

# Head Start Newsletter



## April - abril 2010

## Policy Council News Noticias del Concilio de Politicas



Congratulations to all of our wonderful Policy Council Representatives for the great showing at the March 16<sup>th</sup> Policy Council meeting. This was a particularly important one for us because our Region X Program Officer, Claudia, was in attendance. She so enjoyed the meeting that instead of leaving at break, which was the original plan, she, not only stayed the whole time, but also talked with some parents afterwards.

Some of the things that worked so well were the center reports which focused on parent input and comments as well as reports on what trainings were offered at the Parent Center meetings. We also had parents asking questions, offering comments, and making suggestions. Every parent at the meeting indicated that they had received the meeting information prior to March 16th and had reviewed it. Very impressive!

**NOTICE:** At our April 20th Policy Council meeting, we will be asking for nominations/volunteers for next year's Chairperson position currently held by Luis Marin. Our by-laws call for yearly elections of Officers. Because this is a very important leadership position, we elect the Chairperson in May so that there will be a continuity of Leadership over the Summer months. Nominations are made in April so that parents have an opportunity to consider for a month before running for this Office. Election of the Chairperson will take place at the May Policy Council meeting. Information about the duties and responsibilities of the Chairperson can be found in your Policy Council binders.

**CENSUS:** I am urging all of our Head Start families, regardless of circumstances, to complete and return the Census. Apart from being legally required to participate, the Census brings in funds to support community services. The United States congress annual divides \$400 Billion among all the states based on POPULATION NUMBERS. The more people we count in Oregon, the more money we get.

It is against the law to disclose or publish any of the following information:

- ◆ Names
- ◆ Addresses including GPS coordinates
- ◆ Social Security numbers
- ◆ Telephone numbers

1. We use your information to produce statistics. Your answers cannot be used against you by any government agency or court.
2. All Census Bureau employees take the oath of nondisclosure and are sworn for life to protect the confidentiality of the data.
3. The penalty for unlawful disclosure is a fine of up to \$250,000 or imprisonment of up to 5 year, or both.

I hope you all enjoyed a great Spring Break.

Gail Boyle



Felicidades a todos nuestros maravillosos Representantes del Concilio de Padres por su gran asistencia en la reunión del 16 de marzo. Esta reunión fue particularmente una de las más importantes para nosotros por la razón de que nuestra oficial del Programa Regional X, Claudia estuvo presente. Ella disfruto mucho la reunión, que en vez de retirarse a la hora del descanso, como era lo planeado, ella no solo se quedo todo el tiempo sino que hasta hablo con algunos de nuestros padres.

Algunas de las cosas que trabajaron muy bien fueron los reportes del los Centros los cuales se enfocaron en el respaldo de los padres y en los comentarios como también en los reportes sobre los entrenamientos que fueron ofrecidos en las reuniones de los Padres en los Centros. También tuvimos a padres haciendo preguntas, ofreciendo comentarios y haciendo sugerencias. Cada padre en la reunión indicó que ellos han recibido la información de la reunión antes del 16 de marzo y fue evaluada. ¡Fue muy impresionante!

**NOTICIA:** En nuestra reunión del 20 de abril, estaremos pidiendo las nominaciones/voluntarios para el próximo año a la posición de Presidente la que actualmente esta ocupada por Luis Marin. Es el tiempo en que nuestros reglamentos llaman para las elecciones de los Oficiales anualmente. Ya que esta es una posición de liderazgo muy importante, nosotros elegimos al Presidente en el mes de mayo para que haya una continuidad de Liderazgo sobre los meses del verano. Las nominaciones son hechas en abril de esa manera los padres tengan la oportunidad de considerarlo durante un mes antes de correr para esta Oficina. La elección del Presidente tomara lugar en la reunión del mes de mayo. La información sobre

las tareas y las responsabilidades del Presidente pueden ser encontradas en los libretos del Concilio de Politicas.

