

# HEAD START HOME CONNECTION

## Week 3

**What is this?** This activity teaches children about patterns. Begin by making a pattern and showing it to your child. Then have them extend your pattern. Always start with something simple like red, blue, red blue. Once they show confidence in simple patterns and extending them, have them make patterns of their own. I always have them repeat their pattern to me in order to check for understanding. For example: big-little, big-little or little-little-big, little-little-big. Have fun and make a game out of it. See how many patterns your child can create using everyday objects. The book, Math Counts Patterns, by Henry Pluckros, can be found on Youtube and goes great with this activity.

<https://www.youtube.com/watch?v=6p4NNygcHrk>

**Why did you choose to do this activity?** Patterns and their extensions are something we learn about throughout our lives. It is an important math skill. Playing with patterns is a fun way to learn and reinforce these skills. Math Counts Patterns show so many patterns that we aren't even aware of and are found in everyday life. Patterns are all around us and can be found almost anywhere if you look hard enough.

**What will children learn?** Children will learn how to recognize patterns, how they differ, and how to create them. They will learn to extend simple patterns and make their own. Your child can practice making and extending patterns with stuff around the house or by buying items at the dollar store.



Contributed by  
Head Start

**What is this?** This is having fun with writing and drawing. This child used different writing tools to write her name and draw on the sidewalk. This open-ended activity is fun and easy to do anywhere: in the car, outside, waiting for an appointment, at home. All you need is a writing tool and a writing surface. Let your child explore shapes and lines on their learning journey to writing.

**Why did you choose to do this activity?** I chose this activity because it works on fine motor skills and gives the children freedom to create as they learn. With different mediums to use, the children are free to create what they want.

**What will children learn?** The children will learn how to hold and use writing instruments. They will strengthen their fine motor skills as they write and draw. Children will also use their cognitive skills as they make connections with the information they know, such as writing their names and drawing pictures of people and flowers. There are many stages children go through as they learn to write and draw.

Enjoying this process with your child takes the stress out of learning and makes the journey to writing a positive experience for everyone.



Contributed by  
Head Start



News from  
Head Start Health

### **Healthy Sleep Series Part 2 – Physical Activity**

Help your child to be healthy and fit. Many children don't get enough daily physical activity. Too much screen time and a lack of activity prevents good sleep. Preschoolers should be active about 3 hours a day, including light, moderate, and vigorous activities. Children who get ample daily exercise fall asleep more quickly, sleep better, stay asleep longer, and wake up feeling refreshed. Avoid activity in the hour before bedtime though, since exercise is stimulating – they'll be jumping on the bed instead of sleeping in it!

Continue reading at

<https://childdevelopmentinfo.com/ages-stages/toddler-preschooler-development-parenting/sleep-tips-toddlerpreschoolers/#gs.x0cb5n>

### **Play and Stress**

Playing is a great way for children to learn skills without having the stress of circle time or other sit-down tasks geared towards learning. Children learn communication, motor skills, problem-solving, math, and science concepts all through playing. Engage your child in building blocks to learn gravity, balance, and counting. Engage your child in playing dolls to help enhance their communication, empathy, and practice their problem-solving skills. Your child learns so much from play and it could be enhanced by having an adult play with them. Just five minutes a day of uninterrupted play with your child can greatly help their development.



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 3

**¿Qué es esto?** Esta actividad les enseña a los estudiantes sobre patrones. Empiece por hacer un patrón y muéstrselo a su niño. Luego, pídale que extiendan su patrón. Comience siempre con algo simple como rojo, azul, rojo azul. Una vez que muestran confianza con patrones simples y extendiéndolos, pídale que hagan patrones ellos mismos. Siempre hago que repitan su patrón para asegurarme que están entendiendo. Por ejemplo: grande-pequeño, grande-pequeño o pequeño-pequeño-grande, pequeño-pequeño-grande. Diviértete y haz un juego con eso. Ve cuantos patrones su hijo puede crear usando objetos cotidianos.

**¿Por qué elegiste hacer esta actividad?** Los patrones y sus extensiones son algo que aprendemos a lo largo de nuestras vidas. Es una habilidad de geometría importante. Jugar con patrones es una forma divertida de aprender y reforzar estas habilidades. Los patrones de Math Counts muestran tantos patrones de los que ni siquiera somos conscientes y se encuentran en la vida cotidiana. Los patrones están a nuestro alrededor y se pueden encontrar en casi cualquier lugar si miras lo suficiente.

**¿Qué aprenderán los niños?** Los niños aprenderán a reconocer patrones, en qué se diferencian y cómo crearlos. Aprenderán a extender patrones simples y a hacer los suyos propios. Su hijo puede practicar la creación y extensión de patrones con cosas de la casa o comprando artículos en la tienda del dólar.



Contribuido por  
Head Start

**¿Qué es esto?** Es una actividad de divertirse mientras escribes y dibujas. Esta niña usó diferentes herramientas de escritura para escribir su nombre y dibujar en la acera. Esta actividad abierta es divertida y fácil de hacer en cualquier lugar: en el automóvil, afuera, esperando una cita, en casa. Todo lo que necesita es algo para escribir y una superficie tipo mesa. Deje que su hijo explore formas y líneas en su viaje de aprendizaje a la escritura.

**¿Por qué elegiste hacer esta actividad?** Porque permite trabajar con las habilidades motoras finas y les da a los niños la libertad de crear mientras aprenden. Con diferentes medios para usar, los niños son libres de crear lo que quieran.

**¿Qué aprenderán los niños?** Los niños aprenderán a sostener y usar instrumentos de escritura. Fortalecerán sus habilidades motoras finas mientras escriben y dibujan. Los niños también usarán sus habilidades cognitivas al hacer conexiones con la información que conocen, como escribir sus nombres y hacer dibujos de personas y flores. Hay muchas etapas por las que pasan los niños a medida que aprenden a escribir y dibujar. Disfrutar de este proceso con su hijo elimina el estrés del aprendizaje y hace que el camino hacia la escritura sea una experiencia positiva para todos.



Contribuido por  
Head Start



Noticias de Salud  
de Head Start

### Serie Sueño Saludable Parte 2. Actividad física.

Ayude a su hijo a estar sano y en forma. Muchos niños no realizan suficientes actividades físicas diariamente. Demasiado tiempo frente a la pantalla y la falta de actividad impiden dormir bien. Los niños en edad preescolar deben estar activos unas 3 horas al día, incluidas actividades ligeras, moderadas y vigorosas. Los niños que hacen mucho ejercicio diario se duermen más rápidamente, duermen mejor, permanecen dormidos más tiempo y se despiertan sintiéndose renovados. Sin embargo, evite la actividad una hora antes de acostarse, ya que el ejercicio es estimulante: ¡Saltarán a la cama en lugar de dormir en ella!

### Jugar y Estrés

Jugar es una excelente manera para que los niños aprendan habilidades sin tener el estrés de la hora, del círculo u otras tareas sentados orientadas al aprendizaje. Los niños aprenden conceptos de comunicación, habilidades motoras, resolución de problemas, matemáticas y ciencias a través del juego. Involucre a su hijo en los bloques de construcción para aprender la gravedad, el equilibrio y el conteo. Involucre a su hijo a jugar con muñecos para ayudar a mejorar su comunicación, empatía y practicar sus habilidades de resolución de problemas. Su hijo aprende mucho del juego y podría mejorar si un adulto juega con él. Solo cinco minutos al día de juego ininterrumpido con su hijo pueden ayudar enormemente a su desarrollo.



Noticias de Salud Mental y  
Discapacidades de Head Start



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

Heche un vistazo a nuestra página de YouTube