



abril 2021

Blue Mountain Early Learning HUB

bluemountaineearlylearninghub.org

MORROW UMATILLA UNION COUNTIES

Boletín informativo

Asociación de Infancia Temprana: Reuniones del Equipo (ECPT)

Condado de Umatilla
martes 13 de abril
1:00 - 2:30 pm por Zoom
[https://imesdmeet.zoom.us/s/99622448120](https://imesdmeet.zoom.us/j/99622448120)

Condado de Union
miércoles 14 de abril
1:00 - 3:00 pm por Zoom
<https://us02web.zoom.us/j/89982819395>
<https://www.facebook.com/Union-County-ECPT-836224543130112/>

Condado de Morrow • jueves 8 de abril
12:00 - 1:30 pm por Zoom
<https://umchs-org.zoom.us/j/84557647294?pwd=aUdoZys3TVBBUHh5eHZwOUh4cDRydz09ID=84557647294;codigo=114923>

2021 Jumpstart para kinder -

Una asociación Early Learning Hub & Distrito Escolar

Jumpstart de kinder es un programa de verano para alumnos entrando al kinder. Se enfoca en enseñarles a los niños las destrezas de escuchar, aprender, y las de conducta, al mismo tiempo preparándoles para el horario del día completo. Les permite a los alumnos de conocer la escuela y así tener un principio facilitado del año escolar. Las responsabilidades del programa se comparten entre el *BMEH Hub* y el distrito escolar.



Proporcionado por el <i>BMEH Hub</i> :	Proporcionado por el distrito escolar:
<ul style="list-style-type: none"> • Útiles escolares • El currículo socio-emocional (bilingüe) <i>Second Step</i> • El kit de STEM aprendizaje temprano (bilingüe) • Laboratorio de salud oral • Una lección/sesión de Yoga/<i>Mindfulness</i> • Publicidad del programa <i>Jumpstart</i> • El personal del <i>BMEH Hub</i> proporcionará una consulta con el maestro <i>Jumpstart</i> para explicar el programa, las lecciones y evaluación <i>Second Step</i>, lecciones del kit STEM, y el papeleo necesario 	<ul style="list-style-type: none"> • Maestro para 16 alumnos* • Comidas* • Transporte (opcional)* • Materiales/currículo académico • Un evento/actividad de involucración de los padres* • Un asistente del aula se recomienda para 10+ alumnos* • Un asistente bilingüe se recomienda si hay necesidad de apoyo en otro idioma* • Reclutamiento de alumnos

*Los fondos ESSER y/o de los subsidios *Summer Enrichment* and *Academic Program* se puedan usar
Los distritos escolares ya pueden aplicar a bluemountaineearlylearninghub.org



Mes de prevención del abuso infantil

Cada abril, las organizaciones al servicio de los niños y a la juventud participan en el mes de la prevención del abuso infantil para subrayar la importancia de proteger a nuestros niños. Siga este enlace para aprender más: <http://preventchildabuse.org/resource/pinwheels-for-prevention/>

Para participar en este esfuerzo, piense en hacer una exhibición de molinillos, que sirven como símbolo nacional de la prevención del abuso infantil. Usted podría hasta plantar "un jardín de molinillos." Si su agencia se interesa en tener un jardín, haga su petición para molinillos o letreros para el césped por medio de un correo enviado a Mary Lou Gutierrez: mgutierr@umchs.org

Junta de Gobierno del Blue Mountain Early Learning Hub:

Condado de Umatilla:

Lori Hale, *Educación*
Lidwinner Machado, *Servicios sociales y humanos*
Kim Huling, *negocio*

Condado de Morrow:

Yvonne Morter, *Salud*
Erin Stocker, *Educación*
Dorothy Powell, *Educación para inmigrantes y un segundo idioma*

Condado de Union:

Robert Kleng, *Chair, Educación*
Jess Hagedorn, *Madre*
Ashleigh Meeks, *Salud*

Otro:

Jon Peterson, *Representante de InterMountain ESD*
Maureen McGrath, *Representante de Umatilla-Morrow Co. Head Start*
Linda Watson, *Representante de Eastern Oregon Coordinated Care Organization*
Lloyd Commander, *Representante Tribal*
Tobie Sass, *Representante de Child Care Resource and Referral*



Blue Mountain Early Learning HUB

bluemountainearlylearninghub.org

MORROW UMATILLA UNION COUNTIES

Artículo para padres: Volviendo al ritmo de la vida

La luz del día extendido y un tiempo más cálido parecen ser una bendición aun mayor este año. Estamos preocupándonos mucho en el impacto que este último año haya tenido en las destrezas académicas y las vidas sociales de nuestros niños. El sol es un recordatorio genial que las estaciones cambian y que nada dura para siempre.

