

Project Administrator
Gary Steinert
Regional Supt. of Schools

Project Coordinator
Pat Rhodes

Parent Educators
Sue Austin
Sterling Dist.#5

Linda Berentes
East Coloma Dist.#12
Riverdale Dist.#14
Montmorency Dist.#145

Sandy Davis
Rock Falls Dist.#13

Mary Etnyre
Sterling Dist.#5

Debra Jacobs
Sterling Dist.#5
Rock Falls Dist.#13

Laura McCullough
Prophetstown-Lyndon-
Tampico Dist.#3
Morrison Dist. #6

Kathy Wolf
Erie Dist.#1

**Resource Centers and
Lending Libraries**
Erie Elementary
Merrill School
Northside School
Prophetstown Elementary
Tampico Elementary
Wallace Education Center

Administered By
Whiteside County Regional
Superintendent's Office

Funded By
State Board of Education
Erie Dist. #1
Prophetstown Dist. #3
Sterling Dist. #5
Morrison Dist. #6
East Coloma Dist. #12
Rock Falls Dist. #13
Riverdale Dist. #14
Montmorency Dist. #145

Whiteside County

PARENTS AS TEACHERS

*1001 West 23rd Street
Sterling, IL 61081*

*Office Phone 625-1495
Library Warm Line 625-6331*

A Whiteside County Regional Office of Education Publication

September 2006

Lending Libraries Set to Reopen

The toy lending libraries at Merrill and Wallace will have open houses in September. You are invited to bring your children to the libraries on the days listed on the activity page in this newsletter. Both libraries will be open one day a week beginning in October. You will find the schedule of hours in next month's PAT newsletter.

Group Meetings

The parent educators are busy planning group meetings for October. You will find a schedule of these activities in next month's newsletter.



It's time for LAPSITS to resume at the Rock Falls Public Library.

You will find that information on the activity page of this newsletter.

Welcome Prekindergarten Families

If you have a child enrolled in one of the prekindergarten-at-risk programs in Whiteside County, you are invited to attend Parents As Teachers group meetings and borrow items from our lending libraries. We will keep you informed of activities through this newsletter. You may call Pat at 625-1495 if you should have any questions.



Now Is a Good Time to Tell Your Friends About Whiteside County Parents As Teachers

Each fall we have families leave our Parents As Teachers program because their youngest child is entering kindergarten, or they have moved out of our service area. This enables the parent educators to enroll new families.

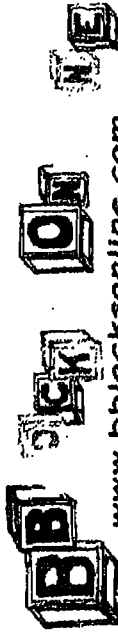
You may refer an interested family through your parent educator or by calling Pat at 625-1495.

BUILDING BLOCKS

CALENDARIO DE ACTIVIDADES FAMILIARES

Septiembre 2006

cortesía de:



www.bblocksonline.com



DOMINGO	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VERNES	SABADO
	PALABRAS DE COLORES Use palabras de colores al hablar con su hijo/a. Por ejemplo: • "Hoy llevas tu camisa de rojo y azul ." • "Vamos a poner las manzanas rojas en nuestro carrito." • "Ayúdame a poner el queso amarillo en nuestros sandwiches." • "Vamos a buscar hojas que se cambian de color. Aquí hay una que tiene un poquito de rojo."	5 ¡YO LO HARÉ SOLO/!A! Déle a su hijo/a mucho tiempo para hacer las cosas por sí mismo/a. ▼ Escoger ropa y vestirse. ▼ Poner juguetes en su sitio.	6 ¡YO LO HARÉ SOLO/!A! Déle a su hijo/a mucho tiempo para hacer las cosas por sí mismo/a. ▼ Escoger ropa y vestirse. ▼ Poner juguetes en su sitio.	A CUIDAR LAS MASCOTAS Pida que su hijo/a le ayude a cuidar las mascotas en su casa. Puede: • Caminar con Ud. a pasear el perro. • Echar comida en el tazón. • Llenar el tazón de agua. • Cepillar su mascota. • Jugar y hablar con su mascota.	1 	2 CAMINATA EQUILIBRADA Imagínate que el borde de la acera es una cuerda floja. Camina por la "cuerda" con los brazos extendidos para equilibrarte.
3	4 FELIZ DÍA DEL TRABAJO	5 	6 ¡YO LO HARÉ SOLO/!A! Déle a su hijo/a mucho tiempo para hacer las cosas por sí mismo/a. ▼ Escoger ropa y vestirse. ▼ Poner juguetes en su sitio.	14 	8 	16 DÍA DE LA INDEPENDENCIA MEXICANA
10 A BAILAR Prenda su estación preferida de música en la radio. Tomados de la mano, muévanse al compás de la música. En otra ocasión, escuchen otro tipo de música y bailen a un compás nuevo.	11 A BAILAR Prenda su estación preferida de música en la radio. Tomados de la mano, muévanse al compás de la música. En otra ocasión, escuchen otro tipo de música y bailen a un compás nuevo.	19	20	14 	15 COMAN JUNTOS Coman juntasse comidas o bocadillo más posible. Son ocasiones buenas para hablar de las actividades de todos.	23 PRIMER DÍA DEL OTOÑO Busca hojas de 3 tipos distintos
24 AMIGOS NUEVOS Pida que su hijo/a le diga los nombres de los nuevos amigos que ha conocido en la escuela y/o en actividades fuera de la escuela.	25 AMIGOS NUEVOS Pida que su hijo/a le diga los nombres de los nuevos amigos que ha conocido en la escuela y/o en actividades fuera de la escuela.	26 DÍA DE JOHNNY APPLESEED Come un bocadillo sano. • Compare una manzana roja y amarilla. • Pon manteca de cacahuete y unas pasas encima de tajadas de manzana.	27 DÍA DE JOHNNY APPLESEED Come un bocadillo sano. • Compare una manzana roja y amarilla. • Pon manteca de cacahuete y unas pasas encima de tajadas de manzana.	14 A LEER LA LISTA DE COMPRAS EN EL MERCADO 1. Deje a su hijo/a encargarse de la lista de compras mientras Ud. empuja el carrito. 2. Lea las cosas y búsquenlas juntos. 3. Marque cada cosa al ponerla en el carrito. 4. Vuelva a leer la lista para asegurar que tienen todo.	22 	29 AUTORETRATO Pida a su hijo/a dibujar un autorretrato. Cuéguelo en el refrigerador.



