



El Headliner Head Start de L.B.J. & C.

En esta edición:

Los niños se preocupan más cuando se mantienen en la oscuridad	1	Motivational Quote	4
Jardinería para mejorar la primera infancia y ayudar a los niños a crecer	2	Tomando aplicaciones	4
Diez consejos para la Transición a	3	Se necesitan voluntarias	4



L.B.J. & C. Head Start
1150 Chocolate Drive
Cookeville, TN 38501

Primavera 2020

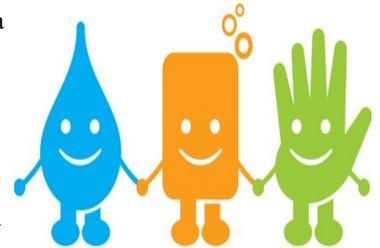
Hablar con los niños sobre el coronavirus

Los niños se preocupan más cuando se mantienen en la oscuridad

Las noticias del coronavirus COVID-19 están en todas partes, desde la portada de todos los periódicos hasta el patio de recreo en la escuela. Muchos padres se preguntan cómo plantear la epidemia de una manera que sea tranquilizadora y no haga que los niños estén más preocupados de lo que ya pueden estar. Aquí hay algunos consejos de los expertos del Child Mind Institute.

- **No tengas miedo de hablar sobre el coronavirus.** La mayoría de los niños ya habrán escuchado sobre el virus o habrán visto personas con máscaras faciales, por lo que los padres no deben evitar hablar de ello. No hablar de algo puede hacer que los niños se preocupen más. Mire la conversación como una oportunidad para transmitir los hechos y establecer el tono emocional. "Aceptas las noticias y eres la persona que filtra las noticias a tu hijo", explica Janine Domingues, PhD, psicóloga infantil del Child Mind Institute. Su objetivo es ayudar a sus hijos a sentirse informados y obtener información basada en hechos que probablemente sea más tranquilizadora que lo que escuchen de sus amigos o en las noticias.
- **Ser apropiado para el desarrollo.** No ofrezca demasiada información, ya que esto puede ser abrumador. En cambio, trate de responder las preguntas de su hijo. Haz tu mejor esfuerzo para responder honesta y claramente. Está bien si no puedes responder todo; estar disponible para su hijo es lo que importa.
- **Toma las señales de tu hijo.** Invite a su hijo a contarle cualquier cosa que haya escuchado sobre el coronavirus y cómo se siente. Dale una gran oportunidad para hacer preguntas. Desea estar preparado para responder (pero no puntualmente) preguntas. Su objetivo es evitar alentar fantasías aterradoras.
- **Lidia con tu propia ansiedad.** "Cuando te sientes más ansioso o en pánico, ese no es el momento de hablar con tus hijos sobre lo que está sucediendo con el coronavirus", advierte el Dr. Domingues. Si nota que se siente ansioso, tómese un tiempo para calmarse antes de tratar de tener una conversación o responder las preguntas de su hijo.
- **Se tranquilizador.** Los niños son muy egocéntricos, por lo que escuchar sobre el coronavirus en las noticias puede ser suficiente para que se preocupen seriamente de que lo atrapen. Es útil tranquilizar a su hijo sobre cuán raro es en

realidad el coronavirus (la gripe es mucho más común) y que los niños realmente parecen tener síntomas más leves.



- **Concéntrese en lo que está haciendo para mantenerse a salvo.** Una manera importante de tranquilizar a los niños es enfatizar las precauciones de seguridad que está tomando. Jamie Howard, PhD, psicólogo infantil del Child Mind Institute, señala: "Los niños se sienten empoderados cuando saben qué hacer para mantenerse a salvo". Sabemos que el coronavirus se transmite principalmente al toser y tocar superficies. Los CDC recomiendan lavarse bien las manos como el medio principal para mantenerse saludable. Así que recuérdelos a los niños que se están cuidando a sí mismos lavándose las manos con agua y jabón durante 20 segundos (o la duración de dos canciones de "Feliz cumpleaños") cuando entran del exterior, antes de comer y después de sonarse la nariz, toser, estornudar o usar el baño. Si los niños preguntan sobre las mascarillas, explique que los expertos de los CDC dicen que no son necesarias para la mayoría de las personas. Si los niños ven a personas con máscaras faciales, explique que esas personas son más cautelosas.
- **Se adhieren a la rutina.** "No nos gusta la incertidumbre, por lo que permanecer arraigado en las rutinas y la previsibilidad será útil en este momento", aconseja el Dr. Domingues. Esto es particularmente importante si la escuela o la guardería de su hijo se cierra. Asegúrese de ocuparse de los conceptos básicos tal como lo haría durante las vacaciones de primavera o las vacaciones de verano. Los días estructurados con comidas regulares y horas de dormir son una parte esencial para mantener a los niños felices y saludables.
- **Seguir hablando.** Dígales a los niños que continuará manteniéndolos actualizados a medida que aprenda más. "Hágales saber que las líneas de comunicación van a estar abiertas", dice el Dr. Domingues. "Puede decir:" Aun que no tenemos las respuestas a todo en este momento, sepa que una vez que sepamos más, mamá o papá también se lo harán saber".