**CENSO:** Estoy animando a todas las familias de Head Start, a pesar de las circunstancias para llenar y regresar la forma del Censo. Aparte de ser legalmente requerido de participar, el Censo otorga fondos para apoyar los servicios de la comunidad. El congreso de los Estados Unidos Anual divide \$400 Billones entre todos los estados basado en los NUMEROS DE POPULACIÓN. Entre mas personas contemos en Oregon, mas dinero que nosotros conseguimos.

Es contra la ley de revelar o publicar alguna de la siguiente información:

- ◆ Nombres
- ◆ Domicilios incluyendo el Sistema de Domicilios Global (GPS)
- ◆ Números de Seguro Social
- ◆ Números Telefónicos

1. Solo usamos su información para producir las estadísticas. Sus respuestas no se pueden usar contra usted por cualquier agencia de gobierno or corte.
2. Todos los empleados de la Agencia del Censo dan juramento de no revelar y juran por vida de proteger la confidencialidad de los datos.
3. La pena de castigo por revelar ilegalmente es una multa de hasta \$250,000 o prisión por mas de 5 años o ambas cosas.

Espero y todos hayan disfrutado unas gran Vacaciones de Primavera.

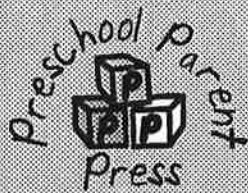
Gail Boyle



### In this Issue En esta Edición

- Policy Council Update  
Concilio De Politicas al Día
- Head Start Director  
Directora de Head Start
- Early Head Start  
Head Start de la Niñez





# HEAD START HERALD

Community Action Head Start  
Washington County, Oregon

April

Volume VII, Number 58

## Science is Natural

Science is observing, exploring, investigating and learning about the world—activities that children engage in everyday.

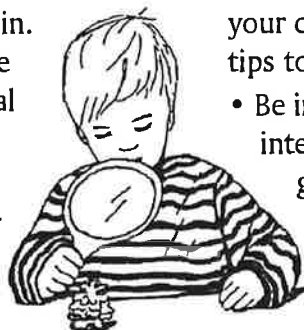
### Science All Around

You don't have to go to a museum, the zoo, aquarium, or nature center for your child to experience science. Your kitchen, bathroom, and backyard are full of science exploration.

### The Basics

Young children are most interested in everyday experiences. The weather, nature, living and non-living things, water, dirt, sand, and machines and tools are just some of the things that your preschooler

will be interested in. You can encourage your child's natural curiosity and support learning by providing a stimulating environment.



### The Scientific Approach

Follow your child's interests and ask the following questions.

- What do you know already about this subject?
- What do you want to know?
- How can we find out?

### Stimulate Interest in Science

Being involved with your child is the best way to encourage learning and to help

your child develop skills. Some tips to follow:

- Be interested in your child's interests. Do activities together.
- Share your own interests.
- Expand on books, television shows, magazine articles, and field trips.
- Encourage your child to discover answers and resist the urge to give them.
- Provide hands-on experiences that use the senses—taste, touch, sight, sound, and smell.
- Set aside time to talk about your child's interests, observations, ideas, and experiences.

### Hurt No Living Thing

Hurt no living thing;  
Ladybug, nor butterfly,  
Nor moth with dusty wing,  
Nor cricket chirping cheerily,  
Nor grasshopper so light of leap,  
Nor dancing gnat, nor beetle fat,  
Nor harmless worms that creep.

Christina Rossetti



## Love the Earth

**Reduce**—buy products made from recycled materials

**Reuse**—save and use containers again

**Recycle**—sort trash in recycle bins

### In This Issue:

#### Science

Water Wonders ..... p. 2

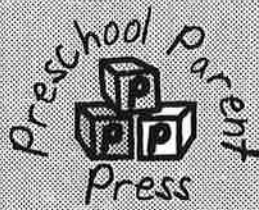
#### Nature

Exploring Nature ..... p. 3

#### Guidance

Guiding Your Child to Self-Control ..... p. 4

**SAY WHAT?**



# HEAD START HERALD

Community Action Head Start  
Washington County, Oregon

April

Volume VII, Number 58

## La Ciencia Viene de Naturaleza

La ciencia es observar, investigar y aprender acerca del mundo—actividades en las que los niños se ocupan cada día.

