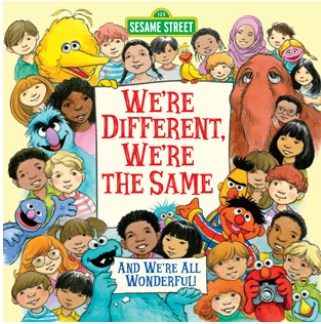


Early Head Start Home Connection

Appreciating Difference

Birth-12 Months:



What is this activity?

Sharing books that talk about and appreciate differences: Sharing these books can help your child appreciate what makes each person unique, and can also help them gain confidence and appreciate these things in themselves. Parents can support building this confidence in their child by reading books about their family culture, traditions, and differences.

Why is it important?

It is often believed that babies and small children “don’t see color,” but this has been proven not to be the case. Babies can show preference for people with faces like those of their caregivers. Children are influenced by the messages they receive from their families and society regarding differences, culture, and diversity. For these reasons, when children are given the opportunity to learn about what makes them and others unique, they can develop skills of respect, inclusivity, and fairness. Children who are appreciative of diversity and differences are better able to stand up for themselves and others when treated unfairly or unjustly. It is okay to not have all the answers, but the best way to ensure that children learn to appreciate others is to begin having conversations about race, culture, and differences. It is never too early to start.

This Activity Contributed By:
Head Start

12 Months - 24 Months:



What is this activity?

Sharing Memories Together: Find a photo, printed or on your phone, of your child. Talk to them about what is happening in the photo, what were they doing, who was there with them. Talk to them about how they were feeling and the memories that you have from this day. You can also do this activity with your child without using a photo. Tell them a story about a memory you have with them including the same details.

Why is it important?

Sharing photos and memories with your child can help them develop their “remembered self” over time. This helps your child think about who they are, what experiences they have had and how they fit into the world around them. Having a strong sense of identity and belonging is the foundation for beginning to acknowledge and appreciate difference. We can’t celebrate differences if we don’t recognize what differences there are!

This Activity Adapted From Zero to Three
From Head Start

24 Months- 36 Months:



What is this activity?

Windows and Mirrors: Encourage your child to look in a mirror. It can be a mirror on the wall or a hand mirror. Verbalize what you notice; their eye color, hair color and texture, freckles/moles, their mouth, teeth, the number of eyes, ears, and nose they have etc. Encourage them to look at you in the mirror. Verbalize what you notice about yourself and point out similarities and differences. You can extend this activity by pointing out similarities and differences in people in photographs and books. **Picking up books from the library, that represent a wide variety of people from different parts of the world, provides a **window** into others’ lives.*

Why is it important?

Talking with children about their own unique traits contributes to a positive sense of identity and belonging. Acknowledging similarities and differences in people helps children learn about themselves and the world. It is natural for children to wonder about those who are different from them in some way, so it is important to teach them the value of differences and similarities in people.

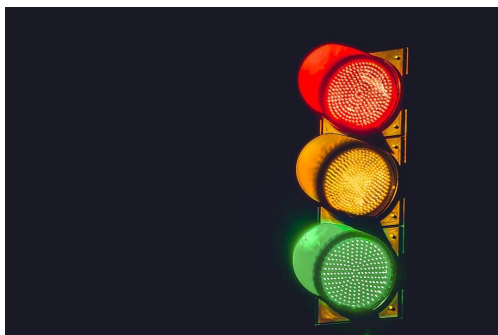
This Activity Contributed By:
Head Start



Developing a Sense of Self Through Routines!

Young children are developing their sense of self and discovering how they relate to others. That's what makes the earliest years such a beautiful time to pass along your culture and traditions to your child! Find ways to involve your child in the rituals, practices and celebrations that are part of your culture. Toddlers can help you cook a special meal by washing vegetables or mixing ingredients. They may also enjoy pretend-play that mimics rituals or routines that they have seen you practice. Even very young infants love to hear the language of their parents and songs that are special to your family. As you go about your daily routines, talk with your children about why your practices are special for your family. When children are proud and secure in their cultural identity, they are confident to express themselves.

Learning Safety Through Play



Teaching children how to be safe is an important part of your role. Safety lessons can start early with some fun but important safety activities.

Practice the “stop, drop, and roll” technique:

Crucial for fire safety, the “stop, drop, and roll” can make all the difference—and be a really fun game for your high-energy toddler / preschooler. Once they have the hang of it, turn it into a spontaneous game you play at odd times, like while watching TV or getting ready for school. When your child remembers the routine at the drop of a hat, they're more likely to use it if they ever need it.

