

# HEAD START HOME CONNECTION

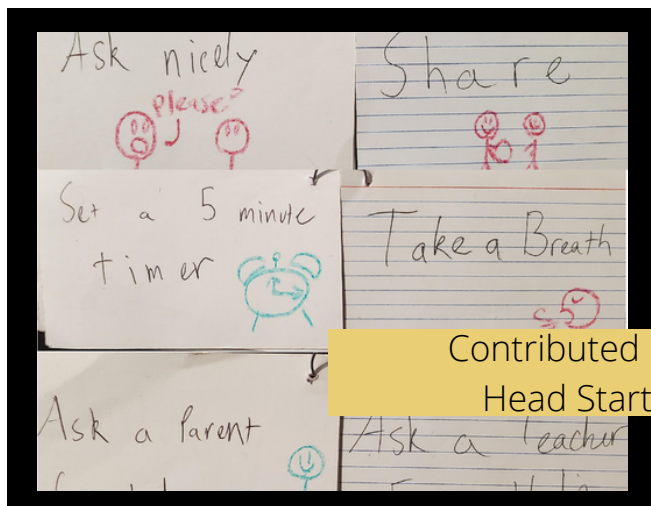
## Week 8

**What is this?** This is a social skills 'toolbox' that you can go through with your child whenever a social situation comes up, either in their day to day, or on a show, or while roleplaying with toys. You can come up with a social situation, like if someone gets hurt, or wants to play with a toy, and have your child go through their 'social tools' to solve the problem!

**Why did you choose to do this activity?**

Just like any other skill, social skills require practice in order to develop. Especially in times when social interactions are limited, roleplaying or finding examples of social interactions that you can then share with your child and problem solve together can help keep them stay on track with their social development.

**What will children learn?** This activity helps kids practice their social emotional skills anytime, anywhere, by identifying and responding to emotions, as well as recognizing and recalling previous situations and how the solutions then might apply to the problems now.



**What is this?** This is one way to make a leaf print that uses the natural pigments inside the leaf. You can make a leaf print by placing a leaf, that is not yet dried out, between two pieces of paper and then hitting it all over with a rock. For my leaf print, I went outside and collected a few leaves and a rock. I placed my leaves between several sheets of regular copy paper, which is what I had on hand. My leaves were a bit dry so I hit them a bit hard with my rock.

**Why did you choose to do this activity?** Fall is my favorite season of the year, in part because of all the lovely colors of the Fall leaves. I have always been fascinated by the leaf prints that occur on the sidewalk when wet leaves sit in one spot for a bit. This is a simple activity that allows children to create their own leaf prints.

**What will children learn?** Children will learn that leaves contain pigments that can be crushed or squeezed out of them. They will also learn about the structure of leaves, that they contain veins. Pair with a book about Fall, leaves or trees for more learning. Take a nature walk and talk about the colors and shapes of the leaves that you and your child see.

# PAGE 2



## Preventing Illness By Boosting Immunity

From COVID-19 to the common cold to ear infections and viral infections such as the flu, there are many common illnesses that children may encounter. Supporting a healthy immune system can help keep your child from getting quite so many illnesses—or at least reduce their duration or severity. The best immune boosters for kids involve healthy daily habits.

### News from Head Start Health

These are some things you can do to support your child's Immune health.

- Make sure your child gets plenty of sleep.
- Feed the whole family a balanced diet full of immune-boosting nutrients.
- Prioritize active play and time outdoors.
- Encourage good hygiene habits such as frequent hand washing and covering coughs and sneezes with a tissue or your elbow.

By learning to problem-solve everyday issues and make decisions for themselves, your child will over time become more independent and responsible. It also helps children feel confident and good about themselves, which is important to mental health and well-being. Encourage your child to do things on their own, model perseverance, and include your child when problem-solving a situation.

### News from Head Start Mental Health and Disabilities



Check out our You Tube Channel

<https://www.youtube.com/channel/UCvY3MtbztRFH791lc5Zt-SA>

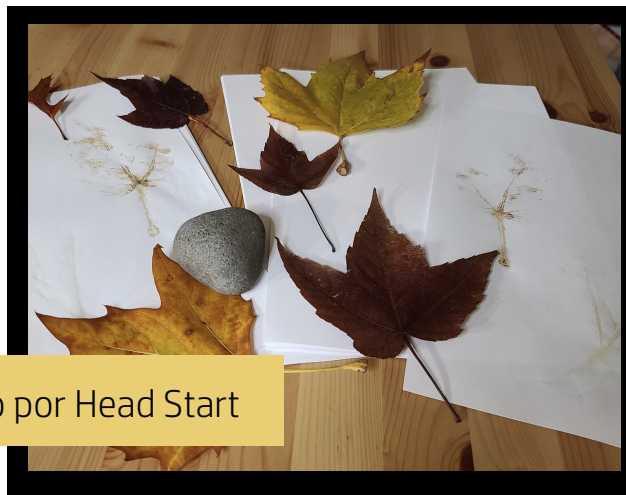
# Head Start Conexión en Casa

Semana 8

**¿Qué es esto?** Esta es una habilidad social "caja de herramientas" que puede practicar con su hijo cada vez que surja una situación social, ya sea en su día a día, en un programa o mientras juega con juguetes. Puede pensar en una situación social, como si alguien se lastima o quiere jugar con un juguete, ¡y que su hijo use sus "herramientas sociales" para resolver el problema!