Mientras que nos giramos hacia el sol, es un momento perfecto para evaluar el nuestro (y el de nuestros niños) nivel personal de actividad. Se han caído usted o sus hijos en un bajón? Tal vez el tiempo frente la pantalla les ha naturalmente llevado a hacer menos ejercicio? La primavera es un excelente momento de volver al ritmo de la vida! Según la Academia Americana de Pediatría, previo a COVID-19 solamente alrededor de uno en cuatro niños hacían la cantidad recomendada de 60 minutos de ejercicio diario. Mientras que nuestros niños han estado perdiendo mucho a sus actividades físicas habituales, de jugar con amigos en recreo hasta los deportes organizados, hay muchas maneras de al mismo tiempo aumentar la actividad física de su hijo y de pasarlo bien.

Hacerlo Divertido: A la hora de empezar se pueda notar un tono muscular reducido y una respiración más difícil, ambos que puedan hacer menos divertida la actividad física. Una buena manera de mantener la motivación es de asegurarse que la actividad sea algo que a su niño le guste. A algunos niños les gustan los deportes organizados, mientras que otros estarían más contentos con una fiesta de baile informal después de la cena. Actividades divertidas pueden ser cualquier cosa que le guste a su hijo, que sea estructurado o no. Algunas ideas: caminar, hacer senderismo, correr, patinar, ir en bici, hacer el skate, nadar, hacer el yoga, ir al *play*, o jugar libre.

Enfocase en el tiempo compartido: Jugar como momento de calidad todos juntos les sirve a la salud física y mental de todos. Trate de montar una carrera de relevos o un recorrido de obstáculos que se pueden hacer juntos. Hacer que la actividad física, como paseos familiares en bici o caminatas de después la cena, sea una parte de la rutina diaria familiar es un buen hábito a establecer. Ser modelo es clave; niños jóvenes que vean con frecuencia a sus padres estando físicamente activos son más propensos de hacer igual.

Proporcione Juguetes Activos: Los niños jóvenes en especial ocupan acceso fácil a las pelotas, las cuerdas de salto, y a otros juguetes activos. Si hay un cumpleaños que se acerca, pídele a la familia y a los amigos de dar regalos que fomenten el movimiento en su niño.

Activo a cualquier edad: Empiece temprano. A los pequeños les gustan jugar y estar activos. Fomentar mucho movimiento y juego seguro y no estructurado puede ayudar a construir una base fuerte de un estilo de vida activo. A los chicos de preescolar les gustan los retos físicos y a jugar con adultos. Los niños de primaria aprecian más la autonomía en jugar, así que el acceso al tiempo libre con sus pares es importante. Los adolescentes puedan ocupar un estímulo para intentar algo nuevo, y que les lleve a sus actividades deportivas

y darles el apoyo financiero para que puedan participar en lo que en verdad les interesen.

Y si mi hijo tiene una discapacidad?: La actividad física es importante para todos los niños. Adaptar las actividades es una destreza que probablemente usted como padre ha estado desarrollando, pero si ocupa más apoyo, avísale al médico y al equipo de intervención de su hijo. Algo de tomar en cuenta es el tamaño del equipamiento. Por ejemplo, una pelota más grande puede hacer más fácil de atraparla. Puede necesitar de adaptar el espacio proporcionado para una actividad, o de modificar las reglas del juego para que todos puedan participar.

Tenga cuidado!: Proporcione siempre el equipamiento de protección tales como los cascos, las almohadillas para las muñecas y las rodillas para las actividades tales como andar en bici o en scooter, hacer el skate o el patinaje, la escalada, y otras actividades en que pueda haber un alto riesgo de lesiones. También asegúrese que las actividades sean apropiadas para la edad de su hijo.

Otros recursos:

- www.gonoodle.com tiene juegos de movimiento y videos, como la serie *Indoor Recess*. Se puede también descargar *el App* para juegos divertidos tales como **Súper Rufus Súper Soccer** – en lo cual bloquea las pelotas entrantes y juega como portero usando sus pies y sus manos.
- www.actionforhealthykids.org tiene una lista de recursos para apoyar la actividad física, la nutrición, el juego, y más.

Tenga en cuenta: La actividad física moderada debería de ser lo suficientemente vigorosa para subir su ritmo cardíaco y hacer que respire profundamente. Los niños deberían de hacer esto 60 minutos al día.

