



**DISTRITO ESCOLAR UNIFICADO DE COMPTON**

## **Oficina de Educación Especial**

417 W. Alondra Blvd., Compton, CA 90220

**BOLETIN DIGITAL INFORMATIVO PARA PADRES**

**Junio 5, 2020**

**Volume 10**

### **ACTUALIZACIONES DEL DISTRITO**

Publicación de la oficina del Superintendente del Distrito Escolar Unificado de Compton

#### **MENSAJE DE FIN DE AÑO ESCOLAR DEL SUPERINTENDENTE DR. DARIN BRAWLEY**

Estimado Distrito Escolar Unificado de Compton,

¡Usted es extraordinario! Este año fue un año excepcional debido a los grandes logros de nuestros estudiantes y personal, pero también porque todos ustedes se levantaron al desafío de una pandemia sin precedentes y el cierre de las escuelas. Este desafío fue notable por decir lo menos, pero prosperamos a través de este notable desafío debido a los notables estudiantes, padres, maestros, administradores, socios y Junta Directiva.

Usted es el que ha hecho que el año escolar 2019-2020 sea un año tan importante, e histórico, a pesar del COVID-19. Nos reunimos como comunidades escolares y como un distrito en nombre de nuestros estudiantes que siempre ha sido parte de nuestra misión, de una manera que nunca podríamos haber imaginado.

Dicho esto, quiero darle las gracias y felicitarle por un trabajo bien hecho. A medida que avanzamos en el verano, quiero compartir con ustedes que trabajaremos en serio para desarrollar un plan de reapertura escolar que centra el bienestar y la seguridad de los estudiantes. Estaremos comunicando esos planes después de haber recibido orientación de los Centros de Control de Enfermedades y el Departamento de Salud Pública de California.

Mientras tanto, por favor, tenga un verano seguro y divertido. Esperamos que si usted tiene un niño que es un estudiante, usted se aprovechará de nuestras grandes ofertas virtuales de verano. Espero regresar en el otoño para que podamos seguir elevando el acceso a una gran educación y experiencias enriquecedoras para nuestros estudiantes de Compton.

Espero regresar en otoño para poder seguir elevando el acceso a una gran educación y experiencias enriquecedoras para nuestros estudiantes de Compton

Dr. Darin Brawley, Superintendente



**DISTRITO ESCOLAR UNIFICADO DE COMPTON**

## **Oficina de Educación Especial**

417 W. Alondra Blvd., Compton, CA 90220

### **BOLETIN DIGITAL INFORMATIVO PARA PADRES**

**Junio 5, 2020**

**Volume 10**

## **PALABRAS DE NUESTRO EQUIPO DE EDUCACIÓN ESPECIAL**



### **Consejos de parte de Trabajadores Sociales**

Saludos Padres/Tutores,

La relajación muscular progresiva (PMR) es una técnica que se centra en tensar, o apretar, un grupo muscular a la vez seguido de una fase de relajación con liberación de la tensión. La práctica regular en la tensión muscular podría reducir la ansiedad y la depresión, mejorar el sueño, y bajar la presión arterial. Esta técnica se ha demostrado para ayudar a controlar el estrés y la ansiedad. Este es un ejercicio de todo el cuerpo que funciona de la cabeza a los pies (o dedo del pie a la cabeza si lo prefieres). Aquí hay una lista de músculos que podría ayudarle a la tensión para practicar la relajación muscular progresiva.

1. Frente
2. Ojos
3. Boca
4. Cuello
5. Hombros
6. Brazos
7. Estomago
8. Muslo
9. Pantorrilla
10. Pies

Revisando la lista, ponga tenso cada músculo durante 15 segundos antes de liberar lentamente la tensión. Concéntrese en su respiración, así como en las sensaciones de la tensión y relajación experimentada en los músculos.

Haga clic en este video para ver los ejercicios de relajación muscular progresiva:

<https://www.youtube.com/watch?v=cDKyRpW-Yuc>

Esperemos que esto ayude a agregar un conjunto de herramientas más con respecto a las habilidades de adaptación.

- Trabajadores Sociales Clínicos del distrito de Compton



DISTRITO ESCOLAR UNIFICADO DE COMPTON

## Oficina de Educación Especial

417 W. Alondra Blvd., Compton, CA 90220

### BOLETIN DIGITAL INFORMATIVO PARA PADRES

Junio 5, 2020

Volume 10



### Consejos de salud de nuestras enfermeras

#### Comiendo Saludable

Ya sea que tenga un niño pequeño o un adolescente, aquí están cinco de las mejores estrategias para mejorar la nutrición y fomentar hábitos alimenticios inteligentes:

1. Tenga comidas **en familia**
2. Sirva una variedad de alimentos y botanas saludables.
3. Sea un modelo a seguir comiendo saludable usted mismo.
4. [Evite las batallas](#) sobre la comida.
5. [Involucre a los niños](#) en el proceso.

Claro, comer bien puede ser difícil: los horarios familiares son agitados y la comida de conveniencia para llevar está fácilmente disponible. Pero nuestros consejos pueden ayudar a que las cinco estrategias formen parte de su ajetreado hogar.

#### Comidas en Familia

Las comidas familiares son un ritual reconfortante tanto para los padres como para los niños. A los niños les gusta la previsibilidad de las comidas familiares y los padres tienen la oportunidad de ponerse al día con sus hijos. Los niños que participan en comidas familiares regulares también son:

- es más probable que coman fruta, verduras y cereales
- menos probabilidades de comer alimentos no saludables
- menos probabilidades de fumar, consumir marihuana o tomar bebidas alcohólicas



DISTRITO ESCOLAR UNIFICADO DE COMPTON

## Oficina de Educación Especial

417 W. Alondra Blvd., Compton, CA 90220

### BOLETIN DIGITAL INFORMATIVO PARA PADRES

Junio 5, 2020

Volume 10



También, las comidas familiares son una oportunidad para que los padres presenten a los niños nuevos alimentos y sean modelos a seguir para una alimentación saludable.

Los adolescentes pueden no estar de acuerdo con la perspectiva de una comida familiar, no es sorprendente porque están ocupados y quieren ser más independientes. Sin embargo, los estudios encuentran que los adolescentes todavía quieren el consejo y el consejo de sus padres, así que use la hora de comer como una oportunidad para reconectarse.

También puedes probar estos consejos:

- Permita que los niños inviten a un amigo a cenar.
- Involucre a su hijo en la planificación y preparación de comidas.
- Mantenga la hora de comer tranquila y amistosa, sin sermones ni discusiones.

¿Qué cuenta como una comida familiar? Cada vez que tú y tu familia comen juntos, ya sea comida para llevar o una comida casera con todos los adornos. Esfuérzate por una comida nutritiva y un momento en el que todos puedan estar allí. Esto puede significar cenar un poco más tarde para acomodar a un adolescente que está en la práctica deportiva. También puede significar reservar tiempo los fines de semana cuando puede ser más conveniente reunirse en grupo, como desayuno-almuerzo del domingo

#### **Abastecerse de alimentos saludables**

Los niños, especialmente los más jóvenes, comerán principalmente lo que hay en casa. Por eso es importante controlar las líneas de suministro, los alimentos que sirven para las comidas y que tienen a mano para los bocadillos.

Siga esta guía básica:

- **Agregue frutas y verduras en la rutina diaria**, con el objetivo de por lo menos cinco porciones al día. Asegúrese de servir frutas o verduras en cada comida.
- **Haga que sea fácil para los niños** elegir bocadillos saludables manteniendo las frutas y verduras a mano y listas para comer. Otros buenos bocadillos incluyen yogur bajo en grasa, mantequilla de cacahuate y apio, o galletas de grano entero y queso.
- **Sirva carnes con poca grasa** y otras buenas fuentes de proteínas, como pescado, huevos, frijoles y nueces.