### Ciencia Alrededor

No necesitan ir al museo, al zoológico, al acuario, o a un centro de naturaleza para que su niño/a experimente con la ciencia. Su cocina, baño y patio están buenos para la exploración científica.

### Las Bases

Los niños pequeños son los más interesados en las experiencias diarias. Clima, naturaleza, cosas vivas e inanimadas, agua, tierra, arena y maquinaria son solamente algunas de las cosas en que su preescolar pueda estar interesa-

do. Ud. puede alentar su curiosidad natural y apoyar el aprendizaje al proveer un ambiente estimulante.

### El Acercamiento Científico

Siga los intereses de su hijo/a y haga las siguientes preguntas.

- ¿Qué sabes acerca de esto?
- ¿Qué quieres saber?
- ¿Cómo podemos descubrirlo?

### Estimule el Interés por la Ciencia

Estar involucrado con su hijo es la mejor manera de alentar el aprendizaje y de ayudar a su niño/a a desarrollar destrezas. Algunos consejos a seguir:



- Involúcrese en los intereses de su hijo/a. Hagan actividades juntos.

- Comparta sus propios intereses.

- Aproveche el momento de la enseñanza para leer libros, programas de TV,

artículos de revistas, experiencias de viajes, etc.

- Aliente a su niño/a a descubrir las respuestas y resista la tentación de dárselas.

- Provea experiencias manuales que usen los sentidos—tocar, ver, saborear, oír y oler.

- Haga un tiempo para hablar de los intereses de su hijo/a, observaciones, ideas y experiencias.

### No Lastimes Cosa Viva

- No lastimes cosa viva;
- Ni mariquita ni mariposa
- Ni polilla de ala enpolvada
- Ni grillo de canto alegre
- Ni saltamontes ligero para el brinco
- Ni hormiga bailarina, ni gordo escarabajo
- Ni lombrices reptantes inofensivas.

—Christina Rossetti



### Ama La Tierra

**Reduzca**—comprende productos hechos de materiales reciclados.

**Re use**—guarde y vuelva a usar los contenedores

**Recicle**—separe la basura en sus contenedores

### En Esta Edición:

#### Ciencia

Maravillas con el Agua..... p. 2

#### Naturaleza

Explorando la Naturaleza ... p. 3

#### Consejo

Guiando a su niño/a hacia el Auto-control..... p. 4

¿Cómo?

For young children the world is full of magic. Your child may not be able to explain what is happening but will enjoy experiencing the awe and wonder of these simple science experiments.

# Water Wonders

## DISAPPEARING ACT



small chalkboard • damp sponge

1. Use the sponge to draw a smiley face on the chalkboard.

2. Wave it in the air and say some magic words such as "Abracadabra Alakazam!"
3. Keep waving until the face disappears.
4. Ask your child where s/he thinks that the water went and what made it disappear.

### Follow up Activity

1. Fill a clear jar with water.
2. Mark the water level with tape or marker.
3. Place it in a sunny window.
4. Check the water level over the next several weeks and watch the water disappear.

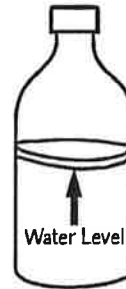


## ICE MAGIC

ice cube • glass of water • string • salt

1. Place an ice cube in a clear glass of water.
2. Lay a piece of string across the ice cube and try to lift up the ice cube with the string.
3. Lay the string across the ice cube again and sprinkle some salt on top of the ice cube and over the string.
4. Count slowly to ten, then lift the string. It will stick to the ice cube and pull it up.

## MAGICAL CHANGES



empty clear plastic bottle • water • marker

1. Fill the bottle half-way with water.
2. Draw a line at the level of the water on the bottle with a marker.
3. Place the bottle in the freezer.
4. When the water is frozen, remove from the fridge and mark the level of the ice. Compare marker lines.

### Questions to ask:

*What happened to the water? What happened to the water level when it changed into ice? How are water and ice the same? Different?*



Para los niños pequeños el mundo está lleno de magia. Su niño/a tal vez no sea capaz de explicar lo que pasa, pero disfrutará experimentando la sorpresa y maravilla de estos sencillos experimentos científicos.

