

Estrellas de Moody Mensuales

.....

ENERO

Bienvenidos al Boletín de la Edición de Enero de las Escuelas Moody.



¡Espero que hayan tenido un Descanso de Invierno tranquilo y hayan disfrutado del tiempo con las personas que más aman! Nuestros estudiantes regresaron del descanso renovados y listos para aprender. Hemos estado hablando mucho sobre la nieve y la temporada de invierno en Moody. Hemos estado leyendo sobre la nieve, haciendo muñecos de nieve con una variedad de artículos para manualidades y creando cuentos sobre lo que nos gusta hacer en la nieve. Con toda esta charla sobre la nieve, ¡espero que todos también se mantengan calientes! :)

¡Disfrute de nuestro Boletín de Enero!

-Kristi-Lynn Craig, Directora de ECC



Moody School - 59 Margin St, Haverhill - 978.374.3459
Moody PreSchool Extension - 514 Main St, Haverhill - 978.420.1901



Calendario de recordatorios:

- 3 de Enero -Reanudación de Clases
- 14 de Enero - ½ día para nuestros Estudiantes de Kindergarten
- 17 de Enero - No hay clases, día de Martin Luther King Jr.
- 18 de Febrero - ½ día para nuestros Estudiantes de Kindergarten
- 21 al 25 de Febrero - Vacaciones de Febrero

NOTICIAS PRINCIPALES



Ejercicios y Actividades en el Hogar del Departamento de OT

por **el Equipo de Terapia Ocupacional**

*El enfoque del mes pasado fue desarrollar la fuerza de la parte superior del cuerpo de su hijo/a. Este mes nos gustaría centrarnos en **el trabajo pesado y las actividades de presión profunda**. ¿Por qué? El trabajo pesado es ideal para fortalecer el cuerpo y organizar el sistema nervioso. Tendrá un efecto calmante si se estimula demasiado y un efecto estimulante si se estimula poco. En general, es un excelente regulador del sistema nervioso de su hijo/a. Las actividades de presión profunda tienden a tener un efecto calmante.*

Si su hijo/a necesita algo de movimiento o actividades relajantes, ¡esperamos que se divierta probando estas ideas!



Moody School - 59 Margin St, Haverhill - 978.374.3459
Moody PreSchool Extension - 514 Main St, Haverhill - 978.420.1901



Tareas de Trabajo Pesado para Incorporar en el Hogar:
 haga que su hijo/a ayude a traer las compras, usar la aspiradora para el piso, fregar las mesas o las paredes, regar las plantas con una lata de agua, empujar/jalar cestas de ropa llenas de ropa o botellas de agua llenas.

Trabajo Pesado en el Parque de Recreo: Lleve a su hijo/a al parque de recreo y pídale que suba y baje las escaleras, se cuelgue de las barras, que excave en la caja de arena del parque.



Trabajo Pesado en el Patio: Pídale a su hijo/a que ayude a rastrillar y limpiar las hojas, saltar sobre las hojas, palear la nieve, construir un muñeco de nieve, sacar la manguera para regar las plantas o configurar el rociador, empujar la carretilla

Juegos de Trabajo Pesado para Jugar: El Juego de la Cuerda
 Usando una toalla o sábana retorcida, caminar como una carretilla, crear una carrera de obstáculos con montones de cojines de sofá para trepar, mesas y sillas para trepar por debajo y hacer juegos rodando como un tronco (puede usar algunos bolos/boliches caseros usando botellas vacías y convertirlo en un juego de bolos rodante), juegos de gateo

Ejercicios y Actividades en el Hogar Continuación...

Trabajo Pesado para incorporar al hacer mandados: Pídale a su hijo/a que ayude a empujar el carrito de compras, cargue artículos cuando este de compras de alimentos, use una mochila con actividades o libros que pueda usar para mantenerse ocupado cuando esten esperando en una cita, la masilla y los juguetes para apretar son un gran trabajo portátil para las manos.



Ejercicio de Trabajo Pesado
 Mantenga las manos y los pies en el suelo y levante las caderas.



Ejercicio de Trabajo Pesado:
 Haga que su hijo/a haga un estiramiento de brazos contra la silla o la pared.




Actividades de Presión Profunda

- Intente apretar/masajear las palmas de las manos de su hijo/a; puede usar "puntos y apretones". Use las puntas de los pulgares para aplicar presión en las manos, luego apriete a lo largo del brazo con toda la mano.
- Abrazos de oso: muchos niños les gusta una presión muy profunda al recibir abrazos!
- Aplastamiento de pelota o almohada: haga que su hijo/a se acueste boca abajo y aplique un poco de presión en la espalda, ¡asegurándose de que pueda respirar, por supuesto!
- Enrolle a su hijo/a en una toalla o manta, simulando hacer un "sándwich" con ellos, aplicando muchos "condimentos" diferentes con las manos mientras ejerce una presión profunda. ¡Asegúrate de que su cabeza sobresalga por el extremo para que reciban mucho aire!
- Rodar como troncos es una gran actividad de presión profunda.

Señorita Christie - cbroderick@haverhill-ps.org

Señorita Maureen - mmckean@haverhill-ps.org

Señorita Nicole - nicole.surette@haverhill-ps.org




¡Libros que nos Encantan!

por **Profesores y el Personal**

Los maestros y estudiantes han explorado los siguientes libros...

- [The Snowy Day](#) de Ezra Jack Keats
- [Snowball](#) de Lois Ehlert
- [Snowman at Night](#) de Caroline Buehner



Maneras de apoyar a nuestras escuelas...

de **Moody on Main y Moody on the River**

Puede apoyar a las Escuelas Moody al ...

- Enviar tissues y toallitas húmedas
- Participar en nuestro PTO!
- Convertirse en un sustituto/a

Recomendaciones para el hogar...

por **el Equipo de Moody**



Moody School - 59 Margin St, Haverhill - 978.374.3459
Moody PreSchool Extension - 514 Main St, Haverhill - 978.420.1901



- rutinas ayudan a su hijo/a! Si bien esta época del año puede estar llena y ocupada con tantas cosas divertidas, esfuércese por mantener las rutinas para apoyar el bienestar de su hijo/a.
- Para apoyar a su hijo/a con sus habilidades de emparejamiento (lo que apoya tanto la lectura como las matemáticas), dele a su hijo/a una canasta de guantes o calcetines/medias sin emparejar y pídale que los empareje.

No se Olvide...

por **la Oficina Principal**

- Los estudiantes deben venir a la escuela con una máscara todos los días
- ¡Continúan las Pruebas Grupales de Deteccion! Si tiene alguna pregunta, llame a Moody on the River.
- ¡Los Viernes son días de contacto con los padres! Este es un gran día para programar una reunión con el maestro de su hijo/a si es que tiene alguna pregunta o inquietud.

Lea más en nuestros sitios Web:

[Moody on Main](#)
[Moody on the River](#)

Lea más en nuestras Páginas de Facebook:

[Moody on Main](#)
[Moody on the River](#)



Moody School - 59 Margin St, Haverhill - 978.374.3459
Moody PreSchool Extension - 514 Main St, Haverhill - 978.420.1901