Los beneficios de la actividad física: Sabía usted que la actividad física les ayuda a los niños a enfocarse, a dormir mejor, y a tener una mejor perspectiva sobre la vida? Ser físicamente activo también les ayuda a los niños de construir y mantener sanas a los huesos, los músculos, y las coyunturas. Otros beneficios incluyen un riesgo más bajo más adelante en la vida de diabetes, del azúcar de sangre alto, y de la enfermedad cardiovascular.

Fuentes:

- "11 Ways to Encourage Your Child to Be Physically Active" American Academy of Pediatrics, December 2020
- "Motivating Kids to be Active" Mary L. Gavin, MD, June 2018
- "What can I do to get – and keep – my child active?" Center for Disease Control and Prevention, December 2020
- <https://playsport.ophea.net/things-consider/guidelines-adapting-activities>

Cassandra Zeller es *Preschool Promise Coach con Child Care Resource and Referral*, socio del Blue Mountain Early Learning Hub.



Blue Mountain Early Learning HUB

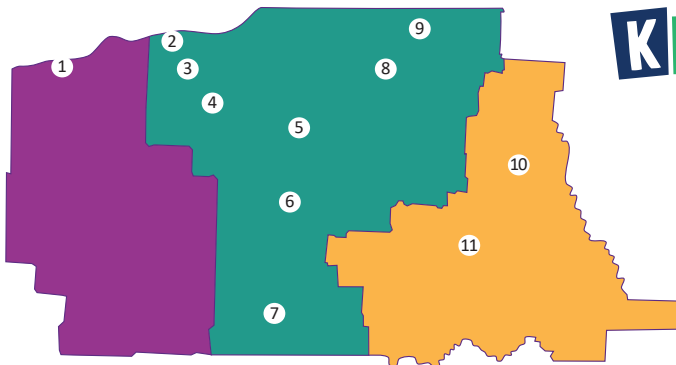
bluemountainearlylearninghub.org

MORROW UMATILLA UNION COUNTIES

Preschool Promise - Matricula abierta para el año programático 2021-2022

Está buscando una educación preescolar gratis y de alta calidad para su hijo de tres o cuatro años? *Preschool Promise* tiene cupos disponibles a través de los condados de Morrow, Umatilla y Union. *Preschool Promise* proporciona 900 horas de educación preescolar de alta calidad durante el año lectivo. Este programa está abierto a las familias cuyos ingresos son iguales a o menos que 200% del nivel federal de pobreza (<https://aspe.hhs.gov/poverty-guidelines>).

Preschool Promise es disponible en las comunidades siguientes.



- | | | |
|--------------|---------------|---------------------|
| 1. Boardman | 5. Pendleton | 8. Athena-Weston |
| 2. Umatilla | 6. Pilot Rock | 9. Milton-Freewater |
| 3. Hermiston | 7. Ukiah | 10. Elgin |
| 4. Echo | 11. La Grande | |



Para aplicar al Preschool Promise o para aprender más sobre programas preescolares en nuestra región, por favor visite nuestro sitio web de matrícula coordinada:
www.BlueMountainKids.org



La disciplina consciente: Clases virtuales para padres y tutores

OPCIÓN 1:

Cuando: el lunes 29 de marzo, cada lunes en abril y el lunes 17 mayo de 6:00-7:30 PM

Inscripciones: Llame a 541-910-6280 o a 541-910-5646 *Un enlace Zoom se compartirá después de la inscripción

Patrocinadores: Oregon Parenting Education Collaborative, La Grande School District y Eastern Oregon University Head Start

OPCIÓN 2:

Cuando: los jueves 1, 8, 15, 22 & 29 de abril de 6:00-7:00 PM

Inscripciones: <https://forms.gle/GZ6PvwjeC46N8X8R6> *Un enlace Zoom se compartirá después de la inscripción

Patrocinadores: Oregon Parenting Education Collaborative y Blue Mountain Early Learning Hub

Personal del Blue Mountain Early Learning Hub:

Cade Burnette, Administrador de servicios de primera infancia
cade.burnette@imesd.k12.or.us

Kim Thul, Asistente administrativa
kim.thul@imesd.k12.or.us

Amy Hoffert, Coordinadora de operaciones
amy.hoffert@imesd.k12.or.us

Erin Bartsch, Coordinadora de P-3
ebartsch@umchs.org

Hannah Williams, Coordinadora de compromiso de los padres
hannah.williams@imesd.k12.or.us

Michelle Gomez, Especialista coordinada de inscripción
michelle.gomez@imesd.k12.or.us