# Maravillas con el Agua



## ACTO DE DESAPARICIÓN

un pizarrón pequeño  
una esponja húmeda

1. Use la esponja para dibujar una carita feliz en el pizarrón.

2. Muévela en alto y diga unas palabras mágicas como "¡Abracadabra Alakazán!"
3. Siga moviéndola hasta que la cara desaparezca.
4. Pregunte a su niño/a dónde cree que el agua se fue y qué la hizo desaparecer.

### Actividad de continuidad

1. Llene un frasco de vidrio con agua.
2. Marque el nivel del agua con cinta o marcador.
3. Colóquelo en una ventana soleada.
4. Examinen el nivel del agua en las siguientes semanas y observen al agua desaparecer.



## HIELO MÁGICO

cubo de hielo • vaso de agua • cuerda • sal

1. Ponga un cubo de hielo en un vaso transparente con agua.
2. Ponga un pedazo de cuerda sobre el cubo y trate de levantarlo con la cuerda.

3. Ponga la cuerda sobre el cubo de hielo de nuevo y rocíelo con un poco de sal sobre la cuerda.

4. Cuente lentamente hasta diez, entonces levante la cuerda. Estará pegada al cubo y podrá levantarla.



## CAMBIOS MÁGICOS



Una botella de plástico transparente vacía • agua • marcador

1. Llene a medias la botella con agua.
2. Dibuje una línea en la botella al nivel del agua con el marcador.
3. Ponga la botella en el congelador.
4. Cuando se congele el agua, sáquela del congelador y observe la marca con el nivel del agua congelada.

### Preguntar:

¿Qué le pasó al agua?, ¿Qué le pasó al nivel del agua cuando ésta se congeló?, ¿Cómo son iguales el agua y el hielo?, ¿diferentes?

# EXPLORING NATURE

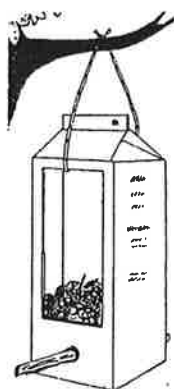
Here are some activities that will help your child observe and learn about living things and using recycled objects.

## Sensory Nature Walk

Go for a short walk around the block, in the park, on the beach, or wherever you and your child choose. Encourage your child to use his or her senses — sight, sound, smell, and touch—to explore during your walk.

Here are some suggestions of things for you and your child to discover and observe during your outing.

- listen for bird, insect, or animal sounds
- examine things that are alive and not alive
- find something smooth, bumpy, hard, or soft
- choose a color and find objects that are that color
- smell things to find objects that smell good and bad



### For the Birds

Your child can make a nesting supply box that will attract the birds to a place where s/he can observe them.

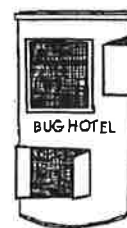
#### What You Need

- half-gallon milk carton • nesting materials such as dryer lint, pet hair, bits of yarn and string, shredded paper, raffia, planting moss • stick • string

#### What You Do

Adult cuts a window on each side of the milk carton. Punch a hole under each window and insert a stick long enough to be used as a perch. Fill the carton with the nesting materials. Thread a string through the openings and hang in a tree where you can see it from a window.

Good books for beginning bird watchers: *Peterson First Guide to Birds of North America* by Roger Tory Peterson  
*Crinkleroot's 25 Birds Every Child Should Know* by Jim Arnosky.



### Bug Hotel

For temporary Guests

#### What You Need

- Oatmeal container • markers, crayons, or paint
- 2 feet nylon netting

#### What You Do

Draw windows and decorate the outside of the container.

Adult cuts out windows.

Place the netting to fit snugly inside the container and trim to fit.

Put in plants from where the insects were found. Provide water in a plastic bottle cap.

Release bugs after you have observed them for awhile.