Play “Red Light, Green Light” with a twist:

This childhood game is great for introducing toddlers / preschoolers to the meanings of streetlights and colors. Draw a red circle, yellow circle, and green circle on paper and then cut them out. Play a game of “Red Light, Yellow Light, Green Light” by holding up the colored circles instead of calling out directions!



Maternal Health

Did you know some problems due to pregnancy can happen up to a year after delivery? Be aware of urgent maternal warning signs and symptoms during pregnancy

and in the year after delivery.

Seek medical care immediately if you experience any of these signs or symptoms:

- Headaches that won't go away or get worse over time
- Dizziness or fainting
- Changes in vision
- Extreme swelling of hands or face
- Vaginal bleeding or fluid leaking during pregnancy
- Fever of 100.4°F or higher
- Thoughts about harming yourself or your baby
- Severe belly pain
- Severe swelling, redness or pain of your leg or arm
- Trouble breathing
- Baby's movement stopping or slowing during pregnancy
- Overwhelming tiredness

These symptoms could indicate a life-threatening situation.

Check out this collection of children's books!

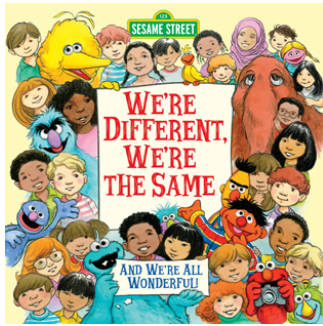
Diverse
BookFinder™
IDENTIFY & EXPLORE MULTICULTURAL PICTURE BOOKS

<https://diversebookfinder.org/books/>

Early Head Start Conexión en Casa

¡Apreciando las Diferencias!

Nacimiento - 12 Meses:



¿Qué es esta actividad?

Compartir libros que traten y aprecien las diferencias: Compartir estos libros pueden ayudar a su hijo a apreciar lo que hace cada persona única y también puede ayudarlos a ganar confianza y apreciar estas cosas en sí mismos. Los padres pueden apoyar la construcción de esta confianza, leyéndoles libros sobre su cultura familiar, tradiciones y diferencias.

¿Por qué es importante?

A menudo se cree que los bebés y los niños pequeños

"no ven el color", pero esto ha sido probado que no es el caso. Los bebés pueden mostrar preferencia por personas con caras como las de sus cuidadores. Los niños están influenciados por los mensajes que reciben de sus familias y sociedad en cuanto a diferencias, cultura, y diversidad. Por estas razones, cuando los niños tienen la oportunidad de aprender sobre lo que los hace únicos a ellos y a los demás, pueden desarrollar habilidades de respeto, inclusión, y equidad. Niños que aprecian la diversidad y las diferencias están mejor capacitados para defenderse a sí mismos y a los demás cuando es tratado de manera injusta." Está bien no tener todas las respuestas, pero la mejor manera de asegurarse de que los niños aprendan a apreciar a los demás es empezar a tener conversaciones sobre razas, cultura y diferencias". Nunca es demasiado tarde para comenzar.

Esta actividad es una contribución de:
Head Start

12 Meses - 24 Meses:



¿Qué es esta actividad?

Compartiendo recuerdos juntos: Encuentre una foto de su hijo, impresa o en su teléfono. Hábleles sobre lo que está sucediendo en la foto, qué estaban haciendo, quién estaba allí con ellos. Hábleles sobre cómo se sentían y los recuerdos que tiene de ese día. También puede hacer esta actividad con su hijo sin usar una foto. Cuénteles una historia sobre un recuerdo que tenga con ellos, incluyendo los mismos detalles.

¿Por qué es importante?

Compartir fotos y recuerdos con su hijo puede ayudarlo a desarrollar su "yo recordado" con el tiempo. Esto ayuda a su hijo a pensar en quiénes son, qué experiencias han tenido y cómo encajan en el mundo que los rodea. Tener un fuerte sentido de identidad y pertenencia es la base para comenzar a reconocer y apreciar la diferencia. ¡No podemos celebrar las diferencias si no reconocemos qué diferencias hay!

Esta actividad ha sido adaptada por Zero to Three de el Head Start

24 Meses- 36 Meses:



¿Qué es esta actividad?

