

MOUNT PLEASANT ISD CHILD DEVELOPMENT CENTER WEEKLY INSTRUCTION



DATE
MARCH 30- APRIL 3

PARENT RESOURCES

Birth-Four Years of Age Developmental Milestones
English

<https://cliengage.org/public/wp-content/uploads/sites/10/2019/06/DevelopmentalMilestones-English.pdf>



Birth-Four Years of Age Developmental Milestones
Spanish

<https://cliengage.org/public/wp-content/uploads/sites/10/2019/06/DevelopmentalMilestones-Spanish.pdf>



CLI Engage Family Resources

<https://cliengage.org/public/tools/materials/covid-19-family/>



SCHOOL READINESS DOMAINS

SOCIAL EMOTIONAL-

Social development refers to a child's ability to create and sustain meaningful relationships with adults and other children.

APPROACHES TO LEARNING-

The Approaches to Learning domain incorporates emotional, behavioral, and cognitive self-regulation under a single umbrella to guide teaching practices that support the development of these skills.

LANGUAGE & LITERACY-

Language development refers to emerging abilities in listening and understanding (receptive language) and in using language (expressive language).

COGNITION- Children play an active role in their own cognitive development by exploring and testing the world around them, but they also need support from parents, teachers, and other adults.

PERCEPTUAL, MOTOR, & PHYSICAL DEVELOPMENT-

Perception refers to children's use of their senses to gather and understand information and respond to the world around them. Gross motor skills refer to moving the whole body and using larger muscles of the body, such as those in the arms and legs. Fine motor skills refer to using the small muscles found in individual body parts, especially those in the hands and feet.

MOUNT PLEASANT ISD CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL INSTRUCCIONES SEMANALES



FECHA
30 DE MARZO AL 3 DE ABRIL

RECURSOS PARA PADRES

Indicadores del desarrollo desde nacimiento hasta los
cuatro años de edad
Inglés

<https://cliengage.org/public/wp-content/uploads/sites/10/2019/06/DevelopmentalMilestones-English.pdf>



Indicadores del desarrollo desde nacimiento hasta los
cuatro años de edad
Español

<https://cliengage.org/public/wp-content/uploads/sites/10/2019/06/DevelopmentalMilestones-Spanish.pdf>



Recursos de familia para participación activa de CLI
<https://cliengage.org/public/tools/materials/covid-19-family/>



DOMINIOS DE PREPARACIÓN ESCOLAR

SOCIAL EMOCIONAL-

El desarrollo social se refiere a la capacidad del niño para crear y mantener relaciones significativas con adultos y otros niños.

ENFOQUES DE APRENDIZAJE-

El dominio de enfoques para el aprendizaje incluye la autorregulación emocional, conductual y cognitiva bajo un solo paraguas para guiar las prácticas de enseñanza que apoyan el desarrollo de estas habilidades.

LENGUAJE Y ALFABETIZACIÓN-

El desarrollo del lenguaje se refiere a las habilidades emergentes en escuchar y la comprensión (lenguaje receptivo) y en el uso del lenguaje (lenguaje expresivo).

COGNICIÓN- Los niños juegan un papel activo en su propio desarrollo cognitivo explorando y probando el mundo que los rodea, pero también necesitan el apoyo de padres, maestros y otros adultos.

DESARROLLO PERCEPTUAL, MOTOR Y FÍSICO-

La percepción se refiere al uso que hacen los niños de sus sentidos para reunir y comprender información y responder al mundo que los rodea. Las habilidades de motoras gruesas se refieren al uso de los músculos de todo el cuerpo y usar los músculos gruesos como las de los brazos y piernas. Motoras finas se refiere a los músculos pequeños que se encuentran en partes individuales del cuerpo, especialmente en las manos y los pies.



Dear Parents,

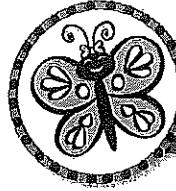
Though it may not seem possible, young infants do experience stress. Babies are sensitive to the stress adults feel and their own experiences can generate stressful feelings. For example, babies experience stress when their needs are not met. They cry when they are hungry, overly tired, need to be changed, or when they are getting too much or too little attention. Not attending to a crying baby can cause the baby to feel stress. Babies also experience stress because they are constantly subjected to things and situations they have never encountered.

Babies are not born knowing how to handle their stress. They are still developing their understanding of how the world operates and how they fit into this new environment. You can help reduce stress for your baby and help her learn how to handle her stress better.



What You Can Do

- Tend to your baby quickly when she cries. Babies who are responded to quickly tend to cry less and therefore are less stressed.
- Keep your newborn baby swaddled.
- If your baby is feeling stressed, hold her close and breathe deeply. She will eventually regulate her breathing to match yours. Some babies respond to the feel of their bare skin on your bare skin.
- Teach your older infant how to take a deep breath by asking him to pretend to smell a flower (breathe in through nose) and then blow out a candle (exhale through mouth).
- Bath your stressed baby in warm water.
- Try cuddling and gently rocking your baby when she is feeling stressed. Try adding more comfort by making a swooshing sound.
- Be careful not to overstimulate your baby. Shield her from bright lights, cool temperatures, fragrances, and loud noises.



Calmen a su bebé

Estimados padres:

Aunque no parezca posible, los bebés sí sienten estrés. Los bebés son sensibles al estrés que sienten los adultos y sus propias experiencias pueden generar sentimientos estresantes. Por ejemplo, los bebés experimentan estrés cuando no se satisfacen sus necesidades. Lloran cuando tienen hambre, cuando están muy cansados, cuando necesitan que los cambien o cuando reciben demasiada o muy poca atención. No atender a un bebé que está llorando puede hacer que el bebé sienta estrés. Los bebés también sienten estrés cuando son constantemente expuestos a cosas y situaciones que nunca han visto.

Los bebés no nacen sabiendo cómo manejar su estrés. Ellos todavía están desarrollando su comprensión de cómo funciona el mundo y cómo encajan ellos en este nuevo entorno. Ustedes pueden reducir el estrés de su bebé y ayudarlo a aprender a manejarlo mejor.