Books about nature and the environment

- Tops and Bottoms* by Janet Stevens
- The Surprise Garden* by Zoe Hall, illustrated by Shari Halpern
- Flower Garden* by Eve Bunting
- Growing Vegetable Soup* by Lois Ehlert
- What About Lady Bugs* by Celia Godkin
- In the Tall, Tall Grass* and *In the Small, Small Pond* by Denise Fleming

# EXPLORANDO La Naturaleza

Aquí tiene algunas actividades que ayudarán a su hijo/a a observar y aprender de las cosas vivas y a usar objetos reciclados.

## Paseo Sensorial por la Naturaleza

Hagan un paseo corto alrededor de su cuadra, en el parque, en la playa, o donde quiera que Ud. y su niño/a deseen. Aliente a su hijo/a a usar sus sentidos – vista, oído, olfato, y tacto- para explorar durante su paseo.

Aquí tiene algunas sugerencias para que Ud. y su niño/a descubran y observen durante su paseo.

examinen cosas vivas e inanimadas  
encuentren algo liso, rugoso, duro o suave  
huelan y encuentren objetos que tengan buen y mal olor  
escuchen a los sonidos de los pájaros, insectos o animales  
escojan un color y encuentren objetos que tengan ese color



## Para los Pájaros

Su niño/a puede hacer un nido de una caja para atraer a los pájaros donde los pueda observar.

### Lo que Necesita

una caja de leche de medio galón • materiales para anidar como pelusa de la secadora, pelo de mascotas, pedazos de estambre y cuerda, pedazos de papel, raffia, musgo • un palo • cuerda

### Lo que Hace

El adulto corta una ventana en cada lado del cartón de leche. Hace un agujero debajo de cada ventana y mete el palo que sea lo suficientemente largo para servir como percha.

Llena el cartón con los materiales para anidar.

Amarra una cuerda a través de las ventanas y lo cuelga en una rama de un árbol donde se pueda ver desde una ventana.

Buenos libros para los principiantes en la observación de pájaros:  
*Peterson First Guide to Birds of North America* de Roger Tory Peterson  
*Crinkleroot's 25 Birds Every Child Sould Know* de Jim Arnosky.

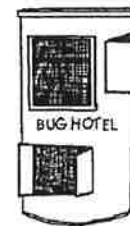


Libros acerca de la naturaleza y el medio ambiente.

*Un árbol es hermosa* de Janie May Udrie, ilustrado por Marc Simont  
*Un jardín en la ciudad* de DyAnne DiSalvo-Ryan  
*Como crecen los patitos* de Diane Molleson  
*A sembrar sopa de verduras* de Lois Ehlert  
*¡El mosquito!* de Angel Nieto  
*Oye al desierto* de Pat Mora

## Hotel para Bichos

Para huéspedes temporales



### Lo que Necesita

Un bote vacío de avena • marcadores, • crayones o pintura • 2 pies de malla de nylon

### Lo que Hace

Dibuje ventanas y decore el bote por fuera.

El adulto corta las ventanas.

Coloca la malla dentro del bote y la corta de manera que quede bien ajustada.

Coloca plantas en donde se encontraron los insectos y provee agua en una tapa de botella.

Deje libres a los insectos después de observarlos por un tiempo.

# Guiding Your Child to Self-Control

Parents want their child to master self-control as soon as possible because supervising and disciplining a preschooler can be time consuming and frustrating. You can't hurry the process, but you can make it easier—for you and your child.

## Mixed Blessing

Preschoolers are in an awkward stage between being very self-centered and more considerate of others. Their self-centeredness makes them more self-confident and independent, but also may cause them to ignore or challenge your rules for acceptable behavior.

## Trial and Error

Self-control does not suddenly turn on like a light switch. It takes time. A child slowly learns what is socially acceptable through trial and error. Regard errors as opportunities for your child to learn and for you to discover the disciplinary techniques that work for both of you.

## Eyes on the Prize

The goal of discipline is to guide a child towards a sense of self worth that enables him or her to do the right thing. Discipline is not the same as punishment. Often the only purpose of punishment is to relieve a parent's anger, not to help the child.