## DISTRITO ESCOLAR UNIFICADO DE COMPTON

# Oficina de Educación Especial

417 W. Alondra Blvd., Compton, CA 90220

## BOLETIN DIGITAL INFORMATIVO PARA PADRES

Junio 5, 2020

Volume 10

- **Elija panes y cereales integrales** para que los niños reciban más fibra.
- **Limite el consumo gordo** evitando alimentos freídos y eligiendo métodos de cocina más sanos, como rostizar, asar, hornear, y a vapor. Elija productos lácteos de pocas calorías o sin grasa.
- **Limite la comida rápida y los bocadillos bajos en nutrientes**, como las papas fritas y los dulces. Pero no prohíba completamente los bocadillos favoritos en su casa. En lugar de eso, cómalos de vez en cuando para que los niños no se sientan privados de ellos.
- **Limite las bebidas azucaradas**, como refrescos y bebidas con sabor a fruta. Sirva agua y leche baja en grasa en su lugar.

Sea un modelo a seguir

La mejor manera de fomentar una alimentación saludable es comer bien tú mismo. Los niños seguirán el ejemplo de los adultos que ven todos los días. Al comer frutas y verduras y no disfrutar demasiado de las cosas menos nutritivas, estarás enviando el mensaje correcto.

Otra forma de ser un buen modelo a seguir es servir porciones apropiadas y no comer en exceso. Hable acerca de sus sentimientos de plenitud, especialmente con los niños más pequeños. Podrías decir, "Esto es delicioso, pero estoy lleno, así que voy a dejar de comer." Del mismo modo, los padres que siempre están a dieta o quejándose de sus cuerpos pueden fomentar estos mismos sentimientos negativos en sus hijos. Trate de mantener un enfoque positivo sobre la comida.

### No luche sobre la comida

Es fácil que la comida se convierta en una fuente de conflicto. Los padres bien intencionados pueden encontrarse negociando o sobornando a los niños para que coman la comida saludable frente a ellos. Una mejor estrategia es dar a los niños un poco de control, pero también limitar el tipo de alimentos disponibles en casa.

Los niños deben decidir si tienen hambre, qué comerán de los alimentos servidos y cuándo están llenos. Los padres controlan qué alimentos están disponibles para sus hijos, tanto a la hora de comer como entre comidas. Estas son algunas guías a seguir.

**Establezca un horario predecible de comidas y refrigerios.** Está bien elegir no comer cuando tanto los padres como los niños saben cuándo esperar la próxima comida o refrigerio.

- **No obligue a los niños a limpiar sus platos.** Hacerlo enseña a los niños a anular los sentimientos de plenitud.
- **No soborne o premie a niños con la comida.** Evite usar el postre como el premio por comer la comida.
- **No use la comida como un modo de mostrar el amor.** Cuando quiera mostrar amor, dele un abrazo, un poco de tiempo o un elogio.

**Haga a los niños que se involucren**



## DISTRITO ESCOLAR UNIFICADO DE COMPTON

# Oficina de Educación Especial

417 W. Alondra Blvd., Compton, CA 90220

## BOLETIN DIGITAL INFORMATIVO PARA PADRES

Junio 5, 2020

Volume 10

La mayoría de los niños disfrutarán decidiendo qué hacer para la cena. Hable con ellos acerca de tomar decisiones y planear una comida equilibrada. Algunos incluso podrían querer ayudar a comprar ingredientes y preparar la comida. En la tienda, enseñe a los niños a revisar las etiquetas de los alimentos para comenzar a entender qué buscar.

En la cocina, seleccione tareas apropiadas para la edad para que los niños puedan desempeñar un papel sin lesionarse o sentirse abrumados. Y al final de la comida, no se olvide de alabar al chef.

Los almuerzos escolares pueden ser otra lección de aprendizaje para los niños. Más importante aún, si puedes hacer que piensen en lo que comen para el almuerzo, es posible que puedas ayudarlos a hacer cambios positivos. Piense en qué tipos de alimentos les gustaría almorzar o vaya a la tienda de comestibles para comprar alimentos saludables y empaquetados.

Hay otra razón importante por la que los niños deban participar: Puede ayudar a prepararlos para tomar buenas decisiones por sí solos sobre los alimentos que quieren comer. Eso no quiere decir que de repente quieran una ensalada en vez de papas fritas, pero los hábitos de comida que ayudas a crear ahora pueden llevar a una vida de opciones más saludables.

Vea algunas recetas de comida saludables para para niños de todas las edades.

Revisada por: Mary L. Gavin, MD

*Nota: Toda la información en esta revista KidsHealth es para propósitos educativos solamente. Para asesoramiento médico específico.*

*Que esté bién y cuídese*

Equipo de enfermeras de Educación Especial del distrito de Compton



## Esquina de Información de los Psicólogos

¡Hola Padres/Tutores,

***Esta semana, el psicólogo escolar se centrará en la ansiedad, cómo se diagnostica, quién puede diagnosticarla, comportamientos que hay que tener en cuenta, recomendaciones para que los padres las consideren y opciones de tratamiento***

**MLunes-Comprender la ansiedad según el DSM-5:** *Alguna información de fondo: DSM-5 Criterios? ¿Qué es? El Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales, 5a Edición (DSM-5) es el manual utilizado por los proveedores de atención médica para diagnosticar trastornos mentales. Según el DSM-5, los trastornos de ansiedad incluyen trastornos que comparten características de miedo extremo y ansiedad y alteraciones del comportamiento relacionadas. El miedo es la respuesta emocional a una amenaza real o*



## DISTRITO ESCOLAR UNIFICADO DE COMPTON

# Oficina de Educación Especial

417 W. Alondra Blvd., Compton, CA 90220

## BOLETIN DIGITAL INFORMATIVO PARA PADRES

Junio 5, 2020

Volume 10

percibida inminente, mientras que la ansiedad es la anticipación de la ansiedad futura. Aunque estos dos estados se superponen, también difieren, con el miedo más a menudo asociado con las prisas de las respuestas corporales necesarias para la lucha o el vuelo, pensamientos de peligro inmediato, y comportamientos de escape, y la ansiedad se asocia más a menudo con la tensión muscular y la vigilancia en preparación para el peligro futuro y comportamientos cautelosos o que se pueden evitar.

### Tipos de ansiedad basados en el DSM-5 (y enumerados en función de la edad de desarrollo del inicio):

- Trastorno de Ansiedad por Separación
- Mutismo Selectivo
- Fobia Específica
- Transtorno de Ansiedad Social
- Transtorno de Pánico
- Ataque de Pánico
- Agorafobia
- Transtorno de la Ansiedad Generalizado
- Transtorno de Ansiedad inducido por sustancias o medicamentos
- Transtorno de Ansiedad debido a otra condición médica
- Otro Transtorno de Ansiedad Especifica
- Transtorno de Ansiedad no Especificado

### Martes - en niños pequeños algunos síntomas comúnmente vistos incluyen:

- Rigidez
- Miedo a nuevas situaciones
- Intensa ansiedad por separación
- Intensos berrinches
- Problemas para dormir
- Comportamientos Repetitivos
- Fobias Excesivas y temores
- Sensibilidad al sonido
- Problemas alimenticios-Puede ser más resistente a probar nuevos alimentos y sólo quieren comer unos pocos alimentos.
- Síntomas Físicos-Los niños pequeños con ansiedad tienden a estreñirse con más frecuencia.

### Las intervenciones a considerar incluyen:

- Comience por consultar con el pediatra de su hijo para descartar cualquier problema médico.
- Libros que le ayuden a su hijo a relacionarlos con los sentimientos puede ayudarle a decir lo que está experimentando.
- Sea flexible, pero trate de mantener una rutina estructurada y consistente.
- Reconocer y elogiar pequeños logros. Resalte lo positivo.



## DISTRITO ESCOLAR UNIFICADO DE COMPTON

# Oficina de Educación Especial

417 W. Alondra Blvd., Compton, CA 90220

## BOLETIN DIGITAL INFORMATIVO PARA PADRES

Junio 5, 2020

Volume 10

-Tome pequeños pasos: Por ejemplo: enviar a su hijo a traer sus pijamas mientras usted está de pie en la parte inferior de las escaleras. La clave es hacerle saber al niño que está haciendo algo valiente y practicarlo.

