida familiar. Muchos parques y zoológicos locales cuentan con exhibiciones de luces y otras festividades para celebrar la temporada. También puede visitar un museo local y sitios históricos, o ver una obra de teatro en un teatro local. Jugar juegos: juegos de mesa y de preguntas y respuestas durante las reuniones navideñas es una buena manera de disfrutar de un tiempo de calidad juntos. Busque ideas en línea.

Hay una variedad de juegos, para todas las edades, que también son divertidos y educativos. Disfrute del aire libre: juegue con sus hijos en el patio trasero o en un parque local. ¡Si nieva, construye un muñeco de nieve o lánzate a las pistas! Puede encontrar divertidos juegos al aire libre que promueven la actividad física. Y lea todos los días: lleve a sus hijos a la biblioteca local y pida prestados libros para leer durante las vacaciones de invierno. Y pasen tiempo leyendo juntos: ayuda a los niños a desarrollar sus habilidades de alfabetización y sobresalir académicamente. Los horarios familiares pueden ser agotadores durante las vacaciones, pero recuerde que la parte más importante de la temporada es pasar tiempo con sus seres queridos. Y cuando agrega aprendizaje a su tiempo de calidad, mejorará los momentos especiales con sus hijos y apoyará su éxito

## Que es In-Kind?

Head Start es un programa financiado con fondos federales. Como condición, el programa debe generar dólares en In-Kind. “En In-Kind” se describe como cualquier cosa entregada a Head Start que normalmente se pagaría y es un gasto permitido; tales como tiempo donado, materiales, servicios, espacio, etc. Por cada dólar recibido de las fuentes de financiamiento, se deben generar 25 centavos de donaciones en In-Kind. La lista a continuación proporciona ejemplos de actividades o donaciones que podrían contarse para la contrapartida en In-Kind.

¿Cómo puede ayudar con In-Kind?

- Complete las actividades de participación familiar en el hogar que se envían a casa

todos los meses

- Complete las actividades en el hogar que se envían a casa cada semana
- Lea con sus hijos y complete el registro de lectura cada mes
- Complete el calendario mensual en casa según el tiempo que pasa trabajando con su hijo
- Comparta un pasatiempo o talento virtualmente a través de Zoom
- Conviértase en miembro del Consejo de Políticas o de un Comité Asesor
- Asista a las reuniones de padres virtualmente a través de Zoom
- Regístrese en Ready Rosie y vea videos que pueden brindar ideas divertidas y educativas para su hijo

¡Comuníquese con el centro de su hijo si está interesado en ser voluntario! Gracias, padres, por su continua participación y compromiso con la educación de su hijo!

---

## Actividad de Participación Familiar en el Hogar

En Diciembre se enviarán a la casa una actividad de participación familiar para que la complete con su niño/a. Estas actividades están diseñadas para que sean divertidas y de bajo estrés para usted y su hijo/a poder hacerlas juntos. Anime a su niño/a a ser creativos, disfruten de su tiempo juntos y lo más importante, diviértanse!! Tendremos una actividad “cantos Navideños via Zoom” el jueves 16. La información de la actividad se mandará a casa con su hijo.

Los materiales que se envían a casa son para que usted se quede con ellos y para que se animen a seguir haciendo actividades y leyendo los libros durante mucho tiempo. Favor de completar la parte de abajo de la hoja de la actividad y regresela con su niño/a a la maestra— de esta forma podremos mantener seguimiento de su participación. Si tiene alguna pregunta no dude en contactar la escuela

### Próximas Actividades de Participación Familiar:

#### *Cantos Navideños via Zoom*

Jueves 16 de diciembre





Hola Familias,

Este es un año muy emocionante! Estaremos trabajando en conjunto con el recurso educativo de ReadyRosie para compartir juegos y videos de expertos que lo apoyen a usted y a su hijo/a en su aprendizaje. A través de nuestra asociación con ReadyRosie usted tendrá acceso gratis a su página de aprendizaje y sus herramientas.

Usted recibirá un mensaje de texto o un correo electrónico que diga “su maestra lo invita a entrar a ReadyRosie”.

Oprima Inscribirse for ReadyRosie 2 veces y siga los siguientes pasos:

1. Escoja su lenguaje preferido.
2. Ponga su nombre y apellido.
3. Escoja como prefiere recibir sus notificaciones, por texto/correo electrónico o los dos. Ponga su número de celular y crea una contraseña.
4. Ya estás en ReadyRosie! Usted recibirá mensajes semanales con ideas para actividades!

**Preguntele a su trabajadora de familia si necesita ayuda**

---

## Esta frío afuera...

Nos gusta llevar a los niños fuera para ir al gimnasio si el clima lo permite. Jugar al aire libre en invierno promueve el desarrollo físico y el bienestar. Esto se debe a que el juego al aire libre fomenta el uso de todo el cuerpo al ofrecer un espacio seguro para correr, saltar y hacer ejercicio. Recuerde asegurarse de que su pequeño lleve un abrigo de invierno, guantes de nieve y un gorro de invierno. Gracias por su apoyo.







# 25 Christmas BOOKS for little learners

Visite nuestra pagina web para mas informacion sobre eventos por venir y otros recursos utiles.

[www.lguhs.org](http://www.lguhs.org)



@lgheadstart

# Desarrolle Hábitos Saludables a la hora de Comer

Por: Wendy Kirby RDN, LD

A los niños en edad preescolar les encanta copiar lo que hacen sus cuidadores. Imitan los modales en la mesa del cuidador, la voluntad de probar nuevos alimentos y preferencias. Tómense un descanso de la televisión o el teléfono y desarrollen juntos hábitos saludables a la hora de comer.

1. **Haga que la comida sea agradable** Coma con sus hijos siempre que sea posible. Deje que le ayuden a preparar la comida. Haga la conversación sobre algo que los hizo reír durante el día. Mantenga la hora de la comida alegre y libre de estrés.
2. **Trate de incluir dos grupos de alimentos en un bocadillo** Combine los pretzels con hummus o mantequilla de nueces en un mini bagel
3. **Mantenga las cosas positivas** Hable sobre el color, la sensación o el sabor de los alimentos para que le parezcan atractivos a su hijo en edad preescolar. Evite que los demás hagan comentarios negativos sobre la comida durante las comidas.
4. **Desarrollar papilas gustativas** No renuncies a una comida si al principio no la aprueban. Se necesitan una docena de intentos para que un niño acepte un nuevo alimento.
5. **Visite las tiendas de comida juntos** Ir de compras puede enseñarle a su hijo en edad preescolar acerca de los alimentos y la alimentación saludable; hable sobre el origen de los alimentos y cómo crecen
6. **Ayudarlos a saber cuando están llenos** Anime a su hijo a dejar de comer cuando esté lleno en lugar de cuando el plato esté limpio. Cuando su hijo no esté interesado en la comida, perdónelo de la mesa.
7. **Recompense con atención, no golosinas**  
Recompensar a los niños con postres dulces y bocadillos puede alentarlos a pensar que las golosinas son mejores que otros alimentos. Consuelo y recompensa con cuidado y alabanza, no comida

## Brochetas de Frutas

Corte la fruta fresca de su elección y coloque en una brocheta de madera. Sirva con yogur griego de vainilla para un chapuzón (este bocadillo ofrece dos grupos de alimentos: lácteos y frutas)