## Walk the Talk

Remember to be a good role model for your child. Children mirror their parents' behavior. If you hit, your child will hit. If you swear, your child will swear. It's difficult to discipline a child for things you do yourself!



## Set Limits

### Limit What?

- **Dangerous behavior** where your child could be hurt or hurt someone else.
- **Destructive behavior** where property may be damaged.
- **Antisocial behavior** where accepted rules, such as waiting a turn in line, are ignored.

### Limit How?

- Be **calm** when making a rule.
- **Explain** what each rule is.
- Explain **consequences** for violating it (make sure the consequence matches the seriousness of the violation).
- Consistently **enforce** it.

## SAY WHAT?





## Guiando a su Niño Hacia el Auto-control

Los padres desean que sus niños dominen el auto-control lo más pronto posible ya que supervisar y disciplinar a un preescolar puede ser frustrante y a veces toma mucho tiempo. Ud. no puede acelerar el proceso, pero lo puede hacer más fácil – para Ud. y para su niño/a.

### Mezcla de Bendiciones

Los preescolares se encuentran en una posición difícil de manejar entre ser egocéntrico y más considerado con los demás. Su egocentricidad los hace más confidentes e independientes, pero también puede hacerlos ignorar o retar sus reglas para un comportamiento aceptable.

### Prueba y Error

El auto-control no aparece de repente como el encendedor de la luz. Toma su tiempo. Un niño aprende lentamente lo que es socialmente aceptable a través de la prueba y error. Considere los errores como oportunidades de aprendizaje para su niño y a Ud. para aprender las técnicas de disciplina que funcionen mejor para ambos.

### Ojo con el Premio

La meta de la disciplina es la de guiar al niño hacia un sentido de auto valoración que lo haga hacer la cosa adecuada. Disciplina no es lo mismo que castigo. Con frecuencia el único propósito del castigo es el de liberar al padre de su coraje, no el de ayudar al niño.

### Predique con el Ejemplo

Recuerde ser un buen modelo para su niño. Los padres son el espejo para el comportamiento de los niños. Si Ud. golpea, su niño/a golpeará. Si Ud. maldice, su niño/a maldecirá. ¡Es difícil disciplinar a un niño por las cosas que Ud. mismo/a hace!



### Ponga Límites

#### ¿Limitar Qué?

• **Comportamiento peligroso** con el cual su niño/a puede lastimarse a sí mismo/a o a los demás.

• **Comportamiento Destructivo** donde la propiedad puede ser dañada.

• **Comportamiento Antisocial** donde las reglas aceptadas, como esperar su turno en una línea de espera, son ignoradas.

#### ¿Como Poner Límites?

• Conserve la **calma** cuando ponga una regla.

• **Explique** en qué consiste cada regla.

• Explique las **consecuencias** al violar una regla (asegúrese de que la consecuencia sea igual a la seriedad de la violación.)

• **Imponga** la regla consistentemente.

### ¿Cómo?





# Head Start Director - Directora



Estimados Padres y Amigos de Head Start,

Hemos terminado una Auto-Evaluación completa y los resultados fueron presentados en la reunión del Concilio de Políticas el martes, 16 de marzo. Nosotros tenemos un programa excelente y a través del proceso de la Auto-Evaluación nos aseguramos que el programa este mejorando continuamente para reunir las necesidades del crecimiento de los niños y las familias como también el mantener el programa en regla con los requisitos de los Fondos. Los miembros del Concilio de Políticas aprobaron la solicitud de los Fondos Federales para el programa de la Niñez y el programa de Head Start que fue sometido el 26 de marzo.

En febrero del 2010, el Departamento de Educación de Oregon fue dirigido por el poder legislativo del estado para distribuir un Fondo de Apropriación General de 1 millón a los programas de la Niñez de Head Start. Nuestro programa recibió un premio de beca de \$107.640 en fondos de estado para proporcionar servicios de la Niñez a siete niños. Vamos a servir a estos siete niños adicionales en nuestro programa Basado en el Hogar ya existente y los servicios están programados empezando el 1ro de mayo del 2010.