-Para más información vea este enlace: <https://www.childmind.org>

### **Miércoles- Durante los primeros años, los síntomas comúnmente observados incluyen:**

- Llorando y gritando
- Rehusando a asistir a la escuela
- Lastimarse a sí mismo o a otros
- Hablar extremadamente
- Tener problemas para enfocarse
- "Deprimido" o retraído socialmente o físicamente
- Baja energía
- Dificultad para dormir
- Repetir comportamientos "compulsivos" para librarse de la ansiedad (es decir. tirando de pelo, girando el cabello, etc.)
- Quejas de sentirse enfermo
- Nervioso/inquieto

### **Las intervenciones a considerar incluyen:**

- Consulte con el pediatra de su hijo/hija con el fin de descartar algún problema médico.
- Darle permiso para hablar de preocupaciones/ansiedad mediante la configuración de un "Tiempo de preocupación".
- Tiempo familiar: programar una noche de juegos para quedarse en casa y evitar hablar de dificultades y simplemente divertirse.
- Proporcionar opciones, ya que esto permite al niño recuperar la confianza en sí mismo.
- Modelo de habilidades de afrontamiento.
- Haga que el niño escuche música.
- Permita que el niño coloree y/o dibuje sus sentimientos.
- Ayude al niño a imaginar un lugar seguro.
- Use pelotitas para el estrés y burbujas para que el niño libere tensión/estrés.
- Haga que el niño dibuje una "Caja de preocupaciones" para imaginar que las bloquea y no se tiene que preocupar hasta "Tiempo de preocupaciones".
- Un baño relajante puede aliviar la tensión.
- Para más información vea el enlace: <https://www.cigna.com/static/www-cigna-com/docs/individuals-families/childrenandfamily-2017-october-handout.pdf>

**Jueves-Du Durante la adolescencia, los desencadenantes comunes a la ansiedad incluyen: tener altas expectativas, estrés, cambios hormonales, desarrollo cerebral, desaprobación de los padres, presión de pares, beber, consumo de drogas y depresión.**





## DISTRITO ESCOLAR UNIFICADO DE COMPTON

# Oficina de Educación Especial

417 W. Alondra Blvd., Compton, CA 90220

## BOLETIN DIGITAL INFORMATIVO PARA PADRES

Junio 5, 2020

Volume 10

### Los síntomas y comportamientos más frecuentes incluyen:

- Latidos cardíacos rápidos
- Sudoración y temblor
- Mareo
- Malestar estomacal
- Dificultad para respirar
- Dolor de pecho
- Sentirse como si se estuvieran volviendo locos.
- Sentirse como si se estuvieran muriendo.

### Las intervenciones a considerar incluyen:

- Hable sobre ello: Cuando un adolescente comienza a preocuparse, úselo como una oportunidad para tener más diálogo y averiguar qué lo pone ansioso.
- Manténgase positivo: Los padres modelan "cómo ser" y por lo tanto la necesidad de ser positivos y tranquilizar a su hijo adolescente es esencial para ayudar a los adolescentes que "esta situación" pasará y que pueden superarla.
- Cuidado personal: Enséñele a su adolescente la importancia de dormir adecuadamente y practicar hábitos diarios saludables.
- Proporcionar oportunidades para nuevas experiencias: En la medida de lo posible, proporcionar a su adolescente la oportunidad de nuevas experiencias como aprender a tomar el autobús al centro comercial, aprender a cocinar una nueva receta, etc.
- Encontrar el equilibrio: Involucre a su hijo adolescente en actividades que les gusten hacer naturalmente como deportes, lecciones de música, lecciones de arte, etc., ya que esto les ayuda a construir confianza y construir relaciones sociales que pueden proporcionar cierta distracción a su ansiedad.

**Viernes-Mi hijo/hija adolescente parece necesitar más ayuda...¿Qué puedo hacer?** Muchos niños y adolescentes presentan muchos comportamientos y síntomas que son respuestas naturales a los factores estresantes y que pueden parecer un trastorno de ansiedad, pero solo los profesionales de la salud mental pueden diagnosticar y tratar correctamente los trastornos de ansiedad. En la mayoría de los casos, los trastornos de ansiedad pueden ser tratados con éxito por profesionales de la salud mental debidamente capacitados.

**La importancia del tratamiento:** Los trastornos de ansiedad no tratados pueden tener consecuencias negativas. En algunos casos, las personas que sufren de episodios de ansiedad recurrentes evitan ponerse en una situación que temen pueden desencadenar su ansiedad y este comportamiento puede crear problemas por el funcionamiento diario y las relaciones con los demás. En algunos casos, las personas que sufren de trastorno de ansiedad no tratada pueden volverse propensas a la depresión y/o el consumo de drogas en sus años mayores como una manera de hacer frente a su enfermedad.

**Tratamiento eficaz:** El Instituto Nacional de Salud Mental ha demostrado que tanto la terapia conductual como la terapia cognitiva pueden ser eficaces en el tratamiento de los trastornos de ansiedad. La terapia



DISTRITO ESCOLAR UNIFICADO DE COMPTON

## Oficina de Educación Especial

417 W. Alondra Blvd., Compton, CA 90220

### BOLETIN DIGITAL INFORMATIVO PARA PADRES

Junio 5, 2020

Volume 10

conductual implica el uso de prácticas para reducir o detener el comportamiento no deseado asociado con estos trastornos. En la terapia cognitiva, el individuo aprende a entender cómo sus pensamientos contribuyen a los síntomas de los trastornos de ansiedad, y cómo cambiar esos patrones de pensamiento para reducir la probabilidad de ocurrencia y la intensidad de reacción. El aumento de la conciencia cognitiva a menudo se combina con técnicas de comportamiento para ayudar al individuo a confrontar y tolerar gradualmente situaciones de miedo en un entorno controlado y seguro. En algunos casos, se recomienda el apoyo a medicamentos, pero esto se hace en colaboración entre el psicoterapeuta y un médico.



### Habla y Lenguaje a su Servicio

Hola Padres y Tutores,

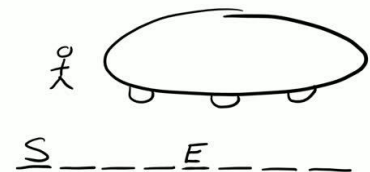
¡Llegamos a nuestra última semana! Felicidades a todos los que han continuado apoyando a nuestros estudiantes mientras se esfuerzan por alcanzar el logro académico. El Departamento de Habla y Lenguaje de Compton está aquí para apoyar el éxito continuo de su hijo/hija.

#### Lunes:

##### **Astronauta (alias juego del ahorcado)**

Las reglas son todas iguales, excepto que dibujarás una nave espacial. Puede elegir palabras con el sonido de destino para la práctica. Si la articulación no es un problema, concéntrese en aprender nuevo vocabulario. Pídeles que digan una categoría (por ejemplo, alimentos, emociones, artículos del parque, etc.) y luego se les ocurre la palabra. Comience fácil y gradualmente se vuelve más difícil. Explique las palabras nuevas proporcionando definiciones, oraciones y explicaciones.

E  
B  
R  
T  
S  
C



#### Martes:

##### **Tumbar la Torre**



## DISTRITO ESCOLAR UNIFICADO DE COMPTON

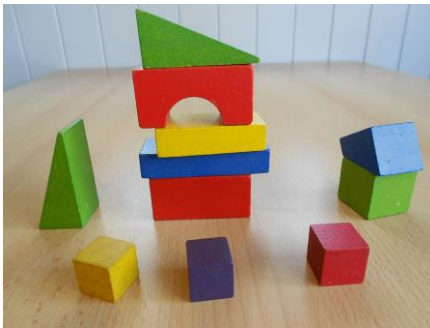
# Oficina de Educación Especial

417 W. Alondra Blvd., Compton, CA 90220

## BOLETIN DIGITAL INFORMATIVO PARA PADRES

Junio 5, 2020

Volume 10



Necesitarás algunos calcetines y objetos ligeros para construir una torre con (no pesado o frágil). Encuentre una lista de palabras o preguntas relacionadas con el objetivo en línea. Enrolla los calcetines en las bolas y pon una línea de lanzamiento. El objetivo es que el niño trabaje en sus sonidos de vocabulario/voz para tener la oportunidad de lanzar a la torre. Pídeles que digan 3 - 4 palabras de destino /formular 3-4 frases antes de lanzar un calcetín a la torre. ¡Repetir!