Fuente: <https://childmind.org/article/talking-to-kids-about->

Jardinería para mejorar la primera infancia y ayudar a los niños a crecer

Al aire libre es un lugar esencial para el aprendizaje de los niños. Puede y debe ser una parte rica de la entrega diaria del plan de estudios de su programa. Estar afuera mejora la salud y apoya el desarrollo general de los niños. Aprenden sobre su mundo observando, explorando e interactuando con sus elementos naturales.



Mientras están al aire libre, los niños a menudo participan en juegos imaginativos complejos y actividades físicas muy necesarias. Brindar un espacio al aire libre de calidad conecta a los niños, y a nosotros, con la naturaleza y el mundo al aire libre. Planear intencionalmente el área al aire libre conduce a oportunidades emocionantes que involucran a los niños en tareas y proyectos significativos. Si bien los patios de juego "construidos" que consisten en equipos de juego son la norma, no son necesarios ni adecuados por sí mismos. El trabajo y el juego de los niños prospera en áreas bien diseñadas que pueden incluir colinas, vegetación y oportunidades de escalada natural, como vigas de equilibrio de troncos parcialmente enterradas. El área de juego puede reflejar el clima natural del programa, ya sea templado, tropical, árido o frío. Puede proporcionar sombra y ofrecer refugios contra el viento o la lluvia según sea necesario.

Trabajar con niños y familias para crear, construir, plantar y cuidar jardines es otra excelente manera de conectar a niños y familias con la naturaleza. El jardín, como el área de juego, puede alinearse con áreas geográficas. Los programas con múltiples sitios pueden encontrar un área centralizada para el jardín y apoyar las excursiones en curso de cada uno de sus centros. Los sitios urbanos pueden crear jardines en la azotea o usar camas elevadas y contenedores para naturalizar áreas de concreto.

Comuníquese con socios de la comunidad, como centros de jardinería o agricultores locales, para obtener ideas y apoyo. La jardinería apoya el aprendizaje holístico. A continuación se presentan ejemplos de las muchas formas en que la jardinería puede apoyar el aprendizaje de los niños pequeños en los diversos dominios de aprendizaje del Marco de resultados de aprendizaje temprano (ELOF) de Head Start.

Desarrollo perceptual, motor y físico

Los niños son aprendices táctiles y sensoriales. Respiran el aire fresco y los aromas de plantas y flores. Experimentan los elementos del clima y las estaciones. Practican el equilibrio moviendo sus cuerpos a través de hierba y caminos, a través de arena y tierra, y sobre colinas y valles. Desarrollan habilidades motoras para sostener y usar herramientas. Cultivar hierbas y productos puede fomentar hábitos alimenticios saludables que

ayuden a sus cuerpos a crecer.

Lengua y comunicación

Leer sobre jardinería y hablar sobre el proceso de crecimiento puede ampliar el vocabulario de los niños. Las conversaciones enriquecidas respaldan su comprensión del mundo y mejoran sus habilidades cognitivas. La jardinería ofrece muchas oportunidades para escribir. Los niños pueden dibujar imágenes y escribir etiquetas para marcar las diferentes plantaciones. Pueden representar gráficamente las alturas a medida que crecen las plantas y trazar las diferencias de las hojas y las flores.

Cognición

Estar al aire libre y la jardinería ayuda a los niños a observar más de cerca la vida silvestre y el ciclo de vida de las plantas. Observan las texturas de la corteza de los árboles, pétalos de flores, tallos de plantas y hojas. Notan y comparan las formas, tamaños y peso de semillas, follaje y productos. Resuelven problemas a medida que encuentran formas de sacar rocas y limpiar los escombros. Utilizan el razonamiento científico para predecir qué semilla crecerá qué vegetal. ¡Este es un trabajo emocionante e interesante para jóvenes científicos y matemáticos!

Enfoques de aprendizaje

Comenzar y cuidar un jardín fomenta la curiosidad. Los adultos pueden preguntarse con los niños y ver qué sucede después de plantar semillas. Las experiencias táctiles y sensoriales de la jardinería pueden ayudar a los niños a autorregularse. La sensación del suelo y el olor de la tierra pueden brindar consuelo. Los jardines pueden ayudar a los niños a comenzar a trabajar de manera independiente mientras plantan semillas o cosechan productos. Practican la paciencia mientras esperan que broten las semillas y experimentan el beneficio de la gratificación tardía mientras esperan que los productos maduren.