Si su niño va a estar asistiendo al Jardín de Niños el próximo año, favor de recordar en participar a las inscripciones del Jardín de Niños! Algunas escuelas están teniendo sus inscripciones en abril y en mayo.

Gracias por compartir a sus maravillosos niños con nosotros. ¡Ellos están aprendiendo y creciendo!

Sinceramente,

*Farzana*

Farzana Siddiqui, Directora



Estimados Padres y Amigos de Head Start,

Hemos terminado una Auto-Evaluación completa y los resultados fueron presentados en la reunión del Concilio de Políticas el martes, 16 de marzo. Nosotros tenemos un programa excelente y a través del proceso de la Auto-Evaluación nos aseguramos que el programa este mejorando continuamente para reunir las necesidades del crecimiento de los niños y las familias como también el mantener el programa en regla con los requisitos de los Fondos. Los miembros del Concilio de Políticas aprobaron la solicitud de los Fondos Federales para el programa de la Niñez y el programa de Head Start que fue sometido el 26 de marzo.

En febrero del 2010, el Departamento de Educación de Oregon fue dirigido por el poder legislativo del estado para distribuir un Fondo de Apropriación General de 1 millón a los programas de la Niñez de Head Start. Nuestro programa recibió un premio de beca de \$107.640 en fondos de estado para proporcionar servicios de la Niñez a siete niños. Vamos a servir a estos siete niños adicionales en nuestro programa Basado en el Hogar ya existente y los servicios están programados empezando el 1ro de mayo del 2010.

Si su niño va a estar asistiendo al Jardín de Niños el próximo año, favor de recordar en participar al gran evento de inscripciones del Jardín de Niños! Algunas escuelas están teniendo sus inscripciones en abril y en mayo.

Gracias por compartir a sus maravillosos niños con nosotros. ¡Ellos están aprendiendo y creciendo!

Sinceramente,

*Farzana*

Farzana Siddiqui, Directora





# Early Head Start

## Large Motor Development

Running, jumping, climbing, skipping, hopping, throwing, and balancing come naturally to young children, but kids need plenty of opportunity to practice them.

These large motor activities are an important part of your child's day here. With daily large-motor experiences, children practice fundamental movement skills that help them develop good self-esteem and physical competence.

A developmentally appropriate movement curriculum facilitates basic movement skills and physical fitness, such as those named above. Children get the chance to run, jump, skip, walk on balance beams, and throw and kick balls. As with all skills, motor skills must be practiced to improve.



You might see us moving like snakes, cats,

bears, dinosaurs, or frogs. Music gets us moving - we sometimes jog to release tension and we occasionally jump simply for the joy of it.

We want children to be physically fit because it's important to their health. But we also know they learn better when they are healthy and in good physical condition.



National Association for the Education of young Children



# Head Start de la Niñez

## Desarrollo de Movilidad Amplia

El correr, brincar, escalar, saltar, brincar como conejito, tirarse, y el balancearse, es algo que los niños pequeños tienen por naturaleza, sin embargo los niños necesitan bastante oportunidad de practicar todo esto. Estas actividades de movilidad amplia son una parte muy importante en el día de su niño aquí. Con las experiencias diarias de la movilidad amplia, los niños practican habilidades fundamentales de movimiento que los ayudan a desarrollar una buena autoestima y competencia física.

Un plan para el desarrollo apropiado del movimiento facilita habilidades básicas de movimiento y de forma física, como estos que están nombrados en la parte de arriba. Los niños tienen la oportunidad de correr, saltar, saltarse, la caminata en barras de equilibrio, y tirar y patear pelotas.



tas. Al igual que con todas las habilidades, habilidades de movimiento deben ser practicadas para mejorar.

Usted puede vernos movernos como serpientes, gatos, osos, dinosaurios o como ranas. La música nos hace movernos - algunas veces el frotar libera la tensión y nosotros ocasionalmente brincamos simplemente por que nos gusta.



Nosotros queremos que los niños estén físicamente en forma ya que es muy importante para su salud. También sabemos que ellos aprenden cuando están saludables y en una buena condición física.

Asociación Nacional para la Educación de los Menores