Ventanas y Espejos: Anime a su hijo a que se mire en un espejo. Puede ser un espejo en la pared o un espejo de mano. Expres verbalmente lo que note; el color de los ojos, el color y la textura del cabello, las pecas, lunares, la boca, los dientes, la cantidad de ojos, oídos y nariz que tienen, etc. Anímelos a que se miren en el espejo. Expresa verbalmente lo que notas sobre ti mismo y señala similitudes y diferencias.

Puede ampliar esta actividad señalando similitudes y diferencias entre personas en fotografías y libros. Recoger libros de la biblioteca, que representan una amplia variedad de personas de diferentes partes del mundo, proporciona una ventana a la vida de los demás.

¿Por qué es importante?

Hablar con los niños sobre sus propios rasgos únicos contribuye a un sentido positivo de identidad y pertenencia. Reconocer las similitudes y diferencias entre las personas ayuda a los niños a aprender sobre sí mismos y el mundo. Es natural que los niños se pregunten acerca de quienes son diferentes a ellos de alguna manera, por lo que es importante enseñarles el valor de las diferencias y similitudes entre las personas.

Esta actividad es una contribución de:
Head Start



¡Desarrollando un sentido de sí mismo a través de las rutinas!

Los niños pequeños están desarrollando su sentido de sí mismos y descubriendo cómo se relacionan con los demás. ¡Eso es lo que hace que los primeros años sean momentos tan hermosos para transmitir su cultura y tradiciones a su hijo! Encuentre formas de involucrarlo en los rituales, prácticas y celebraciones que son parte de su cultura. Los niños pequeños pueden ayudarlo a cocinar una comida especial lavando verduras o mezclando ingredientes. También pueden disfrutar del juego de simulación que imitan los rituales o rutinas que le han visto practicar. Incluso a los bebés muy pequeños les encanta escuchar el idioma de sus padres y las canciones que son especiales para su familia. A medida que avanza en sus rutinas diarias, hable con sus hijos sobre por qué sus prácticas son especiales para su familia. Cuando los niños están orgullosos y seguros de su identidad cultural, tienen confianza para expresarse.

Aprendiendo sobre Seguridad a Través del Juego



Enseñar a los niños cómo protegerse es una parte importante de su función. Las lecciones de seguridad pueden comenzar temprano con algunas actividades de seguridad divertidas pero importantes.

Practique la técnica de "detenerse, caerse y rodar":

Es crucial para la seguridad contra incendios, el "parar, tirarse y rodar" puede marcar la diferencia y ser un juego realmente divertido para su niño preescolar de alta energía. Una vez que lo hayan dominado, conviértalo en un juego espontáneo que juegues en momentos extraños, como mientras miras la televisión o te preparas para la escuela. Cuando su hijo recuerda la rutina en un abrir y cerrar de ojos, es más probable que la use si alguna vez la necesita.

Juega a "Luz Roja, Luz Verde" con un toque diferente:

Este juego infantil es ideal para presentarles a los niños pequeños o preescolares el significado de las luces y los colores de las calles. Dibuja un círculo rojo, un círculo amarillo y un círculo verde en un papel y luego recórtalos. ¡Juegue un juego de "Luz Roja, Luz Amarilla, Luz Verde" sosteniendo los círculos de colores en lugar de gritar instrucciones!



Salud Maternal

¿Sabía que algunos problemas debido al embarazo pueden ocurrir hasta un año después del parto? Tenga en cuenta los signos y síntomas de advertencia materna urgentes durante el embarazo

y en el año siguiente al parto.

Busque atención médica de inmediato si experimenta alguno de estos síntomas:

- Dolores de cabeza que no desaparecen o empeoran con el tiempo.
- Mareos o desmayos
- Cambios en la visión
- Hinchazón extrema de manos o cara
- Sangrado vaginal o pérdida de líquido durante el embarazo.
- Fiebre de 100,4 * F o más
- Pensamientos sobre hacerse daño a sí misma o a su bebé.
- Dolor de estómago severo
- Inflamación, enrojecimiento o dolor intensos en la pierna o el brazo.
- Dificultad para respirar
- El movimiento del bebé se detiene o se ralentiza durante el embarazo.
- Cansancio abrumador

Estos síntomas podrían indicar una situación potencialmente mortal.

¡Mira esta colección de libros para niños!

Diverse
BookFinder™
IDENTIFY & EXPLORE MULTICULTURAL PICTURE BOOKS

<https://diversebookfinder.org/books/>