**¿Por qué eligió hacer esta actividad?** Las habilidades sociales requieren práctica para desarrollarse, al igual que cualquier otra habilidad, especialmente en momentos en que las interacciones sociales son limitadas, los juegos de rol o encontrar ejemplos de interacciones sociales que luego puede compartir con su hijo y resolver problemas juntos, puede ayudarlos a mantenerse al día con su desarrollo social.

**¿Qué aprenderán los niños?** Esta actividad ayuda a los niños a practicar sus habilidades socioemocionales en cualquier momento y lugar, identificando y respondiendo a las emociones, así como reconociendo y recordando situaciones anteriores y cómo las soluciones podrían aplicarse a los problemas actuales.

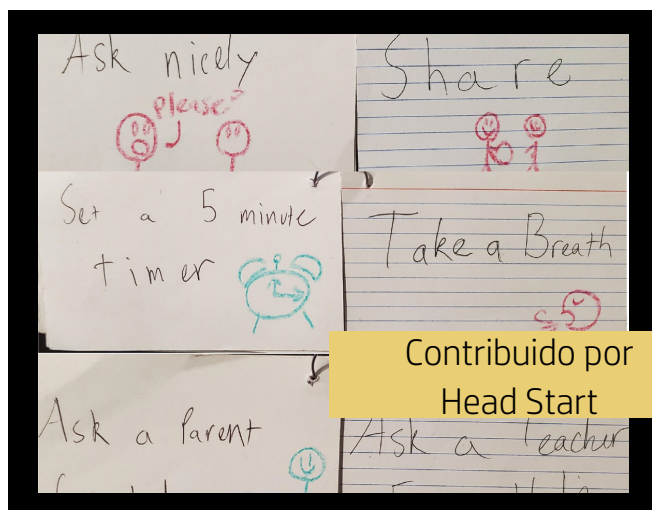


Contribuido por Head Start

**¿Qué es esto?** Esta es una forma de hacer una impresión de hoja que utiliza los pigmentos naturales dentro de la hoja. Puede hacer una impresión de hoja colocando una hoja, que aún no esté seca, entre dos hojas de papel y luego golpeándola con una piedra. Para la impresión de mi hoja, salí y recogí algunas hojas y una piedra. Coloqué mis hojas entre varias hojas de papel de copia normal, que es lo que tenía a mano. Mis hojas estaban un poco secas, así que las golpeé un poco fuerte con una piedra.

**¿Por qué elegiste hacer esta actividad?** El otoño es mi estación favorita del año, en parte debido a todos los hermosos colores de las hojas otoñales. Siempre me han fascinado las huellas de las hojas que se producen en la acera cuando las hojas mojadas se asientan en un lugar durante un rato. Esta es una actividad sencilla que permite a los niños crear sus propias impresiones de hojas.

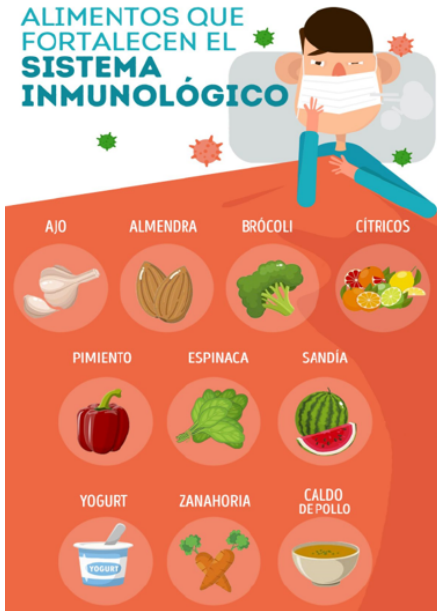
**¿Qué aprenderán los niños?** Los niños aprenderán que las hojas contienen pigmentos que se pueden triturar o exprimir. También aprenderán sobre la estructura de las hojas, que contienen venas. Para aprender más combínelo con un libro sobre otoño, hojas o árboles. Dé un paseo por la naturaleza y hable sobre los colores y las formas de las hojas que usted y su hijo ven.



Contribuido por  
Head Start

# Página 2

## ALIMENTOS QUE FORTALECEN EL SISTEMA INMUNOLÓGICO



### Prevención de enfermedades mejorando la inmunidad

Desde el COVID-19 hasta el resfriado común, las infecciones del oído y las infecciones virales como la gripe, hay muchas enfermedades comunes que los niños pueden encontrar. Apoyar un sistema inmunológico saludable puede ayudar a evitar que su hijo contraiga tantas enfermedades, o al menos reducir su duración o gravedad. Los mejores estimulantes inmunológicos para los niños implican hábitos diarios saludables.

#### Noticias de Salud de Head Start

Estas son algunas cosas que puede hacer para apoyar el sistema inmunológico de la salud de su hijo.

- Asegúrese de que su hijo duerma lo suficiente.
- Alimente a toda la familia con una dieta equilibrada llena de nutrientes que estimulan el sistema inmunológico.
- Priorice el juego activo y el tiempo al aire libre.
- Fomente buenos hábitos de higiene, como lavarse las manos con frecuencia y cubrirse al toser y estornudar con un pañuelo de papel o con el codo.

Al aprender a resolver problemas cotidianos y a tomar decisiones por sí mismo, su hijo se volverá más independiente y responsable con el tiempo. También ayuda a los niños a sentirse seguros y bien consigo mismos.

Lo cual es importante para la salud mental y

#### Noticias de Salud Mental y Discapacidades de Head Start

bienestar. Anime a su hijo a hacer las cosas por su cuenta, modele la perseverancia e incluya a su hijo cuando resuelva una situación.



Echa un vistazo a nuestra página de YouTube

<https://www.youtube.com/channel/UCvY3MtbztRFH791lc5Zt-SA>