

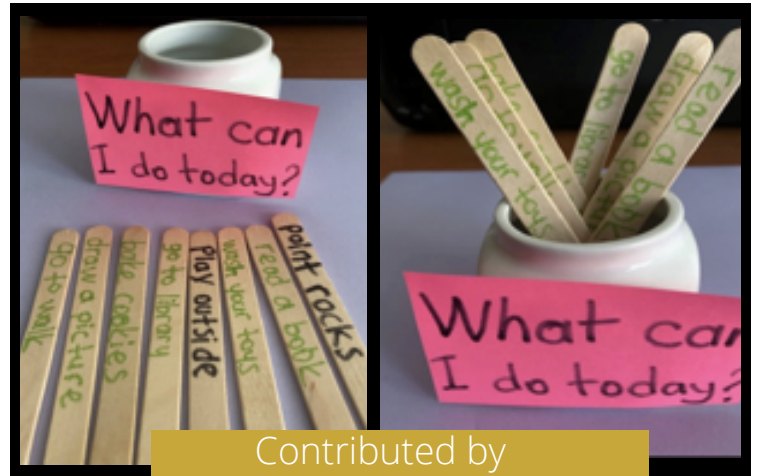
HEAD START HOME CONNECTION

Week 18

What is this? This is an outdoor drawing and writing activity using simple materials - water, bucket, paintbrush, found natural items, and soft dirt or sand. I didn't have a bucket or large paintbrush available, so I used what I had - a large plastic cup and a craft brush. Inexpensive large paintbrushes can be found at the dollar store and work better.

Why did you choose to do this activity? In the summer, children like to spend as much time outside as possible. Outdoor play is important because it encourages healthy active play and an appreciation for the environment. It also gets children away from screens, which they've had quite a lot of this past year.

What will children learn? Drawing is the first step in children's writing development. Bring paintbrushes of different sizes and a bucket of water outside on warm days to draw and write with. Draw and write with sticks in the sand or dirt and form letters with sticks and other natural elements while outdoors. Hunt for letters and numbers while on outings; look for them on signs and license plates. Children will build literacy, math, and fine motor skills



Contributed by
Head Start

What is this? This is an activity that parents and children can brainstorm and create together. They can come up with some ideas to do in their daily schedule. This activity allows for the child's ideas to be heard and valued by their parents. Also, this is a good way to have alternative activities and choices in the day.

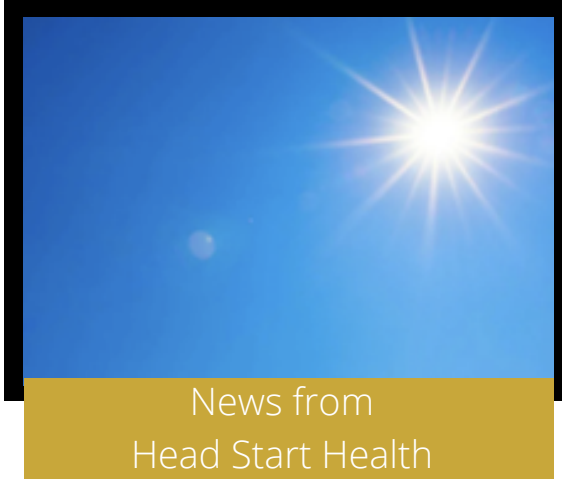
Why did you choose to do this activity? I chose this activity because the children will have an alternative option as an activity. Unfortunately, when children get bored, they tend to watch Tv or play video games which are not very beneficial for their developmental skills.

It is good to have different experience options for the children to think about and have fun with their parents/siblings.

What will children learn? The children will be able to be a part of the activity decision-making. They can use their fine motor skills to write the activities on the art sticks and practice reading them. They will cooperate with their parents and siblings to create the activities. They will learn that there are more options for things to do in a day.



Contributed by
Head Start



All Year Sun Safety

There is no better feeling than playing outdoors in the sunshine. Sunshine can have lots of mood-lifting benefits but can also be harmful to the skin. Here are some tips to stay safe while enjoying the sun's benefits:

Apply a broad-spectrum **sunscreen** with SPF 30 or higher before going outdoors every day and reapply every two hours or more frequently, especially if swimming or sweating.