Lo que ustedes pueden hacer

- Atiendan a su bebé rápidamente cuando lllore. Los bebés que son atendidos rápidamente tienen a llorar menos y por lo tanto están menos estresados.
- Mantengan a su bebé recién nacido bien envuelto o "fajado".
- Si su bebé se siente estresado, abrácenlo y respiren profundamente. Terminará por regular su respiración con la de ustedes. Algunos bebés responden a la sensación de su piel desnuda con la de ustedes.
- Enseñen a su infante mayor a respirar profundamente, pidiéndole que se imagine que está oliendo una flor (respirar por la nariz) y que luego sopla una vela (exhalar por la boca).
- Bañen a su bebé estresado en agua tibia.
- Cuando el bebé se sienta estresado, prueben a balancearse suavemente mientras lo tienen abrazado. Pueden agregar más tranquilidad haciendo sonidos sibilantes.
- Tengan cuidado de no estimular demasiado al bebé. Protéjanlo de luces brillantes, temperaturas frías y fragancias y ruidos fuertes.



- Dear Parents,
- Emotional intelligence includes the ability to recognize and manage one's emotions. Babies, as early as one month old, display emotions that indicate they are keenly aware of what is happening around them. By four months, babies recognize differences in facial expressions (happy, sad, no expression). When babies are content they are more alert, attentive and responsive.
- Around 16 months, a toddler's "sense of self" emerges. Toddlers begin to understand they have feelings and emotions that are separate from others. They begin to express their opinions. We often see this in the form of a tantrum. It is at this point that children's emotional repertoire grows to include self-consciousness, pride, shame, and embarrassment. These more complex emotions show the connection between thinking and feeling. It is at this point that little ones are ready for adults to coach them during emotional moments. This is called *emotional coaching*.

What You Can Do

- According to Dr. John Gottman, author of *Raising an Emotionally Intelligent Child*, there are five steps to helping children learn to handle their emotions.
 1. Be aware of emotions, both yours and your child's.
 2. Connect with your child. Encourage your child to talk about his emotions.
 3. Listen to your child without judgment.
 4. Help your child name the emotion he is feeling.
 5. Help your child find a solution to what he is feeling.
- Value your child's range of feelings including not only the positive ones (happiness, surprise, calm) but also the negative ones (anger, fear, jealousy, disappointment).
- Be a good role model by handling your emotions in a healthy way.
- Show empathy for others and for your child.
- Look at things from your child's point of view. If he is sad about a broken toy, don't tell him it is silly or that it is only a toy.
- For more information on emotional coaching read *Raising an Emotionally Intelligent Child* by Dr. Gottman, *Pride and Joy* by Kenneth Barish or *Emotional Intelligence* by Daniel Goleman.





Alienten un crecimiento emocional saludable

Estimados padres:

La inteligencia emocional incluye la habilidad para reconocer y manejar las emociones propias. Los bebés, desde que tienen un mes, demuestran emociones que indican que están intensamente conscientes de lo que sucede a su alrededor. A los cuatro meses, los bebés reconocen las diferencias en las expresiones faciales (feliz, triste, sin expresión). Cuando los bebés están contentos están más alertas, atentos y receptivos.

Alrededor de los 16 meses, emerge el "sentido de sí mismos" de los niños pequeños. Los niños empiezan a entender que tienen sentimientos y emociones separados de los demás. Empiezan a expresar sus opiniones. Vemos esto con frecuencia en forma de pataletas. Es en este punto que el repertorio emocional de los niños crece para incluir la autoconciencia, el orgullo, el remordimiento y la vergüenza. Estas emociones más complejas muestran la conexión entre el razonamiento y el sentimiento. Es en este punto que los pequeños están listos para que los adultos les sirvan de tutores u orientadores durante sus momentos emocionales. Esto se llama *orientación emocional*.

Lo que ustedes pueden hacer

- De acuerdo al Dr. John Gottman, autor de "*Raising an Emotionally Intelligent Child*" (*Criando a un niño emocionalmente inteligente*), hay cinco pasos para ayudar a los niños a aprender a manejar sus emociones.
 1. Estén conscientes de las emociones, las suyas y las de su hijo.
 2. Conéctense con su hijo. Animen a su hijo a hablar de sus emociones.
 3. Escuchen a su hijo sin juzgarlo.
 4. Ayuden a su hijo a nombrar la emoción que está sintiendo.
 5. Ayuden a su hijo a encontrar una solución a lo que está sintiendo.
- Evalúen el rango de sentimientos de su hijo, incluyendo no solo los positivos (felicidad, sorpresa, calma) sino también a los negativos (ira, temor, celos, desilusión).
- Sean buenos modelos, manejando sus propias emociones de manera saludable.
- Demuestren empatía por los demás y por su hijo.
- Miren las cosas desde el punto de vista de su hijo: Si está triste por un juguete roto, no le digan que es un tonto o que es sólo un juguete.
- Para más información sobre orientación emocional, lean los libros *Raising an Emotionally Intelligent Child* del Dr. Gottman, *Pride and Joy* de Kenneth Barish o *La inteligencia emocional* de Daniel Goleman (En español).





Dear Parents,

Babies begin to hear sounds during the fifth month in the womb. In fact, if mom speaks often during the last trimester of her pregnancy, she will be rewarded by her baby recognizing her voice at birth! This early introduction to speaking lays a foundation for language.

Babies pay attention when you speak to them. They are watching the shape of your mouth and the movement of your tongue. They are following the pitch of your voice. This is how they learn to speak. They cannot learn to speak by listening to TV or radio or a recording. They have to have face-to-face contact. The more we read, speak and sing to little ones, the better sound discrimination they develop and the bigger vocabulary they build.

Little ones who are surrounded by language during the first 18 months of life will have vocabularies that are 185 words larger than a peer who was not surrounded by language. By age 2, this vocabulary will grow to 295 more words than their peers.

What You Can Do

- Read to your baby before she is born. Continue reading to her after she is born.
- Sing to your baby often.
- Talk to baby even though you know she does not yet understand you. Narrate your actions. Discuss your thoughts. Describe things you see.
- Speak to your child from across the room and speak to her face to face. Make a point to speak to her daily with eye contact about 12 inches from her face.
- Check with the doctor if your baby appears to have allergies. Nasal congestion can impact the inner ear and your baby's ability to hear sounds clearly.
- Recite nursery rhymes that you recall from your own childhood or memorize some that are new to use and say them to your baby.
- Teach your baby sign language when she is 8 months old. Sign language increases language. It is also wired on both sides of the brain which leads to faster processing of information.





Alienten las destrezas del lenguaje

Estimados padres:

Los bebés empiezan a escuchar sonidos durante el quinto mes en el vientre materno. De hecho, si la mamá habla con frecuencia durante el último trimestre de su embarazo, será recompensada con un bebé que reconoce su voz al nacer! Esta temprana introducción al habla constituye una de las bases del lenguaje.