Desarrollo Social y Emocional

Para los niños pequeños, la jardinería puede apoyar el funcionamiento emocional, ya que expresan deleite o decepción cuando las plantas prosperan o luchan. Pueden trabajar con adultos y compañeros en diversas tareas y, con práctica, comenzar a hacer más de estas de forma independiente. Para las familias embarazadas, comenzar semillas puede comenzar una conversación sobre lo que significa cuidar de otra cosa. Aprender sobre las necesidades individuales de una planta puede introducir la idea de comprender las necesidades individuales de los demás. Imagine la inmensa sensación de satisfacción para los niños y las familias mientras prueban los deliciosos alimentos que plantaron, cuidaron y cosecharon. Ya sea que crees una cama grande o un jardín en maceta íntimo con niños y familias, ¡piensa en todas las formas en que los ayudas a divertirse y crecer!



Fuente: por la Dra. Deborah Bergeron

<https://eclkc.ohs.acf.hhs.gov/blog/gardening-enhance-early-childhood-help-children-grow>

Diez consejos para la Transición a Kindergarten

Ayudarse a sí mismo primero. Podemos ser más útiles a nuestros hijos si reconocemos las formas en que esta transición es un paso la vida grande para nosotros, también. Piense en lo que nos ayudará a través de este evento de desarrollo: información, apoyo, redes, etc.

Diga adiós antes de concentrarse en los saludos. Ya sea que su hijo ha estado en preescolar, cuidado de niños, o en casa con usted, ayudarlo / a decir adiós a esa situación familiar. Revise sus recientes experiencias pasadas mirando fotos o ayudarla a hacer libros de memoria. Hable de lo que más le gustaba, lo que se perderá, y lo mucho que ha crecido. Señale las maneras que usted puede ayudar a mantenerse en contacto con gente importante.



Trate de identificar las grandes preocupaciones de su hijo acerca de comenzar el jardín de infantes. ¿Está preocupado por no hacer nuevos amigos? ¿Ella está preguntando acerca de dónde los baños serán? Investigar estas preocupaciones a través de su conocimiento especial de su hijo. Preste atención a lo que él / ella está diciendo. Haga preguntas abiertas: "A veces los niños se preguntan lo que el maestro será como ¿Qué es lo que te preguntes acerca.?" Aliviar los temores por hablar de cosas específicas, como para dejar y recoger a las rutinas.

Piense en la cantidad preparación previa a su hijo por lo general necesita de grandes cambios en la vida. Algunos niños necesitan una preparación mucho más que otros. Y los niños frente a los grandes problemas en pequeños trozos y piezas repartidos en tiempos de un par de frases aquí, unas cuantas preguntas allí, y no en una gran conversación.

Concéntrese en la construcción de "puentes" entre la edad, la experiencia familiar y lo nuevo, la experiencia familiar. Por ejemplo, como el jardín de infantes se acerca, usted puede ser capaz de obtener una lista de la clase. Si es así, póngase en contacto con unas pocas

familias sobre la configuración de citas para jugar uno a uno antes de que empiecen las clases. Visite la escuela si puedes; si no, caminar alrededor del exterior, pico dentro de las ventanas, y jugar en el parque infantil. Deje que su hijo tome fotos.

Use la imaginación de su hijo. Juega escuela. Lea libros sobre el jardín de infantes. Invente sus propias historias o crear un espectáculo de marionetas de ir a la escuela.

Reconocer y apoyar a los sentimientos, especialmente los sentimientos encontrados. Dile a tus propias historias acerca de su jardín de infancia y las experiencias escolares tempranas. Mantenga una actitud positiva, pero no tenga miedo de compartir anécdotas de errores menores que terminaron bien. También puede reconocer sus propios sentimientos encontrados acerca de la transición: "Has crecido tan rápido, es difícil para mí creer que no eres un bebé nunca más Estás listo para la escuela de niño grande."

Fomentar las habilidades de autocuidado. Ser capaz de lavarse las manos, usar el baño con éxito, el vestido, la cremallera de una chaqueta, y así sucesivamente, no sólo aumenta la autoestima de su hijo; sentirse seguro acerca de estas habilidades a él / ella le dará una cosa menos de qué preocuparse en el kinder.

Cuente con el estrés. Limite otras transiciones cuando sea posible. Planificar y poner en práctica una rutina de guardería para su hijo: Seleccionar y diseñar ropa para la escuela todas las noches, consiga la mochila lista para la mañana, elegir un horario razonable, y así sucesivamente.