Staying fit with your child

Parents with young children commonly complain about the lack of time to keep physically fit. Caring for a baby is a 24-7 occupation. No wonder parents feel they can't go to the gym or continue to bowl in the weekly league.

Now you have a new fitness partner — your child! Look for ways to use your child's love of moving to provide physical activity for yourself. Here are some suggestions to get you started.

WITH YOUR INFANT:

- Hold your baby securely and dance to music. Sometimes your little one will like grooving to a salsa beat, and other times she'll need a slow, dreamy waltz.
- Walking with your baby in a front pack or stroller gets you out and moving. Your baby will like the changing scenery, or he'll take a snooze. Either way, you can walk as vigorously as you want.
- Exercise classes that include your baby and the use of her stroller as exercise equipment are becoming popular. Look for one in your community.

WITH YOUR TODDLER:

- Your child will love imitating stretching movements like touching toes, head circles, and side reaches. She will improve her balance and you'll gain flexibility.
- Be an active play partner at the play-ground. Show your child, don't just tell him, how to climb the ladder to the slide. Run in place while you push your child on a swing.
- Run after your child. Toddlers love a good game of chase. Roll a ball for your child to chase. Give her a head start, then race to see who gets to the ball first.

- Imitate your child. Follow him around and do everything he does. You will learn just how active a toddler is!

WITH YOUR PRESCHOOLER:

- To get down on your child's level, do leg squats or lunges. Play Jack-in-the-Box with your child as you do squats. Invite your child to imitate you.
- Lie on the floor and do crunches. Ask your child to play patty cake on your stomach. The patting sensation will engage all your stomach muscles.
- Take your child swimming. Be safe and stay right by his side. Hold on to the side of the pool and kick while he plays. Using a safe flotation device for your child, take him out to deeper water where you can tread water beside him. Treading water is a great strength and endurance activity.

When your child sees you enjoying physical activity, she will want to do it too. And she will have a model for gaining life long health, fitness, and recreation. ❖

JACK-IN-THE-BOX RHYME

Crouch in a squat position facing your child and say:

"Jack-in-the-box, so quiet and still. Will you come out?"

Jump up and say:

"Yes! I will!"

Repeat.

Soon your child will be joining in.



Mantenerse en forma con su hijo

A menudo los padres de niños pequeños se quejan de la falta de tiempo para hacer ejercicio. Cuidar de un bebé es un trabajo que lleva las 24 horas del día, los 7 días de la semana. No es sorprendente que los padres sientan que no pueden ir al gimnasio o continuar participando en la liga de boliche semanal.

Ahora usted tiene un nuevo compañero para hacer ejercicio, ¡su hijo! Busque formas de aprovechar el deseo de su hijo por moverse para usted también realizar actividad física. A continuación le presentamos algunas sugerencias para comenzar.