Los bebés prestan atención cuando ustedes les hablan. Ellos observan la forma de su boca y el movimiento de su lengua. Siguen el tono de su voz. Así es como aprenden a hablar. No pueden aprender a hablar escuchando la televisión, la radio o una grabación. Ellos tienen que tener contacto cara a cara. Cuanto más les leamos, hablemos o cantemos, los pequeños desarrollarán una mejor discriminación de los sonidos y un vocabulario más grande.

Los niños que están rodeados de lenguaje durante los primeros 18 meses de vida tendrán vocabularios de 185 palabras más que un niño de su misma edad que no está rodeado de lenguaje. A los 2 años, el vocabulario crecerá a más de 295 palabras por encima de los niños de su misma edad.

Lo que ustedes pueden hacer

- Léanle a su bebé antes de que nazca. Sigán leyéndole después de que haya nacido.
- Cántenle con frecuencia.
- Hablen con su bebé, aunque crean que no los entiende todavía. Narren sus acciones. Hablen sobre sus pensamientos. Describan las cosas que ven.
- Hablen con su hijo desde el otro lado del cuarto y también cara a cara. Propónganse hablarle todos los días haciendo contacto visual a aproximadamente 12 pulgadas de su cara.
- Consulten con el médico si les parece que su niño tiene alguna alergia. La congestión nasal pueden impactar el oído interno y la habilidad de su niño de escuchar sonidos claramente.
- Reciten las rimas infantiles que recuerden de su propia niñez o memoricen algunas nuevas para usarlas y recitárselas a su bebé.
- Enseñen a su bebé el lenguaje de señas a partir de los 8 meses. El lenguaje de señas aumenta el lenguaje. También está conectado en los dos lados del cerebro, lo que lleva a un procesamiento más rápido de la información.



frögstreet

Frog Street Infant © 2015 Frog Street Press



Dear Parents,

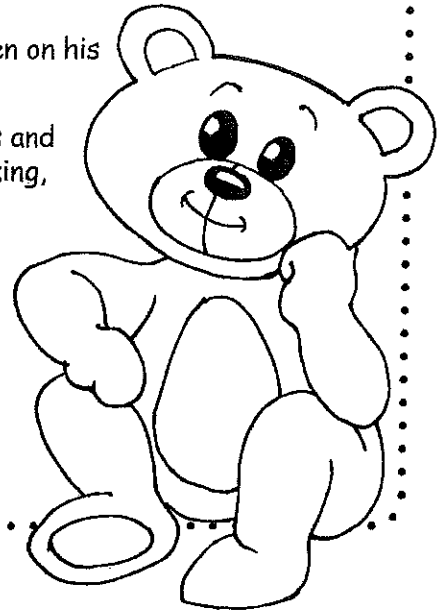
Right from birth a baby is forging neural wiring for physical movement, social interactions, emotional control, language, and cognition (sometimes referred to as intelligence or thinking skills). Parents are often concerned about intelligence. They assume all the other areas of development will, more or less, take care of themselves. This is a bit of a misunderstanding. All of these areas are interwoven and all are equally dependent on experiences.

Understanding cause-and-effect relationships is the foundation of cognitive development (intelligence) but it will be developed through experiences that are social, linguistic, emotional, and physical. Here are some cause-and-effect scenarios that involve all areas of development:

- **Socially** your baby learns that if he smiles, you will smile back and if he cries, you will come to his aid.
- **Physically** he learns that if he pushes with one of his hands when on his tummy, he will be able to roll to his back.
- **Linguistically** he learns that language is "give and take." He coos and then he stops and waits for you to speak. When you finish speaking, he coos again.

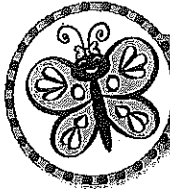
Problem-solving skills are also a part of cognitive development. These skills begin to wire during the first year. Babies learn to push with one hand to turn over or to wiggle to reach a desired toy.

A child's intelligence is shaped and influenced by cumulative experiences over time. Your interactions to nurture your child's intellectual development will have a lasting impact.



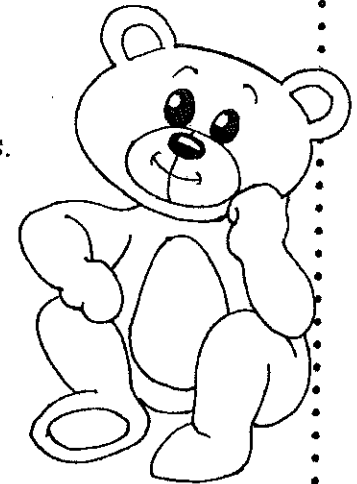
What You Can Do

- Talk about patterns with your little one. Point out changes in seasons, visible differences in day and night, routines, rhyme and repetition in songs, and rhythm in music.
- Point out cause-and-effect events and situations. Cause and effect is a constant pattern in our lives.
- Encourage your child's natural abilities (music, art, dance, language, math). There are many ways to be "smart."
- Observe your child as she plays. Watch as she attempts to solve problems. Let her get as far as she can before jumping in to help. Your child needs to solve problems on her own. It is experience that wires the brain.
- Talk to your child. The more words we have, the better we understand the world around us.



Alienten las destrezas cognitivas

- Estimados padres:
- Ya desde el nacimiento, los bebés están forjando las conexiones neurológicas para el movimiento físico, las interacciones sociales, el control emocional, el lenguaje y el conocimiento (llamado algunas veces inteligencia o destrezas del pensamiento). Los padres con frecuencia están preocupados por la inteligencia. Asumen que todas las demás áreas del desarrollo, en mayor o menor grado, se ocuparán de sí mismas. Esto es un malentendido. Todas esas áreas están entrelazadas y todas son igualmente dependientes de la experiencia.
- Entender las relaciones de causa y efecto es el fundamento del desarrollo cognitivo (inteligencia) pero se desarrollará a través de las experiencias sociales, lingüísticas, emocionales y físicas. Estos son algunos de los escenarios de causa y efecto que involucran a todas las áreas del desarrollo:
- **Socialmente**, su bebé aprende que si sonríe, ustedes le sonreirán y que si llora, ustedes vendrán a ayudarlo.
- **Físicamente**, aprende que si está acostado sobre la barriguita y empuja con una de sus manos podrá darse la vuelta y quedar de espaldas.
- **Lingüísticamente** aprende que el lenguaje es "dar y tomar". Balbucea y luego se detiene y espera a que ustedes hablen. Cuando ustedes terminan de hablar, él vuelve a balbucear
- Las destrezas para resolver problemas también son parte del desarrollo cognitivo. Estas destrezas empiezan a desarrollarse durante el primer año. Los bebés aprenden a empujar con una mano para darse la vuelta o a retorcerse para alcanzar un juguete deseado.
- La inteligencia de un niño está formada y es influenciada por las experiencias acumuladas con el tiempo. Las interacciones de ustedes para impulsar el desarrollo intelectual de su hijo tendrán un impacto duradero.