### Miércoles:

#### El programa de cocina



Tendrás que configurar tu cámara/celular para grabar el proceso. Usted y su hijo serán los chefs protagonistas. Elija una receta basada en las habilidades de su hijo. El objetivo es que su hijo narre todo el proceso (por ejemplo, direcciones, ingredientes, herramientas, etc.). Expréselo de otra manera y con una corrección continúe con la actividad. Es posible que deba incitar a su hijo durante todo el proceso (por ejemplo, "¿Qué sigue?"). ¡Después, repasen el video juntos!

### Jueves:

#### El ciclo del agua

Vea este [video](#) acerca del ciclo del agua. Su hijo será introducido a palabras de vocabulario científico, como evaporación y condensación. Puedes discutir estas nuevas palabras. Por ejemplo, hable sobre la evaporación del agua cuando está hirviendo agua o la condensación en la hierba en una mañana fría. Estos ejemplos del mundo real ayudan a los niños a aprender y explicar nuevas palabras de vocabulario.



### Viernes:

#### Vamos a cantar o a bailar



**DISTRITO ESCOLAR UNIFICADO DE COMPTON**

## **Oficina de Educación Especial**

417 W. Alondra Blvd., Compton, CA 90220

### **BOLETIN DIGITAL INFORMATIVO PARA PADRES**

**Junio 5, 2020**

**Volume 10**



El objetivo de esta actividad es participar y fomentar la interacción social. Si su hijo no quiere participar, use su artículo/actividad preferida como recompensa después de que esta actividad haya terminado.

Opción 1: Elija una canción con la que ambos estén familiarizados (o haga que su hijo/hija elija), si es posible que se muestren las letras. Canten juntos o tomen turnos para cantar.

Consejo profesional: ¡Está bien inventar letras y bailes tontos!

Opción 2: Aprender un nuevo baile (buscar en Internet para los conceptos básicos de baile: bachata / merengue / hip hop / salsa / tap, etc.) Repase algunos de los movimientos básicos de baile juntos. Combine los movimientos de baile recién aprendidos con la música relacionada.  
Consejo Profesional: Cometa errores a propósito y pregúntele a su hijo si lo está haciendo bien. Lo más probable es que estén esperando el momento para corregirle.

**Ha sido un año extraordinario. Juntos hemos superado obstáculos que nunca imaginamos. Gracias por su apoyo. ¡Que tengas unas maravillosas vacaciones de verano!**

**El equipo de Terapeutas del Habla y Lenguaje de Compton**



**DISTRITO ESCOLAR UNIFICADO DE COMPTON**

## **Oficina de Educación Especial**

417 W. Alondra Blvd., Compton, CA 90220

**BOLETIN DIGITAL INFORMATIVO PARA PADRES**

Junio 5, 2020

Volume 10



### **Especialistas de Comportamiento**

Hola Padres/Tutores,

¡Estás haciendo un gran trabajo durante este tiempo de aprendizaje a distancia! Como nuestro año escolar está llegando rápidamente a su fin, queremos animarle a mantener el buen trabajo. La semana pasada comenzamos a compartir tipos de refuerzos discutiendo "refuerzo diferencial de comportamientos incompatibles (DRI) y refuerzo diferencial de comportamientos alternativos (DRA). Esta semana tocaremos los dos de cuatro restantes.

#### **Refuerzo diferencial de OTROS comportamientos (DRO) y Refuerzo diferencial de las tasas INFERIORES (DRL).**

**Refuerzo diferencial de OTROS comportamientos (DRO)** es el proceso de reforzar (premiar) a un estudiante si NO se muestra un comportamiento no deseado durante un período de tiempo designado. Reforzaré diferencialmente (recompensa bajo ciertas condiciones) la ausencia del comportamiento durante un cierto período de tiempo.

*Ejemplo: Julie se arranca mechones de pelo de su cabeza cuando está completando un trabajo independiente. Su profesora decide usar DRO para reforzar la ausencia de arrancarse el pelo. Con este procedimiento, el maestro establece una alarma durante tres minutos en el escritorio de Julie. Si Julie no se jala del pelo durante los tres minutos enteros, entonces se refuerza. Si Julie se jala del pelo, no se refuerza y se reinicia la alarma.*

**Refuerzo diferencial de las tasas INFERIORES (DRL)** es el proceso de entregar un reforzador positivo al final de un período de tiempo específico si un comportamiento se ha producido una cierta cantidad de veces. Estas estrategias se utilizan comúnmente en entornos educativos para administrar los comportamientos en el aula.

*Ejemplo: James utiliza un comportamiento socialmente apropiado para saludar a sus compañeros, pero lo hace hasta diez veces en un período de clase. Su profesor decide usar DRL para reducir la tasa de su comportamiento, pero ella no quiere eliminarlo por completo. Ella decide entregar refuerzo (por ejemplo, tiempo de computadora) a James si saluda a sus compañeros cinco o menos veces durante el período de clase. Si saluda a sus compañeros más de cinco veces, no recibe refuerzos.*

¡Recuerde, el refuerzo es una herramienta muy poderosa que se utiliza para disminuir y eliminar los comportamientos no deseados y para ayudar a mantener a su hijo centrado y en la tarea! ¡Mantén el buen trabajo y el refuerzo!



**DISTRITO ESCOLAR UNIFICADO DE COMPTON**

## **Oficina de Educación Especial**

417 W. Alondra Blvd., Compton, CA 90220

### **BOLETIN DIGITAL INFORMATIVO PARA PADRES**

**Junio 5, 2020**

**Volume 10**



### **Terapeutas Ocupacionales**

Hola Padres/Tutores

Aquí hay 50 actividades relacionadas con la terapia ocupacional motora fina que puede hacer en casa.

1. Jugar con rompecabezas.
2. Hacer serpientes con plastilina.
3. Utilizar pinzas para recoger objetos pequeños.
4. Recoger monedas y ponerlas en una alcancía.
5. Hacer esculturas de palillos de dientes con bonbones.
6. Use una ponchadora de agujeros para hacer diseños en una cartulina (a los niños les encanta).
7. Ponga en un hijo de estambre macarrón o cereal.
8. Corte el papel en tiritas pequeñas.
9. Juega cualquier juego en el que tenga que usar dados.
10. Juega cualquier juego con Barajas.
11. Pegue calcomanías en un papel.
12. Pinte con el dedo (utilice almidón de maíz, colorante de alimentos y agua para pinturas de caseras).
13. Clasifique pequeños artículos como bolitas de algodón y perlas.
14. Juegue con bloques entrelazados como los Legos.
15. Interpretar canciones usando los dedos como Itsy Bitsy Spider.
16. Pinte una imagen usando Q-tips.
17. Envuelva cajas pequeñas con papel de envoltura.
18. Colorea una imagen usando crayolas pequeñas.
19. Clasifique diferentes formas de pastas pequeñas.
20. Construya torres con bloques pequeños.
21. Utilice cucharas pequeñas para llevar objetos pequeños de un plato a otro.
22. Corte fotos y péguelas en un cartón para hacer un fotomontaje.
23. Corte diferentes figuras y haga como un fotomontaje.
24. Corte tiritas de papel para hacer una cadena de papel.



## DISTRITO ESCOLAR UNIFICADO DE COMPTON

# Oficina de Educación Especial

417 W. Alondra Blvd., Compton, CA 90220

## BOLETIN DIGITAL INFORMATIVO PARA PADRES

Junio 5, 2020

Volume 10

25. Haga un marcapáginas.
26. Corte cajas de cereal o cosas que le lleguen del correo que no sirvan.
27. Utilice cortadores de galletas para plantillas.
28. Haga una cadena con clips.
29. Juegue tic tac toe con pasas o cereal.
30. Coloque un papel en la pared y haga un dibujo.
31. Pretenda colgar ropa de muñeca en un tendedero.
32. Utilice una botella de spray con agua.
33. Juegue con marionetas usando sus dedos.
34. Haga un avión de papel.
35. Trazar su mano en una hoja y coloréela.
36. Corte una foto en pedazos y haga su propio rompecabezas.
37. Practica atando tus zapatos.
38. Reviente las burbujas del papel de envoltura.
39. Ate una cartulina haciéndole un hoyo. Use estambre y forme la figura.
40. Practique volteando las barajas una a la vez.
41. Recoja el tubo del papel de baño cuando se termine y use estambre para hacer una cadena con ellos.
42. Juegue con pequeñas esponjas en el agua.
43. Haga un diseño en una hoja, dóblela y haga un abanico.
44. Juegue un juego que tengan que aplaudir con alguien más.
45. Dibuje usando utensilios para dibujar cortos.
46. Haga su propio libro usando papel y una engrapadora. Lleve un diario.
47. Haga pequeñas bolas de barro.
48. Use gis para dibujar la banqueta.
49. Trate de poner elásticos para el cabello o ligas alrededor de objetos de diferentes tamaños.
50. Haga confeti destrozando papel reciclado.

