

OPT Parent Newsletter



Young Horizons
Child Development Centers
Long Beach, CA
www.younghorizons.org
January 2019

OPT News

Happy New Year to everyone. We are excited to begin this 2019! There are a lot of new adventures awaiting for our children and families and a lot of learning and exploring to do! Our field trips will be happening in April. We are starting our year with a chocolate fundraiser to raise money for transportation and admissions. We have sent out surveys to the center asking you for your help. We thank you in advance for your participation.

The Fairy Tale performances were wonderful at all the centers. We had a great turnout of parents. Some of you even participated making props and performing. We are very proud of your parent involvement. We are sure that your children are also happy that you make the effort to be part of the things they do.

In December the OPT board approved the purchase of 2 sets of books for the Kohn Center and 3 sets of books for the listening center at the Ludloff Center. They have been distributed and we hope the children are enjoying them.

WE STILL NEED YOU! From January 16-February 14, Young Horizons will conduct a self assessment called the Environment Rating Scale. If you are able to volunteer, please contact me at the number below as soon as possible. This is a great opportunity to learn more about early learning and development center operation. Please volunteer!

As a reminder, our centers will be closed on January 21st in observance of Martin Luther King Jr. Day.

Dinora Navarro

Administrative Assistant/OPT Coordinator

dnavarro@younghorizons.org

(562) 437-8991 ext. 14



Cooking Experience 01/08/19

Cheese tasting and making
grilled cheese sandwiches



**Ready
Rosie**

Have you signed up?

Ask your teacher
how today!

Monthly Theme: The World of Discovery

This month the children will learn about primary colors and will discover secondary colors. They will create shades of color by using black and white. They will explore and use different materials to paint, color and draw. They will understand cause and effect and will discover that you can change the color of water.

Children will also learn about objects that can sink or float, and also absorb water. They will discover the different stages of water and what happens when it freezes.

The children will discover magnets and magnetic objects. Some objects are magnetic and some aren't. They will learn how weight affects magnets and that some of them repel or attract. One activity will be painting with magnets. Ask your child about it!

Exploring textures such as soft, hard, rough, smooth, bumpy, etc. will be another learning activity this month. Children will describe and identify different types of textures. They will compare and contrast different sensory materials such as: goop, slime, playdough, and oobleck.

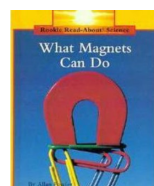
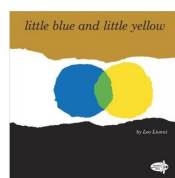
New language will be introduced to them, such as the words discover, primary, secondary, shades, lighter, darker, weight, absorption, evaporation, melt, heavy, light, magnetic, nonmagnetic, repel, attract, north and south poles, explore, texture, sticky, fuzzy and wavy.

This month we recommend the following books to extend classroom learning:

"Little Blue and Little Yellow" by Leo Leon

"What Magnets Can Do" by Allan Fawler

"Colors and Shapes Discovery" by Thea Feldman

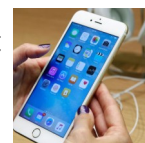


Next OPT Board Meeting

Wednesday, January 9, 2019
5:00-6:00, Kohn Center Library

For Families with Monthly Fees

Payments can be made over the phone at
(562) 437-8991 using your credit/debit
card, M-F 8am to 5pm.



Helping Young Children Develop Self-Esteem

Self-esteem or feelings of self-worth are linked to success in life, and play an important role in the development of children's social, physical and academic abilities. Research shows that low self-esteem is associated with increased risk for loneliness, resentment, irritability, anxiety, depression, and eating disorders.

As a parent, you, more than anyone else, can play an important role in promoting your children's self-esteem and helping them feel better about themselves.

What is Self-esteem?

Self-esteem is a term used in psychology to reflect a person's overall evaluation of his or her own worth. If you have good self-esteem, it means that you like yourself and believe that you are as good as everyone else. If you have poor self-esteem, it means that you believe that you are inferior to others.

Self-esteem encompasses the beliefs and feelings that children have about their competence in their environment, confront challenges and learn from both their success and failure

Signs of Healthy Self-esteem

Children with good self-esteem have a sense of security, assume responsibility, act independently, take personal pride in accomplishments, tolerate frustration, accept mistakes and failure, have a sense of self-discipline and self-control, handle peer pressure appropriately, attempt new tasks and challenges, handle positive and negative feelings, and offer assistance to others.