Lo que ustedes pueden hacer

- Hablen con su pequeño sobre los patrones. Señalen los cambios de las estaciones, las diferencias visibles entre el día y la noche, las rutinas, las rimas y las repeticiones en las canciones, y el ritmo en la música.
- Señale eventos y situaciones de causa y efecto. Las relaciones de causa y efecto son un patrón constante en nuestras vidas.
- Alienten las destrezas naturales de su hijo (Música, arte, baile, lenguaje, matemáticas) Hay muchas formas de ser "inteligente".
- Observen a su hijo mientras juega. Observen cómo intenta resolver problemas. Déjenlo hacer lo más que pueda antes de correr a ayudarlo. Su hijo necesita resolver problemas por sí solo. Es la experiencia la que desarrolla al cerebro.
- Hablen con su hijo. Cuantas más palabras tengamos, mejor entenderemos el mundo que nos rodea.

Parents as Partners

Did You Know?

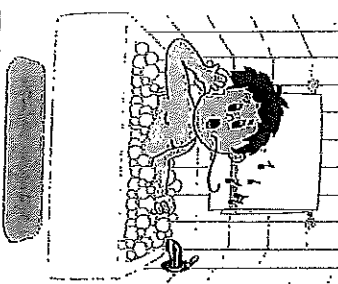
Singing songs from your childhood with your child builds a strong bond and creates joyful memories. Your child will be delighted to know that you know the same songs he is learning at school.

Try It Out

- Sing songs in the car.
- Sing songs while giving your child a bath.
- Make a list of songs both you and your child know ("Twinkle Twinkle, Little Star," "My Bitty Spider," "If You're Happy and You Know It," "The Wheels on the Bus").
- Make up a song about something that you experience (losing your keys or spilling a glass of milk).
- Sing silly songs. Humor adds to the joy.
- Create a book of songs you sing with your child.

Looking Ahead

Please bring your recycled toilet paper tubes and paper towel tubes to our classroom. We are collecting them for fun activities we will be doing in a few weeks.



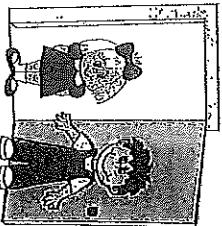
Parents as Partners

Did You Know?

Children need specific information about your expectations. If you say you want your child to use "helpful hands," offer some examples. If your child is angry, tell him exactly what he needs to do.

Try It Out

- Give your child examples of what is correct and what is not when you give specific information for him to follow.
- When you ask your child to use "helpful hands," say "We use helpful hands when we help someone pick up something they have dropped or when we hold the door open for someone who is behind us. We use helpful hands when we pass someone something they can't reach or when we give someone a pat on the back. We do not use helpful hands when we push or shove or hit."
- Instead of saying, "use your words" when your child is upset, tell him exactly what he should say: "tell Frankie, you don't like it when he pushes you. This is the kind of specific instruction your child needs and offers a good model. Recognize that children do not make generalizations until they have had many life experiences. So don't get frustrated when you have to provide the correct words again and again."



Parents as Partners

Did You Know?

Sitting down to dinner with your child provides an opportunity to model pro-social behaviors you want your child to learn. You can encourage your child to use good manners. Dinner conversation teaches children how to take turns and listen. Plan a family "sit-down" dinner several times a week.

Try It Out

1. Allow your child to help serve himself and to pass food when appropriate.
2. Tell your child the best thing about your day and ask about the best part of his day.
3. Point out how to use a napkin and how to ask for additional helpings.
4. Have every member of the family tell one new thing they learned that day.
5. Involve your child in cleaning up after dinner. He can bring dishes to the sink.



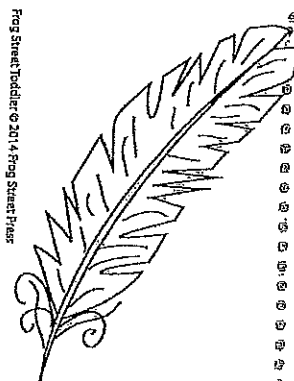
Parents as Partners

Did You Know?

Tickle games become interesting to little ones at around 3 months of age. These games are one form of social play. Tickle games are an important part of bonding with your child and are an important part of your child's development. Children usually remain interested in tickle games until around 3 years of age and some even continue liking these games longer. Playing regular games that involve making your child laugh teaches your little one predictable routines, builds anticipation, and helps her understand the concept of waiting for a reward.

Try It Out

- Use a craft feather to play this tickle game we learned this week.
- **Round the Lake**
Round the lake, round the lake
Goose the little ducks
Up the hill, up the hill
Into his little "nestie."
- **Slightly Naughty** Use a soft feather with a stiff center vein. Keep feathers away from children's eyes. Use a craft feather and not a natural feather you may find.
tickle feather around child's palm!
move feather up child's arm!
use feather to tickle child's neck!



Padres que participan

¿Lo sabían?

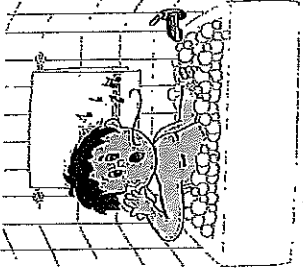
Cantar con su hijo las canciones que ustedes cantaban en su niñez refuerza los vínculos y crea recuerdos alegres. Su hijo estará feliz de saber que ustedes conocen las canciones que él está aprendiendo en la escuela.

Hagan lo siguiente:

- Canten cuando van en el automóvil.
- Canten mientras bañan a su niño.
- Hagan una lista de las canciones que su hijo y ustedes saben ("La vaca lechera", "Fin Pan", "La muñeca de vestido azul").
- Inventen una canción sobre algo que les ha pasado (perder las llaves o derramar un vaso de leche).
- Canten canciones divertidas. El humor aumenta la diversión.
- Preparen un libro de las canciones que ustedes canten con su hijo.

¡Trabajo más divertido!

