

March 23, 2020

Padres = la diferencia

****News Flash — Number 2****

Respira profundo, es la semana 2. ¡Date una palmadita en la espalda por sobrevivir la semana 1! Supongo que la semana pasada aprendiste mucho sobre tus hijos. No son los bebés que cuidaste una vez. Sus necesidades son diferentes. Todavía necesitan su atención, pero ahora tienen preguntas, pensamientos e ideas. ¡DEBEN SER ESCUCHADOS! Quieren probar cosas, superar los límites y **MOVESE CONTINUAMENTE**. Al escribir estas líneas, todavía está bien salir a caminar (si mantiene la distancia social). Para la cordura de todos, realice al menos 2 caminatas por día. Si el patio de recreo está vacío, deje que su hijo juegue un poco. Si tienes un patio, sal y patear una pelota. Cuanta más actividad física pueda darle a su hijo, más felices serán todos. Colgar en . . .
Barbara Biermann, trabajadora social de la primera infancia (bbierma@schools.nyc.gov)

Crianza de los hijos en tiempos inciertos

Trabajar desde casa, gestionar las necesidades de los niños y la educación en el hogar al mismo tiempo probablemente se haya sentido abrumador la semana pasada. Todos los padres con los que he hablado expresan que están luchando para encontrar un nuevo "normal". Independientemente de los desafíos que enfrente, sepa que no está solo. ¿Por qué no levantar el teléfono y llamar a otra mamá o papá?

No hay soluciones fáciles u obvias. El objetivo es responder a las necesidades de sus hijos, equilibrar lo que necesita hacer para garantizar la estabilidad financiera mientras continúa haciendo todas las cosas que normalmente haría si los niños no estuvieran en casa. Este no es el momento de ser Súper Mamá o Papá. Es un tiempo de compromiso y compasión. Algo tendrá que dar.

Los niños no son adultos pequeños y no se puede esperar que actúen como tales. Requieren atención y estructura. Si tiene más de un hijo, puede descubrir que están peleando más. Es de esperarse. Piensa en cómo ven esto. ¡Perdieron su estructura diaria, amigos, forzados a pasar cada momento con sus hermanos y muy probablemente confundidos sobre lo que está sucediendo!

Le sugiero que comience la mañana hablando con su (s) hijo (s) sobre los planes para el día. No necesita estructurar cada momento de vigilia. Está bien que su hijo tenga tiempo libre no estructurado, pero no se puede esperar que jueguen bien todo el día. Divídalo con actividades relacionales, cosas que pueden

hacer con usted. Mire el calendario de actividades para padres / hijos para obtener ideas, o mejor aún: ¡invente sus propias actividades!

Las mejores soluciones para equilibrar el caos vendrán de ti. Permítame sugerirle que después de acostar a sus pequeños esta noche, siéntese con los otros adultos en su hogar y haga una estrategia. Por ejemplo, será necesario tomar turnos con los niños. Si es un padre soltero, llame a un amigo o saque un bloc de papel y explote sus ideas. Su hijo está acostumbrado a la guía continua del maestro. Alguien necesita supervisar y supervisar. Probablemente tendrá que tomar decisiones difíciles, comprometerse, aprovechar su creatividad y pensar fuera de la caja mientras busca su nuevo 'normal'.

Tenga en cuenta lo que dice la televisión en el fondo. Todos tenemos hambre de noticias, pero los niños pequeños no tienen la capacidad cerebral de comprender el contagio (¡Mami! ¿Qué es eso?), Máscaras protectoras y la muerte. En su mente, lo que está sucediendo en Italia bien podría estar sucediendo en la calle.

Finalmente, una palabra sobre cuidarse. Sé honesto sobre cómo te sientes. Nombra tus sentimientos. Hable sobre cómo se siente y cómo se enfrenta a un adulto de confianza. Es posible que te sientas disperso y ansioso o que te sientas desapegado y solo pasando el día. Ambas reacciones son completamente normales. Tómese el tiempo para estirar y respirar profundamente.



Canciones del aula

Bring classroom sounds to your living room.

Don't forget to subscribe to Go Noodle. It's free! <https://www.gonoodle.com/>

Going on a Bear Hunt

<https://www.youtube.com/watch?v=Wzlcu6tbEko>

The Walking Song

https://www.youtube.com/watch?v=j24_xH5uvdA

We Are the Dinosaurs

<https://www.youtube.com/watch?v=vPrmY7labLA>

5 Little Ducks

<https://www.youtube.com/watch?v=pZw9veQ76fo>

Down by the Bay - Raffi

<https://www.youtube.com/watch?v=jAjhLexlrDc>

The Ants Go Marching

https://www.youtube.com/watch?v=2S_fbCGwOM

The Itsy Bitsy Spider

<https://www.youtube.com/watch?v=U9ey2k0Zis8>

INCY WINCY ARAÑA PEQUEÑITA

<https://www.youtube.com/watch?v=nmCYI1XqifM>

5 Little Speckled Frogs

<https://www.youtube.com/watch?v=VQTVrxj4l6o>

Old MacDonald

https://www.youtube.com/watch?v=ISL_ite9aZk

Apples and Bananas

<https://www.youtube.com/watch?v=r5WLXZspD1M>

Bingo

https://www.youtube.com/watch?v=9mmF8zOIh_g

Wheels on the Bus

<https://www.youtube.com/watch?v=zFHBfAmcbc>

Las Ruedas del Autobús

<https://www.youtube.com/watch?v=XdSme2fGpTc>

Clean Up Song

<https://www.youtube.com/watch?v=oY-H2WGThc8>

Today Is Monday

<https://www.youtube.com/watch?v=ryYF1vl--as>

Chicken Soup With Rice

<https://www.youtube.com/watch?v=woIpDIQBxUU>



ABC Songs

<https://www.youtube.com/watch?v=yseWMJS8IHw>

Hokey Pokey

<https://www.youtube.com/watch?v=0hQt0LWedrI>

Bunny Hop

https://www.youtube.com/watch?v=UgLL_q5FMCU

Heads, Shoulders, Knees and Toes

<https://www.youtube.com/watch?v=ZanHgPprl-0>

Open Shut Them

<https://www.youtube.com/watch?v=DzA1VQL1oME>

You Are My Sunshine-ASL

<https://www.youtube.com/watch?v=SRuYTCfj7a8>

If You're Happy and You Know It

<https://www.youtube.com/watch?v=71hqRT9U0wg>

She'll Be Coming Around the Mountain

<https://www.youtube.com/watch?v=fbX9srZvLM8>

Days of the Week

<https://www.youtube.com/watch?v=8GKmCQOy88Y>

Driving in My Car

https://www.youtube.com/watch?v=k-wjs8_pBts

I'm a Little Teapot

<https://www.youtube.com/watch?v=w1UcMPUfzYI>

Atooty-ta

<https://www.youtube.com/watch?v=dAXz913BPIM>

5 Little Pumpkins

<https://www.youtube.com/watch?v=cm1qvX1ygOo>

Chicken Dance

<https://www.youtube.com/watch?v=npp1z32idrc>

Baby Shark

<https://www.youtube.com/watch?v=FX20kcp7j5c>