How parents can help

The development of a healthy or positive self-esteem is very important to the happiness and success of children. Parental attitudes and behavior heavily affect the development of self-esteem in young children. The following tips are helpful for developing healthy self-esteem in your children:

- ◆ Praise your children and remember to commend them for their efforts and jobs well done. Help them feel special and appreciated.

- ◆ Identify and redirect your children's inaccurate beliefs. Teach them how to think in positive ways, and change their negative thoughts about themselves to positive ones.
- ◆ Give constructive criticism, and avoid criticism that takes the form of ridicule or shame. Provide feedback about the child's actions, not the child as a person.
- ◆ Teach children to develop problem-solving and decision making skills. Recognize them when they have made good decisions.
- ◆ Be a positive role model. Take care of your own self-esteem, and your children will have a great role model.
- ◆ Create a safe, loving home environment. Children who do not feel safe or are abused at home will suffer immensely from low self-esteem.

Show children that you can laugh at yourself. Show them that life doesn't need to be serious all the time. Laughing, good humor and smiling not only lighten the mood but also relieve stress, increase energy and take away thoughts of anger, anxiety or distress.

While it is normal to have ups and downs in life, and children's sense of self-esteem can vary from one situation to the next, constant poor or low self-esteem can be a symptom of a mental health disorder or emotional disturbance requiring medical attention.

Provided by California Childcare Health Program
For more information, please contact:
Healthline 1-800-333-3212

<https://cchp.ucsf.edu/>

Kindergarten Festival

Saturday, January 12, 2018

9:00 am to 12:00 pm

This is a 3-hour festival.

Dooley Elementary

5075 Long Beach Blvd

Long Beach, CA 90805

Incoming Kindergartners receive a free book, backpack, dental screening, and community resources information!

You must attend at least 2 sessions to receive free backpack.

CIVIL RIGHTS STATEMENT

Discrimination Complaint Form, AD-3027, found online at http://www.ascr.usda.gov/complaint_filing_cust.html, or at any USDA office or write a letter addressed to USDA and provide in the letter all of the information requested in the form. To request a copy of the complaint form, call (866) 632-9992. Submit your completed form or letter to USDA by: mail: U.S. Department of Agriculture Office of the Assistant In accordance with Federal law and U.S. Department of Agriculture (USDA) civil rights regulations and policies, this institution is prohibited from discriminating on the basis of race, color, national origin, sex, age, disability, and reprisal or retaliation for prior civil rights activity. (Not all prohibited bases apply to all programs.) Persons with disabilities who require alternative means of communication for program information (e.g., Braille, large print, audiotape, American Sign Language, etc.) should contact the responsible State or local Agency that administers the program or USDA's TARGET Center at (202) 720-2600(voice and TTY) or contact USDA through the Federal Relay Service at (800) 877-8339. Additionally, program information is available in languages other than English. To file a complaint alleging discrimination, complete the USDA Program Secretary for Civil Rights 1400 Independence Avenue, SW Washington, D.C. 20250-9410 fax: (202) 690-7442; or email: program.intake@usda.gov. This institution is an equal opportunity provider.

Boletín de la Organización de Padres y Maestros



Young Horizons
Child Development Centers
Long Beach, CA
www.younghorizons.org
enero 2019

Noticias de la OPT

Feliz Año Nuevo a todos. Estamos muy contentos de comenzar este 2019! Hay muchas aventuras nuevas esperando por nuestros niños y familias, mucho aprendizaje y exploración por hacer! Nuestras excursiones se llevarán a cabo en abril. Estamos comenzando nuestro año con una venta de chocolates para recaudar fondos para el transporte y admisiones. Hemos enviado encuestas a los centros solicitando su ayuda. Le agradecemos de antemano su participación.

Las actuaciones de Cuentos de Hadas estuvieron muy bien en todos los centros. Tuvimos una gran participación de los padres. Algunos de ustedes incluso colaboraron construyendo el escenario y actuando. Estamos muy orgullosos de su participación y estamos seguros de que sus niños también están felices de que ustedes hagan el esfuerzo de ser parte de las cosas que ellos hacen.

En diciembre, la junta de la OPT aprobó la compra de 2 juegos de libros para el Centro Kohn y 3 juegos de libros para el Centro Ludloff. Ya han sido distribuidos y esperamos que los niños los disfruten.

TODAVIA NECESITAMOS DE SU AYUDA! Del 16 de enero al 14 de febrero, Young Horizons llevará a cabo una autoevaluación llamada Escala de Calificación Ambiental. Si puede ofrecerse como voluntario, comuníquese conmigo al número que figura a continuación lo antes posible. Esta es una gran oportunidad para aprender más sobre el aprendizaje temprano y el funcionamiento de nuestros centros. Por favor participe!