Traigan a nuestro salón los tubos del papel higiénico o de los trozos de papel que quieran reciclar. Los estamos juntando para las actividades divertidas que haremos en unas semanas.



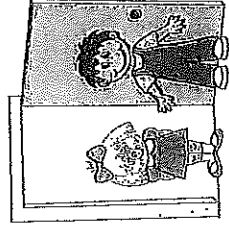
Padres que participan

¿Lo sabían?

Los niños necesitan información específica de las expectativas de sus padres. Si ustedes dicen exactamente lo que debe hacer.

Hagan lo siguiente:

- Proporcione a su hijo ejemplos de lo que es correcto y de lo que no lo es cuando le den información específica que debe seguir.
 - Cuando le piden a su hijo que use sus "manos útiles", digan: "Nosotros estamos usando nuestras manos útiles cuando ayudamos a alguien a recoger algo que se les ha caído o cuando le abrimos la puerta a alguien que viene detrás de nosotros. Usamos manos útiles cuando le alcanzamos algo a alguien o cuando le damos a alguien un golpecito de aliento en la espalda. Nosotros no estamos usando nuestras manos útiles cuando empujamos o golpeamos."
 - En vez de decirle: "Habla con él" en forma general cuando su hijo está molesto con alguien, diganle específicamente lo que debe decir: "Dile a Carlos que no te gusta que te empuje". Este es el tipo de instrucción específica que su hijo necesita y es un buen ejemplo de lo que debe hacer.
- Recordar que los niños no hacen generalizaciones hasta que hayan pasado por suficientes experiencias en su vida. No se sientan frustrados cuando ustedes tengan que decir las palabras correctas una y otra vez.



Padres que participan

¿Lo sabían?

Sentarse a cenar con su hijo les da la oportunidad de modelar los comportamientos sociales que ustedes quieren que él aprenda, como usar buenos modales. En las pláticas de la cena los niños aprenden a esperar su turno y a escuchar. Planifiquen cenas sentados a la mesa varias veces a la semana.

Hagan lo siguiente:

1. Deje que su niño se sirva solo y que pase la comida a otros cuando se lo pidan.
2. Cuenten a su hijo lo mejor que les pasó en el día y preguntéle qué fue lo mejor que le pasó a él.
3. Inclúyanle como usar una servilleta y cómo pedir que les sirvan más de algo.
4. Pidan a todos los miembros de la familia que digan algo que aprendieron ese día.
5. Involúcran a su hijo en la limpieza después de la cena. Puede traer los platos al fregadero.



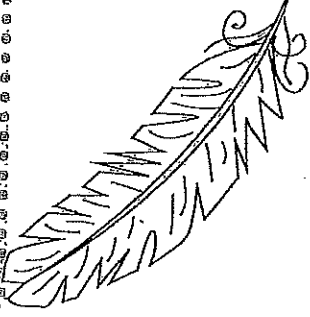
Padres que participan

¿Lo sabían?

Los juegos de hacer cosquillas captan el interés de los pequeños desde cuando tienen alrededor de 3 meses de edad. Son una forma de juego social. Los juegos de hacer cosquillas son una parte importante de la vinculación con su hijo y son también parte importante de su desarrollo. Los niños por lo general permanecen interesados en juegos de hacer cosquillas hasta alrededor de los 3 años y a algunos les gustan por más tiempo. Los juegos que hacen reír a su hijo le enseñan rufinas predecibles, le enseñan lo que es anticipar algo y lo ayudan a entender el concepto de esperar una recompensa.

Hagan lo siguiente:

- Usen una pluma de manualidades para jugar este juego de hacer cosquillas que aprendimos esta semana.
 - **Atención del juego:** Alrededor del lago (mover la pluma alrededor de la palma del niño) el patito se va.
 - Subiendo a la colina, subiéndole a la colina (hacerle cosquillas al niño en el cuello) allí su nido está.
- **Atención de espaldas:** Usen una pluma suave con una vena central rígida. Mantengan la pluma lejos de los ojos de su hijo. Usen una pluma de manualidades y no una pluma natural que podría haber envenenado.



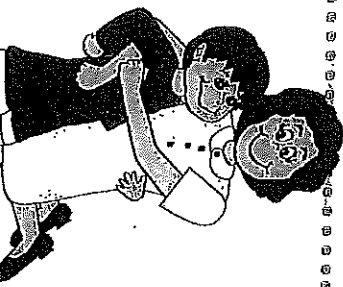
Parents as Partners

Did You Know?

While negative emotions, such as anger, fear, and disappointment, can be disruptive, they are normal feelings that we all have. Instead of distracting your child or dismissing his negative emotions, spend time helping your child understand his emotions and how to handle them.

Try It Out

1. Pay attention to your child's mood, behaviors, and expressions of emotion.
2. Don't distract your child from his emotion. For example, if he is feeling sad don't say, "Let's go bake some cookies."
3. Don't punish your child for his emotions. For example, if your child is crying because he is afraid of the dark, don't dismiss his fear by telling him it is silly to feel that way.
4. Label emotions for your child if he is not able to do so. For example, say, "You seem sad," or "I can see you are angry about leaving."
5. Talk about appropriate ways to handle fear, disappointment, or anger. For example, if your child is angry about leaving the park, make a plan for the next park visit.



Looking Ahead
Please donate your recycled paper towel tubes to our classroom for some of our big activities next week.

Frog Street Toddler © 2014 Frog Street Press

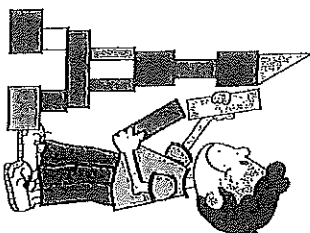
Parents as Partners

Did You Know?

Toddlers are easily frustrated and hitting is a common result of this frustration. There are ways to help a frustrated toddler calm down and redirect hitting behavior.

Try It Out

1. Teach your child that hands are not for hitting. Discuss ways to relieve frustration without hitting. For example, encourage your child to stomp his feet, flip his arms, or kick into the air.
2. Teach your child the positive tasks his hands can do. We use our hands to give a high-five, throw balls, pour milk, open a door, play with a toy, dip, and hug.
3. Redirect frustration. Teach your child a "mad dance" that includes stomping, kicking, and jumping. Once your child starts dancing, he will likely be redirected from anger to silliness. Dance along with him and you are sure to get a laugh.
4. Teach your child to prevent frustration by taking deep breaths.
5. When you see frustration building, give your child some stress-releasing activities, such as squishing play dough or digging in the sand.