Mantener una actitud positiva pero simpático: "Sé que este cambio de vida tiene grandes retos en ella, y también sé que usted puede aprender a hacerlo y pasar un buen rato tengo fe en ti, y yo estoy aquí para ayudarte usted-y así es su maestro!"

Fuente: www.mspp.edu/community/freedman-center/top10tips-kindergarten.php (Autor: Debbie Weinstock-Savoy, Ph.D., es un Freedman Centro Presentador, psicólogo con licencia, y la madre de tres hijos que tiene más de veinte años de experiencia en consultoría con los padres y educadores.)





1150 Chocolate Drive
Cookeville, TN 38501

Telefono: 931-528-3361

Fax: 931-528-2409

www.lbjc.org

Estado de la misión:
La misión de L.B.J. & C. Head Start es asociarse con la familia y la comunidad para ayudar a los niños y las familias a prepararse para la escuela.

... "se necesita un pueblo para criar"

"Tener suficiente coraje para comenzar y suficiente razón para terminar" – Jessica N. S. Yourko



¡Sea un voluntario de Head Start! Póngase en contacto con su centro local Supervisor hoy. Head Start necesita y Agradece a todos los voluntarios.

Destinatarios:
Head Start Families, Head Start Policy Council Members, Head Start Board Members, Head Start Staff, Head Start Advisory Committee Members, Head Start Partners

LBJ & C. Head Start es un servicio de Agencia de Objeto Limitado Clay, Cumberland, DeKalb, Fentress, Jackson, Macon, Overton, Pickett, Putnam, Smith, Warren, en blanco y Condados. La participación de los padres no se requiere como condición para la inscripción de su hijo. La participación es voluntaria. Sin embargo, las necesidades de los padres de Head Start de entrada en todos los aspectos del Programa Head Start. Financiado por los EE.UU. Departamento de Salud y Servicios Humanos, Administración de Niños y Familias. LBJ & C. Development Corporation es una Agencia de Igualdad de Oportunidades. La agencia no discrimina en ningún mérito no motivos tales como raza, color, religión, sexo, origen nacional, edad, estado civil, afiliación política, preferencia sexual, o las personas calificadas con impedimentos mentales o físicos. El VI 504/ADA/Title Persona de contacto: Barbara Pendergrass (931) 528-3361. Para las reimpresiones de este boletín, póngase en contacto con nosotros en (931) 528 - 3361, e-mail a information@lbjc.org, o por FAX al (931) 528 - 2409.

Se necesitan voluntarias

¿Su jubilación no es exactamente lo que planeó? ¿Dinero insuficiente? Aburrido de estar sentado en casa? Ayude a los niños con necesidades especiales y excepcionales en nuestras escuelas locales y centros Head Start en los condados de Cumberland, Overton, Putnam o White. Estamos buscando voluntarios de al menos 55 años de edad, que tengan al menos 15 a 40 horas a la semana para servir individualmente con estos niños especiales en estos sitios. Debe estar por debajo del 200% del nivel de pobreza: \$ 2,081.67 brutos para una persona por mes o \$ 2,818.33 brutos para dos personas. Sus ingresos pueden ser hasta un 50% más si tiene necesidades médicas no satisfechas, y mostrar la verificación de las mismas. Usted recibe una o dos comidas al día sin cargo para usted, ayuda con el transporte, seguro en exceso, licencia por enfermedad, licencia anual, pago de vacaciones y un pequeño estipendio exento de impuestos (no se puede contar en su contra por ningún programa del gobierno) de \$ 2.65 por año. hora (20 horas a la semana = \$ 106.00 cada dos semanas). Para obtener más información, comuníquese con Cheryl Pack, Directora, al 1-877-928-6488 (sin cargo), 1-931-528-6488 (oficina) o 1-931-529-0663 (celular) o visite nuestra oficina en 240 Carlen Avenue, Cookeville, TN (al lado de la escuela secundaria Avery Trace).



HEAD START

**APPLY NOW FOR
2020-2021 SCHOOL YEAR!**

L.B.J.& C. Head Start
Siempre allí para Niños y Familias
Aceptando solicitudes!

Todos los niños son elegibles para aplicar. Sirviendo a los niños de 3 y 4 años de edad, incluidos los niños con discapacidades. Trabajar con las familias a prepararse para Kindergarten !! Los niños participan en actividades educativas a diario! Dos comidas estilo familiar nutricionales y merienda proporcionan diariamente.

Visítanos en línea en

www.lbjc.org

Disclaimer: Every effort has been made to reproduce the information as accurately as possible using Google online translation software.

Descargo de responsabilidad: Se hace todo lo posible para reproducir la información con la mayor precisión posible a través de Google en línea de traducción de software.