Recuerde que los centros estarán cerrados el 21 de enero en conmemoración del Día de Martin Luther King Jr.

Dinora Navarro

Asistente Administrativa/ Coordinadora de la OPT
dnavarro@younghorizons.org
(562) 437-8991 ext. 14



Experiencia de Cocina 01/08/19

Probando queso y haciendo emparedados de queso a la parrilla



Ready Rosie

Esta inscrito?

Pregúntele a su maestra como inscribirse hoy!

Tema Mensual: Un Mundo de Descubrimiento

Este mes los niños aprenderán sobre colores primarios y descubrirán colores secundarios. Crearán tonos de color utilizando blanco y negro. Explorarán y usarán diferentes materiales para pintar, colorear y dibujar. Comprenderán la causa y el efecto y descubrirán que se puede cambiar el color del agua.

Aprenderán que los objetos pueden hundirse o flotar, y también absorber agua. Descubrirán las diferentes etapas del agua y lo que sucede cuando se congela.

Los niños descubrirán que los objetos son magnéticos o no magnéticos. Aprenderán que el peso de los objetos afecta a los imanes, que algunos repelen o atraen y aprenderán a pintar con imanes.

También explorarán texturas como suaves, duras, ásperas, lisas, con baches, etc. Describirán e identificarán diferentes tipos de texturas. Ellos compararán y contrastarán diferentes materiales sensoriales tales como: pegote, "slime", plastilina y oobleck.

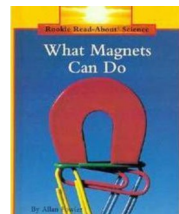
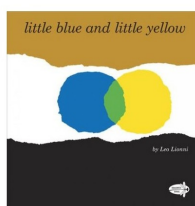
Se les presentará nuevo vocabulario, como las palabras descubrir, primario, secundario, tonos, más claro, más oscuro, peso, absorción, evaporación, fusión, pesado, ligero, magnético, no magnético, repeler, atraer, polo norte y sur, explorar, textura, pegajosa, crespito y ondulada.

Este mes recomendamos los siguientes libros para ampliar el aprendizaje:

"Poco Azul y Poco Amarillo" Autor: Leo Leon

"Qué Pueden Hacer Los Imanes" Autor: Allan Fawler

"Descubrimiento de Colores y Formas" Autor: Thea Feldman



Próxima junta de la mesa directiva de la OPT
miercoles, 9 de Enero del 2019

Familias con Cuotas Mensuales

Los pagos se pueden hacer por teléfono al (562) 437-8991 usando su tarjeta de crédito / débito, de lunes a viernes de 8am a 5pm

Cómo Ayudar a Los Niños Pequeños a Tener Autoestima

La autoestima o los sentimientos de amor propio están relacionados con el éxito en la vida y cumplen un importante papel en el desarrollo de las capacidades sociales, físicas y académicas de los niños. Los estudios de investigación indican que la baja autoestima está relacionada con un mayor riesgo de soledad, depresión y trastornos alimentarios.

Como padre o madre, usted más que nadie, puede tener un papel importante en promover la autoestima de sus hijos y ayudarlos a que sientan más amor por sí mismos.

¿Qué es la autoestima?

La autoestima es un término que se usa en psicología para reflejar la evaluación general de una persona con respecto a su propio sentido de valor. Tener Buena autoestima, quiere decir que siente amor propio y cree que es tan bueno como todos los demás. Tener baja autoestima, significa que cree ser inferior a los demás.

La autoestima abarca todas las creencias y sentimientos que los niños tienen con respecto a su capacidad y valoración propia, incluyendo la capacidad de marcar una diferencia en su propio ambiente, enfrentar desafíos y aprender tanto de sus éxitos como de sus fracasos.

Indicios de una autoestima saludable

Los niños con buena autoestima tienen un sentido de seguridad, asumen responsabilidades, actúan de forma independiente, sienten orgullo propio por sus logros toleran las frustraciones, aceptan los errores y los fracasos, tienen un sentido de autodisciplina y autocontrol, sobrellevan las presiones de grupo de forma apropiada, intentan realizar cosas y desafíos nuevos, pueden manejar sus sentimientos positivos y negativos y ofrecen ayuda a los demás.