Frog Street Toddler © 2014 Frog Street Press

Parents as Partners

Did You Know?

Germs are all around us. It is never too early to teach your little one about germs and how to stay clean and healthy. Here are simple things you can do to help protect your toddler from germs.

Try It Out

1. Explain that even though we can't see them, germs are found in many places, such as on the floor, tables, tabletops, door knobs, and even in our own bodies. Encourage your child not to share her cup, spoon, or food with others.
2. Teach your child how to blow a kiss when she is sick so she doesn't spread her germs.
3. Teach your child how to wash her hands. Two-year-olds should be able to wash their hands by themselves. Help your child adjust the water temperature and encourage her to wash tops, bottoms, and in between fingers.
4. Teach your child how to use a tissue to wipe her nose and then how to toss the tissue in the trash and wash her hands.
5. Demonstrate coughing into the crook of your elbow.
6. Keep your child home when she is sick.

Parents as Partners

Did You Know?

When children have a warm and secure relationship with their caregiver, they get along better with others, explore the environment more earnestly, develop better thinking skills, and build a foundation for secure relationships with future teachers.

Try It Out

- Work as a partner with your child's caregiver. Exchange important information and anything that will help your child feel more secure. Do not think of the caregiver as a replacement. The best available research supports the notion that caregivers can and need to become a secondary attachment that will not replace the bond between parent and child.
- Talk about the caregiver fondly when away from school. Ask your child about the caregiver and what things they did together at school.
- Don't let your child see your distress when you leave her with a caregiver. Help her know she is in a safe place with someone who will care for her.
- Say "good-bye" and always let your child know you will be back soon.



Frog Street Toddler © 2014 Frog Street Press

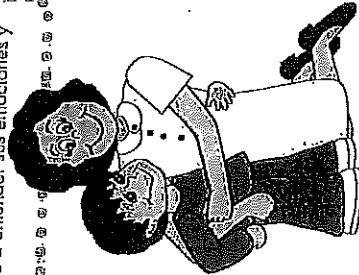
Padres que participan

¿LO SABÍAN?

Si bien las emociones negativas como la ira, el temor y la desilusión puedan ser perturbadoras, son también emociones normales que todos tenemos. En vez de tratar de distraer a su hijo ante una emoción negativa o de no darle importancia, dediquen un tiempo a ayudar a su hijo a entender sus emociones y a cómo manejarlas.

Hagamos lo siguiente:

1. Presten atención al humor, al comportamiento y a las expresiones de emoción de su hijo.
2. No distraigan a su hijo de sus emociones. Por ejemplo, si se siente triste, no le digan: "¡Vamos a preparar galletitas!".
3. No castiguen a su hijo por sus emociones. Por ejemplo, si su hijo está llorando porque le tiene miedo a la oscuridad, no le resten importancia a su miedo diciéndole que es tonto sentir eso.
4. Defina las emociones de su hijo si él no lo puede hacer. Por ejemplo, diga: "parece que estás triste" o "veo que te molestas salir de aquí".
5. Hablen sobre las maneras apropiadas de manejar al temor, la desilusión o la ira. Por ejemplo, si su hijo está enojado porque no quiere salir del parque, hagan un plan para la próxima visita.



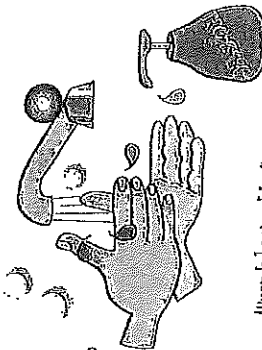
Padres que participan

¿LO SABÍAN?

Los microbios están por todos lados. Nunca es muy pronto para enseñar a su pequeño sobre los microbios y cómo mantenerse limpio y saludable. Estas son algunas ideas sencillas para proteger a su hijo de los microbios.

Hagamos lo siguiente:

1. Expliquen que aunque no podemos verlos, los microbios están en muchos lugares, como el piso, el baño, las mesas, los tiradores de las puertas y hasta en nuestro propio cuerpo. Pidan a su hijo que no comparta su vaso, cuchara o alimento con los demás.
2. Enseñen a su hijo a dar besos valados cuando está enfermo para que no contagie sus microbios.
3. Enseñen a su hijo a lavarse las manos. Los niños de dos años deben poder lavarse las manos solos. Ayúden a su hijo a ajustar la temperatura del agua y anímelo a lavarse la parte de arriba y de abajo de las manos y entre los dedos.
4. Enseñen a su hijo a soplarle la nariz con un pañuelo de papel, a frotar el pañuelo a la basura y a lavarse las manos al final.
5. Demuéstran cómo toser tapándose con el brazo.
6. Mantengan a su hijo en la casa cuando esté enfermo.



¡Lavando las manos! Danen tucos de papel localia el sacón para unas actividades con insectos de la próxima semana.

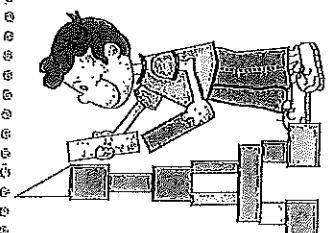
Padres que participan

¿LO SABÍAN?

Los niños pequeños se frustran fácilmente y golpear es un resultado común de su frustración. Estas son algunas maneras de ayudar a los niños frustrados a calmarse y a reencauzar esa tendencia a golpear.

Hagamos lo siguiente:

1. Enseñen a su hijo que las manos no son para golpear. Hablen de otras maneras de aliviar la frustración sin golpear. Por ejemplo, anímen a su hijo a patear el piso, agitar los brazos o patear el aire.
2. Enseñen a su hijo las tareas positivas que sus manos pueden hacer. Usamos nuestras manos para saludar a un amigo, lanzar una pelota, servir la leche, abrir una puerta, dar palmadas y abrazar.
3. Encauce la frustración. Enseñe a su hijo una "danza loca" que incluya golpear el piso, patear y saltar. Cuando su hijo empiece a bailar, es probable que su enojo se convierta en gracia. Bailen con él y probablemente lo verán reír.
4. Enseñen a su hijo a evitar la frustración respirando profundamente.
5. Cuando vean que la frustración se acerca, entreguen a sus hijos actividades para liberar el estrés, tal como aplastar arcilla o excavar en la arena.