Diviértase y Cuídese

Equipo de Terapeuta Ocupacional del distrito de Compton



DISTRITO ESCOLAR UNIFICADO DE COMPTON

## Oficina de Educación Especial

417 W. Alondra Blvd., Compton, CA 90220

### BOLETIN DIGITAL INFORMATIVO PARA PADRES

Junio 5, 2020

Volume 10

Independence With Therapy



## Fisioterapeutas

Hola Padres/Tutores,

Esperamos que hayan tenido un buen fin de semana

Esta semana queremos centrarnos en los componentes, los beneficios y el uso de seguridad de un andador genérico.

Aquí hay un par de posibles andadores genéricos que tal vez el estudiante haya estado usando en la escuela o en la casa:

Andador con posición boca arriba, Andador con posición boca abajo, Andador para sentarse y estar de pie, y Mobile



### Componentes:

**Placas de pie** - La mayoría de los andadores vienen con estos y son ajustables a la altura de su hijo. También vienen con correas de velcro para mantener la alineación correcta del pie. Algunos soportes tienen dos placas de pie separadas o una placa

**Soportes laterales para el tronco** - Ayuda a mantener la columna vertebral de su hijo en una alineación neutral.





## DISTRITO ESCOLAR UNIFICADO DE COMPTON

# Oficina de Educación Especial

417 W. Alondra Blvd., Compton, CA 90220

## BOLETIN DIGITAL INFORMATIVO PARA PADRES

Junio 5, 2020

Volume 10

**Soporte lateral de cadera** - Ayuda a mantener la cadera de su hijo en una posición neutral para que sus caderas no se vayan a un lado o al otro.

**Cinturones de seguridad**- Ayuda a mantener la cadera y la parte inferior firmemente al asiento con el fin de asegurarse de que están asegurados en el dispositivo.

**Bloqueo de rodilla:** Mantiene las rodillas de su hijo en una posición neutral y estabiliza la pierna para evitar que las rodillas se doblen.

**Arnés de pecho** - Para algunos soportes, puede agregar esto si su hijo no tiene un buen control del tronco o fuerza para mantener su pecho erguido.

**Apoyo para la cabeza** - en los soportes supinos, usted tiene la opción de agregar un apoyo para la cabeza para ayudar a su niño a mantener el control vertical de la cabeza.

**Siéntese para ponerse de pie** - estos soportes pueden usarse Si un estudiante tiene un rango limitado de movimiento en sus rodillas y caderas, lo que les permite soportar peso de forma segura incluso con contracturas de cadera o rodilla.

### Beneficios:

- Mejora de la integridad de la cadera
- Prevención de las contracturas, mantener el rango de movimiento
- Aumento de la densidad mineral ósea
- Función urinaria mejorada
- Función cardiopulmonar mejorada
- Mejorar el bienestar psicológico
- Alivio de la presión
- Función del intestino/vejiga
- Mejorar las capacidades funcionales
- Aumentar la actividad física
- Mejorar la fortaleza del músculo

### Guías para su seguridad:

1. Su hijo/hija debe ser autorizado médicamente para estar en posición vertical, soportar peso, y usar un soporte.
2. Vigile a su hijo en busca de cambios de estado anímico durante el entrenamiento (es decir, molestias, dificultades respiratorias o convulsiones, y tolerancia general a la actividad).
3. Asegúrese de recibir educación y capacitación sobre cómo posicionar a su hijo de manera segura en el andador.
4. Revise regularmente la piel para ver si hay irritación de las áreas de alta presión, ya que el crecimiento del estudiante puede afectar el ajuste del soporte y la alineación del estudiante.
5. Si su hijo es nuevo en el uso de un soporte, ajuste lentamente el ángulo del asiento o el ángulo de inclinación a medida que realiza la transición de su hijo a una posición de pie y monitoree para ver cómo están tolerando la posición. Puede tomar semanas para que su hijo tolere completamente estar de pie derecho.

Esperamos que esta información le haya resultado útil. Si tiene alguna pregunta, por favor comuníquese con el fisioterapeuta de su hijo.

Diviértase y Cuídese

Equipo de Fisioterapeutas del distrito de Compton



DISTRITO ESCOLAR UNIFICADO DE COMPTON

## Oficina de Educación Especial

417 W. Alondra Blvd., Compton, CA 90220

### BOLETIN DIGITAL INFORMATIVO PARA PADRES

Junio 5, 2020

Volume 10



### Educación Física Adaptada

#### ACTIVIDADES PARA UN ESPACIO PEQUEÑO

**Actividades con periódico-** Utilice grandes hojas de periódico para enseñar a lanzar, atrapar, patear, actividades motoras finas- aplastar y rodar una pelota.

Use la página entera del periódico.

Dóblelo al tamaño de papel de un cuarto (es más fácil seguir las líneas del despliegue)

- Coloque el papel en el suelo- esta es su casa
- Puede: Entrar en su casa
- Brinque de su casa (hágalo con los pies juntos)
- Brinque sobre su casa
- Marche alrededor de su casa
- Galope alrededor de su casa
- Métase abajo de su casa
- Haga un puente sobre su casa
- Sostenga el papel sobre su cabeza y sacúdalo, escuche la lluvia
- Sosténlo sobre tu cabeza y agítalo como un paraguas
- Sosténlo detrás del cuello y déjalo volar como si estuvieras usando una súper capa
- TRUCO MÁGICO: Ponte el papel en el pecho, levanta la barbilla para que no toque el papel, pon los brazos a un lado y corre. ¿el papel se ha "pegado" a tu pecho? ¡Qué magia!
- Apriete el papel hasta que haga como una bola
- ¿puede tirar la bola al aire y cogerla?
- ¿puede lanzarlo y aplaudir antes de cogerlo?
- ¿Puedes buscar y atrapar la pelota con otra persona?
- Ponga el periódico en el suelo y trate de jugar fútbol encima del periódico-pequeñas patadas.
- ¿Puedes atinarle al bote de basura?

**Juego de pescar-** pescaditos de papel o espuma, pegue tapaderas de jugo atrás del pescado, el poste se puede hacer de una espiga con una cuerda y un imán en el extremo.

**Bolsas del mercado (de plástico)-** GRANDES piezas de equipo gratis. **RECUERDA NO PONER LA BOLSA SOBRE TU CABEZA O LA DE NADIE MÁS**

- Apriete la bolsa en su mano y jale una pieza pequeña entre el dedo pulgar y el índice (mire su puño). Es una tortuga dentro de su caparazón.
- Aviente la bolsa al aire y trate de cacharla.
- Sostenga la bolsa entre sus manos y aplauda (la bolsa tiene que estar entre sus manos). Aplauda rápido y despacio.



## DISTRITO ESCOLAR UNIFICADO DE COMPTON

# Oficina de Educación Especial

417 W. Alondra Blvd., Compton, CA 90220

## BOLETIN DIGITAL INFORMATIVO PARA PADRES

Junio 5, 2020

Volume 10

- Aplauda con la bolsa como haciendo un círculo.
- Aplauda con la bolsa hacia abajo y hacia arriba.
- Ponga sus brazos por medio de la bolsa (como si se estuviera poniendo un suéter), la bolsa debería de estar en su espalda. Pretendiendo que usted es una SUPERCHICA o SUPERCHICO y vuele alrededor del cuarto.
- Siéntese, ponga los dos pies dentro de la bolsa y haga sentadillas. Mantenga sus rodillas dobladas.
- Siéntese, ponga los dos pies en la bolsa y patee. Escuche la diferencia de los sonidos mientras pateea rápido y lento.
- Llene la bolsa con varias bombas y úsela para jugar vóleibol.