Cómo pueden ayudar los padres

El desarrollo de una autoestima saludable o positiva es muy importante para la felicidad y el éxito de los niños. Las actitudes y comportamientos de los padres tienen un gran efecto en el desarrollo de la autoestima en los niños pequeños. Los siguientes consejos prácticos ayudan a desarrollar la autoestima saludable en los hijos:

- ◆ Elogie a sus hijos y recuerde de felicitarlos por sus esfuerzos y cuando hacen las cosas bien. Ayúdelos a sentirse seres especiales y apreciados

- ◆ Identifique y redirija las creencias erróneas de sus hijos. Enséñeles a pensar de forma positiva y transforme los pensamientos negativos acerca de ellos mismos a ideas positivas
- ◆ Expresé críticas constructivas y evite las críticas que conlleven una forma de ridiculizar o causar vergüenza. Diga opiniones sobre las acciones de su hijo, no sobre cómo es su hijo como persona.
- ◆ Enseñe a su hijo como desarrollar destrezas para resolver problemas y tomar decisiones. Reconózcalos cuando tomen buenas decisiones.
- ◆ Sea un ejemplo positivo. Cuide su propia autoestima y sus hijos tendrán un gran ejemplo a seguir. Cree un ambiente de seguridad y afecto en el hogar. Los niños que no se sienten seguros o que sufren maltratos en la casa sufrirán mucho de baja autoestima.
- ◆ Muestre a los niños que usted es capaz de reírse de sí mismo. Demuéstreles que en la vida no se necesita estar serio todo el tiempo. Las risas, el buen humor y las sonrisas no sólo mejoran el humor, sino que también alivian el estrés, aumentan la energía y hacen desaparecer los pensamientos de enojo, ansiedad o aflicción.

Si bien es normal tener altos y bajos en la vida, el sentido de autoestima de los niños puede variar de una situación a otra. La autoestima baja o poca autoestima puede ser un síntoma de un trastorno de salud mental o una alteración emocional que requiere atención médica.

Proporcionado por California Childcare Health Program
Para más información, favor de contactar:
Línea directa 1-800-333-3212

<https://cchp.ucsf.edu/>

Festival de Kindergarten

Saturday, January 12, 2018

9:00 am to 12:00 pm

Festival es de 3 horas.

Escuela Elementaria Dooley

5075 Long Beach Blvd

Long Beach, CA 90805

Los niños que van a entrar al Kindergarten recibirán un libro y una mochila, y habrán exámenes dentales gratis e información de recursos comunitarios! Debe asistir a 2 sesiones para recibir mochila gratis.

DECLARACION DE DERECHOS CIVILES

De conformidad con la Ley Federal de Derechos Civiles y los reglamentos y políticas de derechos civiles del Departamento de Agricultura de los EE. UU. (USDA, por sus siglas en inglés), se prohíbe que el USDA, sus agencias, oficinas, empleados e instituciones que participan o administran programas del USDA discriminen sobre la base de raza, color, nacionalidad, sexo, credo religioso, discapacidad, edad, creencias políticas, o en represalia o venganza por actividades previas de derechos civiles en algún programa o actividad realizados o financiados por el USDA. Las personas con discapacidades que necesiten medios alternativos para la comunicación de la información del programa (por ejemplo, sistema Braille, letras grandes, cintas de audio, lenguaje de señas americano, etc.), deben ponerse en contacto con la agencia (estatal o local) en la que solicitaron los beneficios. Las personas sordas, con dificultades de audición o con discapacidades del habla pueden comunicarse con el USDA por medio del Federal Relay Service [Servicio Federal de Retransmisión] llamando al (800) 877-8339. Además, la información del programa se puede proporcionar en otros idiomas. Para presentar una denuncia de discriminación, complete el Formulario de Denuncia de Discriminación del Programa del USDA, (AD-3027) que está disponible en línea en: http://www.ocio.usda.gov/sites/default/files/docs/2012/Spanish_Form_508_Compliant_6_8_12_0.pdf, y en cualquier oficina del USDA, o bien escriba una carta dirigida al USDA e incluya en la carta toda la información solicitada en el formulario. Para solicitar una copia del formulario de denuncia, llame al (866) 632-9992. Haga llegar su formulario lleno o carta al USDA por: (1) correo: U.S. Department of Agriculture, Office of the Assistant Secretary for Civil Rights, 1400 Independence Avenue, SW, Washington, D.C. 20250-9410; fax: (202) 690-7442; o correo electrónico: program.intake@usda.gov. Esta institución es un proveedor que ofrece igualdad de oportunidades