Seek **shade** when available.

Wear a broad-rimmed hat, sunglasses, long-sleeved shirts, and pants when possible.

Double-check **medications** since some increase sun sensitivity.

Stay **hydrated** by drinking water frequently and eating foods with high water content, such as fruit.

Screen-time

Screen-time for preschoolers can be a part of a healthy lifestyle as long as it is paired with other developmental activities such as exercise, reading, and interacting with others. It is important to create rules around screen-time, have short screen-time sessions, encourage movement, avoid screen-time before bed, and keep screen-time out of the bedroom. Another important thing to remember is that children learn the most from interacting live with others but they can have some benefits from screen-time when it is paired with an adult talking them through the activity.



Check out our YouTube Channel

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

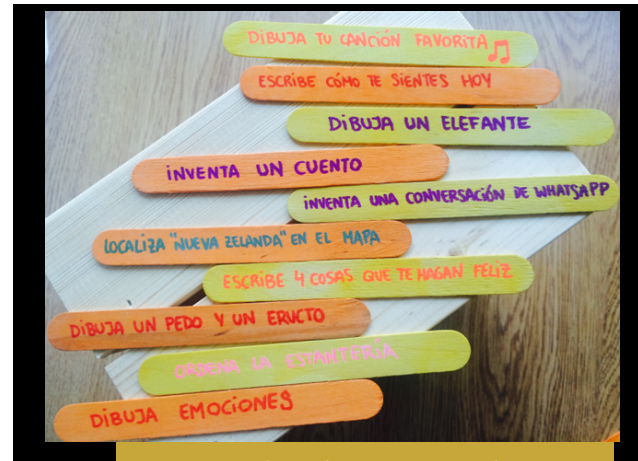
Head Start Conexión en Casa

Semana 18

¿Qué es esto? Es una actividad de dibujo y escritura al aire libre que utiliza materiales simples: Agua, balde, pincel, elementos naturales encontrados y tierra blanda o arena. No tenía un cubo o un pincel grande disponible, así que usé lo que tenía: Un vaso de plástico grande y un pincel para manualidades. Los pinceles grandes y económicos se pueden encontrar en la tienda del dólar y funcionan mejor.

¿Por qué elegiste hacer esta actividad? En verano, a los niños les gusta pasar el mayor tiempo posible al aire libre. Esto es importante porque fomenta el juego activo y saludable y el aprecio por el medio ambiente. También aleja a los niños de las pantallas, de las que han tenido bastante este último año.

¿Qué aprenderán los niños? El dibujo es el primer paso en el desarrollo de la escritura de los niños. En los días cálidos, lleve pinceles de diferentes tamaños y un balde de agua para dibujar y escribir. Dibuje y escriba con palos en la arena o tierra y forme letras con elementos naturales mientras estén al aire libre. Busque letras y números durante las excursiones; búsquelos en letreros y placas de matrícula. Los niños desarrollarán la alfabetización, las matemáticas y las habilidades motoras finas.