### Ritmo-

- Pantimedia: gente pegada. Ponga su mano en una pierna de la pantimedia y adjúntela al pie. Hacer un movimiento creativo. Haga que 2 personas se enganchen juntos, una mano de uno con el pie del otro.
- Juego de palillos
- Siga al líder – haga los movimientos de baile y los estudiantes copean lo que hace el líder.
- Fiesta de dispersión en la playa.
- Juego con plumas-identificar el cuerpo, soplar las diferentes partes del cuerpo, alejese del grupo y sople las plumas para que se esparsan por todo el cuarto, póngalas en línea y sople fuerte y vea quien las llega más lejos con el soplido. Sople y trate de mantenerla en el aire. Pegue las plumas en un carton formando una imagen. Juegue el juego de sillas musicales.
- Use pelotas de tenis y practique aventandolas no se mueven muy rápido- Juegue a balancearse como los changuitos.

Diviértase

El equipo de Terapeutas Ocupacional de Compton



DISTRITO ESCOLAR UNIFICADO DE COMPTON

## Oficina de Educación Especial

417 W. Alondra Blvd., Compton, CA 90220

### BOLETIN DIGITAL INFORMATIVO PARA PADRES

Junio 5, 2020

Volume 10

## ACADEMICS



### Unión de Lectura

Recursos de Lectura para usar en casa.

Haga clic en los siguientes enlaces de abajo para más recursos de lectura:

**Reading**  
Is Fundamental

**Literacy**  
Central

[FIND A BOOK](#)

[COVID-19 RESPONSE](#)

[CENTERS](#)

[RESOURCES](#)

[DONATE](#)

[SIGN IN](#)

[REGISTER](#)



## Learn at Home Resources



### Reading Logs and Activities

Positively influence children's reading behaviors by activating and incentivizing their motivation to read using tools that allow them to list, track and share progress.



**DISTRITO ESCOLAR UNIFICADO DE COMPTON**

**Oficina de Educación Especial**

417 W. Alondra Blvd., Compton, CA 90220

**BOLETIN DIGITAL INFORMATIVO PARA PADRES**

Junio 5, 2020

Volume 10

**RIF's Book Bingo**

**Read with all your might and mark as many books as you can!**

Read a book borrowed from a friend	Read a book with a boring cover	Read a book that is a favorite	Read a book someone in your family recommends	Read a book with an exciting cover
Read a book that you can finish in 15 minutes	Read a book that has won an award	Read a book with a silly title	Read the first book in a series	Read a book that is true
Read a book about a girl	Read a book about a boy	<b>FREE CHOICE</b>	Read a book about an animal	Read a book aloud
Read a book with	Read a book	Read a book that	Read a book that	Read a book

**Book Bingo**  
K - G3

**RIF's 40 Book Reading Challenge**

**Pick a Book. Read a Book. Mark a Book.**

Historical Fiction	Adventure	Historical Fiction	Sports	Fantasy	Graphic	Science
Book: _____	Book: _____	Book: _____	Book: _____	Book: _____	Book: _____	Book: _____
Your Choice	Biography	Your Choice	Non-Fiction	Mystery	Award winning classic	Non-F
Book: _____	Book: _____	Book: _____	Book: _____	Book: _____	Book: _____	Book: _____
Poetry	Picture Book	Poetry	Your Choice	Graphic	Fairy Tale	Holiday
Book: _____	Book: _____	Book: _____	Book: _____	Book: _____	Book: _____	Book: _____
Biography	Adventure	Realistic Fiction	Picture Book	Poetry	Mystery	Non-F
Book: _____	Book: _____	Book: _____	Book: _____	Book: _____	Book: _____	Book: _____
Fairy Tale	Fantasy	Award winning classic	Non-Fiction	Award winning classic	Sports	Historical
Book: _____	Book: _____	Book: _____	Book: _____	Book: _____	Book: _____	Book: _____
Your Choice	Science Fiction	Holiday Theme	Graphic	Your Choice		

**40 Book Challenge**  
G4 - G8



DISTRITO ESCOLAR UNIFICADO DE COMPTON

## Oficina de Educación Especial

417 W. Alondra Blvd., Compton, CA 90220

### BOLETIN DIGITAL INFORMATIVO PARA PADRES

Junio 5, 2020

Volume 10

**Reading**  
Is Fundamental

NAME \_\_\_\_\_

### Reading Log

	Book Title	Author	# of Pages	Date
1.	_____	_____	_____	_____
2.	_____	_____	_____	_____
3.	_____	_____	_____	_____
4.	_____	_____	_____	_____
5.	_____	_____	_____	_____
6.	_____	_____	_____	_____
7.	_____	_____	_____	_____

#### RIF Printable Reading Log

Download and print a traditional reading log



**Congratulations**  
to



NAME \_\_\_\_\_

**You are a RIF Reader!**

I am proud that this student is a reader.

DATE \_\_\_\_\_

#### Certificate

Celebrate your reader's accomplishments

#### Recursos

Lectura es fundamental hemos reunido las mejores prácticas y materiales claves para ayudar aquellos que cuidan a los niños a guiar su lectura y compartir actualizaciones con su comunidad.



DISTRITO ESCOLAR UNIFICADO DE COMPTON

## Oficina de Educación Especial

417 W. Alondra Blvd., Compton, CA 90220

BOLETIN DIGITAL INFORMATIVO PARA PADRES

Junio 5, 2020

Volume 10

**Reading**  
Is Fundamental

### Tips for Choosing Books

- 1 Choose books with characters who are independent thinkers who face challenges and solve problems.
- 2 Look for accuracy in stories about modern day experiences, historical fiction, and informational books.



**Tips for Choosing Books**  
A helpful guide to spark reading interest



**Reading Instruction Webinar**  
Understand the basic building blocks of reading



DISTRITO ESCOLAR UNIFICADO DE COMPTON

## Oficina de Educación Especial

417 W. Alondra Blvd., Compton, CA 90220

BOLETIN DIGITAL INFORMATIVO PARA PADRES

Junio 5, 2020

Volume 10

**Reading**  
Is Fundamental

### Literacy Development Begins in the Home

**How to Connect Home Literacy Practices  
to School Literacy Practices**

Literacy development begins early in the home. There is not one definition for literacy nor is there one way in which families can and should do literacy at home. According to Barton and Hamilton (2005), "literacy practices are the general cultural ways of utilizing written language which people draw upon in their lives" (p.7). Literacy is all around you and always present in your daily experiences. Here are some ways

#### Literacy Development

Connect literacy development from home to school



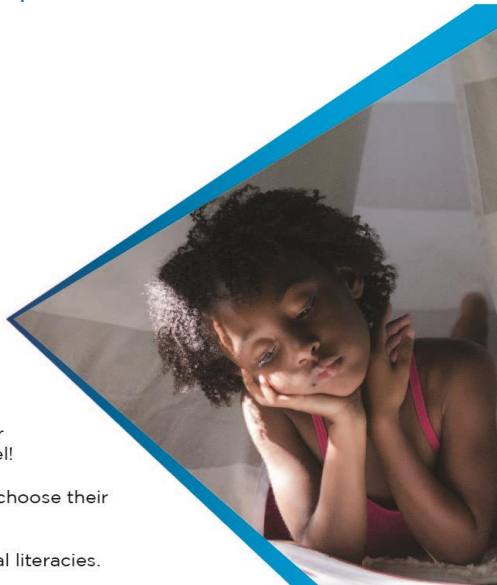
**Reading**  
Is Fundamental

### Tips for Encouraging Readers

- 1 Let your child see you reading for pleasure—be a reading role model!
- 2 Give children the opportunity to choose their own books.
- 3 Embrace new literacies and digital literacies.

#### Tips for Encouraging Readers

Ways to engage kids in reading at home



Look for other book resources for families, educators and community partners in Literacy Central.