CON SU BEBÉ:

- Sujete a su bebé en forma segura y baile al ritmo de la música. En ocasiones a su pequeño le gustará moverse al ritmo de salsa, otras veces necesitará un compás más lento, como un suave vals.
- Caminar con su bebé en un portabebés o en el cochecito lo ayudará a salir y moverse. A su bebé le gustará cambiar de ambiente o hará una pequeña siesta. De cualquier manera, usted puede caminar tan rápido como desee.
- Las clases de gimnasia que incluyen a su bebé y usan el cochecito como parte del equipo de ejercicio se están poniendo de moda. Busque una de estas clases en su comunidad.

CON SU NIÑO PEQUEÑO:

- A su hijo le encantará imitar los movimientos de estiramiento como tocarse los dedos de los pies, hacer círculos con la cabeza y los estiramientos laterales. También mejorará su equilibrio y usted aumentará su flexibilidad.
- Sea un compañero de juego activo en el parque de juegos. Muéstrela a su hijo, no sólo dígale, cómo trepar por las escaleras del tobogán. Corra en el lugar mientras mece a su hijo en un columpio.

- Juegue a correr y atrapar a su hijo. A los niños pequeños les encantan los juegos de atrapar. Haga rodar una pelota para que su hijo la atrape. Déle cierta ventaja y después corran a ver quién llega primero a la pelota.
- Imite a su hijo. Siga a su hijo y haga lo que él haga. ¡Aprenderá todo lo activo que es su niño pequeño!

CON SU NIÑO EN EDAD PREESCOLAR:

- Baje al nivel de su hijo y flexione una rodilla y llévela al suelo o flexione una rodilla y estire la otra pierna. Juegue a sorprender a su hijo y recitar la rima de "Caja de sorpresas" mientras hace los ejercicios de piernas. Invite a su hijo a que lo imite.
- Acuéstese en el suelo y haga abdominales. Pídale a su hijo que juegue a "Tortillitas" sobre su abdomen. La sensación de las palmadas hará que todos los músculos de su abdomen se pongan activos.
- Lleve a su hijo a nadar. Tenga cuidado y siempre permanezca al lado de su hijo. Sujétese a un borde de la piscina y patee mientras él juega. Use un buen flotador para su hijo y llévelo a una sección más profunda de la piscina en la que usted pueda mover el agua a su alrededor. Mover el agua es una actividad que requiere mucha fortaleza y resistencia.

Cuando su hijo vea que usted está disfrutando de la actividad física, él querrá hacerlo también. Y tendrá un ejemplo para mantener la salud, buen estado físico y recreación para toda la vida. ❖

RIMA SOBRE LA "CAJA DE SORPRESAS"

Póngase en cuclillas frente a su bebé y diga:
"Caja de sorpresas, tan silenciosa y misteriosa.
¿Quieres salir a jugar?"

Salte y diga:
"¡Sí! ¡Quiero jugar y disfrutar!"

Vuelva a repetir.
Pronto su hijo se unirá al juego.

**September Parent and Child Activities
For all Parents As Teachers
And Pre-kindergarten Families**

Lapsit: Squirrels

Date: Thursday, September 14
Time: 10:00 a.m.
Place: Rock Falls Public Library
1007 - 7th Avenue - Rock Falls

Lapsit is a playtime designed especially for parents and children ages 1 - 3. You and your toddler will enjoy songs, fingerplays, a simple activity, and time to share books. Sponsored by the Rock Falls Public Library.

Merrill Toy Lending Library Open House

Date: Tuesday, September 19
Time: 9:30 - 11:30 a.m.
Place: Room 2
Merrill Elementary School - Rock Falls

You are invited to bring your children to our open house for play time, special activities, and refreshments.

Hosted by Linda Berentes and Sandy Davis.

Wallace Toy Lending Library Open House

Date: Friday, September 22
Time: 9:30 - 11:30 a.m.
Place: Room 21
Wallace Education Center - Sterling

You are invited to bring your children to our open house for play time, special activities, and refreshments.

Hosted by Sue Austin, Mary Etnyre and Debra Jacobs.

PADRES COMO MAESTROS LA PRIMERA REUNION DEL GRUPO

Fecha: el 22 de septiembre (el viernes)

Lugar: Wallace School, 506 West 4th St., Sterling
La biblioteca de PAT, piso Segundo, cuarto #21

Hora: 9:30 - 11:30 por la mañana

Vengan todos, por favor, y exploren la biblioteca de Padres Como Maestros. Tenemos libros, cassettes, rompecabezas, juguetes, y mucho más para llevar. Esperamos a verlos allí. La biblioteca abrirá el 22 de septiembre y todos los viernes durante este año escolar 9:30 -11:30. ¡Gracias, y nos vemos!



All children will learn,
grow, and develop
to realize their full potential.

Parents as Teachers

Gary J. Steinert
Regional Superintendent of Schools
Whiteside County ROE
1001 West 23rd Street
Sterling IL 61081

Nonprofit Organization
U.S. Postage
Paid
Morrison, IL 61270
Permit No. 93