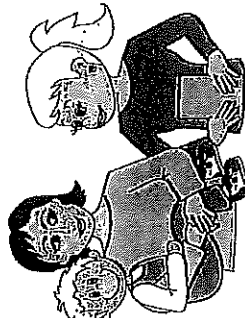
Padres que participan

¿LO SABÍAN?

Cuando los niños establecen una relación cálida y segura con las personas que los cuidan, se llevan mejor con los demás, exploran su entorno con más ganas, desarrollan mejores destrezas intelectuales y edifican las bases de una relación segura con sus futuros maestros.

Hagamos lo siguiente:

- Interactúen en sociedad con las personas que cuidan a su hijo. Intercambien información importante y todo lo que ayude a su hijo a sentirse más seguro.
- No consideren que las personas que cuidan a su hijo es sólo un reemplazo de ustedes. Las mejores investigaciones apoyan la idea de que las personas que cuidan niños pueden y deben convertirse en una segunda opción de cariño para los niños que no pueden reemplazar al vínculo entre padre e hijo.
- Hablen cariñosamente de las personas que cuidan a su hijo cuando estén lejos de la escuela. Pregúnten a su hijo sobre la persona que lo cuida y qué cosas hacen juntos en la escuela.
- No dejen que su hijo los vea aligidos cuando lo dejen con una persona que los va a cuidar. Ayúdenlo a saber que está en un lugar seguro, con alguien que lo va a cuidar.
- Desplacense y disponible siempre que van a regresar pronto.



Coping with a Disaster or Traumatic Event



After a disaster, it is important to take care of your emotional health. Pay attention to how you and your family members are feeling and acting.

Taking care of your emotional health will help you think clearly and react to urgent needs to protect yourself and your loved ones.

Follow these tips to help you and your family recover or find support.

Steps to Care for Yourself

- Take Care of Your Body
 - » Try to eat healthy, exercise regularly, get plenty of sleep, and avoid alcohol and other drugs.
- Connect
 - » Share your feelings with a friend or family member. Maintain relationships and rely on your support system.
- Take Breaks
 - » Make time to unwind. Try to return to activities that you enjoy.
- Stay Informed
 - » Watch for news updates from reliable officials.
- Avoid
 - » Avoid excessive exposure to media coverage of the event.
- Ask for Help
 - » Talk to a clergy member, counselor, or doctor or contact the SAMHSA helpline at 1-800-985-5990 or text TalkWithUs to 66746.

How to Help Your Children

- Talk with them.
 - » Share age-appropriate information.
 - » Reassure them.
 - » Address rumors.
 - » Answer questions.
- Set a good example by taking care of yourself.
- Limit exposure to media and social media coverage of the event.

Common Signs of Distress

- Feelings of shock, numbness, or disbelief
- Change in energy or activity levels
- Difficulty concentrating
- Changes in appetite
- Sleeping problems or nightmares
- Feeling anxious, fearful, or angry
- Headaches, body pain, or skin rashes
- Chronic health problems get worse
- Increased use of alcohol, tobacco, or other drugs

Seek help from your healthcare provider if these stress reactions interfere with your daily activities for several days in a row.

Substance Abuse and Mental Health Services Administration's (SAMHSA's) Disaster Distress Hotline: 1-800-985-5990 or text TalkWithUs to 66746.

People with deafness or hearing loss can use their preferred relay service to call 1-800-985-5990.



Cómo cuidarse y cuidar a su familia después de un desastre



Después de un desastre, es importante que cuide su salud emocional. Preste atención a la forma en que usted y su familia se sienten y actúan.

Cuidar su propia salud emocional lo ayudará a pensar con claridad y a reaccionar a las necesidades urgentes para protegerse y proteger a su familia.

Siga estos consejos que los ayudarán a usted y a su familia a recuperarse o a encontrar apoyo.

Medidas para cuidarse a sí mismo

- Cuide su cuerpo
 - » Trate de comer alimentos saludables, hacer ejercicio con regularidad, dormir lo suficiente, y evitar las drogas y el alcohol.
- Conéctese
 - » Comparta lo que siente con un amigo o familiar. Mantenga sus relaciones y confíe en su sistema de apoyo.
- Tómese descansos
 - » Hágase un tiempo para relajarse. Trate de volver a realizar las actividades que disfruta.
- Manténgase informado
 - » Vea las noticias para estar al tanto de la información actualizada proveniente de funcionarios confiables.
- Evite
 - » Evite su exposición excesiva a la cobertura de los medios de comunicación sobre el evento.
- Pida ayuda
 - » Hable con un clérigo, un consejero o un médico, o llame a la línea de ayuda de SAMHSA (1-800-985-5990).

Cómo ayudar a sus hijos

- Hable con ellos:
 - » Comparta con ellos información que sea adecuada para sus edades.
 - » Deles confianza.
 - » Aborde los rumores.
 - » Responda las preguntas.
- Dé un buen ejemplo al cuidarse a sí mismo.
- Limite la exposición a la cobertura de los medios de comunicación y de los medios sociales sobre el evento.

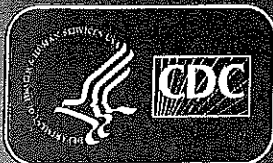
Signos comunes de angustia

- Sentimientos de shock, insensibilidad e incredulidad.
- Cambios en los niveles de energía y actividad.
- Dificultad para concentrarse.
- Cambios en el apetito.
- Problemas para dormir o pesadillas.
- Ansiedad, temor o enojo.
- Dolor de cabeza, dolor corporal o sarpullidos en la piel.
- Empeoramiento de problemas crónicos de salud.
- Aumento en el consumo de alcohol, tabaco u otras drogas.

Busque ayuda de su proveedor de atención médica si estas reacciones de estrés interfieren con sus actividades diarias por varios días seguidos.

Línea de ayuda de la Administración de Servicios de Salud Mental y Abuso de Sustancias (SAMHSA): 1-800-985-5990 o envíe el texto Hablanos al 66746.

Las personas con sordera o pérdida auditiva pueden usar su servicio preferido de retransmisión de mensajes para llamar al 1-800-985-5990.





We Are All In This Together!

We are all faced with the uncertainties of when our lives will get back to normal. We don't have the answer but we can make the most of our family time. Routines are essential in making the most of your day. To wake up rested, it is encouraged that you stick with nap and bed time schedules for your children. If you have not started a bedtime reading routine, there is no better time than the present. Give a five minute reminder that it's almost bedtime and have your child choose a book. Why is reading so important? Reading builds vocabulary, stimulates imagination and improves communication.