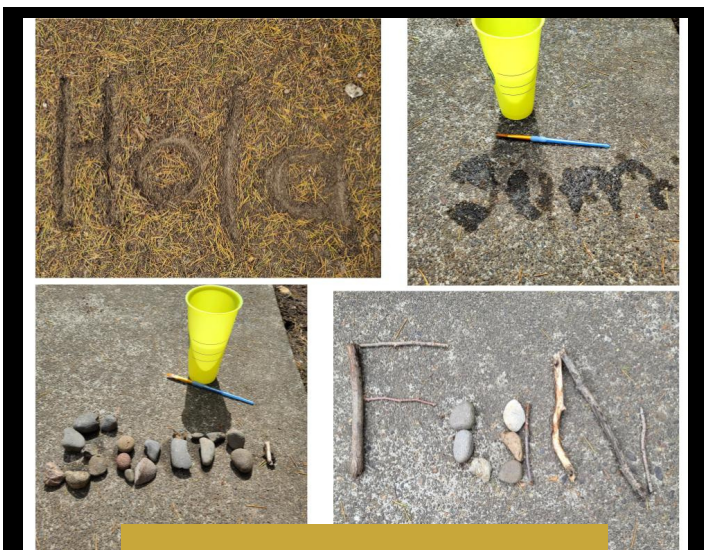


Contribuido por Head Start

¿Qué es esto? Es una actividad en la que padres e hijos pueden intercambiar ideas y crear juntos. Se pueden hacer en su horario diario. Esta actividad permite que los padres escuchen y valoren las ideas del niño. Además, es una buena manera de tener actividades y opciones durante el día.

¿Por qué elegiste hacer esta actividad? Los niños tendrán una opción diferente para hacer durante el día. Desafortunadamente, cuando los niños se aburren, tienden a ver televisión o jugar videojuegos que no son muy beneficiosos para sus habilidades de desarrollo. Es bueno tener diferentes tipos de experiencias, para que los niños piensen y se diviertan con sus padres o hermanos.

¿Qué aprenderán los niños? Los niños podrán ser parte de la toma de decisiones. Pueden usar sus habilidades motoras finas para escribir las actividades en los palitos de arte y practicar su lectura. Cooperarán con sus padres y hermanos para crear las actividades. Aprenderán que hay más opciones para elegir que hacer en un día.



Contribuido por Head Start



Noticias de Salud
de Head Start

Ideas para Protegernos del Sol durante el Año

No hay mejor sensación que jugar al aire libre bajo el sol. La luz solar puede tener muchos beneficios para levantar el ánimo, pero también puede ser perjudicial para la piel. A continuación, se ofrecen algunos consejos para mantenerse a salvo mientras disfruta de los beneficios del sol:

Aplice todos los días un protector solar de amplio espectro con SPF 30 o más alto antes de salir al aire libre, vuelva a aplicar cada dos horas o con más frecuencia, especialmente si está nadando o sudando.

Busque lugares con sombra.

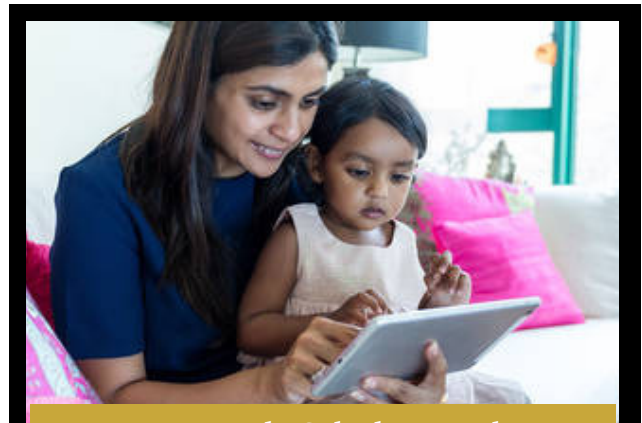
Use un sombrero de borde ancho, gafas de sol, camisas de manga larga y pantalones cuando sea posible.

Verifique los medicamentos, ya que algunos aumentan la sensibilidad al sol.

Manténgase hidratado bebiendo agua con frecuencia y comiendo alimentos con alto contenido de agua, como las frutas.

Tiempo de pantalla

El tiempo frente a la pantalla para los niños en edad preescolar puede ser parte de un estilo de vida saludable siempre y cuando se combine con otras actividades de desarrollo, como el ejercicio, la lectura y la interacción con los demás. Es importante crear reglas sobre el tiempo de pantalla, tener sesiones cortas de tiempo, fomentar el movimiento, evitar el tiempo de pantalla antes de acostarse y mantenerlo fuera del dormitorio. Otra cosa importante para recordar es que los niños aprenden más al interactuar con otros, pero pueden obtener algunos beneficios del tiempo de pantalla cuando se combina con un adulto que les habla durante la actividad



Noticias de Salud Mental y
Discapacidades de Head Start



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

Heche un vistazo a nuestra página de YouTube