**Reading is FUNdamental!**





DISTRITO ESCOLAR UNIFICADO DE COMPTON

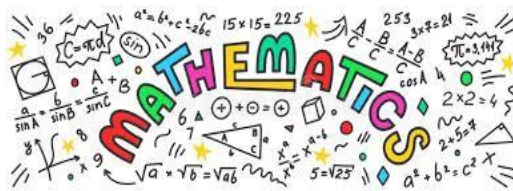
## Oficina de Educación Especial

417 W. Alondra Blvd., Compton, CA 90220

### BOLETIN DIGITAL INFORMATIVO PARA PADRES

Junio 5, 2020

Volume 10



### Consejos de Matemáticas

#### Matemáticas como diversión [Math.com](http://Math.com)



Durante las vacaciones de verano, en días lluviosos, mientras espera en el consultorio del médico, en un paseo por el vecindario, o durante Covid-19 poner en cuarentena el aprendizaje nunca termina. Sus hijos pueden explorar algunas posibilidades matemáticas fascinantes en el mundo que los rodea todos los días. Por ejemplo, las matemáticas se pueden encontrar al aire libre en la naturaleza: buscar simetría en las hojas; contar el número, tamaños y tipos de árboles en su calle; y mira las diversas formas y patrones de flores. ¡Los niños aprenderán matemáticas y también lo disfrutarán! Las actividades de esta sección se pueden realizar en cualquier momento y en cualquier lugar.

#### Adivina si puedes

#### Grados K-5

#### Qué hacer:

1. Deje que su hijo piense en un número entre un rango de números establecido mientras usted trata de adivinar el número haciendo preguntas. Aquí hay una conversación de



## DISTRITO ESCOLAR UNIFICADO DE COMPTON

# Oficina de Educación Especial

417 W. Alondra Blvd., Compton, CA 90220

## BOLETIN DIGITAL INFORMATIVO PARA PADRES

Junio 5, 2020

Volume 10

muestra.



**Niño:** piensa en un número del 1 al 100.

**Padre:** ¿Son más de 50?

**Niño:** No.

**Padre:** ¿Es un número par?

**Niño:** No.

**Padre:** ¿es más de 20 pero menos que 40?

**Niño:** Sí.

**Padre:** ¿Se puede llegar a partir de cero y contar por 3?

**Niño:** Sí.

*(En esta etapa, su hijo podría estar pensando en 21, 27, 33 o 39).*

2. Averiguar las respuestas a sus propias preguntas.
3. Después de que usted haya adivinado el número de su hijo, deje que su hijo adivine un número de usted haciendo preguntas similares.

### Indicación del Padre

Es importante ayudar a los niños a desarrollar una comprensión de las características y significados de los números.

### ¿Cuáles son las monedas?

Grados 2-5

Lo que necesitará:  
Algunas monedas

Qué hacer:





## DISTRITO ESCOLAR UNIFICADO DE COMPTON

# Oficina de Educación Especial

417 W. Alondra Blvd., Compton, CA 90220

## BOLETIN DIGITAL INFORMATIVO PARA PADRES

Junio 5, 2020

Volume 10

### **Pregunte a su hijo/hija las siguientes preguntas:**

1. Tengo tres monedas en mi bolsillo. Valen 7 centavos. ¿Qué tengo? (una moneda de 5 centavos y 2 centavos)
2. Tengo tres monedas en mi bolsillo. Valen 16 centavos. ¿Qué tengo? (una moneda de 10 centavos, una moneda de cinco centavos, y una moneda de un centavo)
3. Tengo tres monedas en mi bolsillo. Valen 11 centavos. ¿Qué tengo? (2 monedas de cinco centavos y una moneda de un centavo)
4. Tengo tres monedas en los bolsillos. Valen 30 centavos. ¿Qué tengo? (3 monedas de diez centavos)
5. Tengo seis monedas en mi bolsillo. Valen 30 centavos. ¿Qué podría tener? (1 moneda de 25 centavos y 5 monedas de un centavo o 6 monedas de cinco centavos). Este problema tiene más de una respuesta. Es un reto para los niños experimentar problemas como este.
6. Tengo monedas en mi bolsillo, tienen el valor de 11 centavos. ¿Cuántas monedas podría tener?

¡Entiendes la idea! Dé a su hijo unas monedas para averiguar las respuestas.

### **Indicación del Padre**

Utilice esta actividad para ayudar a su hijo a desarrollar una comprensión de patrones y variables (lo desconocido) para resolver un problema. Esto es fundamental para entender el álgebra.

### **¿Cuáles son mis posibilidades?**

#### **Grados K-5**

#### **Lo que necesitará:**

**Dos monedas, papel, y lápiz para escribir la puntuación**

#### **Qué hacer:**

#### **Juegue estos juegos con su hijo/hija:**

1. Aventar la moneda al aire. Cada vez que sale de cabeza, su hijo obtiene 1 punto. Cada vez que sube las colas, obtienes 1 punto. Voltéalo 50 veces. Cuente por 5 para que sea más fácil realizar un seguimiento de las puntuaciones. La persona con más puntos gana. Si una persona tiene 10 puntos más que la otra persona, anote 10 puntos adicionales. ¿Esto sucede muy a menudo? ¿Por qué no?



## DISTRITO ESCOLAR UNIFICADO DE COMPTON

# Oficina de Educación Especial

417 W. Alondra Blvd., Compton, CA 90220

## BOLETIN DIGITAL INFORMATIVO PARA PADRES

Junio 5, 2020

Volume 10

2. Aventar las dos monedas al aire. Si las monedas sudas dos colas o dos cabezas, su hijo obtiene 1 punto. Si sube de cabezas y colas, se obtiene 1 punto. Después de 50 volteretas, ver quién tiene más puntos. ¿Crees que el juego es justo? ¿Qué pasa si una persona recibió 2 puntos por cada cabeza doble y la otra persona recibió 1 punto por todo lo demás? ¿Es justo?
3. Aventar la moneda al aire. Hágalo con la segunda moneda. Si la segunda moneda coincide con la primera moneda, su hijo anota 1 punto. Si la segunda moneda no coincide con la primera moneda, recibirás 1 punto. Prueba esto 50 veces. ¿El resultado es el mismo que en el juego anterior?

Entender la probabilidad es esencial en muchas áreas de las matemáticas. Jugar juegos que implican el azar es una manera de explorar las leyes de probabilidad.

**Diviértase con las matemáticas**



**Preescolar**

**Hola Padres/Tutores**

**Literatura**

**Letra de la semana Zz**

**Lunes**

Introduzca la letra Zz

Muestre la letra y diga su sonido /z/

Apunte a la letra mayúscula Z y luego a la letra minúscula z

Haga que su hijo/hija trace la letra y al mismo tiempo que la diga /z/

Encuentre artículos que empiecen con la letra z como zipper, ziti noodles, zucchini, haga el número zero(cero), dibuje como en zigzag, y si tiene una foto de un zoológico y una zebra (como modelo).



## DISTRITO ESCOLAR UNIFICADO DE COMPTON

# Oficina de Educación Especial

417 W. Alondra Blvd., Compton, CA 90220

## BOLETIN DIGITAL INFORMATIVO PARA PADRES

Junio 5, 2020

Volume 10

Guíe a su hijo/hija a juntar los artículos que comienzan con Z y los que no Z en diferentes montones.

Escriba las letras del nombre de su hijo en trozos de pasta ziti. Colocar en una bolsa con un tubo o hilo y su tarjeta de identificación. Deje que su hijo primero cierre el zíper y descomprima la bolsa y diga: El zíper comienza con la letra z. Guíe a su hijo a enhebrar las piezas de pasta ziti en el tubo o hilo para deletrear su nombre.

### **Martes**

Repasar la letra Zz

Muestre la letra Zz diga su sonido /z/

Déle a su hijo/hija un montón de pajitas. Rete a su hijo/hija a que haga la letra z. Pregunte: ¿Cuántas pajitas necesitaste?

Ayude a cortar trozos de cinta adhesiva para hacer la letra Z en una hoja grande de papel. entonces haga que su hijo/hija escriba Z en la Z grabada, siguiendo la forma de la letra grabada. deje que su hijo/hija “conduzca” un pequeño vehículo de juguete en la Z y diga: Zoom, zoom, zoom. Para reforzar el sonido /z/.

Guíe a su hijo/hija a hacer Z usando palitos de zucchini(calabacita). Pregunte: ¿Cuántos palitos de zucchini necesita?

haga que su hijo/hija sumerja sus palitos de zucchini en la salsa para un aperitivo de sabor. Diga: Zucchini y zesty comienzan con el sonido /z/.