Resources for Families

The Center of Disease Control and Prevention website at www.cdc.gov offers detailed information about COVID-19 and Titus County local information is located on the city website at www.mpcity.net. These websites provide up-to-date information, provides details on best practices to avoid COVID-19 and what to do if you or a family member becomes sick.

How to Read to a PreSchooler

- ◆ Turn off all distractions.
 - ◆ Be Animated When you Read
 - ◆ Talk About The Pictures
 - ◆ Make It Interesting
- Can you find the...? What do you think will happen?

Titus County Cares Food Pantry continues to operate during their regular hours. The only difference is the preboxed food will be brought to your car. Please bring your Food Pantry Card or your Identification. Titus County Cares hours are Monday, Wednesday and Thursday from 9:00am to 3:00pm and Tuesday from 5:00pm to 7:00pm. The Produce Drop at First Baptist Church has been canceled for the month of March.

Women Infant Children (WIC) is available to low-income pregnant women, infants, and children under 5 years old. WIC offers a variety of healthy food choices for families. For more information call 903-572-9879.

For **SNAP Food Benefits and Health Care** services, apply or continue to re-enroll as requested by YourTexasBenefits.com.

If **your employment** has been affected by the COVID-19 go to www.twc.texas.gov or call 1-800-939-6631.

Expectant Heart Pregnancy Resource Center provides diapers, wipes and other parenting resources. Call 903-434-3300 for more information.

Mt. Pleasant ISD will offer meals to MPISD students from 11:00am to 1:00pm. Campuses include: Child Development Center, Brice, Corprew, Fowler, Sims, Wallace, and MPHS.

The Texas Supreme Court issued an order stopping eviction proceedings until April 19th. In addition, the federal income tax filing date has been extend to July 15, 2020.

Washing Hands

- Turn on Water
- Wet Hands
- Apply Soap to the Palm of the Hand
- Scrub Together for 20 Seconds
- Rinse
- Dry with Paper Towel
- Turn Off Water with Paper Towel

Family Fun Begins at HOME

- Go for a Nature Walk
- Start a Rock Collection
- Picnic Outside
- Ride Bikes
- Play Ball

Rainy Days

- Build a Fort with Sheets
- Bowling with Empty Cans
- Dance Party
- Build Paper Airplanes
- Make Playdough

HOW TO MAKE PLAYDOUGH

- 2 cups of all-purpose flour
- 3/4 cup salt
- 4 teaspoons cream of tart
- 2 cups lukewarm water
- 2 Tablespoons of vegetable oil
- Food coloring optional

¡Estamos todos juntos en esto!

Todos nos enfrentamos a la incertidumbre de cuándo nuestras vidas volverán a la normalidad. No tenemos la respuesta, pero podemos aprovechar al máximo nuestro tiempo en familia. Las rutinas son esenciales para aprovechar al máximo su día. Para despertarse descansado, se recomienda que cumpla con los horarios de siesta y hora de acostarse para sus hijos. Si no ha comenzado una rutina de lectura antes de acostarse, no hay mejor momento que el de ahora. Dé a su niño cinco minutos como recordatorio de que es casi la hora de dormir y haga que su hijo elija un libro. ¿Por qué es tan importante leer? La lectura construye el vocabulario, estimula la imaginación y mejora la comunicación.



Recursos para las familias

El sitio web del Centro de Control y Prevención de Enfermedades en www.cdc.gov ofrece información detallada sobre COVID-19 y la información local del condado de Titus se encuentra en el sitio web de la ciudad en www.mpcity.net. Estos sitios web proporcionan información actualizada, brindan detalles sobre las mejores prácticas para evitar COVID-19 y qué hacer si usted o un miembro de su familia se enferma.

Cómo leerle a un preescolar

- ◊ Apague todas las distracciones.
 - ◊ Emocíonese cuando lean
 - ◊ Hable sobre las fotos
 - ◊ Hágalo interesante
- ¿Puedes encontrar el ...? ¿Qué piensas tú que sucederá?

Lavado de Manos

- Abra la llave del agua
- Mójese las manos
- Aplique jabón a la palma de su mano
- Frote sus manos por 20 segundos
- Enjuague
- Séquelas con una toalla de papel
- Cierre la llave con la toalla de papel

La **Despensa de Comida de Titus County Cares** continúa operando durante sus horas regulares. La única diferencia es que los alimentos estarán previamente empacados y se les llevarán a su automóvil. Traiga su tarjeta de despensa de alimentos o su identificación. El horario de atención del condado de Titus es lunes, miércoles y jueves de 9:00 a.m. a 3:00 p.m. y los martes de 5:00 p.m. a 7:00 p.m. La entrega de legumbres en First Baptist Church ha sido cancelada por el mes de marzo.

El **programa para Mujeres, Bebés y Niños (WIC)** está disponible para mujeres embarazadas de bajos ingresos, bebés y niños menores de 5 años. WIC ofrece una variedad de opciones de alimentos saludables para las familias. Para más información llame al 903-572-9879.

Para los beneficios de **SNAP Servicios de Comida y los Servicios de Atención Médica**, solicite o continúe reinscribiéndose según lo solicite el programa de YourTexasBenefits.com.

Si su **empleo** se ha visto afectado por el COVID-19, visite www.twc.texas.gov o llame al 1-800-939-6631.

El **Centro de Recursos para Embarazadas Expectant Heart** proporciona pañales, toallitas y otros recursos para padres. Llame al 903-434-3300 para más información.

El Distrito Escolar de Mt. Pleasant ofrecerá comidas a estudiantes de MPISD de 11:00 am a 1:00 pm. Los campus incluyen: Centro de Desarrollo Infantil, Brice, Corprew, Fowler, Sims, Wallace y MPHS.

La Corte Suprema de Texas emitió una orden para detener los procedimientos de desalojo hasta el 19 de abril. Además, la fecha para declaración de impuestos federales se extendió hasta el 15 de julio del 2020.

La Diversión Familiar comienza en CASA

- Dar un paseo por la naturaleza
- Comenzar una colección de rocas
- Tener un Picnic
- Andar en bicicleta
- Jugar a la pelota

Para los días lluviosos

- Construir un fuerte con sábanas
- Juego de Bolos con latas vacías
- Fiesta de baile
- Construir aviones de papel
- Hacer plastilina

CÓMO HAGER PLASTILINA

- 2 tazas de harina
- 3/4 tazas de sal
- 4 cucharaditas de levadura
- 2 tazas de agua tibia
- 2 cucharadas de aceite vegetal

Colorante para comida es opcional