

HEAD START HOME CONNECTION

Week 1

What is this? This is a bowling game. It is made using toilet paper rolls. Number each roll 1-10. You may decorate each toilet paper roll if you would like. Invite your child to roll the ball toward the "pins". Can they knock them all down? Can they aim for a specific number?

Why did you choose to do this activity?

During this time of staying indoors, and virtual learning, children may get a little antsy. This a fun activity for the whole family. It gets everyone up and moving while having fun!

What will children learn? This activity will support children with gross motor skills: strength in the upper arms and shoulders and endurance in the upper arm, shoulder, and legs. Bowling takes hand-eye coordination as your child rolls the ball towards a specific number and math skills as they recognize numbers and practice counting.



Contributed by
Head Start

What is this? A creation station. Gather recycled materials from around the house like egg cartons, ribbon, toilet paper, and paper towel rolls, paper bags, tissue paper, egg cartons, paper, newspaper, ribbon, cereal boxes, milk cartons, lids, and tissue boxes. You can use glue or tape and a pair of children's size scissors. Store your materials in a container or a box. Invite your children to imagine and build anything they can think of.

Why did you choose to do this activity?

This activity has no rules or expectations. It is an open-ended art experience! Your child can use their imagination to freely create.

What will children learn? Working with open-ended materials promotes engineering, experimenting, imagination, and invention. Through this creative work, children figure out how materials and tools work, how to take things apart, and how to put things together.

It involves the process of iteration, or repetition, when something doesn't work, children are encouraged to try another strategy or use different materials.



Contributed by
Head Start



News from Head Start Health

Exercise Ideas for Kids (and Adults!)

Headstands: A great activity for your core muscles and to get the blood going to the brain.

Obstacle course: Create a furniture course inside or take chalk and make a course outside. Add in specific mental or physical challenges to keep them guessing.

Wheelbarrow, crab, and bear-walk races: Holding one of these tough positions gives you a real workout.

Animal races: Hop like a bunny or frog; squat and waddle like a duck; and so on.

Dance party: Turn on the music and shake your groove thang.

Jumping jacks: Simple but good for coordination and they get your heart going.

Parachute: This kiddie gym standby can be re-created at home with sheets. Each kid takes an end of the parachute or sheet and fans it upward while one of you runs underneath.

Clean-up race: Set a timer or put on a song to see who can clean up the room the fastest.

Hallway bowling: Fill up water bottles and use any ball you have.

Process vs. Product Art

Encouraging children to focus on process-focused art which is open-ended and not focused on the end product helps their development. Children are able to relax, focus, feel successful, and feel like they can express their feelings which encourages social and emotional development. Open-ended art also helps physical development because they are using their fine motor skills to paint, write, glue, and more. Children also exercise their cognitive skills through comparison, predictions, plans, and problem-solving. Try encouraging your child to express themselves freely through the art process and worry less about the end product.



News from Head Start
Mental Health and Disabilities



Check out our You Tube Channel

Head Start Conexión en Casa

Semana 1

¿Qué es esto? Este es un juego de bolos. Este juego se elabora con rollos de papel higiénico y un balón. Enumere cada rollo del 1 al 10. Si lo desea puede decorar cada rollo de papel higiénico. Invite a su hijo a rodar la pelota hacia los "bolos". ¿Pueden derribarlos a todos?

¿Pueden apuntar a un número específico?

¿Por qué eligió hacer esta actividad? Durante este tiempo de permanecer en los hogares y durante el aprendizaje virtual, los niños pueden ponerse un poco ansiosos; por lo que esta es una actividad divertida para toda la familia. ¡Hace que todos se muevan mientras se divierten!

¿Qué aprenderán los niños? Esta actividad apoyará a los niños con habilidades motoras gruesas: crea fuerza en la parte superior de los brazos y los hombros, así como resistencia en la parte superior del brazo, los hombros y las piernas. Los bolos requieren coordinación ojo-mano mientras su hijo rueda la pelota hacia un número específico y habilidades matemáticas a medida que reconocen los números y practican el conteo.



Contribuido por
Head Start

¿Qué es esto? Una estación de creación. Reúna materiales reciclados de la casa como cartones de huevos, cintas, papel higiénico y rollos de toallas de papel, bolsas de papel, papel de seda, cartones de huevos, papel periódico, cintas, cajas de cereales, cartones de leche, tapas y cajas de pañuelos. Puede usar pegamento o cinta adhesiva y un par de tijeras de tamaño infantil.

Guarde sus materiales en un recipiente o en una caja. Invite a sus hijos a imaginar y construir cualquier cosa que se les ocurra.

¿Por qué eligió hacer esta actividad? Esta actividad no tiene reglas ni expectativas. ¡Es una experiencia artística abierta! Su hijo puede usar su imaginación para crear libremente.

¿Qué aprenderán los niños? Trabajar con materiales abiertos promueve la ingeniería, la experimentación, la imaginación y la invención. A través de este trabajo creativo, los niños descubren cómo funcionan los materiales y las herramientas, cómo desarmar y



Contribuido por
Head Start

armar las cosas, Esto implica el proceso de reiteración

o repetición, cuando algo no funciona, se anima a los niños a probar otra estrategia o utilizar diferentes materiales.



Noticias de Salud de Head Start

Ideas de ejercicios para niños (y adultos!)

Pararse de cabeza: una gran actividad para los músculos centrales y para hacer que la sangre llegue al cerebro.

Recorrido de obstáculos: cree un recorrido de muebles adentro o tome tiza y haga un recorrido afuera. Agregue desafíos mentales o físicos específicos para que adivinando. Carreras de carretillas, cangrejos y pasos de osos: mantener una de estas posiciones difíciles te da un verdadero entrenamiento.

Carrera de animales: brinca como un conejo o una rana; agacharse y caminar como un pato.

Fiesta de baile: enciende la música y agita tu ritmo.

Salto de tijera: simples pero buenos para la coordinación y hacen que tu corazón funcione mejor.

Paracaídas: este recurso de gimnasio para niños se puede recrear en casa con sábanas. Cada niño toma un extremo del paracaídas o la sábana y lo abanica hacia arriba mientras uno de ustedes corre por debajo.

Carrera de limpieza: configura un temporizador o pon una canción para ver quién puede limpiar la habitación más rápido.

Bolos en el pasillo: llena las botellas de embases de plástico de agua y usa cualquier bola que tengas.

Proceso versus Arte de producto

Alentar a los niños a enfocarse en el arte de proceso y no enfocarse en el producto final ayuda a su desarrollo. Los niños pueden relajarse, concentrarse, sentirse exitosos y sentir que pueden expresar sus sentimientos, lo que fomenta el desarrollo social y emocional. El arte abierto también ayuda al desarrollo físico porque usan sus habilidades motoras finas para pintar, escribir, pegar y más. Los niños también ejercitan sus habilidades cognitivas a través de comparaciones, predicciones, planes y resolución de problemas. Intente alentar a su hijo a expresarse libremente a través del proceso artístico y preocuparse menos por el producto final.



Noticias de Salud Mental y Discapacidades de Head Start



Heche un vistazo a nuestra página de YouTube