### **Miércoles**

Repasar la letra Zz

Muestre la letra Zz diga su sonido /z/

Guíe a su hijo/hija a escribir la letra ZZ varias veces en un corte grande y ancho en zigzag. Pida que diga /z/ cada vez que escriba la letra para reforzar el sonido de la misma

Usted o su hijo/ dibujen un cero gigante en una hoja grande de papel. Dile que cero(zero) comienza con el sonido /z/. Dirija a su hijo/hija a escribir su nombre por encima del cero.



## DISTRITO ESCOLAR UNIFICADO DE COMPTON

# Oficina de Educación Especial

417 W. Alondra Blvd., Compton, CA 90220

## BOLETIN DIGITAL INFORMATIVO PARA PADRES

Junio 5, 2020

Volume 10

Proporcione una tarjeta con su nombre como referencia. Dentro del cero, pida a su hijo/hija o dibujen juntos/hagan un autorretrato, y agreg detalles usando artículos artesanales como hilo para el cabello u otros materiales alrededor de la casa.

Dispersar varias cartas con la letra mayúscula Z y otras letras compuestas de tres líneas rectas (por ejemplo A, F, H Y N). Diga: Espio con mi ojo la letra. Haga que su hijo coloque un objeto en esa carta y repita el nombre de la carta. Continúe con las otras cartas. Discuta cómo las cartas son iguales y diferentes.

### Jueves

Repasar la letra Zz

Muestre la letra Zz y diga su sonido /z/

Diga que Z es para zebra. Zebra comienza con el sonido /z/. Guíe a su hijo a convertir la letra Z en una zebra. Dibuje "rayas" en zigzag negro en el recorte de la Z. Agregue los ojos tal vez los ojos ondulados, piezas de hilo para la melena y la cola, y otros detalles.

Encuentre la letra Zz. Haga un "zoológico". Envuelva varias ligas alrededor de una caja de zapatos para hacer las "barras" de una jaula del zoológico. Espaciarlos uniformemente. A continuación, coloque la caja de lado. Ocultar (fácilmente visible) z/s en minúsculas alrededor de la habitación. Dígale a su hijo/hija que las z faltan en el zoológico. Su trabajo es encontrarlos y devolverlos. Cuando su hijo/hija localiza una, dice: Carta z, es de vuelta al zoológico. Póngala de nuevo en el zoológico. Refuerza que el zoológico comience con el sonido /z/.

### Viernes

Repasar la letra Zz

Muestre la letra Zz y diga su sonido /z/

Coloque las letras mayúsculas de Z, M, N y W en la mesa o el suelo. Deje espacios entre las cartas. Mostrar las cartas en minúsculas fuera de orden. Haga que su hijo/hija coloque una letra minúscula junto a su correspondiente letra mayúscula. Cuando hace que las letras coincidan, diga el nombre de la letra y su sonido. Si usted tiene fotografías entonces su hijo/hija puede hacer coincidir las fotografías con las letras.

Encuentre la letra Zz haga clic en el siguiente enlace:



**DISTRITO ESCOLAR UNIFICADO DE COMPTON**

## **Oficina de Educación Especial**

417 W. Alondra Blvd., Compton, CA 90220

### **BOLETIN DIGITAL INFORMATIVO PARA PADRES**

**Junio 5, 2020**

**Volume 10**

<https://www.youtube.com/watch?v=r4DQrmht3FM>

Escriba la letra Zz haga clic en el siguiente enlace:

<https://www.youtube.com/watch?v=l56fT9pH9hM>

#### **Matemáticas**

#### **Números (contar objetos hasta 30, sumar, y comparar números)**

##### **Lunes**

Haga que su hijo/hija use fichas u objetos alrededor de la casa para agregar. Indique un problema de simple de sumar (por ejemplo, Tengo dos libros. Compré un libro más. ¿Cuántos libros tengo en total?). Haga que su hijo/hija muestre cada número del problema en montones separados de fichas u objetos. Pregunte: ¿Cuántos en total? Guíe a su hijo a contar todos las fichas u objetos para determinar la suma.

Continuar con otros problemas de sumar

##### **Martes**

Cuente en voz alta hasta 20 (o 30, si es apropiado) mientras camina alrededor en un círculo o alrededor de la casa. Repita varias veces.

Mostrar un conjunto de tarjetas de puntos 1-10 o tarjetas numéricas 1-10 en orden mixto. Señale cada tarjeta y pida a su hijo que cuente el número de puntos o indique el número.

Guíe a su hijo a poner las tarjetas de puntos o las tarjetas de números en orden. Haga que diga el número de puntos o el número de cada tarjeta. Haga preguntas como esta tarjeta tiene 4 puntos. ¿Qué tarjeta tiene dos puntos más? ¿Qué tarjeta tiene un punto menos?

##### **Miércoles**

Haga que su hijo escuche con cuidado mientras pone lentamente un número específico (por ejemplo 3) de canicas u objetos en una lata. Después de la primera cantidad, haga una pausa y luego deje caer unos cuantos más en la lata (por ejemplo 2). Pídale a su hijo que muestre con sus dedos el número total de canicas u objetos que hay en la lata. Luego quite las canicas u objetos y cuente con su hijo oralmente para confirmar sus respuestas.



**DISTRITO ESCOLAR UNIFICADO DE COMPTON**

## **Oficina de Educación Especial**

417 W. Alondra Blvd., Compton, CA 90220

### **BOLETIN DIGITAL INFORMATIVO PARA PADRES**

**Junio 5, 2020**

**Volume 10**

A continuación, repita con diferentes cantidades sumando hasta 5. Continúe con cantidades que suplen a 10 con su hijo listo para el desafío.

#### **Jueves**

Cuente en voz alta hasta 20 (o 30, si es apropiado) mientras camina alrededor en un círculo o alrededor de la casa. Repita varias veces.

Mostrar dos conjuntos de fichas u objetos. Haga que su hijo compare visualmente para ver si es igual, o uno tiene más/menos. Cuente con su hijo para confirmar.

Repita con otros sistemas y refuerce términos matemáticos como más, menos/menos, e igual.

#### **Viernes**

Haga que su hijo use fichas u objetos alrededor de la casa para agregar. Indique un problema de sumar simple (por ejemplo, Tengo tres gatos. Tengo dos gatos más de mi amigo). ¿Cuántos gatos tengo en total?) Su hijo tiene que mostrar cada número del problema en pilas separados con fichas u objetos. Pregunte: ¿Cuántos tiene en total? Guíe a su hijo a contar todos las fichas u objetos para determinar la suma.

Continuar con otros problemas de sumas.

Las maestras de Preescolar de Educación Especial del distrito de Compton





**DISTRITO ESCOLAR UNIFICADO DE COMPTON**

## **Oficina de Educación Especial**

417 W. Alondra Blvd., Compton, CA 90220

**BOLETIN DIGITAL INFORMATIVO PARA PADRES**

Junio 5, 2020

Volume 10



**NUESTRO CONTINUO AGRADECIMIENTO, MIENTRAS TRABAJAMOS JUNTOS  
PARA NUESTROS ESTUDIANTES 😊**

Para más información, por favor visite este enlace: <http://www.compton.k12.ca.us/departments/educational-services/special-education/home>

### **Junta Directiva**

Micah Ali	<i>Presidente</i>
Satra Zurita	<i>Vice Presidenta</i>
Charles Davis	<i>Secretario</i>
Alma Pleasant	<i>Representante Legislativo</i>
Mae Thomas	<i>Miembro</i>
LoWanda Green	<i>Miembro</i>
Sandra Moss	<i>Miembro</i>

### **Gabinete Ejecutivo**

Darin Brawley, EdD	<i>Superintendente</i>
Alejandro Alvarez, EdD	<i>Superintendente Adjunto</i>
Tony Burris	<i>Director de Tecnología</i>
William Wu, JD	<i>Jefe de la Policía Escolar</i>
Mario Marcos	<i>Director Ejecutivo de Educación Primaria</i>
Kanika White, EdD	<i>Directora Ejecutiva de Recursos Humanos</i>
Jorge Torres, EdD	<i>Director Principal de colegio y carrera universitaria</i>
Kathy Mooneyham	<i>Directora Principal de colegio y carrera universitaria</i>
Gregory Puccia, EdD	<i>Director Principal de Servicios Educativos</i>